

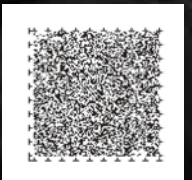
# JOURNAL



2020  
醇厚インセック  
必ず金×又ル  
取ります!!  
2019.12.27  
幸根輝

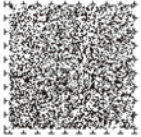
久留米

2020 vol.64



特集

令和2年度男女平等推進センター事業計画



事業  
紹介

## 笑って考える！ ワークライフバランス

せちやま かく  
講師：瀬地山 角 さん 東京大学大学院 教授

2月2日に東京大学大学院教授の瀬地山 角さんをお迎えして公開講座を開催しました。家事・育児を実践してこられた瀬地山さんから、わかりやすくユーモアたっぷりの語り口で、男性目線のユニークなジェンダー論やワークライフバランスについてお話いただきました。社会はもちろん個人にとっても、今までのやり方を変えていくのは容易ではありません。瀬地山さんのお話は、男女共同参画に対する意識が高まるだけでなく、受講者が前向きに自身のワークライフバランスを見直すきっかけとなる講座となりました。



### 『家事は手伝うものではありません』

女性が働き続けることができれば、その生涯収入はジャンボ宝くじを当てるレベルの額に。妻が仕事を続けることができれば、夫は残業をするよりも家に帰って家事・育児をする方が、夫婦はより高い時給を得られる計算になる。夫だけが家計を支えるよりも、夫婦の2本柱で家計を支える方が、もしもの時に安心。

### 離婚率は3割以上

- ・結婚＝永久就職の時代ではない
- ・これからの少子高齢化を現状の社会では支えることはできない

- ・性別による役割分担にとられない
- ・夫婦で食事・家事・育児を分担する

- ・結婚や出産に関わらず、女性が働きやすい環境づくり
- ・より子育てしやすい社会
- ・仕事優先の毎日から解放され男性はもっと心身を健やかに

### 『家族と一緒に食卓を囲む幸せを大切にしよう』

家族が生まれるときと、家族が死ぬとき、  
人生にそれ以上の大切なことなんてありますか？

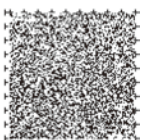
○夫の産休を忌引きと同程度に普及させよう。

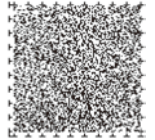
○家族と一緒に過ごせる日々をもっと大切に。



男女共同参画、ジェンダー論とは固く考えるのではなく「家族と一緒に過ごせる日々、時間をもっと大切にするために、働き方や考え方を見直していこう」と身近に感じるものに置き換えることで自身の問題としてとらえることができる。

「ワークライフバランス」を見直すことは、女性だけでなく男性もより自分らしく生きやすくなる。





講師 中山 淳子さん  
(子育てアドバイザー)

やりたかったけどやれなかった、心にふたをしていたことを未完了の思いという。「子どもがいるから無理」「夫がたぶんいい顔しないから無理」「私なんて・・・」「不器用だから難しい」「まわりがなんて言うか・・・」「そんなのできるわけがない」など、できない理由を考えて自分で「ガラスの天井」を作っていないか。

「できる」を前提に考えてみよう。例えば2つ物事が重なっていた場合、一方を捨てるのではなく、どちらもやるためにはお互いをどこまで譲ったらできるのか、と考える。「できない」と思うと思考がそこで止まってしまい幅も狭まる。「どうしたらできるかな?」と考える癖をつけること。そして夫や子どもに自分の気持ちを伝えること。「以心伝心」だけでは伝わらない。自分の言葉で発信することが大事。家の中のことは全部一人で担わず家族みんなでやってみる。自分で作ったガラスの天井は自分で外すことができる。

子育てと仕事は合わせて100%でなくてもいい。そのまま100点。ポジティブマインドで輝く明日を創ってみよう。

参加者の声

- 私にも未完了の思いがあったことを思い出せて良かった。自分のための時間を取ってほしいと思う。
- 以心伝心ではなく、発信も大切。日本人の美德”言わなくてもわかるよね”ではダメで、きちんと伝えてほしいと思った。
- ムリではなく「できる」を前提に、今日から前向きにすごしていきたい。



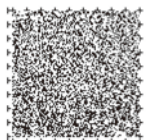
講師 荒牧 明楽さん  
(NPO法人カラフルチェンジラボ)

性は、男女二元論ではなく、性的指向、性自認、生物学的性、性表現と大きく4つの要素で構成される。LGBTという言い方では、レズビアン、ゲイ、バイセクシュアルは性的指向（好きになる相手の性）についての少数派、トランスジェンダーは性自認（自分で認識している性）についての少数派であるということが伝わらないため、「性的指向および性自認」という概念（性の要素、尺度）を表す言葉としてSOGIがある。LGBTというと、当事者とそうで無い人となってしまうが、SOGIという言葉を用いることで、自分の好きになる性はどのようなものか（もしくは好きにならないのか）、自分の性をどのように認識しているかというように、「性にまつわることはすべての人に関係する」ということがわかる。SOGIの視点で見ると、異性愛も多様な性的指向の一つにすぎず、シスジェンダー（心と身体の性が一致している）も多様な性自認の一つである。

LGBT等の性的少数派に関する社会の制度や理解はまだ十分に進んでおらず、差別や偏見が存在する中、多くの当事者が生きづらさを感じている。性は身体的性（戸籍上の性別）というよりは、生きるうえでの性と捉えている。生きる上での尊厳は誰もが持っている。LGBTについて正しく理解し、すべての人が自分らしく生きていける社会をつくるために、今から自分にできることを実践してほしい。




※LGBTとは

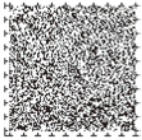
- L(レズビアン): 女性を愛する女性
- G(ゲイ): 男性を愛する男性
- B(バイセクシュアル):  
男性も女性も愛する人
- T(トランスジェンダー):  
心と身体の性が同じでない人の頭文字をとった言葉



# 令和2年度 男女平等推進センター事業計画

久留米市男女平等推進センターでは、今年度もさまざまな講座やイベントを企画し実施していきます。新しい発見、新たな出会い。これからの生き方のヒントが見つかるかも?! ぜひセンターの事業に参加してみませんか!

	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
<b>行事予定</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性の参政権行使日 (4/10)</li> <li>AV出演強要・JKビジネス等被害防止月間</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>男女共同参画週間 (6/23~29)</li> <li>男女雇用機会均等月間</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>同和問題啓発強調月間</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>久留米女性週間 (10/1~7)</li> <li>仕事と家庭を考える月間</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>女性に対する暴力をなくす運動(11/12~25)</li> <li>女性に対する暴力撤廃国際日 (11/25)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>人権尊重週間 (12/4~10)</li> <li>世界人権デー (12/10)</li> </ul>			<ul style="list-style-type: none"> <li>女性の健康週間 (3/1~8)</li> <li>国際女性デー (3/8)</li> </ul>
<b>1. 女性・男性学</b> 男女平等に関する問題に気づき、直面するさまざまな問題を解決するために力をつける講座です。	 <ul style="list-style-type: none"> <li>男女共同参画週間記念講演会</li> <li>女性の政策参画講座</li> <li>女性のまちづくり参画講座</li> <li>次世代男女共同参画促進事業 (大学生対象)</li> <li>次世代男女共同参画促進事業 (小学生対象)</li> <li>男性のライフデザイン講座</li> <li>LGBTに関する講座</li> <li>男女共同参画基礎講座 (子育て・労働・地域・健康などのテーマで)</li> <li>男女共同参画サポーターによる地域啓発事業</li> <li>デートDV防止啓発講座、地域啓発講座、関係機関への講師派遣</li> <li>DV・性暴力被害者支援サポーター養成講座</li> <li>性暴力被害者支援講演会</li> </ul>											
<b>2. 生き方支援</b> 女性の生き方を支援をする相談を行っています。また、寄せられる相談から見えてくる問題を解決していくための講座を企画・実施します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>総合相談 (毎日10時~18時...休館日を除く、ただし木曜日17時~20時、日曜日10時~17時)</li> <li>女性弁護士による法律相談</li> <li>弁護士相談 (第2・第4木曜日14時~15時30分、第3木曜日17時30分~19時)</li> <li>セクハラ防止講座</li> <li>女性の生き方を考える講座</li> <li>こころのケア講座</li> </ul>											
<b>3. 就業支援</b> 女性の就業を支援し、経済的・社会的エンパワメントにつなげるための講座を実施します。	 <ul style="list-style-type: none"> <li>起業応援セミナー</li> <li>就職応援セミナー</li> <li>パソコン技術習得講座</li> <li>女性の働き方応援事業</li> <li>関係各課・県筑後労働者支援事務所等との共催事業</li> </ul>											
<b>4. 市民活動・交流支援</b> 男女共同参画社会の実現をめざして活動する市民グループをさまざまな形で支援します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>市民グループ公募企画</li> <li>市民グループとの共催・後援事業</li> </ul>											
<b>5. 女性と情報</b> 図書を通して、男女平等やジェンダーを考える講座を実施します。	 <ul style="list-style-type: none"> <li>小さなお子さんを預けて図書情報ステーション利用</li> <li>ブックタイム (毎月1回)</li> <li>上映会 (年6回)</li> <li>図書関連講座</li> </ul>											
<b>6. 記念・交流事業</b> 市民参画型事業やジェンダーの視点での記念事業などで、市民グループの自主的活動やネットワークづくりを支援します。	<ul style="list-style-type: none"> <li>1988年10月1日、久留米市では男女平等を推進する指針として「久留米女性憲章」を制定しました。この憲章制定日から1週間を「久留米女性週間」と定め、毎年記念事業として「くるめフォーラム」を実行委員会形式で行っています。</li> <li>くるめフォーラム2020</li> <li>パブリックキャンペーン</li> <li>11月12日から11月25日までの「女性に対する暴力をなくす運動」期間中に、暴力の撤廃に向けてのさまざまなキャンペーン事業を行います。</li> </ul>											



事業紹介

【女性と健康に関する講座】

# ストレスに負けない! 自分づくりのメソッド

2月15日

女性の体は小児期から老年期までライフステージに応じて繊細に変化する。その変化に大きくかかわっているのが女性ホルモン。平均寿命が80歳を超えるようになった今、更年期から後の人生が昔に比べ長くなっている。ちょうど、仕事の責任が大きく、家事、介護、出産年齢によっては育児負担も大きい時期に更年期を迎えている。

更年期は誰にでも訪れるが、全員が更年期障害を起こすわけではない。更年期を元気に過ごすためには、自分自身がその変化を意識して生活することが大事である。変化に逆らうことなく、むしろ女性ホルモンが作り出す状況に自分を合わせて行動し、加齢をネガティブに捉えない発想の転換や自分らしいストレス対処法を持つことが必要である。

その方法の1つとして、認知に働きかけて、こころのストレスを軽くしていく「認知療法(認知行動療法)」や「マインドフルネス瞑想・呼吸法」などがある。マインドフルネスとは、自分にかかわるすべての状況をありのままに受け入れ、「今ここ」の瞬間に意識を集中することである。

上手にストレスマネジメントをし、こころもからだも健やかに、家庭や仕事で生き生きとした毎日を過ごそう。



講師 伊藤 厚子さん

(メンタルサポートアレーズ代表/  
臨床心理士)

## 市民グループ公募企画 事業紹介

## 暴力や虐待がもたらすトラウマの影響

1月27日

久留米市男女平等推進センターでは、男女の自立、地域づくり、女性の就労、女性と健康、DV、高齢社会や子育てなど、様々な問題をテーマに、男女平等の実現に向けた市民のみなさまの取組を応援する目的で、市民グループ公募企画事業を年に数回行っています。

今回は「S・ぱ〜ぷるリボン」の企画により、この講座を実施しました。

DVや虐待などの暴力の被害を受けることで生きづらさやトラウマを抱えている人は少なくない。虐待によって子どもが命を落とすいたましい事件、#MeToo運動、フラワーデモ、伊藤詩織さんの事件などの報道によって、多くの人たちが虐待や性暴力に関して考える機会を得ている。にもかかわらず、被害にあった人たちへの無理解が根強く存在し続けている。

人は他の人とのつながりを必要としている。人間関係には様々な形態があるが、安全で健全な関係のみを「つながり」と呼ぶことができる。

自分を本当に心配してくれる人がいるという感覚があれば、つながりを感じやすくなる。一方、自分が病気になっても誰も気付かない、困っていても誰にも相談できないという感覚が孤独感を生む。若い人たちはSNSでつながろうとするが、過度の依存はコミュニケーションの質の低下をもたらす、深刻な孤独・孤立がトラウマになりうる。

いろいろな関係性の中で暴力が起きている社会の中で、どうしたら被害にあった人に寄り添うことができるのかを考え、安全な社会を築くために私たち一人一人ができることを探していきたい。人が生きるために必要なのは希望であり、希望のヒントはつながりの中にある。

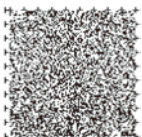


講師 中島幸子さん

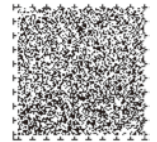
NPO法人レジリエンス代表

…参加者の声(アンケートから要約・抜粋)…

- ・人とのつながり(安全で健全な人間関係)がトラウマの解消に繋がるのだと感じた。
- ・Pay It Forward…今から出会う人たちに対してできること。この言葉に感動した。



# 相談室だより



## ●性犯罪の判決に見る法律の壁

平成31年3月、福岡地裁久留米支部において、福岡市の飲食店で酒に酔って眠り込み抵抗できない女性に性交したとして準強姦の罪に問われた被告に無罪が言い渡されました。

同じ時期の性暴力をめぐる裁判で福岡の事件を含む4つの無罪判決が相次ぎました。こうした無罪判決は、社会的に大きな波紋を呼び「フラワーデモ」と呼ばれる性暴力への抗議が全国に広がり話題になっています。

## ●控訴審は有罪判決

令和2年2月5日、1審で無罪判決が出た冒頭の事件の控訴審が開かれ、裁判官は1審の無罪判決を取り消し、被告に懲役4年の実刑を言い渡しました。3月12日には、別の無罪判決を受けた事件の控訴審の判決が有罪となり、注目を集めました。

## ●性暴力相談の現状

「法務省平成29年度犯罪白書」によると性暴力被害を警察に届ける被害者は全体のわずか18.5%でした。

相談室では、平成27年4月から相談室拠点型の性暴力被害者支援に関するワンストップ体制を整備し性暴力に関する相談を受けています。平成30年度の性暴力の相談件数は149件でした。相談室では、一人でも多くの方が相談につながってほしいと願っています。「相談しても無駄」「訴えても加害者は無罪になる」などと思わずに、相談室にご相談ください。被害者に寄り添いながら必要な支援を行っていきます。今回の有罪判決を受け「性暴力は許さない」というメッセージが多くの人々に届き被害者が救われる社会になるよう心から願っています。

## とるばい! 育児休業 ～男性の育休取得のすすめ～

近年、働き方改革や女性活躍が叫ばれ、閣僚の育児休業（以下、育休）取得のニュースもあり、例年に無く男性の育休が注目されています。全国と久留米市の育休の取得状況はどうなっているのでしょうか。

### ○男性の育休取得率は、女性に比べ低い

育休取得率は、全国では女性82.2%、男性6.16%（※1）、久留米市では女性97.5%、男性5.5%（※2）であり、男性の育休取得率は女性に比べてたいへん低い状況です。なお、全国の男性育休取得者のうち56.9%が5日未満の取得でした。（※1）

### ○「雰囲気」が取得を妨げる

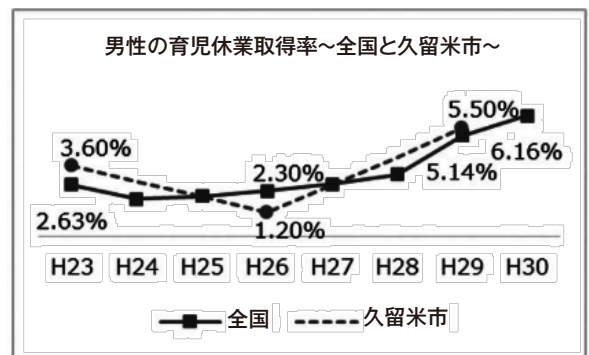
育休を取得しない理由は、職場の育休制度の未整備だけでなく、「取得しづらい雰囲気」や「業務繁忙による人手不足」が挙げられます。その背景には、「男性は仕事をするもの」という職場の雰囲気があることが考えられます。

しかし、育休は国が取得を奨励している上に給付金の制度も整備されています。また、出産予定日がわかることから、他の休業と比較しても業務の引継には十分な時間を持つことが可能です。

### ○男性の育休は、社会を豊かにする

育休は、働く人にとって、2度と来ない乳幼児期を一緒に過ごせる貴重な時間になります。また、男性が取得することで、母親の心身の負担軽減や、働く目的の再確認、働き方の効率化などの効果があります。一方、企業にとっても優秀な人材の確保とともに子育て環境の整備という社会貢献をアピールする格好の機会となります。

社会全体で、育休の取得を進めましょう。



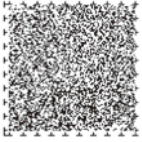
※1:平成30年度雇用均等基本調査(厚生労働省)

※2:平成29年度久留米市雇用実態調査

(育休取得者がいる事業所の割合)



【問合せ：男女平等政策課 TEL:0942-30-9044】



# キラリ☆かがやく人 interview

## 一戦一戦、全力で!

久留米でいきいきと自分らしい生き方をしている方をご紹介します。

東京五輪柔道女子78キロ超級代表

素根 輝さん

7歳から柔道を始め、父親や兄を相手に稽古に励む。田主丸中学校、南筑高校から環太平洋大学へ。令和元年12月に「くるめふるさと大使」に就任。

(写真)久留米市スポーツ大賞受賞 (令和元年11月)



### ●スポーツをするなかで、女性としての悩みなどはありますか

特に意識したことはないです。後輩の女性たちも、自分を見て同じように伸び伸びと柔道ができると感じてもらえるよう、これからも頑張っていきたいです。

### ●久留米市民へのメッセージをお願いします

いつもたくさんの応援、本当にありがとうございます。みなさんの期待に応えられるように全力で頑張ります。これからも応援の程、よろしくをお願いします。

### ●東京2020オリンピックに向けて意気込みを聞かせてください

誰よりも練習して、一戦一戦全力で戦い、必ず金メダルを取ります。

### ●座右の銘を教えてください

3倍努力です。高校から大学に進学し、まだまだ足りないところだらけなので、心・技・体の面を強くしていきたいです。

昨年11月に久留米市のスポーツ大賞を受賞された素根さん。スポーツ振興に特に顕著な功績があった人をたたえる賞で、ミスター競輪こと中野浩一さん以来33年ぶり2人目です。女性としては初の受賞となりました。

オリンピックでの活躍が楽しみです。

## ～DVDの紹介～

### 図書情報ステーション

男女平等推進センターは、男女共同参画等を考えるための上映会を行っています。2019年度に上映した作品を紹介します。



#### 「ユキエ」

アルツハイマーを発症した妻を献身的に支える夫。夫婦の深い愛を描いた作品。

1998年日本



#### 「弟の夫」

亡くなった弟の結婚相手は、カナダ人で男だった。LGBTを題材にした心温まる物語。

2018年日本



#### 「ミルドレッド」

子育てを終えた母親が自分の次の人生を歩みだすまでを描いた作品。

1996年アメリカ



#### 「デザート・フラワー」

女性への暴力について考えさせられるストーリー。原作は「砂漠の女ディリー」。

2009年ドイツ・オーストリア・フランス



#### 「女子的生活」

主人公、トランスジェンダーみきの日常生活からLGBTを考える物語。

2018年日本

お見逃しの方も！  
じっくり見たい方も！  
図書情報ステーション  
で借りにね☆

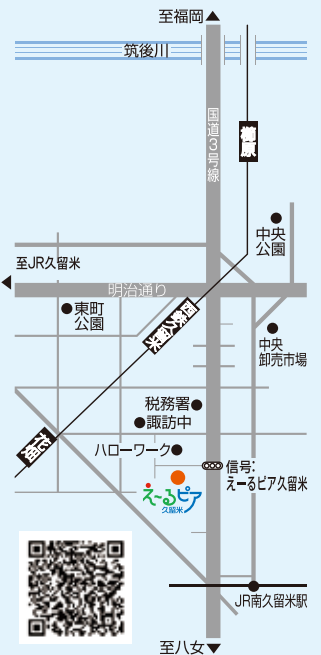


まってまーす

●編集・発行●  
令和2年3月

### 久留米市男女平等推進センター

〒830-0037  
久留米市諏訪野町1830-6  
えーるピア久留米内  
TEL. 0942-30-7800  
FAX. 0942-30-7811  
URL <http://www.city.kurume.fukuoka.jp>  
E-mail [danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp](mailto:danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp)



- 徒歩/西鉄久留米駅から約10分(約700m)
- バス/西鉄久留米駅から約5分  
JR久留米駅から約20分  
「税務署前」下車、徒歩5分
- 駐車場(有料)はございますが、おいでの際はなるべく公共交通機関をご利用ください。

この広報誌は環境に配慮し、再生紙を使用しています。