

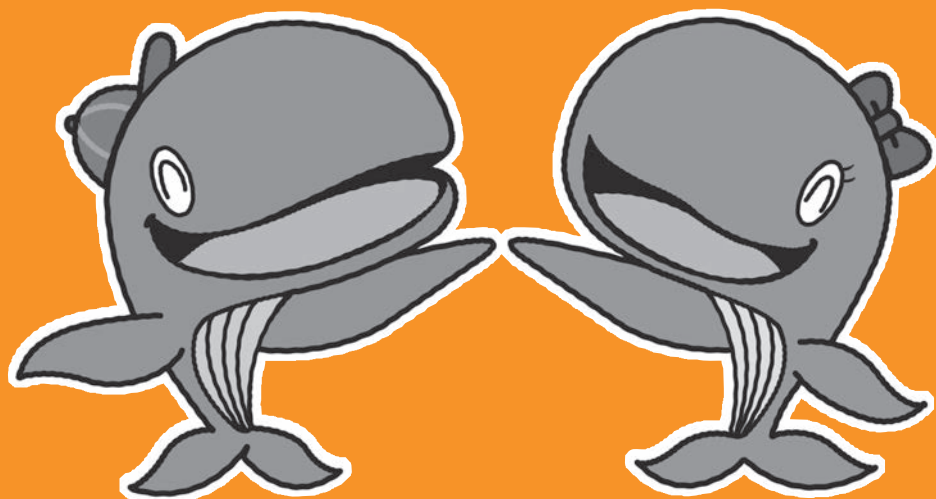
はーい！

男と女が共に歩むための情報誌

Hi, あきしま

vol.40

2015.10



特集

■ 昭島市のイクメンをさがせ !!

- ☐ 「Hi, あきしま」1995年 創刊から20年
- ☐ 離れて暮らす親の介護
- ☐ BOOK GUIDE
- ☐ INFORMATION

特集 昭島市の

イクメンを

さがせ!!

ただいま、
子育て奮闘中のパパに
インタビュー

荒澤 直澄さん(37歳)

小4女兒、年長の女兒の父
大神町在住 路線バスの運転士

初の育休取得者

仕事がシフト制なので、学校や保育園の行事に合わせられずし、休暇も取りやすい職場環境です。私は子どものイベント、行事重視なので、はつきりそう言って休みを取ります。それを上司も同僚も皆受け容れてくれる会社です。それには、普段から誰も入れない時に進んでシフトを入れるなどして信用してもらえているからだと思っています。なんといつても、私が営業所初の育児休暇を取得した男性社員です。下の娘の時、1カ月半の育休を取らせていただきました。

パパ育児のメリット

パパが育児する最大のメリットは、やはり遊びがダイナミックなところではないでしょうか。高い高いをしたり、ジャイアントスイングをしたり、男性の腕力が活かせる場面も多いかと思います。男性が育児に参加すると、けっこう子どもたちのヒーローになれるものです。

もちろん腕力だけではなく、小学校の本の読み聞かせ授業には100%参加しています。カブトムシマニアなので、カブトムシの本を読んで、全員にカブトムシをプレゼントしたこともあり、とても喜ばれました。昭島市には、まだまだけっこうカブトムシがいますよ。

保護者会に出席

娘の小学校の保護者会にも積極的に参加しています。PTAの役員をしているお父さんでもなかなか保護者会には参加されませんが、私は子どもの生活、子どもの全てを知りたいと思うのです。最初は保護者会に父親は私一人だけで、かなりのアウェイ感を覚えました。学校に關わると見る世界が変わるのですね。先生のこと、親のこと、行事のことなど、いろいろ表面的なことではなく本質的なことが分かり、本当の意



味で子どもと向き合えるのだと思います。

子どもの世界全体を共有する

私は子どもの成長に伴い、できる限り子どもたちと同じ景色、同じ時を共にしたいと考えています。自分の娘たちの見ている景色と一緒に見て、同じ空気を一緒に吸う。自分の子どもだけでなく、同じ時代、同じ場所に生まれ育つ地域の子どもたち皆全員に特別な思い出を作りたいと考え、行動しているつもりです。そうすることで、自分の子どもの性格や立ち位置も分かってくると思うのです。私が言いたいのは、自分のお子さんの世界全体、友達関係を含め、全てを愛して欲しいということです。

子育ては癒し

仕事の疲れというのは、主に心が疲れているのだと思います。私の場合、子どもと遊ぶことで心が癒されるので、子育てを使命感のように感じたことは一度もなく、楽しいから、癒されるから積極的に子どもと遊んでいます。

とにかく子育てを難しく考えずに、まずは本気になって子どもたちと遊ぶことだと思います。野球やサッカー、ザリガニ捕りやクワガタ捕り、なんでも良いのです。大人が本気になって子どもたちと向き合えば、それが子どもにとって特別なことであって、それが子育てなのだと思います。



村井 宏至 さん(31歳)

2歳女兒の父
大神町在住 団体職員

娘と一緒に自分も楽しい

子どもと一緒に遊べるのも小さい時だけで長い一生を考えるとほんの一瞬だけのように思います。それまでの間は娘と一緒に思う存分遊びたいと思っています。

本当のことを言えば、娘と遊ぶことを、自分も楽しんでいきます。

自宅は戸建ての一つですが、ご近所は皆同年代の人たち、それぞれ男性も子育てに積極的です。娘と一緒にその仲間に入ると、その方たちとの交流があり、私にとってそれが楽しい時間です。

また、土曜はここ、なしのき保育園の「なしのき広場」にきて遊んでいます。ここでも同じような立場の男性もいて、さまざまな情報交換ができるのがいいですね。

自分にとっては、人との関わりが大切であり、また楽しみでもあります。



子育てひろば なしのき

育児は妻と分担

妻と私の出勤帰宅時間は同じですが、私は残業で忙しい時もあります。

現在、平日は娘を保育園に預けていて、義母が娘を保育園に迎えに行ってくれることもあります。

そういう点で私たちは恵まれている方なのかもしれませんが、何よりも私は子育てを楽しみたいと思います。

乳児期の子育て

娘が赤ん坊の頃はよくミルクを吐く子だったので、本当に大変でした。私は育児休暇を活用しませんでした。週末だけでも育児を分担しました。

片づけ、掃除、お風呂は

平日の家事は妻に任せることが多いですが、娘のオムツ替え、お風呂、食事、寝かしつけ、遊び相手なども私の担当です。

また、休みの日の片づけや掃除、食事作りはできる限り私がやります。

妻と義母に感謝。自由時間を確保

妻と義母には感謝しています。本当によくやってくれていると思います。

ですから、土日は娘とこや公園に遊びに行き、妻ひとりの自由時間をなるべく確保しています。

周囲に多くのイクメンが

「子育ては女性の役割」という考え方については、昔はそういう考え方が社会一般の風潮だったと思います。ただ、今の時代は周りにイクメ

ンが多いですし、私自身何ら抵抗を感じていません。

子育ては楽しい

子育てはとても大変です。しかし、男性が子育てに関わることは、実際にやってみると楽しいことだと実感しています。

周りの条件が厳しく、関わりたいと思っても難しい人もあるかと思いますが、それぞれに創意と工夫を重ねて乗り切り、そうして子育てに男性が是非関わってほしいと思います。楽しいですよ!!



東拓次さん(29歳)

2歳男児の父

つつじが丘在住 会社員

今どきの夫とは

周囲を見てみると、確かに自分は家事や育児をよくやっている方だと思っています。人によっては「男がそこまでやるの」と驚かれたりすることもあります。「時代が違つ」と思いますね。今は女性が専業主婦で当たり前という時代ではないので、男性が育児や家事で、できる限りのことをするのは当然だと思っています。逆に、そういうことを言う人たちに、「なんで男がやっちゃいけないの」って言いたくなります。

自然とできた役割分担

子どもが生まれるまでは、食事を作ったりもしていたのですが、子どものこととなると、栄養バランスなどは妻の方が得意なので、基本的に食事は妻。それ以外の食器洗いや風呂掃除、ゴミ捨てなどは自分です。洗濯に関しては基本は妻ですが、妻が疲れているときなどは自分がやります。



妻と決めた子どもの叱り方

子育てに関しては、保育園の行事などには基本全部積極的に参加しています。習い事の親子スイミングも一緒に通っています。会社が子育てに理解のある会社なので、有休も取りやすく、それにはたいへん感謝しています。

今はまだ息子が小さいので、そんなに怒ることもないのですが、今後怒らなければならない時が出てくると思います。その時は、妻と二人で話していることがあって、両親共に怒るのはやめようと言っています。たとえ自分が嫌われても、怒るのは父

親の自分であって、母親である妻は極力子どもにとつての逃げ道にしてあげたいと思っています。

子どもの笑顔を見るために

子育てをしていて一番嬉しく思うのは、遊んでいる時やご飯を食べている時、子どもが笑ってくれることです。子どもの笑顔を見られるのなら、なんだったってしくなります。

きれいごとかもしれませんが、子育てができる時間は限られていると思います。ですから、仕事から早く帰れる時は、会社から帰って目一杯遊んであげます。お風呂に入れたら、歌いながら寝かしつけたりします。今一番息子が好きなのは、「まんが日本昔ばなし」のテーマソングの

「にんげんっていいな」です。息子と一緒にゆっくり歌うと、安心して眠れるようです。

育児の醍醐味

子どもと接していないと、子どもの変化が分からないと思います。子どもの成長を見たときはやはり嬉しいですね。立てるようになった、ハイハイ、言葉が言えるようになったときなど、その時その時の、その一つ一つが嬉しいし、感動します。子どもは日々変わっていきます。それを見逃すのは何よりもつたいないと思うのです。

まだまだ子育て勉強中です。これから子どもの笑顔を見るために奮闘していきたいと思っています。



「Hi, あきしま」 1995年創刊から20年

創刊当時は、女性問題についての啓発活動の一環として、女性の手による女性情報誌として誕生しました。編集に市民の方が初めて関わることとなりました。

誕生までの道のり

国連総会で1975年が国際婦人年と決められ、翌年から1985年までを「国連婦人年の10年」と呼びました。国内では総理府が「婦人問題企画推進本部」を設置し、1977年に「国内行動計画」を策定。東京都でも1978年には「婦人問題解決のための東京都行動計画」が策定されました。その後各地で行動計画の策定など、さまざまな取り組みが展開されていき、1979年には国連で「女子差別撤廃条約」が採択され、日本でも「男女雇用機会均等法」などの国内法を整備し、1985年にこの条約を批准しました。

こうした流れの中で、昭島市でも市民の声が反映された行動計画をとった声が広がり、1989年に「昭島市婦人問題審議会」を設置し、同時に「婦人問題に関する市民意識・実態調査」も実施しました。地域に密着した行動計画策定を目指して「昭島市婦人問題審議会委員」に公募による市民が7名参加し、計20

名の委員は、市長の諮問を受けてから2年間に3部会・全体会あわせて延べ52回にわたり熱心な審議を重ね、1991年に350項目を超える答申がなされました。この答申を受けて、1992年に庁内に「女性行動計画策定委員会」を設置し、1994年にあらゆる女性問題を解決し、男女共同参画型社会を実現するために昭島市が実施する事業計画「昭島市女性プラン」ができあがりました。

この事業計画は、①男女平等教育の推進 ②福祉の充実と健康づくりの推進 ③社会参加の推進 ④平和な社会環境の創造の4つを大きな柱ととらえ、女性情報誌については、①男女平等教育の推進の「女性問題についての啓発活動の推進」の中に書かれており、啓発活動の一環として発行しました。

編集は市民の方に携わっていただくとうと、1995年5月の広報で編集委員を募集し、17名の応募がありました。公開抽選の結果10名の方が決まりました。また、情報誌の名称は8月の広報で募集し、編集委員会で決定しました。

Hi, あきしまの今

現在は、「昭島市女性プラン」「あきしまジェス21」を引き継ぐ、第3期の計画「昭島市男女共同参画プラン」(平成23年度から32年度までの10年間)に基づき、男女共同参画社会

の実現をめざして、「男女共同参画に関する情報の収集・提供」「市民参画による男女共同参画の推進」の施策を図るため、公募の委員が、年2回の発行にあたっています。今年度の編集委員6名を紹介します。



榎本眞弓 編集委員

幼少より昭島で学び育ちました。水と緑に恵まれたこの昭島が好きです。祖父、父ともに昭島育ちで、縁深いこの地に恩返しできればと思います。私は現在、中学生の娘がいます。娘が社会を担う頃には、男女共同参画社会が実現されていることを願います。

清田若子 編集委員

美しい自然と美味しい水、生活の便利な昭島に移り住んでから25年、ここは私の故郷富山以上に大好きです。日頃からこの昭島のお役に立ちたいと思っていました。このたび「Hi, あきしま」の編集委員になって、2年目を迎えています。今回

は、多くの人たちが悩んだり、関心を寄せている事柄や今後直面するであろう問題を取り上げ考えてみたいと思っています。

倉水 勝 編集委員

定年退職を機に「Hi, あきしま」編集委員に挑戦してみることになりました。在職中はSR(社会的責任)関連の業務に従事しておりましたのでこの経験を生かし皆様のお役にたてる情報発信ができればと思っています。また、読みやすい、魅力ある記事にするよう頑張りたいと思います。

原 幸子 編集委員

創刊号が発行されてから20年。その内容は、編集委員の方々の記事に対する真摯な取り組みと熱意が読み取れます。そのような皆さまの思いを引き継ぐ編集委員の一人として重みを感じながら1年間編集に携われればと思います。

山内昭裕 編集委員

読みやすく、分かりやすく、一人でも多くの市民の皆さまに愛読されるように。

渡邊啓子 編集委員

市民の皆さまに、分かりやすく、興味を持っていただけるような誌面作りを頑張ります。

私の体験

—18年以上の富山への遠距離介護

「離れて暮らす親の介護」

家族の理解と協力—

都会で暮らす私たちにとって、遠く離れて暮らす老いた両親の健康状態や暮らし向きなどは、気がかりなものである。

親の介護が必要になる時は、遅かれ早かれやってくるものだ。そんな時、自分の仕事や生活を大切にしながら親を見守り介護していくには、どうしたらよいのだろうか。

介護が必要となる前から考え、準備した方がよいのではないか。

今回は、遠距離介護が抱える問題に焦点を置いて考えてみたい。

変わる介護のかたち

遠距離介護というと、昔はかなり遠方に通っているケースを指していたが、最近では近郊などでも離れて暮らす親の介護という捉え方をする人もずい分多くなってきた。

介護をする人も20年前は専業主婦の人がほとんどだったが、今は仕事をする女性も多くなった。兄弟の数も又減ってきている。介護の担い手も男女の区別がなくなり男性も積極的に介護にあたっている。

介護施設では「介護男子」の魅力で、職場のイメージアップを図ろうとしている。

10年後には、介護職と呼ばれる人たちが28万人不足すると言われている。それに伴いサービスを受けられない「介護難民」が、続出するのではないかという危機感も生まれている。先日某政治家が「地方には、余裕が見られるから、地方への移住もよいのではないか」と言っていた。都会の高齢者にとっては、難しい問題に思われる。

親が長寿になり介護する人の年齢も高くなり、「老々介護」という言葉も生まれたが、逆に孫世代が介護している様子もテレビで放映されている。

一方、若いときに親が倒れるケースや、若年性認知症を患うケースもある。

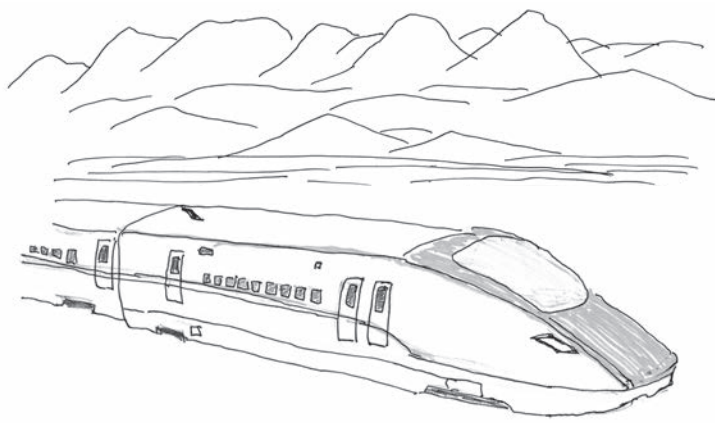
全く前途多難である。

18年以上の遠距離介護

私も遠距離介護に携わっている一人だ。

私の故郷は、美しい富山湾と、壮大な立山連峰に囲まれた「富山市」である。今は、北陸新幹線の開業で賑わっている。

そこでは、96歳になった母が独りで暮らしている。頭はもちろん、目



北陸新幹線

や耳や足腰もしっかりしているが、老いが目立ってきた。

そんな母が気にかかり、毎朝電話で母の声を聞いている。「夕べあなたの夢を見たよ」と言われると、飛んで行きたい気持ちになる。

母の元に行くと、寒天で作る郷土料理「ベッコ」を作ってくれる。私もよく作るが、まだまだ母の味には、届かないのだ。

先日、母が転倒して肩を骨折した。それから、いたる所に手摺りをつけている。

15年余り前、父が他界した。癌だった。

ひとり娘の私は、父の癌が発覚してから、18年以上もの長い間往復している。

自分の生活を大切にしながら、見守り介護していくことは、生半可なことではできない。

私に姉妹がいたら、介護も交代でできるのにと思っているのも多々あった。それでも通っているのは、責任と義務や愛情があるからだ。



ヘルパーさんと共に

家族の理解と協力

主婦が家を留守にするには、家族の協力が大切である。幸いなことに、私が専業主婦であったこと、夫が大学で教鞭をとっていたため、時間的なゆとりがあったこと、息子が既に成人していたことなどが重なり、長期間遠距離介護が続けられたのだと思う。

とにかく、遠距離介護にはお金がかかる。

交通費が馬鹿にならない。色々な恩典を利用して、通う回数が頻繁になると、追いつかない。私の場合は、親が半分お金を出してくれたので、本当に助かった。

不可欠な関係者の支援

介護は、家族だけでできるものではない。

離れて暮らしている者にとって、親の容体が急変してもすぐには駆けつけられない。

実家の場合、毎旦朝と昼、二回ヘルパーさんが通って来ている。

母は若い頃から体が弱く、今でもよく入院している。結核に罹り、肺

を切除したせいか呼吸器が弱く、かぜをひくと重症化しやすい。最近では、症状が落ちついてきているものの、以前は、腸閉塞が起こりやすく苦しんだ。

そのたびに病院へ運び親身に世話をしてくれているのがヘルパーさん。不測の出来事に、すばやく対応してくれているのがケアマネージャーさんだ。

何かと相談にのり、心の支えになってくれているのが主治医の先生。毎週一回訪問し、気遣ってくれているのが看護師さん。他に民生委員の方や親しい友人や知人、近隣の人などそんな人たちの支援のもとに母の生活が成り立っていると言っても過言ではない。

心の葛藤を乗り越えて

親と一緒に住む場合は、親の家へ移り住むか呼び寄せるかであろう。

いずれの場合もこれまでの自分たちの生活様式が一変するのだから、心の葛藤が伴いそれなりの覚悟も要求される。

他に介護施設への入所も一考である。

ここでも施設探しを始め、色々な

問題解決も必要になってくる。

現在私は、親の家へ移り住むことを視野に入れて準備をすすめている。

遠距離介護を長く続けていくためには、こちらにいる時は自分の生活を優先し、親の元へ行った時は親のことだけを考える。メリットと云えば、刻々と移り変わる富山の季節の変化を、肌で感じることだ。一番大切なことは、気持ちの切り替えをすることにほかならない。

親の世話、自分の生活や仕事など何もかもがうまくいくわけがない。

私はその都度、今どうしてもやらなければいけない順番をつけるようにしている。後回しにしても良いことは、思いきって捨てることにしている。また手伝ってもらいたい時は一人で抱え込まず、家族、友人、知人に助けを求めることである。自分の流儀で、自分の生活や仕事と介護の両立をはかれば、必ず道が開けると信じている。

W・K 記

✳能力を活かせる社会に！

✳女性の自立と社会参画を目指して！



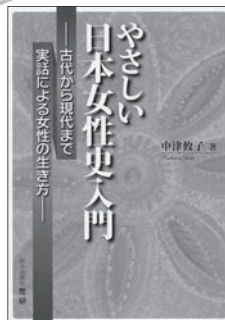
『女性なぜ活躍できないのか』

大沢 真知子 著

東洋経済新報社 2015年3月

著者は女性労働やワーク・ライフ・バランスの研究者。経済の成長には女性の活躍が望ましいにもかかわらず、なぜ女性が活躍できないのかを問い、

その根源を解明する。いきいきと女性が活躍する社会を実現するために必要なことは何か。実現に向けた政策提言として「女性の活躍を推進し、少子化の流れを止め、格差社会の形成を食い止めるためには、日本の社会を共働き社会に転換していくことが不可欠である」と社会構造の在り方を指摘する。あわせて女性の活躍を推進してきた日本企業の実際の取組をトップへのインタビューで紹介。「女性が輝く社会へと転換する」ためのロールモデルとなる一冊。



『やさしい日本女性史入門』

—古代から現代まで実話による女性の生き方—

中津 攸子 著

展研 2015年1月

「原始女性は太陽であった」と平塚雷鳥が雑誌『青鞥』の発刊にあたって書いているように、古代「女性は

敬われる」存在であった。著者はその女性がなぜ「歴史の裏面に埋没してしまったのか」という視点で、古代から現代までの女性の生き方を実話で検証する。その女性は歴史上に登場する人々だけではなく、一般女性にも視点を置き、時代とともに変化を遂げる政治や経済上の営みの中で、わかりやすくまとめている。時代に翻弄された女性、抗いながらも自らの道を切り拓いた女性、そしてそれぞれの時代の中でたくましく生き抜いた女性、そのような女性たちが存在し、生きて歴史を紡いできた。だからこそ、本書から著者が述べているように「女性が自ら輝く時代」へと現在までの女性史の繋がりを読みとれる。

✳現在の子どもを取り巻く環境を知るために！



『子ども社会学の現在』

—いじめ・問題行動・育児不安の構造—

住田 正樹 著

九州大学出版会 2014年9月

本書は教育社会学を専門とする著者の「子ども」に関する論考をまとめた一冊で、調査研究から今日の子ども観の変容に

視点を置き、いじめ、教師の指導力、育児不安など諸問題における要因を分析。「子どもの発達と居場所」「子どもの問題行動と集団活動」「母親の育児不安と育児サークル」「子ども社会学の現在」などIV部と補論「社会化研究と仲間集団研究の課題」で構成され、子ども観の内容と現実を実証的に分析し、明らかにする。子どもを取り巻く環境（現代社会・地域社会・家庭・学校）の急激な変化との関連性は想定以上と言えよう。

✳その他、今年度購入した本

◆『母と娘はなぜこじれるのか』

齊藤 環 編著 NHK出版 2014年2月

◆『男女共同参画白書』平成26年版

内閣府男女共同参画局 編集 ウイザップ 2014年6月

◆『少子化時代の「良妻賢母」』

—変容する現代日本の女性と家族—

S・D・ハロウェイ 著 高橋 登 他訳 新曜社 2014年7月

◆『女はいつからやさしくなくなったか』—江戸の女性史—

中野 節子 著 平凡社（新書） 2014年7月

◆『「女子」の誕生』

米澤 泉 著 勁草書房 2014年7月

INFORMATION

男女共同参画講演会 「家事ハラから考える 男も女も幸せになれる働き方」

講師：ジャーナリスト・和光大学教授
竹信 三恵子さん

日時：平成27年12月6日（日）
午後1時30分～3時30分

場所：昭島市役所 市民ホール

定員：80名（申込順）

保育あり（2歳以上の未就学児5人、申込順、11/24申込期限）

申込：企画部企画政策課 TEL042-544-5111
（内線2373）11/4（水）より電話で受付

男女共同参画セミナー 「DV被害からの自由」

～自分らしく生きるということ～

講師：くにたち心理相談室
臨床心理士 木田 佐知子さん

日時：平成27年11月25日（水）
午後1時30分～3時30分

場所：昭島市保健福祉センター
（あいぽっく）視聴覚室

定員：30名（申込順）

保育あり（2歳以上の未就学児5人、申込順、11/16申込期限）

申込：企画部企画政策課 TEL042-544-5111
（内線2373）10/16（金）より電話で受付

