

酒田市男女共同参画推進センター

No.97

ウィズ・レター



目次 ▼男女共同参画週間▼ウィズ講座の紹介▼令和元年度ウィズ事業
▼登録団体企画講座の再募集▼DV相談体制の拡充について

毎年 **6 月 23 日** から **29 日** までの
一週間は **「男女共同参画週間」** です

「なるほどジェンダー」パネル展
を開催しました。

今年のキャッチフレーズは

「そっか。いい人生はいい時間の使い方なんだ。」「ワクワク・ライフ・バランス」

「自分らしい人生を実現するために、時間をどう使っていくのか。家族や地域、社会はそれをどう後押ししていくのか。」それを社会全体で考えていくきっかけとなるような思いが込められています。

ウィズでは、この週間に合わせて、暮らしや社会に潜むちょっとしたエピソードを、ユーモアあふれるイラストで表現した「なるほどジェンダー」パネル展を行いました。ご覧いただいた皆様には、様々なジェンダー問題について考えるきっかけとなり気づきにつながりました。



(公財) 日本女性学習財団
パネル「なるほどジェンダー」
(イラスト 高橋由為子) より

今回の講座は、昨年度の事業として3月14日（土）に開催の予定でしたが、新型コロナウイルス感染症の影響で中止となっております。その後、多くの皆さまから反響があり実施の運びとなりました。講座を開催するにあたり、適切な感染防止策を取り入れて行いますので、皆さまぜひご参加ください。

開催します！

ウィズ講座

『心理カウンセラーに学ぶ コミュニケーションの極意』

～お互いに尊重する話法を学び、呼吸法でリラックスしよう～

仕事や日常の対人関係で、「率直な本音」を出せなかったり、自分の言いたいことが言えず「ガマンの人間関係」になっていませんか。心身共に、いきいきと自分らしい充実した人生を送るため、自分も相手も尊重した話し方や、見方を変えるとプラスの表現ができる技術を身につけ、最後に普段の生活でリラックスできる呼吸法を学びます。

講師：JADP認定上級心理カウンセラー
日本丹田呼吸法セラピー協会認定 齋藤 みつえ 氏
丹田呼吸法セラピストマスター



◎ 開催日：2020年8月29日（土）10:00～12:00

◎ 会場：酒田市交流ひろば 2F 研修室（酒田市中町3丁目4-5）

◎ 持ち物：筆記用具（マスクの着用をお願いいたします）

◎ 対象者：働き盛りの方（日頃のモヤモヤを軽くしたい方）

◎ 定員：先着 12 名程度

◎ 託児：定員 3 人・満 1 歳から就学前・1 人 500 円

★ 参加申込：8月3日（月）より市男女共同参画推進センター・ウィズへ（電話・FAX・メール）

参加費
無料

令和2年度
“出前講座”
申込受付中

「コロナに負けない！
おうち時間を楽しく心地よく」
～家事シェアで“新たな日常”へ～

みんなで協力していますか？【家庭の中での男女共同参画】

自分のおうちでは、いつ、だれが、どんな家事をしているだろう？と考えたことはありますか。本市の共働き世帯の割合は全国的にも高く、多くの女性が働きながら家事をこなしています。「自分の家庭では、その負担が誰か一人に偏っていないだろうか？」と考えることから始めてみませんか。そして、今、新型コロナウイルスの影響で、外出自粛や在宅ワークの広がり等に伴い、“おうち時間”が増え、家事や育児の負担がさらに増大していると言われていています。こんなときだからこそ、夫婦や家族で、それぞれの家庭の状況や考え方に合った、家事・育児・介護等の分担について話し合ってみませんか。そして、「女性だからこうあるべき」「男性だからこうあるべき」という「当たり前」を見直してみませんか。

共働きなのに、
男は仕事優先？
女は家庭優先？

仕事もして家事も
して、なぜ自分だ
け忙しいの？

「家事は女性が
やるもの」と無意
識に思いこんで
いたけど…

家事の見える化シート
「わが家のワクワク・ライフ・バランス」
で、モヤモヤ感を解消！
“家事シェア”で“新たな日常”へ Go！

令和元年度 男女共同参画推進センターウィズ事業

男女共同参画週間事業

6月29日(土) 参加者26人



『体も心も元気になる丹田呼吸法』と
『あの有名な一家に学ぶワーク・ライフ・バランス』
講師：斎藤 みつえ 氏 (丹田呼吸法セラピストマスター)
講師：村山 恵美子 氏 (山形県男女共同参画推進員)
講師：有川 富二子 氏 (山形県男女共同参画推進員)

1部では、いつでもどこでも自分でできる丹田呼吸法を学びました。参加者は、「丹田呼吸法」と「ストレッチ」を実践し、体も心も脳までもリラックスすることができました。2部では、法律や憲章ができた背景から、ワーク・ライフ・バランスの推進、男女共に働き続けられる関係や構築、性別役割分業から男女共同参画社会への転換の大切さを学びました。

男性セミナー

12月22日(日) 参加者21人



『今年の締めはこれで決まり！
あなたもそば打ちに挑戦！』
～家庭や地域でコミュニケーションを深めよう～
講師：岩間 政幸 氏 (田沢の水茶屋ごすけ)

“そば打ちを楽しみながら、家庭での家事役割分担を考える講座”を開催しました。参加者は、そば打ちを体験し打ち立て茹でたてのそばを味わい、ゆで時間や食後のティータイムなどの時間を利用して、グループごとに家族の家事役割分担について意見を出し合いました。参加者の中には、まだまだ家事は妻に任せきりの方も多数おり、改めて、自分の家庭の役割分担を見直すきっかけになりました。

ウィズ委託講座 企画団体「庄内ちえりあ」

11月3日(日) 参加者36人



『私らしい未来をつくる♪手帳の書き方講座』
講師：さとう めぐみ 氏 (手帳セラピスト)

手帳という身近なツールを活用して、スケジュールを管理するだけでなく、日頃の時間配分や優先順位を見直し自分の理想の生活を考え、自分を主人公にした自分らしい生き方、夢や願いを考える方法を学びました。参加者は目標を設定し、それぞれの思いを込めて実践しました。先生から「そうやって書いていくと、みなさんらしい未来ができる。書いたら行動。一冊にまとまる。きっと形になる。」とお話があり、参加者は「私らしい未来をつくる一歩」を踏み出しました。

デートDV防止講座 参加総数 384人



『お互いを大切にする関係とは』
講師：岸井 綾子 氏 (庄内ちえりあ)
① 9/12(木) 酒田市立酒田看護専門学校
② 12/19(木) 山形県立酒田光陵高等学校

男女共同参画社会づくりの一環として、深刻な社会問題にもなっているDVについて、学生を対象に防止を目的とした講座を企画しました。講師の岸井さんは、動画を交えてわかりやすく説明し「暴力を認めない」「自分のことを大切にすること」「相手のことも大切にすること」は、実際相手との関係においてだけでなく、自分を取り巻くすべての関係においても大事だと説明しました。アンケートに、「身近に起こっていることもDVだということを知った。自分自身が自分らしくいることが大事だと感じた。」と感想がありました。

ウィズ登録団体 情報交換会

7月16日(火)

登録団体間の情報共有やネットワークづくりを進め、男女共同参画社会をさらに推進していくため、情報交換会を開催しました。ウィズ登録団体6団体(8名)とウィズサポーター3名の方に参加いただき、各団体が活動内容を紹介し、情報を共有し、活発に意見を交換しました。



出前講座

参加総数 238人

『人生100年時代。生き方暮らし方再発見!』
ゲームを通して、いろいろな違いを認め合い、お互いに尊重する大切さを学び、無意識に持っている「固定的な考え方」の気づきにつなりました。

- ① 4/17(水) 八森うきうきサロン
- ② 4/19(金) 広野上通常盤会
- ③ 6/20(木) 東北発電工業(株)やまがた東発会
- ④ 7/25(木) かめ2カフェ
- ⑤ 9/29(日) 第41区自治会
- ⑥ 11/6(水) きらら琢成
- ⑦ 11/17(日) 東栄町栄寿会
- ⑧ 11/27(水) 高砂自治会
- ⑨ 12/10(火) みつぼしゅんしゃん倶楽部
- ⑩ 2/19(木) 六十区いきいき体操会



ウィズ登録団体企画講座を再度募集します！

2020 年度のウィズ登録団体による自主企画講座を募集しておりましたが、現在、開催を希望する団体はございません。再度募集いたしますのでよろしくお願いいたします。

◎応募方法 講座企画書（別紙）に必要事項を記入の上、郵送、Eメール、ファックスまたは持参で男女共同参画推進センターへお申し込みください。講座企画書のデータが必要な場合はご連絡ください。
※申込締切日：2020年8月31日（月）2020年度中に開催できる事業が対象となります

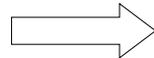
なお、希望する団体が多数の場合は、予算の都合上調整させていただきますので、ご希望の場合は、お早めにご連絡ください。

配偶者等からの暴力(DV)・家庭内暴力防止

新型コロナウイルス感染拡大に伴う外出自粛、休業等が行われる中、DVの増加・深刻化が懸念されるため、相談体制が拡充されています。夫婦間、家庭内で「暴力を振るわれている」「辛い」「不安」を感じたら、一人で悩まず、抱えず、こちらに相談してください。

また、**緊急の場合には、ためらわずに110番通報**をしてください。

【DV相談ナビダイヤル】
0570-0-55210



最寄りのDV相談支援センターに電話
⇒ 電話相談・面談・同行支援・保護等

プラス
【DV相談+】

4月20日開始

24時間電話相談

つなぐ はやく
0120-279-889

SNS相談

※12時～22時

メール相談

外国語相談にも対応

英、中、韓、スペイン、ポルトガル、タガログ
タイ、ベトナム、インドネシア、ネパール

WEB面談も実施

詳しくは内閣府男女共同参画局HP参照

- 配偶者暴力相談支援センター ☎0235-66-4759（平日午前8時30分～午後5時15分）（庄内総合支庁）
- 子育て支援課（女性相談） ☎0234-26-5734（平日午前8時30分～午後5時15分）
- 市男女共同参画推進センター ☎0234-26-5616（平日午前9時～午後4時）（ウィズ）

酒田市地域創生部 地域共生課 男女共同参画係

男女共同参画推進センター **ウィズ**

開館 月～土 : 9:00 ~ 22:00

日・祝 : 9:00 ~ 17:00

相談 月～金 : 9:00 ~ 16:00（祝日除く）

〒998-0044 酒田市中町三丁目4-5

交流ひろば内

Tel : 0234 (26) 5616

Fax : 0234 (26) 5617

E-mail : with@city.sakata.lg.jp

ウィズのHPに
アクセスできます

