

# まらきら

今、ひとりひとりが...

特集★仲間と輝くまできな人

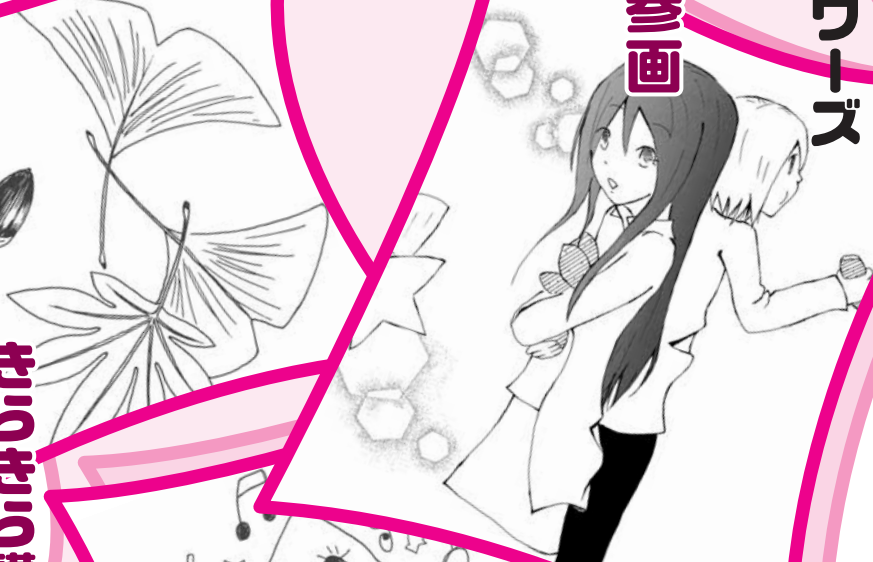
ていつく青E

WAIWAIびおら

西柘植レディースパワーズ

やかまし娘

今、だから男女共同参画



きらきら講座

デジタルカメラ入門

秋のおやつ「芋せんべい」



伊賀市  
男女共同参画情報紙

第14号

2007年

イラスト：日生学園第一高校美術部

# すてきな人

やりたいことが見つかった！すてきな仲間が見つかった！

ひとりひとりの力は小さいかもしれないけれど、同じ志で集まるパワーには限りがない。伊賀で、地域や家庭で元気をふりまく、輝いている女性達をきらきら応援団が紹介します。

## リサイクルショップ てくてく青山

山中 美恵子さんと辻 富紀さん



●「てくてく青山」についておしえてください。  
平成15年にオープンしました。さくら保育園横にあるリサイクルショップです。てくてくは亀のようにゆっくりと、青山は伊賀市になっても名前が残るようにとつけました。



●活動内容をおしえてください。  
ものを大切にするリサイクル活動です。

「てくてく青山」は、買取はしていませんが、子ども服や雑貨などが多く、掘出し物が見つかるかも知れません。また、仕立て直しもしています。

月火木金（9：30から17：00）この時間内で手話教室も行なっています。



●これからについて、目指していることをおしえてください。  
手話のできる辻さんと出会ったおかげで、自由にやりたいことができて、うれしく思っています。  
一番大きな夢は、今、手話を習いに来ている生徒さんが手話通訳士になることです。  
特に、聴覚障がいの友達と話せるようになりたいという小学生の男の子は、私も知らないことを質問してくるのでこちらも一生懸命。勉強になります。

●障がい児・者支援「ひろば」のヘルパー辻さんから

デイサービスの職員として、初めて出会った頃、彼女に話かけてみたところ、「手話を教えたい。新しい友達を作りたい。」と夢を語ってくれました。一緒に考えた末「てくてく青山」のオープンとなりました。  
山中さんは、障がいを持つ人のため、地域のためにと、頼まれたことは一生懸命してきます。まじめで、常に前向き。はつらつとして楽しい山中さんからいつも元気をもらっています。

### きらきら取材メモ

手話・筆談、大きく口を動かし言葉を伝え合うこと、伝わるのが嬉しく楽しいひと時でした。

辻さんとの出会いがなかったら、山中さんは障がい者だからと自分らしい人生をあきらめていたかも知れません。

ふたりの出会いが、さらに周りの人々の元気になっているようです。

### ラップ「てくてく青山」

てくてくさん てくてくさん  
まだまだ使える リユース  
もったいない もったいない  
もったいない もったいない

ゴミの減量 リデュース  
資源の再使用 リユース  
再利用 リサイクル!!!



以前から山中さんの活動に賛同していたわが編集員Mは、店内にて「てくてく青山」の歌をラップ調で披露しました。

# 仲間と輝く

いがまち女性グループ

WAIWAIびおら

代表 松尾 紀子さん

●「WAIWAIびおら」  
についてお話をください。

平成12年9月、婦人会活動を通じて知りあった有志数名が発起人となり、楽しい仲間作りとお世話になっている地域とのかかわりをもつため、また、自分たちの向上のため発足致しました。

当時、男女共同参画に深くご理解いただき、いち早く町当局に作っていただいた女性センターを集まりの場として現在会員18名で活動をしています。

名前のびおらは花の名前で、一つ一つは小さくかわいいた花でも集まれば更に美しく輝き、寒い冬を越す力強いイメージ、WAIWAIは男女共に話し合いますように、という思いで名づけました。



▲ピオラの花

●活動内容をおしえてください。

私たちは、会員の特技や趣味を生かし毎月例会しながら楽しく活動をしています。

平成12・17年には、男女共同参画の意識アンケートをし、その結果を踏まえて昨年11月に市と共催で男女共同参画セミナーを開催しました。寸劇は、男の料理教室の皆さんと「いつまで男社会??」を公演しました。

地域のイベントで手作り餅を売るなどして自分たちで活動費を捻出し、新堂駅をプラランターで飾ったり、フリーマーケット等、地域のお祭を盛り上げたり幅広い活動をしています。

押し付けることなく男女共同参画理解の輪を広げる地道な活動をしています。



●これからについて、目指していることをおしえてください。

「男女共同参画」という言葉は、男性には嫌がられます。でも、共に社会のなかで生きていくかぎり、自然に「男女共同参画」の考え方が必要になってくる時代です。

目的は男(ひと)女(ひと)が輝くために、自己の資質向上とまちづくり参画のお手伝い、日常における環境問題に取り組むなどしています。

お互いに認め合いパートナーとして共に輝くまちづくりのお手伝いをさせていただきます。きたいと思っす。



きらきら取材メモ

この名前を初めて聞いたときから、男女共同参画社会をめざしてどんな活動をするグループなのかちょっと気になる存在でした。

集まってくくださった皆さんにお会いして納得！お一人お一人が明るい笑顔、個性あふれる女性達男女共同参画ネットワークにも登録しているグループで、きらきらもお手本にしたい行動力。

現在、男女年齢問わず一緒に活動するメンバーを募集中だそうです。



# すてきな人

西柘植レディースパワーズ 代表 柘植 多佳子さん



●「西柘植レディースパワーズ」についておしえてください。  
PTA活動のつながりから、走ることが大好きなメンバーが意気投合し、結成しました。今年で9年目です。チーム名は、当時の教頭先生に命名していただき、横断幕も作っていただきました。

地元をはじめ、各地のマラソン大会に出場をしています。



地元をはじめ、各地のマラソン大会に出場をしています。

●活動内容をおしえてください。  
トレーニングは週2回、夜8時から9時までいがまちスポーツセンターグラウンドの周りをひたすら走ること。  
チーム結成当初から、伊賀駅伝大会に8回連続出場(常に入賞しています。)など、地元の大会以外にも積極的に出場参加しています。

エントリ。当日は雨、給水場の物資がなくなる状態の中、東京の名勝を走りぬけ、沿道の声援や差し入れをいただきながら、ランナー同士も交流ができて新しい感動が生まれました。



結成当初の夢はホノルルマラソンだったけど、それも2005年に叶いました。次はオーストラリア、ニューヨークを目指しています。

上野シティマラソン3kmから始まった。それがフル(42・195km)で走れるようにまでなった。フルマラソンは本当につらく走るのは一人だけ、仲間がいるから、誘ってくれるから、がんばれます。マラソンをすることに条件はないです。走りたい気持ちだけでだれでもスタートラインに立つことができます。

●これからについて、目指していることをおしえてください。

**きらきら取材メモ**

彼女たちの生活から走ることには外せないという。家族の協力は、走るための時間を認めてもらっていること。

家事に仕事、忙しい時間は同じと思われるけど、好きなことをするためだから、疲れた時もがんばれる。日ごろから一生懸命、まだまだゴールをめざして走り続けるメンバー。

**あなたの元気のもとは何ですか？**

前向きな生き方、夢や希望。豊かな感情・感性など、たくさんのプラスの力が生まれる。自分に合った生き方がきっとあるはず！

**元気もとの見つけ方**

これが私の楽しみだ♪と思えることなら何でもOK！  
くつろぐことや、体を休める事でも・・・

# 仲間と輝く

## トリオ漫才 やかまし娘

リーダー 片岡 佐代さん



●「やかまし娘」について  
おしえてください。

トリオ漫才です！「かまし」では物足りないのので「やかまし娘」にしました。最初は、地区の文化祭や行事に一人でギター演奏などをしていましたが、賛同してくれたというか巻き込んだ内原敦子さんと近森悦子さんと三人で、活動を展開しています。



●活動内容をおしえてください。

地域行事や敬老会を中心に、呼ばればどこでも出かけて活動しています！ネタは、私が考えますが、本番は、ほぼアドリブです。でも二人がそれ以上手くっつかってくれるので助かっています。衣装やメイクも華やかに!? 皆を驚かせています。

時には、面白いだけでなく、招待先の望むテーマや自分の訴えたいことを盛り込んだりして、楽しみながらも納得するお笑い活動をしています。



●これからについて、目指していることをおしえてください。

活動に対して、黙って見守ってくれている主人や家族にいつも「感謝」の気持ちを忘れず、それを行動に表すようにしています。それがないと続けられないと思います。

今の自分の立場で役に立てること、自分も幸せになり、周りの人も、もっとたくさんの人に幸せになってもらいたい!!そんな気持ちでさせてもらっています。呼ばれば、どこへでも出掛けますのでよろしくお願います。

### きらきら取材メモ

“笑顔が本当に素敵の人”と担当した三人が実感。

片岡さんは5人の子育ての中、PTA活動も（忙しさで気持ちが）重くなるのではなく「どうせやるなら楽しんで!」と積極的に楽観的で引き受けられていると。

“結婚して以来、一度も朝の見送りを欠かしたことがない”ことや“高校生のお子さんに携帯を持たせていない”などしっかりとした信念が伺えました。

また、三人の心が通じ合っておりこれからの活躍が楽しみです。

### 取材を終えて

どの方々もステキな笑顔で迎えてくれました。

夢に向かって一歩ずつ

歩まれています。決して無理をしているのではなく、今を楽しみながら、「自分育て」もしているという印象を受けました。

楽しいと思えることっていいですね共にめざす仲間がいるから支え合

い、励まし合えるのかもしれない。励まし合えるのかもしれない。

自分のやりたいことをするために仕事も家事も頑張れるのです。

その活動に送り出してくれた協力してくれたらりする、家族や周りの人に感謝の気持ちを忘れないことも大事なことです。

男性も女性も性別にこだわらず、やりたいことをやればいい、みんながチャレンジしていくことは社会の元気になります。そんなことでもいい、前向きに考え楽しさを見つかることは、体の中からも外からも輝いていくでしょう。

# きらきら講座 デジタルカメラ入門

## 《デジカメの選び方》

### 1・たった一つ買うのだから

実際に触って好みのタイプを選びましょう。コンパクトタイプが多く出ています。旅行など特別な時だけでなく普段から持ち歩いてどんどんカメラを楽しんでみましょう。

### 2・〇〇画素って??

どれだけ細か<sup>ちみつ</sup>で緻密な描写の画像を撮ることができるかを数字で表したものです。L判程度の写真なら200万画素程度で十分かと思いますが、A4程度に引き伸ばすなら、400万画素以上は必要です。

### 3・ズーム機能も付いてます

写真を連続的に拡大して大きく撮影できる機能。運動会の子ども、花や昆虫のアップ。風景写真も引き付けて撮りたい…という場合は拡大ズームのあるものを選びましょう。

### 4・予算

ご自分の利用目的にあわせて、お財布と…相談ですね。

デジカメを持って、紅葉狩りに出かけますか？  
それとも何気ない日常の景色や、家族の笑顔を撮りますか？  
オリジナルの絵葉書や年賀状を作ってみるのもいいでしょう。



## インフォメーション

毎月第4金曜日 午後2時から5時まで (月によって変更あり)  
上野ふれあいプラザ4階にて  
「パソコン相談」を実施しています。(無料)  
デジカメの取り扱いもお気軽に問い合わせください。  
詳しくは、伊賀市社会福祉協議会まで  
Tel 0595(21)5866 Fax 0595(26)0002

パソコンとともに多くの人がデジタルカメラ(デジカメ)を利用するこのごろですが、これからデジカメを買ってみようかと思っているあなたへ、デジカメについて簡単に紹介します。



## 《撮ってみましょう》

- 1・電源を入れます。
- 2・撮影モードに合わせます。
- 3・大きな液晶モニターで構図を合わせ、シャッターを押します。



## 4・失敗しても大丈夫！

デジカメの一番の特徴は、どんどん撮って気に入ったものだけを保存、無駄なく写真にできます。とても便利です。

## 《自宅のパソコンに取り込みましょう》

接続するために必要なものが揃っているか確認しましょう。

- 1・デジカメに付属しているUSBケーブルで取り込む方法では、USBケーブル(線)で接続しますのでUSBポート(差込口)のあるパソコンか確認しましょう。
- 2・カードリーダー(別売り)で取り込む場合もUSBポートが必要です。
- 3・PCカードアダプタ(別売り)で取り込む場合はPCカードスロット(差込口)のあるパソコンでしか使えませんので注意しましょう。

## 《写真を印刷しましょう》

自宅にプリンターがあれば、L版、はがきなど用途にあわせて設定します。  
プリンターがない時は、カメラ屋さん<sup>さん</sup>にデジカメ、カードを持ち込めば現像してもらえます。

# 今…だから男女共同参画

少子・高齢化が進んでいる要因のひとつに未婚者の増加や晩婚化の進行があり、結婚＝「退職」「家事・育児」のイメージがあります。子育てと仕事の両立や再就職等が難しい現状が、出生率を下げています。また、医療技術の発達により寿命が延び介護を要する高齢化が進んでいます。これらを打開するには男女共同参画の理念を地盤として固めなければ、少子・高齢化問題は解決できないのでは……

## ☆今、男女共同参画の理念4本柱！

### 仕事と家庭・地域の両立支援

「男は仕事、女は家事・育児」の意識改革。育児、介護休暇を女男に活用し個々の能力を互いに認め合い発揮できる支援。

### 男女の人権尊重

男女の固定的な役割分担意識に基づく制度慣わしが、活動の自由な選択に対して影響を及ぼす事のない社会。



### ご存知ですか？

伊賀市は、平成17年9月26日に男女共同参画都市宣言をしています。この都市宣言啓発塔は伊賀市役所本庁前。島ヶ原支所前。伊賀支所前に設置しています。

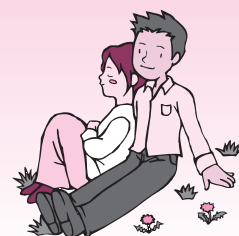
### 女性のチャレンジ支援

働きたい女性が、子育てが一段落し仕事等に再チャレンジしたい女性。そんな、女性へのチャレンジを支援。

### D V 防 止

今や男性が女性に暴力を振るうだけでなく、女性から男性にも。また、結婚をしていない若い世代のデートDV。形は暴力だけでなく言葉や精神的なものまでに広がっている。

私たちは、たぶん普段の生活の中で、何も気にせず「それが常識」「あたりまえ」と思っていたり、なにげなく口にしたりします。でも「何かがちがう」「おかしい」と感じたことはありませんか？だれが決めた「あたりまえ」を今一度、考え、変えてみませんか？そして、女男に歩めるよう、改善していきましょう。





お手軽おいしいおやつはいかが？

秋のおやつ「芋せんべい」



揚げたり、焼いたり、蒸したりと…いろいろ使えるさつまいも。この芋せんべいは簡単につくれるので、ぜひお試しください。

材 料

さつまいも	1本(約200g)	しょうが汁	小さじ1
さとう	40g	黒いりごま	小さじ1
水	大さじ2	揚げ油	適量

作り方

- 1 さつまいもは 洗って皮つきのまま2mm厚さに切り水にはなしアクを取ってからよく水分をふいておく。
- 2 揚げ油を熱し中火でさつまいもをこがさないように揚げる。
- 3 鍋にさとうを入れ煮つめる。  
小さな泡が出てきたら しょうが汁・ごま・さつまいもの揚げたのを入れ、弱火にして白っぽくなるまで混ぜる。さめてから器に入れる。

☆男女共同参画フォーラムのご案内☆

いきいき未来いが2008

～広めよう とも女男に参画 家庭地域の和～

開催日 平成20年2月16日(土)

時間 午後1時～

場所 ふるさと会館いが

読者の声

前回の特集・子育て世代の男性100人聞きましましたを見て、考えと現実のライフスタイルのギャップを感じました。やはり財布の紐を握っているのは妻が多いな。ここが要なような気がする。この紐を緩めてもらえる。と我が家ではもつと共同参画が出来そうな気がする。

是非次回は女性のアンケートを！それと回答の年代層がわかればよかったな。(30代・男性)

「きらきら」の表紙が今までと変わってきているのですね。高校生のイラストを載せていただいているようで、若い人たちの息吹が感じられ嬉しく思います。

子育て世代の男性へのアンケートを通していただき、「きらきら」を通じて、男性の子育てが進むことを、周囲も理解が深まることを期待したいと思えます。(60代・女性)

編集後記

2005年秋号から全戸配布が始まり、5号目「読者の皆さんの反応がもう少し欲しいなあ…」と思いつつ編集員一同「試行錯誤」しつつ今回も、一生懸命作りました。本号から右開きになりました。

特集では、「仲間と輝くすてきな人」として、私も担当させていただき「勇気」と「パワー」をもらいました。

私の好きな言葉に「人生の最大の失敗は、挑戦しなかったこと」とあります。あきらめきれない夢に向かって再挑戦もよし、自分の人生を充実させたいと何かをはじめるともよし、皆さんも身近な一歩から踏み出してみませんか？

(竹山)

【きらきら編集委員】

- |       |       |
|-------|-------|
| 岡 久美子 | 稲増 博美 |
| 竹山佐代子 | 藤田 量子 |
| 松永 啓子 | 三山佳代子 |
| 山本 並美 |       |

