

まらきら

第66号

今、ひとりひとりが...

History

「桜梅桃李」という言葉が好き!

それぞれ可憐に咲き使命を果たしながら人々の心を和ませてくれる花・花・花。

一人ひとりが今、居る場所で自分らしく生き、自分らしく「きらきら」と輝いていける21世紀でありたい...

Contents

- 「いきいき未来いが2022」実施報告
- 男女共同参画基本計画～9つの基本施策とは?⑤
- ハイトピア伊賀 10周年記念イベント
- ミニコラム「ネパールってどんな国?」
- TOPICS マミーギルト
- コロナ禍だからこそ、デジタルを!!!



11月12日～25日は
「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間です

ハイトピア伊賀・上野城・上野市(忍者市)駅
パープルライトアップ2022
11月11日(金)午後5時～8時

パープルライトアップには、女性に対するあらゆる暴力の根絶を広く呼び掛けるとともに、被害者に対して「ひとりで悩まず、まずは相談してください」というメッセージが込められています。



映える写真を撮ってね♪

1日限り!
見逃さないでね

「DVは、ごく一部の人が受けている問題だ」と考えていませんか?
令和2年の内閣府の調査によると、女性の約4人に1人が配偶者からDVを受けたことがある、そして約10人に1人は何度も受けていると答えています。

皆さんの周りにも、悩んでいる方がいるということを知ってください。

期間中常設イベント
作ろう!知ろう!パープルリボン

11月11日(金)～11月25日(金)

場所:ハイトピア伊賀1階ロビー

みんなで気軽に貼って
大きなパープルリボンを
完成させましょう。

★子宮頸がん予防
啓発コーナー同時開催!



DVのお悩み、一人で抱えていませんか?

～恋人や配偶者からの暴力に関する相談～

電話

はれれば
DV相談ナビ #8008

電話

メール
チャット

DV相談+ (プラス)
つながり 早く
0120-279-889



新型コロナウイルス感染症に伴う生活不安やストレスから、DV被害の深刻化が懸念されています。自分ではっきりDVかどうかわからなくても、大丈夫です。相談してみることで解決の糸口が見つかるかもしれません。一人で悩まないで、まずは相談してみてください。



今回は、世界最高齢のプログラマーとして注目の若宮正子さんをお迎えし、「私は創造的でありたい～人生 100 年時代を生きるということについて」と題し講演をいただきました。若宮さんの注目度も大きく、たくさんの参加がありました。好奇心をもって学び続ける大切さを教えていただける、今回のテーマにぴったりの素敵なお話でした。

7月9日(土) @ 伊賀市文化会館



若宮正子さん



きらきら編集員もがんばりましたよ！詳しくは、4Pで◎



3年ぶりの交流広場！感染対策を徹底して実現しました♪



高校生も大活躍！！



オープニングの子どもたち。元気いっぱい！！



笑顔と感動にあふれた、いきいきとした1日となりました！男女共同参画や、フォーラムに興味を持たれた方へ。伊賀市男女共同参画ネットワーク会議に入って一緒に活動してみませんか？



男女共同参画社会を実現するための9つの施策（基本施策）を1つずつ見ていきましょう！

基本施策5

保育・学校教育・生涯学習における男女共同参画の推進

男女共同参画社会を実現していくうえで、人々の意識に根付いた性別による固定的な役割分担意識が大きな壁となっています。

乳幼児期からの日常生活の中で性別による固定的な役割分担意識をなくし、性別や年齢、生まれた家庭環境や社会的な立場に関わらず誰もが一人の人間として尊重される社会を目指します。



子どものころからの男女平等の保育・教育の推進

学校生活を通じた男女共同参画の浸透

男女共同参画社会の実現に向けた生涯学習の推進

男女共同参画の視点に立った学習活動の支援

こんなことしてます

教職員研修を充実し、意識向上を図り、指導方法等の研究を進めます！

目標！

職場体験を通して自分の生き方や進路を深く見つめなおすことができた生徒の割合を89%から95%に増やそう！！

こんなことしてます

講座やサークル活動を通じた男女共同参画の学習の推進を行います！また、広報誌やホームページでの情報提供に努めます！

12/3

土

ハイトピア伊賀 10周年記念イベント

2012年4月16日にハイトピア伊賀がオープンして、早いもので10年が経ちました。これを記念して、10周年イベントを開催します！！各階のテナントでさまざまな催しを企画しています。

4階 男女共同参画センターでは…

・パネル展『健康被害と人権侵害』

・絵本読み聞かせ会『ミッチとキリー』

クイズ、スタンプラリー、シトラスリボンクラフトを用意しています。

ぜひ遊びにきてね◎

・フルーツコンサート

・遊び・制作コーナー

・乳幼児身体計測

・講演会・展示

・伊賀ブランド認定品の展示販売

・クリスマスツリー展示

・景品が当たるスクラッチ

・各店舗限定イベント

5階

4階

3階

1・2階

詳しくは、広報いが 11月号
同時配付のチラシをご覧ください。



・特設ステージ

・展示、フォトコンテスト

・体験コーナー



ネパールって、
どんな国？

12月14日(水)に、「男女一緒に気づいて広がる発見講座～ネパール編～」を開催します。ネパールと言えば何を思い浮かべますか？エスニックなネパール料理、ヒマラヤ山脈などなど…。

ネパールは、インドと中国のチベット自治区に接する内陸国。様々な民族が暮らす多民族国家で、民族とカーストが複雑に絡み合っています。世界最高峰のエベレストを有するヒマラヤ登山の玄関口としても有名です。



2017年から連邦制（連合政府・州政府・地方政府の三層構造）に移り、新しく再編された村や市に教育や医療福祉などの行政サービスが任されるようになりました。しかし、国土の大半を占める丘陵・山岳地域ではサービスが行き届かず、厳しい状態が続いています。

アジアでも最貧国のひとつであり、また一部地域では女性に対する伝統的な性差別も残っています。

…ネパールという国やその文化、日本との違いや共通点を知ることで、ダイバーシティ社会実現への学びとする講座です。

ぜひご参加ください！！

(広報いが 11月号に募集掲載)



TOPICS

part 44

マミーギルト

「マミーギルト」という言葉を知っていますか？

母親が子どもや家族などに抱く罪悪感のことです。

「残業で帰宅が遅くなり、夕食が買って来た惣菜中心になる」「実母から平日に子どもたちがさみしそうだとされた」「テレワーク中、子どもが隣でYouTubeばかり見ているとき、せっかくな一緒にいるのに何もしてあげられなくてごめんねと思う」「残業ができず、忙しい時でも定時に帰る際、同僚に罪悪感」などなど…。

コロナ禍による在宅ワークの普及や休園、休校などを背景に、今「マミーギルト」を感じるという声が増えています。育児と仕事との両立で周囲に対して抱く「罪悪感」、どうすればもっとラクになれるのでしょうか？

上述した罪悪感を抱く場面を見ると、育児や家事において「こうあるべき」にとらわれていると感じます。「子どもには手料理を食べさせるべき」「母親は子育てに専念すべき」「YouTubeは長時間見せないようにすべき」「職場で忙しいときはみんなで力を合わせて残業すべき」…。結果、それができないときに、自分で自分を責めてしまうことになるのです。家事や育児がきちんとできず、申し訳ない。私はダメな母親だ—、と。

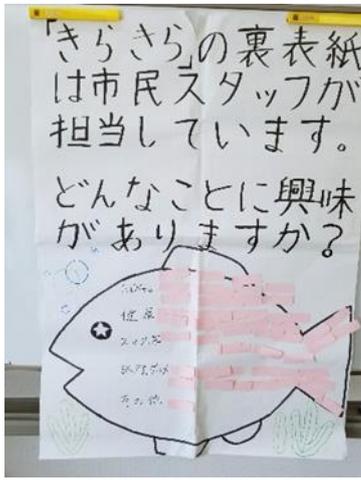
また、「マミーギルト」を感じる背景には、「母親が子育てに専念しないと子どもに悪影響がある」という根強く残る**性別役割分担意識**が大きく影響しています。専業主婦が誕生した大正時代の育児書は「子育ては母親が一人ですべき」と説きました。高度経済成長期、男性が仕事に専念し、女性に育児や介護を託す動きの中で、この考え方が浸透し家事や育児が女性の責務になりました。

しかし今は違います。夫婦共働き世帯が当たり前の現代。それなのに、男女平等の教育を受け平等に仕事をして、意識は過去の遺物を引きずったままなのです。

そんな中、罪悪感を手放そうという動きも生まれています。子育て世代向け女性誌『VERY』（光文社）は「そんなの、かまへん!」特集を掲載。「ご飯を作りたくない日は吉野家へ。牛皿買って夕ご飯。そんな夜があってもかまへん!」など、様々な「手抜き」を訴えました。

「そんなのかまへん」と言ってもらえると、ちょっと心が軽くなりませんか？家事や育児のハードルを上げすぎなくていい。肩の力を抜いていきましょう。

(男女共同参画係)



始めようスマホライフ コロナ禍だからこそ デジタルを!!!



o○*。+o●*。+o○*。+o●*。 o○*。+o●*。+o○*。+o●*。+o○

いきいき交流広場「きらきら」ブースで行ったアンケート結果より、皆様の関心があった項目「スマホ」の便利な“アプリ”と機能を紹介します。



LINE(ライン)

ユーザー同士が、基本無料で、メッセージのやり取りや、電話やビデオ通話もでき、画像(写真)や動画も共有できます。

編集員 おすすめアプリ



収集日や出し方がわかる。通知機



レシピに悩んだらクックパッド等



お出かけ前に、ヤフー乗換案内



インターネット検索 検索

ニュースや天気予報。気になるお店情報なども、今すぐ知りたいことを教えてくれる。ほしいアプリも見つかります。



カメラ

誰でもきれいに撮影できる。

ペットや花など、好きなものの写真や動画を撮ったものを編集したり、加工アプリで変身をも楽しんだり…

新聞など小さい文字も写して拡大すれば読みやすいで～。

QRコード読み取り方

カメラを近づけると枠が出て URL が表示されるので、タップ(タッチ)します。



スマホから「電子版きらきら」をためしてみてください



ライト 便利機能

ライトの使い方を知っていれば、夜中の停電や狭いところで物を探るとき助かりますよ。

紹介したアプリ以外にも便利で楽しめるアプリがたくさんあります。色々検索してお気に入りのみつけませんか? 家族や友人に聞いたり、販売店や、商工会議所のスマホ教室も利用して、楽しいスマホライフはじめませんか?

あなたのスマホで、
撮影してね♪

