

男女が共に認め合い、自分らしくいきいきと暮らしていけるいちはらの実現

令和4年度

VOL. 45

PRISM プリズム

～男女共同参画社会をめざして～



CONTENTS

「仕事は大切だけど、子育てにもっと参画したい！」という男性が増えています。そのような中、令和3年6月に育児・介護休業法が改正され、「産後パパ育休」が創設されました（令和4年10月1日施行）。今号では、実際に育休を取得した男性や、仕事と家事を両立するママへのインタビュー記事、そして市民編集員2名による男性育児休業や子どもの個性に関する記事を通じて、男女共同参画について考えます。

- 男性の育児休業 ～知りたいけど聞けない、わからないところ～ …………… P1
- ♡働くママのキモチ♡ ～育児・家事、みんなの家ではどうしてる？～ …………… P2
- 市原市役所で働く女性土木職員にインタビュー …………… P3
- オリンピック競技の変容に着目！！ …………… P4
- 無くそう！ジェンダーギャップ！ …………… P5
- 知っていますか？アンコンシャス・バイアス …………… P6
- 【市民編集員コラム】男性の育児休業。とる？とらない？ …………… P7
- 【市民編集員コラム】大樹の幹を育てる育児 …………… P7

PRISMとは

プリズムを通る光は、多方面に分かれて進みます。そこで、多様な価値観をそれぞれが認め合えることをめざして、情報誌の名前にしました。

男性の育児休業 ～知りたいけど聞けない、わからないところ～

～育児休業を取得した男性にインタビューを行いました。～

Q1 どれくらい育休を取得しましたか？

1か月半取得しました。当時は、2か月以上取得すると次回取得できなくなる制度だったため、将来必要になる時期を見据えての期間の選択でした。

※令和3年6月の育児・介護休業法の改正により、今は育児休業を2回まで取れるようになりました。



Q2 育休の取得について、いつ頃上司に相談しましたか？引継ぎ等は大変でしたか？

妻が安定期に入ってから係長に相談しました。その後、申請書類を提出しましたが、記入方法など、人事課の担当者がとても親身に対応してくれました。また、職場の協力もあり、休業前には担当業務の引き継ぎを完了し、休業に入れました。

Q3 育休を取得して良かったことは？

1人目の子どもでしたし、私も妻も分からないことや不安なことがたくさんある中で、夫婦2人で子どもに関わることができて良かったですね。出生直後は出生届など、必要な書類手続きが多くて戸惑いましたが、育児休業を取得したおかげで、妻と分担しながら余裕をもって対応することができました。職場の皆さんもとても肯定的で、復帰するときもそれほど不安ではありませんでした。とても感謝しています。

Q4 これから、育休を取得する人、将来取得する人へのアドバイスを!!

育児休業は誰でも取得する権利がありますし、最近ではその取得が推奨されています。仕事を休むということに少し抵抗がある方もいらっしゃるかもしれませんが、生まれたばかりの子どもと妻と一緒に過ごす時間はかけがえのないものです。また、育休を取得することによって、子育てする人の立場に立った仕事ができるのではないのでしょうか。ぜひ、取得をおすすめします。

令和4年10月1日から、男性が育児休業を取得しやすくなりました。

令和2年度雇用均等基本調査では、男性の育児休業取得率は12.65%となり、調査開始からはじめて1割を超えました。さらに令和3年度調査では、13.97%となっており、育児休業を取得する男性の割合は増加傾向にあると言えます。

そのような中、男性の育児休業取得を促進するために産後パパ育休(出生時育児休業)が創設されました。産後パパ育休は、従来の育児休業とは別の制度であり、子の出生後8週間以内に4週間(28日間)までの間、2回まで分割して取得することができます。

また、従来の育児休業も分割して2回まで取得することが可能になりました。



【参考】育児・介護休業法について
(厚生労働省ウェブサイト)



♡働くママのキモチ♡ ～育児・家事、みんなの家ではどうしてる?～

子どもから「ママ大好き!」と言われたり、成長を感じたりして嬉しい瞬間もたくさんある…だけど、頭の中はいつも“やらなきゃいけないこと”でフル回転。なぜかイライラして、寝顔を見ながらひとり反省会、なんていうのも事実。好きでイライラしているわけではないのに…。もしかして、イライラしてしまう原因のひとつは「余裕」がないからなのかも!? どうしたら「余裕」が作れるのか、働くママ同士知恵を出し合ってみました♪

時間の余裕を作るには…

日々の時短テクニック

◎洗濯

- ・夜のうちに洗濯して干す。衣類乾燥除湿器を使うと、生乾き臭も防げるし、早く乾く!
- ・たたむ作業を省略して、すぐ使うものはたたまない、ハンガーごと乾いたらクローゼットへ、というのもあり。



子どものお手伝い意欲を活用!

子どもはお手伝いが大好き!! ちょっと時間はかかるかもしれないけれど、そんな親子時間も大切ですよ。

◎調理

- ・宅配サービスや冷凍野菜、ミールキットの活用などで調理の手間を削減!
- ・材料を切って小分けにする、下準備や作り置きをして冷凍保存など、時間があるときに「家事貯金」をする。
- ・自分の生活スタイルに合った調理家電を使うのもひとつ。



◎掃除

- ・あえて掃除の時間は決めずに、ついで掃除で済ませちゃおう。例えば、片づけついでにリビング掃除、食器洗いついでにシンク掃除、入浴ついでにお風呂掃除。使用頻度の低い場所は時々でもOK。
- ・使い捨てグッズを活用しよう。換気扇フィルターシートや、まな板の代わりに牛乳パック、広告や紙袋を活用!

家族の中でも思いやりを!

ごみ箱の蓋の裏に汚れが付いて掃除しなきゃ…なんてことはありませんか。家族で捨てる方に気を付けるなど、ちょっとした工夫も時短に繋がるのではないのでしょうか。

気持ちの余裕を作るには…

自分時間の作り方

◎有給休暇、出勤時間や休憩時間の活用

- ・有給休暇を自分のために使うのも大事!
- ・出勤中の車内で好きな音楽をかけたり、仕事の休憩中に好きなことをしたりして、気持ちをリセット。



◎誰かに頼ってみる

- ・近所の子育て中の家庭やママ友と、交代で子どもを預かるのもひとつ。子どももお友達と遊べて楽しいかも。
- ・子どもにとってはパパとの時間も大事! パパと過ごしてもらって、ママは自分時間でリフレッシュ!

「ママ」から解放される時間も必要!

「ママ」と呼ばれることでママスイッチON!でも、パートナーからは今まで通り呼んでほしいと思ったことはありませんか? パパママとなった今、お互いに呼んでほしい呼び方を改めて確認してみるのもいいかも。

◎テレビやゲームの活用

- ・与えることに罪悪感を抱きやすいテレビやゲーム。でも、自分時間の確保のために数十分だけでも頼ってみてもいいと思う!



◎子どもが起きる前の時間を活用

- ・あえて子どもと一緒に早寝して、朝の時間を自分時間にする方法も。

家族もひとつのチーム!

自分が司令塔になったつもりで、それぞれが担えることを出してみるのもいいかも。自分が頑張らなきゃと思わずに、我が家オリジナルのチームを作りあげると考えると、気持ちが楽になる…かな。

家庭の状況によって、取り入れられる工夫もそれぞれ。案外近くにヒントがあるかもしれません。全て完璧なんて無理!“これだけでできれば上出来!”と常に自分を褒めてあげながら過ごすのも大事ですよ!そして、今回の情報交換で感じたのは「誰かに話すと、気持ちが楽になる」ということ! パートナー、親族、友人、または子育て支援センターなど、まずは誰かに話すことが心の余裕に繋がる一歩かもしれませんね♡



【参考】子育て支援施策
(市原市ウェブサイト)

市原市役所で働く 女性土木職員にインタビュー

Q1 土木行政に関心を持ったきっかけは？

小さい頃から舗装や橋梁などの構造物、建築物に魅力を感じていたため、いつか建設業に関わりたいと自然と思うようになりました。特に橋梁の美しさに魅了され、進学時に土木工学を選択しました。土木行政は、公共の足元を言葉通り支える、人の役に立てる仕事という良いイメージを持っていました。土木工学を学ぶ中で、私が特に関わりたいのは建設現場であり、現場作業員に憧れましたが、女性が現場メインで働くことは体力差など生まれ持った性質的に不利であることは事実であるため、行政側から関わられたらと考えました。



Q2 今まで土木行政に携わってきて良かったことは？

実体験として、初めてお会いした方から「女性のくせにわかるのか」「男性はいないのか」などと言われることはあります。とにかく担当が変わってくれと、全く話にならない場合もありますが、関わるうちに「女性じゃ駄目だと思ったが、とてもよく対応してくれた。ありがとう。」と言ってもらえたときは、かなり嬉しいです。それはちょっと調子に乗ります。



Q3 技術系職員として 市役所を希望する女性に向けてアドバイスを！

身体的特徴の違いと男女平等は別物です。業種としては緊急現場で土のうを積む力仕事が必要なことがあり、女性が有利な仕事ではないということは否定できません。しかし、頻度としては他の建設分野の職業よりも遥かに少なく、私のように建築物などに憧れる女性が働くのに向いている職場であることは間違いありません！

産前産後休暇は、女性特有の休暇ですが、育児休業は男女共に取得ができます。我が家では母乳育児や実家の近さから私が育児休業を取得していますが、妊娠中はどちらが取得するか、かなり悩みました。実際に育児休業を取得している男性職員もいて、そういった選択の自由があるのも良いところだなと思います。



オリンピック競技の変容に着目!!

1. 東京オリンピックの男女混合種目

2021年に開催された東京オリンピックから、男女混合種目が7競技8種目増え、過去最多の10競技11種目で実施されました。

男女がタッグを組む混合種目の面白さ

国際オリンピック委員会(IOC)が「女性の参加を促したい」と各競技団体に働きかけた結果、東京オリンピックで男女混合種目が一気に増えました。

例えば、陸上競技混合4×400mリレーは、チームの編成が男女各2名と決められていますが、走順は決められていません。つまり、走順の戦術によっては女性選手と男性選手が同時に走る場合もあり、展開が最後まで読めません。

また、卓球のダブルスの「みまじゅんペア」・バドミントン混合ダブルスの「わたがしペア」など活躍が光っていましたね。



2. 男女の区別のない競技「馬術」

多くのスポーツ競技では、筋力や骨格の違いにより、男女別に競技が行われてきました。その中で馬術のみは、男女の区別のない唯一のオリンピック種目として長年行われています。

世界ランキングの
トップ3が女性

6種目全てが、男女の区別がなく行われる唯一の競技

馬術競技とは、筋力や骨格の相違よりも、人馬一体となり、馬と共に踊るように、ステップなど特定の動きを演じ、正確さなどを評価する種目です。ある女性選手は、「馬が想定外の動きをするときには、力が必要となり、瞬発的な力は男性が有利と感ずることもあるが、女性が男性よりも上位に入賞することもある楽しさもある。」と話しています。

オリンピック種目ではありませんが、競馬やボートレースも、男女の区別なく行われます。そこでは、馬やボートを操作する技能が求められるため、体重の軽い女性アスリートの方が有利とも言われています。

3. スポーツとジェンダー

東京オリンピックで、ドイツ体操女子チームが、レオタードではなく、全身を覆う「ユニタード」を身に着けて出場したことが話題になりました。

アスリートのパフォーマンスだけでなく、男性の視点で期待される女性像が求められてきたことにアスリート自らが声を上げたことによるものでした。

スポーツ界のジェンダー規範が変化する転機の大会となったようです。

アスリート自ら
ジェンダー平等に
対するアクション

女子重量挙げにトランスジェンダーの選手が出場 ~ローレル・ハバード選手~

これまでのスポーツは、シスジェンダー(生まれたときに割り当てられた性別と自認している性別が一致している人)しかいないという前提で作られてきました。その中で、初めてトランスジェンダーの女性が自身の自認する性カテゴリーでオリンピックに参加しました。スポーツが多様性を受け入れていくうえで大きな前進であることに間違いありません。

無くそう！ジェンダーギャップ！

● ジェンダーギャップとは

ジェンダーギャップとは、男女間における格差や不平等のことです。
ジェンダーギャップによって生じる差は様々ですが、一般的には、社会的地位や給与、職業などが挙げられます。例えば、男性の方が高い社会的地位を獲得しやすいということがあります。
また、特定の職業においては、男性または女性の片方だけが圧倒的に多いような状況も少なくありません。



● 日本のジェンダーギャップについて

世界経済フォーラムが、2022年7月に各国における男女格差を測るジェンダーギャップ指数を発表しました。

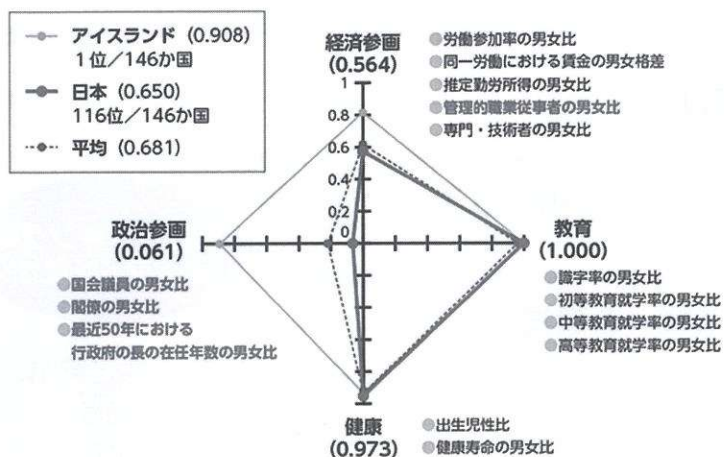
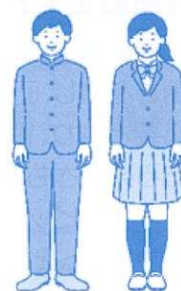
世界経済フォーラムが、2022年7月に各国における男女格差を測るジェンダーギャップ指数を発表しました。

日本のジェンダーギャップの順位は146か国中116位とかなり低い結果となりました。

この大きな要因は、企業の役員や国会議員に女性が少なく、経済・政治分野においてスコアが低いことにあります。

しかし、このランキングの各分野を見ると、日本は教育・健康においてはトップクラスです。

このように、世界と比較してみると、日本の課題が浮き彫りになりますが、一概に日本で男女平等が進んでいないということではないようです。



(備考) 1. 世界経済フォーラム「グローバル・ジェンダー・ギャップ報告書(2022)」より作成
2. スコアが低い項目は赤字で記載
3. 分野別の順位: 経済(121位)、教育(1位)、健康(63位)、政治(139位)

【出典】内閣府男女共同参画ウェブサイト

● ジェンダーギャップを無くしていくために

ジェンダーギャップを無くしていくためには、社会全体での取組が必要です。
まず、社会がジェンダーにとらわれることなく、男女が平等な立場にあるようにすることが重要です。女性が男性と同様に社会的地位を確立できるよう、女性の社会的地位の向上や安全かつ健康的な働き方を行うことができるよう、ワークライフバランスの改善が求められます。
また、ジェンダーに基づく差別や偏見をなくすための教育や啓発活動も重要です。
市では、このプリズムをはじめとして、フォーラムやセミナーなどにより、ジェンダーギャップを考える様々な取組を行っています。



【参考】「共同参画」2022年8月号
(内閣府男女共同参画局ウェブサイト)



知っていますか？アンコンシャス・バイアス

● アンコンシャス・バイアスって何だろう？

アンコンシャス・バイアスとは、「無意識の偏ったモノの見方」のことです。
他にも、「無意識の思い込み」「無意識の偏見」等と表現されることもあります。

● どういったことがアンコンシャス・バイアスになるの？

日常のあらゆる場面で起きています。例えば、次のような例が挙げられます。

- 血液型を聞いて、相手の性格を想像することがある
- 性別、世代、学歴などで、相手を見ることがある
- 性別で任せる仕事や、役割を決めていることがある
- 男性から育児や介護休暇の申請があると、「奥さんは？」と思う



● 個々の持っているアンコンシャス・バイアスはそれ自体が問題なの？

過去の経験や、見聞きしたことに影響を受けて、自然に培われていくため、アンコンシャス・バイアスそのものに良し悪しはありません。

しかし、アンコンシャス・バイアスに気づかずにいると、そこから生まれた言動が、知らず知らずのうちに相手を傷つけてしまったり、自分自身の可能性を狭めてしまったり、様々な影響があるため注意が必要です。

～アンコンシャス・バイアスに挑戦～

【問題】なぜ友達は困った顔をしていたのか？

A子さん 「先月から親が単身赴任中で、なかなか会えないから寂しいんだよね…」

B男さん 「そっか。でも、きっとお父さんだって単身赴任先で寂しく思いながらも頑張ってくれているはずだよ。」

A子さん 「……。」



【解説】

A子さんから「親が単身赴任中」と聞いたB男さんは、「単身赴任をしている親=父親」と思い込み、このように発言しました。アンコンシャス・バイアスに気づかずにいると、ふとした発言で、友達やその家族を傷つけることになるかもしれません。決めつけや押し付けをせず、一人一人とその時々、向き合うことが大切です。



【答え】 単身赴任をしているのは、A子さんの母親だったから。

【参考】「共同参画」2021年5月号
(内閣府男女共同参画局ウェブサイト)

男性の育児休業。とる？とらない？

市民編集員：高橋あみさん

2020年、新型コロナウイルスがその猛威を振るい始めた頃、私は待望の第1子を妊娠していました。

当時「妊婦は重症化リスクが高い」「胎児への影響は不明」といわれており、楽しみだった妊婦検診ですら足取りが重くなる不安な日々でした。



人との接触を極力避けるため、里帰り出産・育児を選択肢に入れずに夫婦2人で新生児を迎えることに。「毎日忙しく働いている夫の仕事の邪魔をしたくない」という思いもあり、日中の育児は私1人で乗り切ることにしたのです。

初めての出産・育児、長引く産後の傷の痛み。そんな中、新型コロナウイルスの感染者数は増加を辿るばかり。「誰にも頼っちゃいけない、しっかりしなきゃ」という気持ちが強くなっていきました。

市原市では「出産前後家事等サポート事業」により、ヘルパーさんをお願いすることもできます。しかし「家族以外の誰かと接すること」を躊躇してしまう今、夫のサポートの重要性を強く感じました。

現状、男性は申し出ない限り、休業を取得できません。職種や職場によっては、休業を申し出にくい男性も多いのではないのでしょうか。

女性は産後6週間の強制休業が義務付けられています。男性にも「必ず休業しなければならないルール」があれば、休業しやすい環境になり、女性も男性に頼りやすくなると思います。

女性だけではなく、男性にも優しい社会。それが「子どもに優しい社会」にも繋がる。そんな社会の実現を願っています。

「DV等家庭相談」(総合計画推進課)

配偶者からの暴力にお悩みの方のために、専門の相談員による相談を行っています。

相談日：火曜日から金曜日(祝日と年末年始は除く)
※令和5年4月から月曜日も追加します。

相談時間：午前9時30分から午後5時15分

予約・問合せ先：0436-23-9787

大樹の幹を育てる育児

市民編集員：Y・Mさん

私には7歳と10歳の息子がいますが、最近10歳の息子は少々難しいお年頃の様です。

彼はスポーツも勉強も得意で、あやとりやマンガなども好きなので、年齢や性別に関係なく幅広くお友達が多いタイプでした。



しかし、小学4年生ともなるとそのような子は珍しいのか、女の子とあやとりをしているとからかわれたり、アニメのTシャツを着ていたら笑われたりした様子。

彼は自分が好きなことが否定され、悲しいようでした。

私は2人の息子に対して、小さな頃から「男の子だから」「女の子だから」と決めつけたことはなく、ピンクの服でも可愛いお人形でも本人の「好き」という気持ちを尊重していました。

そうした中で彼は初めて、自分が好きなものは人と違うのかも不安になったようです。

私は彼に改めて、あなたの「好き」を大切にしてほしいこと、そして、お友達の「好き」も同じように大切にしてほしいことを伝えました。

あなたの体はあなたのもので、あなたの心もあなたのもの。決して誰にも勝手に触ったり、傷つけたりする権利はありません。

小学生はまだ大人や周りの影響を受けやすい時期です。家庭はもちろん、学校や社会全体が差別や偏見のない環境の中で、子どもたちのまっすぐな心を育てていくことが何より大切です。

しっかりと大樹の幹を育ててあげれば、その子が大人になった時、色とりどりの大きな枝葉を広げ、強く優しく、温かな未来を開いてくれると信じています。

「女性のための相談」(総合計画推進課)

家族や、人間関係、心身のことなど、女性相談員による相談を行っています。

相談日：第1、第2、第4月曜日(祝日、年末年始は除く)

相談時間：午前10時から午後4時(要予約)

予約・問合せ先：0436-23-9820

男女共同参画情報誌『PRISM』第45号

令和5年3月発行 編集・発行：市原市 企画部 総合計画推進課

〒290-8501 市原市国分寺台中央1-1-1

TEL 0436-23-9820 FAX 0436-21-1720