

リズム

RHYTHM

2023
Vol.59

事業所でご利用ください♪

●情報誌「リズム」の送付

男女共同参画支援センター情報誌「リズム」を希望する事業所に送付します。「リズム」は宇治市ホームページからもダウンロードできますのでご利用ください。

お問い合わせは 宇治市男女共同参画支援センター

TEL: 0774-39-9377 FAX: 0774-39-9378

E-mail: danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp

女性が生涯を通じて健康で明るく、充実した日々を
自立して過ごせる社会を目指して

女性の健康週間

3月1日(水)～3月8日(水)

3月4日(土)には「女性の健康支援セミナー」を実施します。
(申込はP.4へ)

本気で、パパカUP!

【イクメンは当たり前?】

2012年に育児・介護休業法が改正され、同年に厚生労働省によって「イクメンプロジェクト」が発足してから10年。「イクメン」という言葉もすっかり定着しました。職種や職場によって育休の取りやすさは違いますが、少しずつ男性の育休取得率もあがってきています。わが子を育てるのは当たり前のことで、もはや男性だけを「イクメン」と呼ぶのは違和感があるとの声も聞かれるようになりました。

【子どもとの「遊び」の大切さ】

男性の育児参加の内容としては、「遊び相手をする」や「風呂に入れる」の割合が比較的多く(国立社会保障・人口問題研究所「全国家庭動向調査」2018年)、育児は食事や身の回りの世話など数限りなくあるなかで女性の負担のほうが大きいことは否めませんが、パパとの「遊び」体験が子どもたちの心身の成長に与える影響は大きいと考えられています。

子どもの発達や気質に応じた関わり方を知ったうえで、手加減しつつも思いきり遊ぶ。子どもの言いなりになるのではなく、適切な褒め方・叱り方を身につける。何よりパパ自身が子育てを「本気」で楽しむ姿勢が重要です。

【情報交換してみよう】

子育てや働き方、夫婦のパートナーシップについて、パパ同士で語り合う場所がありますか? 弱音や不安を口に出すことで、ふっと心が軽くなる瞬間があるかもしれません。先輩パパの話に耳を傾けるのも良い経験となるでしょう。職場や家庭内だけではなく第3の場所を見つけてみませんか。

子どもと一緒に!楽しく
パパカ(りよく)アップ

元気いっぱい!笑顔いっぱい!

本気で楽しむパパの子育て講座

日曜日の昼下がりに、パパと子どもたちで楽しく遊び、学びましょう。
育児のプロフェッショナルが「本気で楽しむ」ための関わり方を伝授します。子育てについて新たな発見があるかも?! (詳細・申込は P.4 へ)

会場



ゆめりあ うじ3階「げんきひろば」

講師

ファザーリングジャパン関西
副理事長
大阪総合保育大学 講師

阿川 勇太さん



情報発信力を身につけて防災ノートを作ろう!

「文章を書くのが好き」「イラストが得意♪」、「レイアウトやデザインが好き♪」、
「とにかく紙モノが好き!」という方はたくさんおられるはず!ですが…
「実際にその想いをカタチにする場所がない」、「どうしていいかわからない」、
「学ぶ機会がない」などのお悩みを抱えている方も多いのでは。

何かをカタチにするために必要な「企画力」「情報発信力」を身に付けるための第1歩として、
皆で楽しく意見を出し合いながら「防災ノート(リーフレット)」を作るセミナーを行います。

同じ想いを持つ仲間づくりもできるかも♪

出来上がった防災ノートは後日、市のセミナー等での配布を予定しています。

防災知識がなくても大丈夫!

まずは、年明けに新しい事にチャレンジしてみませんか?



情報発信力養成セミナー(全5回連続講座)

アイデアから企画へ

～「もしも」のために知っておきたい防災ノートを作ろう～

※日程等の詳細・お申し込みはP.4へ。市政だより1月15日号もご参照ください。

注目

パラレルキャリアで柔軟に働く

ひとつのキャリアを積み上げていくのではなく、並行して複数のキャリアを積み上げることを「パラレルキャリア」といいます。あるキャリアで得られた経験やスキルを他のキャリアに活かすことにより、それぞれの仕事に相乗効果を生み出すとされ、報酬のあるなしは問わず、人生を豊かにするための活動として本業と同程度の価値をもつものと考えられています。

女性は日常的に家事、育児、介護など複数の役割を担うことが多く、往々にしてひとつの仕事だけに没頭するわけにはいかないことがあります。知らず知らず積みあがっているキャリアもあります。「パラレルキャリア」をしっかりと意識することで、すきま時間を使って第二のキャリアを積み上げたり、好きなことを極めて起業や副業などにつなげるという道も見えてくるかもしれません。

「パラレルキャリア」は、マルチタスクで日々柔軟に活動する女性に向いている!と今注目されている、働き方や生き方に対する考え方のひとつです。



もっと知りたい!パラレルキャリアを活かした働き方

自分らしく働く仕事づくりセミナー(全3回)

働き方は自分で決める!～自分らしく働き続けるために～

働き方や雇用形態が多様化する中、仕事の枠にとらわれず、自分のライフスタイルに合った働き方や、長く働き続けることができる働き方など、独自の働き方について考えるためのセミナーです。

第1回 「自分らしい“パラレルキャリア”の始め方」

けいの えりな
慶野 英里名さん(パラレルキャリア研究所代表)

第2回 「創業の基礎知識×私の起業ノウハウ」(仮)

京都信用金庫 企業成長推進部担当者 ほか

第3回 「ブランディングで選ばれる人になる」

つづき さやか
都築 紗矢香さん(合同会社DRAMATIC BASIC代表)

※1回だけの参加もOK!
男性も参加いただけます!
日程等の詳細・お申し込みは
P.4へ。

3月8日は国際女性デーです

20世紀の初頭、北米および欧州各地で行われた労働運動や女性参政権運動を起源し、1975年の国際婦人年に国連において「国際女性デー」と定められました。世界各地で女性の人権問題に関する取組が行われています。

●● 国際女性デー関連イベント ●●

映画上映会「82年生まれ、キム・ジヨン」

結婚、出産を機に仕事を辞め、育児と家事に追われるジヨン。疲弊しきった彼女は突然、他人が乗り移ったように語りだし…。原作は韓国での男尊女卑を考察するフェミニスト文学のベストセラー。映画を通して、世界の女性の人権について考えてみませんか。(申込はP.4へ)



© 2020 LOTTE ENTERTAINMENT All Rights Reserved. (2019年/韓国/日本語字幕スーパー)

ミモザ・マルシェ at 宇治駅前広場

宇治でチャレンジしている女性たちによる「ここからチャレンジ・マルシェ」は、今回「国際女性デー」のシンボルとされている「ミモザ」をテーマにして、さらなる女性の活躍を呼びかけます。

国際女性デーは、イタリアでは「ミモザの日」とも呼ばれており、男性が女性に日ごろの敬意と感謝をこめて「ミモザの花を贈る日」とされています。

男性から女性だけでなく、あなたの大切な女性にミモザを添えて、日ごろの感謝を伝えてみませんか。



3/5(日)

3/4(土)
3/5(日)
10:00~16:00

アンコンクイズ

アンコンシャス・バイアス(unconscious bias)、略してアンコンとは「無意識の偏ったモノの見方」のことです。先日の『ともいきフェスティバル』では、参加者のみなさんに下記のクイズに挑戦いただきました。

次の【 】内の①②のどちらが正しいでしょう。

- アンコンシャス・バイアスとは、【①無意識・②意識して】の偏見・思い込みであり、誰にでもあって、あること自体が問題【①です・②ではありません】。
- 多種多様なアンコンシャス・バイアスがありますが、中でも【①年齢・②性別】役割意識によるものが多くあります。
- アンコンシャス・バイアスは相手を【①ほめ・②傷つけ】たり、自分自身の可能性を【①広げ・②狭め】たりすることもあるので、自分の価値観や理想を相手に【①決めつけない押しつけない・②決めつける押しつける】ことが大切です。

①②②・E ②・②①・L ㄹㄷㄹ

「私たちの中のアンコンシャス・バイアス」をキーワードに、今まで、そしてこれからの男女共同参画について考えるセミナーを開催します。(申込はP.4へ)

情報ライブラリー図書紹介

センター3階の情報ライブラリーでは、子ども向け絵本や雑誌、ムック本なども多数取り揃えています。難しく考えすぎず、楽しみながら男女共同参画にふれてみませんか。

★おすすめBOOKS

『パパはね』
阿川 勇太 著 デザインエッグ社



「パパはさ、パパになった時どんなやっかん？」と子どもに聞かれたらどう答えますか。あの頃の気持ちや出来事を思い出して言葉にしてみたら、毎日の子育てが、違ったものに見えるかもしれません。

※著者の阿川勇太さんをお招きして「パパの子育て講座」を開催します。(申込はP.4へ)

『女子の副業』
滝岡 幸子 著 青春出版社



人生の後半は「好きなこと」で楽しみながら稼ぐ。その準備として、本業を持ちながら好きなことで「副業」を始める。「ひとり起業塾」を主催する著者が明かす、「女性がいくなつてモイキキと稼ぐ秘訣」。

『母親になって後悔してる』
オルナ・ドーナト 著 新潮社



もし時間を巻き戻せたら、あなたは再び母になることを選びますか？ この質問に「ノー」と答えた23人の女性にインタビューし、女性が母親になることで経験する多様な感情を明らかにする。

セミナー・講座のご案内

詳細はチラシ・ホームページ等をご覧ください。定員に余裕があれば締切後も受付する場合がありますのでお問い合わせください(保育をのぞく)。

※新型コロナウイルス感染拡大状況により開催が中止や延期となる場合があります。

●特記のないものは

会場：男女共同参画支援センター

参加費：無料

対象：どなたでも

保育：6カ月～小学3年生(要申込・多数の場合抽選)

切：開催1週間前(延長する場合あり)

申込：先着順で電話・FAX・Eメールまたは男女共同参画支援センター窓口へ

講座名	講師	日時	定員	申込 その他
男性のための男女共同参画講座 元気いっぱい！笑顔いっぱい！ 本気で楽しむ パパの子育て講座 〈全3回連続講座〉	ファザーリングジャパン関西 副理事長 阿川 勇太さん	①1/22(日) ②2/26(日) ③3/12(日) 14:00～15:30	15組 程度	対象 1歳以上の未就学児と父親 (パートナー同伴可・未就学児と 母親のみは不可) 各回のみ参加も可
情報発信力養成セミナー アイデアから企画へ～「もしも」のために 知っておきたい 防災ノートを作ろう～ 〈全5回連続講座〉	㈱ライフキャリアデザイン・ アソシエイツ 代表取締役 森野 和子さん	①2/4、②2/18 ③2/25、④3/4 ⑤3/11(土) 13:30～15:30	15人	対象 女性
女性の健康支援セミナー 優雅な気分で、筋力アップ！ 『チェアバレエ・エクササイズ®』	健康運動指導士/チェアバレエ・ エクササイズ公認インストラクター 大西 京子さん	3/4(土) 13:30～15:00	30人 (抽選)	対象 女性
国際女性デー 映画上映会 『82年生まれ、キム・ジヨン』 (日本語字幕スーパード)	解説文 同志社女子大非常勤講師 沈 明姫さん	3/5(日) 13:30～16:00	200人 (抽選)	会場 宇治市生涯学習センター保育は 小学4年生まで 締切 2/19(日) 必着
男女共同参画基礎講座 男女共同参画はどこへ行く？今まで、 そしてこれから～私たちの中のアンコ ンシヤス・バイアスを考える～	宇治市男女共同参画審議会前会長 桂 容子さん	3/18(土) 13:30～15:30	50人	オンライン配信あり
自分らしく働く仕事づくりセミナー 働き方は自分で決める！～自分らしく働 き続けるために～ ①自分らしい「パラレルキャリア」のはじめ方 ②創業の基礎知識 × 私の起業ノウハウ(仮) ③ブランディングで選ばれる人になる	①パラレルキャリア研究所 代表 慶野 英里名さん ②京都信用金庫 企業成長推進部担当者ほか ③合同会社 DRAMATIC BASIC 代表 都築 紗矢香さん	①3/10(金) ②3/17(金) ③3/24(金) 13:30～15:30	30人	各回のみ参加も可
自殺対策強化月間関連セミナー 「うつ」「依存」と上手につきあう ～心の健康を保つためのヒント～	京都文教大学 臨床心理学部 准教授 松田 美枝さん	3/26(日) 13:30～15:30	40人	オンライン配信あり

市民企画 奨励事業/サポート事業				申し込み先は事業ごとに異なります
親子のふれあい英語あそび体験会 ①、③はベビーマッサージ、 ②はバレンタインクラフトもあり Kangaroo Club English	片田 聖子さん	①1/22(日) ②2/12(日) ③3/12(日) 10:30～11:15	各回 5組	対象 0歳児(首座り後)から就学前の 子どもと保護者 参加費 600円～ 申込 右記 QR コードへ
女性のための再就職セミナー 〈3回連続講座〉 ①どんな仕事ができるだろう？ ②プランクがあっても大丈夫？ ③採用されるのはどんな人？ キャリアクリエイティブプラスワン	山田 啓代さん	①1/25(水) ②2/22(水) ③3/15(水) 10:00～12:00	各回 12人	対象 女性 保育 6カ月～未就学児 各回のみ参加も可
異業種交流会 mamaチャレ	清水 慶江さん	3/12(日) 13:00～15:00	15人	対象 女性
ハロー・パートナーシップ相談会 in 宇治 日本結婚教育協会	山田 純子さん 中村 優子さん	①1/21(土) ②2/12(日) ③3/18(土) 13:00～17:00	各回 12人	相談時間一人 45分 資料代 500円 保育 なし 申込 右記 QR コードへ
おしゃべりサロン 200回記念イベント わいわい TRY 塾	柴田 高明さん 高橋 通康さん 大原 めいさん はなちゃんず	3/12(日) 13:30～16:00	200人	会場 生涯学習センター 参加費 700円 保育なし 申込 ☎43-6228 中塚さん

編集 宇治市男女共同参画支援センター 発行 令和5年2月

宇治市男女共同参画支援センターは、男女共同参画に関する施策の実施や、市民の皆さんによる男女共同参画の推進に関する取り組みを支援する施設です。

〒611-0021 宇治市宇治里尻5-9 JR宇治駅前 ゆめりあうじ内

TEL: 0774-39-9377 FAX: 0774-39-9378 E-mail: danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp

◆『リズム』は、古紙を配合した再生紙を使用しています◆



宇治市男女共同参画課 検索