

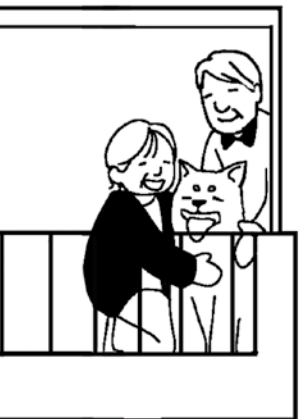
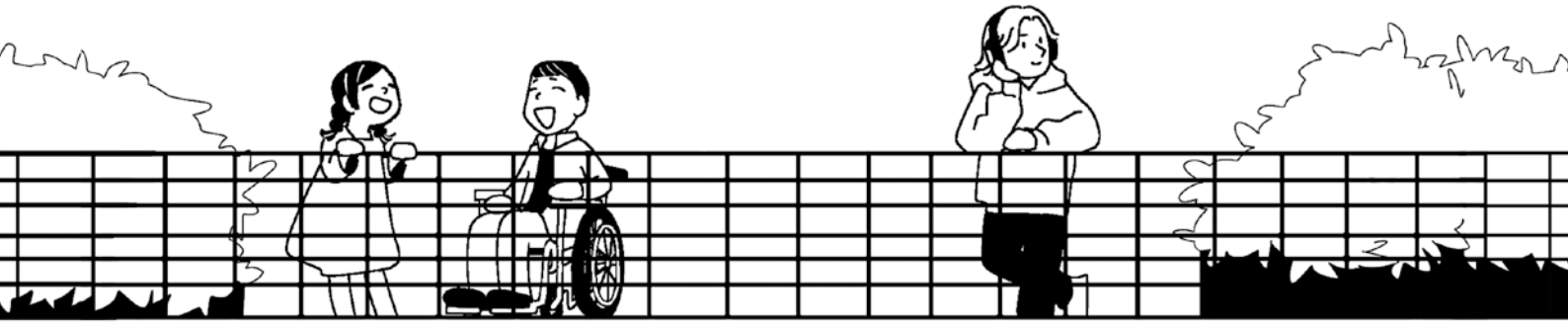
# i.AKISHIMA

Vol.61 2026.3

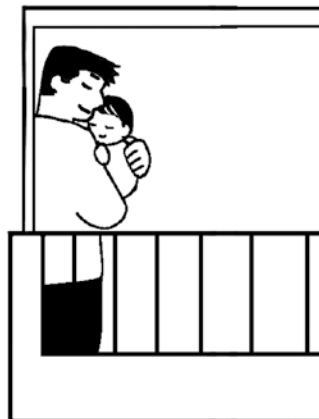
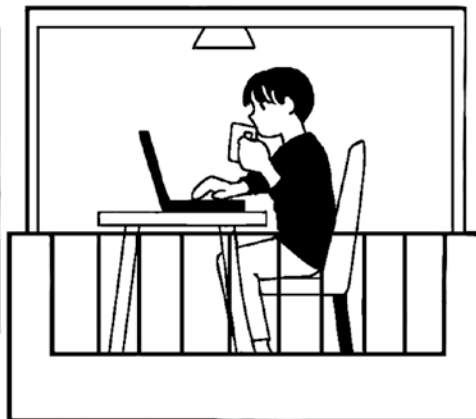
「Hi, あきしま」は  
スマホで読めます！



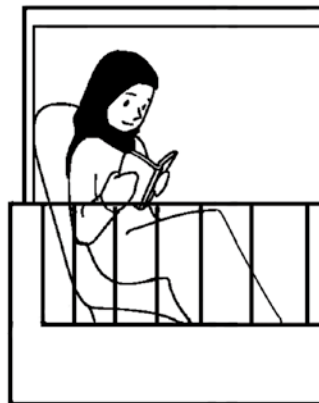
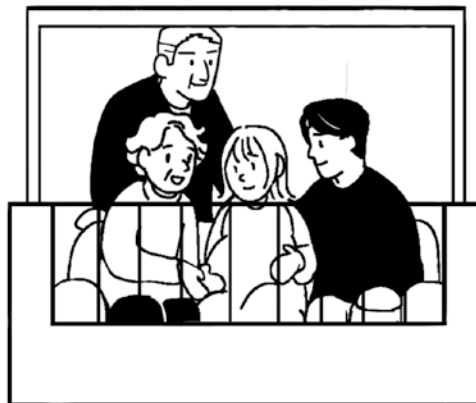
TOPICS >>> 市内のえるぼし認定企業にお話を伺いました



自分を大切に生きるための  
包括的性(生)教育  
実践編



コミュニケーション  
・マナーの違い  
昔と今



たかぎさんぽ  
～Hi, あきしま編集委員  
の地域活動紹介  
PART2～



# 市内のえるぼし認定企業にお話を伺いました

## — 世界に誇る技術を、昭島から — 日本電子株式会社

### えるぼし認定とは

採用や継続就業、労働時間などの働き方、管理職比率、多様なキャリアコースといった基準について、女性の活躍に関する取組の実施状況が優良な企業を、厚生労働大臣が認定する制度です。認定マークを商品などに付すことができ、企業イメージの向上や人材確保につながるメリットがあります。



昭島市に本社を構える日本電子株式会社は、1949年（昭和24年）創立、1961年（昭和36年）に昭島市に移り、この地で事業を続けてきた企業です。電子顕微鏡をはじめとする高度な分析機器を手がけ、研究や産業の現場を世界規模で支えています。



同社は、電子顕微鏡で培った技術をもとに、半導体分野などさまざまな分野へと事業を広げ、近年では、製品を単体で提供するだけでなく、複数の機器を組み合わせ、顧客の課題をトータルで解決する提案にも力を入れています。その背景には、社内の部署や専門分野を横断して連携する「YOKOGUSHI」の発想があります。異なる視点を組み合わせることで、新たな価値を生み出そうとする姿勢です。



こうした考え方は、働き方や人材活用にも通じています。理工系の企業という特性上、社員構成は男性が多い一方で、同社では「一人ひとりの能力を、より発揮できる環境づくりが、企業の持続的な成長につながる」と考えてきました。その一環として、**えるぼし認定**や**プラチナくるみん認定**（※1）を取得しています。

認定は、**評価を得ること自体が目的ではなく、自社の制度や仕組みを見直し、整えていくための道しるべ**として位置づけているといます。実際、男女の平均勤続年数に大きな差はなく、認定取得によって「働きやすさ」が社員にも分かりやすくなったと感じているとのお話でした。一方で、管理職の男女比率など、さらに高めていきたい点もあり、具体的な目標を定めながら検討を進めているそうです。



職員 男女比率	男性	82.6%
	女性	17.4%
管理職 男女比率	男性	94.8%
	女性	5.2%

男性 育児休業取得率	2021年	2022年	2023年	2024年
	16.7%	45.0%	61.9%	55.9%

平均勤続年数	男性	17.3年
	女性	17.0年

※1 次世代育成支援対策推進法に基づき、一般事業主行動計画を策定した企業のうち、計画に定めた目標を達成し、一定の基準を満たした企業は、「子育てサポート企業」として、厚生労働大臣の認定（くるみん認定）を受けることができます。さらに、認定を受けた企業が、より高い水準の取組を行い一定の基準を満たした場合、厚生労働大臣の特例認定（プラチナくるみん認定）を受けることができます。

制度づくりと並行して、社内の意識にも少しずつ変化が生まれています。女性社員の活躍を社内で周知することで、女性社員に「仲間がいる」という意識が芽生え、生理用品を共有スペースに設置するなど、現場の声を反映した工夫にもつながっていききました。

技術系の分野では、女性社員が少ないという課題がありました。そこで始まったのが、様々な相談やアドバイスを通じ、メンター（先輩社員）とメンティー（若手社員）が、楽しみながら、自由に対話し、共に成長する場としてのメンター制度、通称「**シャインマスカット**」です。ベテランや中堅の女性技術者を交えたコミュニケーションを通じて、キャリアの築き方やロールモデルを知る機会をつくっています。自分のライフステージと仕事をどう両立していくか、悩みを共有できる場が生まれています。



同社では、フレックスタイム制度や短時間勤務、在宅勤務など、柔軟な働き方も取り入れていますが、一方で、製造現場など職種による違いがあり、不公平感が生じないように配慮が欠かせません。一律の正解を求めるのではなく、できる範囲で最善を探りながら、調整を続けている段階だといいます。

現在は、**ダイバーシティ・オポチュニティ・インクルージョン（DOI）**（※2）の考え方を軸に、5か年の中期経営計画を進めています。その一つが、服装を社員の判断に委ねる「セルフビズ」の導入です。自分で考え、周囲と調整しながら行動することを大切にしたい取り組みで、服装を通して他者の考えを受け入れることで、多様な観点を一歩ずつ広げようとしています。

また、**未来の科学技術を担う人材育成の一環として地域とのつながりづくりにも熱心です。**

学校での理科教育支援授業や、産業まつりでの体験ブース、通勤路美化活動などを通じ、市民との接点を大切にしています。

世界に誇る技術を昭島から発信しながら、多様な人材が力を発揮できる職場を目指して、日本電子株式会社は歩み続けている会社でした。えるぼし認定企業の取り組みは、市内の他の企業や団体にとっても、あなたの勤めている職場にも、参考となる点があるのではないのでしょうか。



※2 ダイバーシティ（多様性）、オポチュニティ（機会）、インクルージョン（全てを包み込む）社会や職場において、多様性を尊重し全ての人が平等に参加できる環境を実現しようとする考え方です。

### 〈日本電子株式会社（JEOL Ltd.）概要〉

事業内容：理科学計測機器（電子光学機器・分析機器、計測検査機器）、半導体関連機器、産業機器、医用機器の製造・販売・開発研究、およびそれに付随する製品・部品の加工委託、保守・サービス、周辺機器の仕入・販売

本社所在地：昭島市武蔵野3丁目1番2号

代表電話：042-543-1111



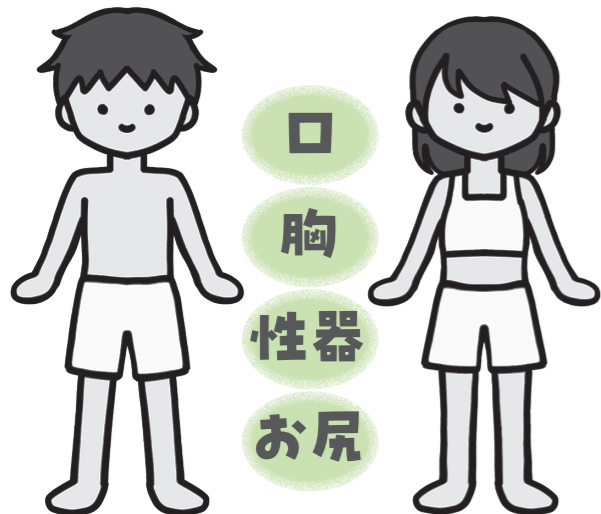
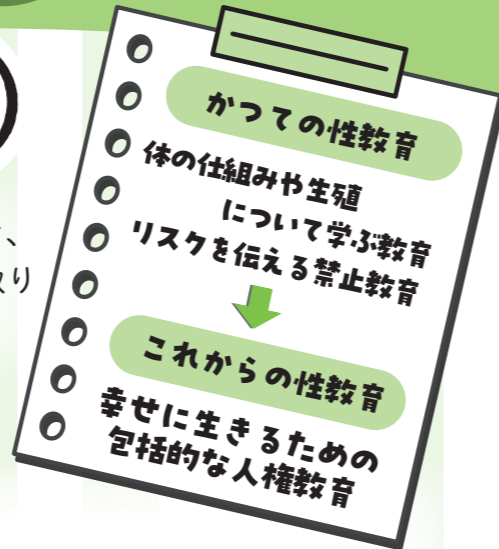
# 包括的性教育 (生)

実践編

前号でご紹介しました「包括的性(生)教育【理論編】」に引き続き、今号では「包括的性(生)教育【実践編】」として、包括的性教育で取り扱う内容の中から「プライベートゾーン」についてご紹介します。

## プライベートゾーン

体のプライバシーと「いや」の気持ちを育む



水着で隠れている場所と口は、自分だけのとっておきの場所「プライベートゾーン」です。体の中に繋がっていたり、次の命や人生にも深く繋がっている大切な場所なので、人に勝手に見せたり触らせたりしません。

もしも、誰かがプライベートゾーンを勝手に見ようとしたり触ろうとした時は、「NO (いやだと言う)」「GO (にげる)」「TELL (おとなにはなす)」で対処しましょう。そのような場面では、ひよっとしたら怖かったりびっくりして、「NO・GO・TELL」が出来ないこともあるかもしれません。でも、出来なかったとしても、悪いのはあなたではなく、やめてくれなかった相手です。あなたはちっとも悪くないということも覚えておいて下さい。



## 「いや」の意思表示と自己決定権

勿論、プライベートゾーン以外の場所も、体はどこも全部大事なので、自分が人に勝手に触られるのはいやだと思ふ場所は、全部「いやだ」と言って大丈夫。自分の体は自分のものだから、誰がどこに触れて欲しいか、欲しくないかは自分で決めて良いもので、一人ひとり違って良いのです。触れ合いは、自分は良いと思っけていても相手は良いと思っけていないかもしれないという前提のもと、言葉で確かめ合う、同意を得るということが、相手も自分も傷つけないためにとっても重要です。

Q  
A

自分たちも包括的性教育を受けずに大人になったので、子どもから質問や相談を受けても、うまく答えられる自信がありません。

まずは、子どもたちが「話して大丈夫」と思える関係性作りを。

性に関する質問に嘘を伝えたりごまかすように答えてしまうと、子どもたちは「この人は本当のことを教えてくれない人」と認識し、いざ性についての心配ごとや困りごとが出てきたときの相談相手に選んでもらえなくなってしまいます。ぜひ、年齢に合わせて正しい知識を伝えて頂けたらと思いますが、急に子どもたちから性に関する質問を受けると、どう答えて良いかと戸惑ってしまう方も多いのではないかと思います。そんな時はまず「良い質問だね。」「大切なことを私に聞いてくれてありがとう。」と、自分のことを信頼し、相談相手に選んでくれたことへの感謝の気持ちを伝えられると良いですね。もしもすぐに答えが見つからないと感じた時には、「私もわからないから一緒に調べてみよう。」など、子どもと同じ立ち位置で学ぶ姿勢を示せると、子どもたちに「話して良かった」と感じてもらえるのではないかと思います。大切なのは、うまく答えることではなく、子どもたちの疑問や気持ちに真摯に向き合うことです。



## 自分の体をよく知ることは自分を大切にする第一歩

人に勝手に見せたり触らせたりしてはいけないのがプライベートゾーンですが、自分で自分のプライベートゾーンを見たり触ったりするのは大丈夫。自分の体をよく観察して、元気な時の自分の体を知っておくと、病気に早く気付いたり、心地の良いスキンケアの加減などを覚えたりするのに役立ちます。

ただ、自分のプライベートゾーンに触れるときには、気をつけて欲しいことが3つあります。



① きれいな手で

プライベートゾーンは粘膜という組織で作られています。粘膜は感染しやすく病気になるしやすい場所なので、いつも清潔にしておく必要があります。触れる時は、必ず石鹸できれいに洗った手で触れましょう。



② 人が見ていないところで

人が見ている前で自分のプライベートゾーンを見たり触ったりはしません。性的な言葉や行動で人を不快にさせないよう気をつけましょう。いわゆる「下ネタ」も不快に思う人がたくさんいるので、同意なく口にしないよう気をつけましょう。



③ やさしく

粘膜は傷つきやすいとてもデリケートな組織でもあります。触れる時はやさしく触れましょう。硬い物などに当たらないよう気をつけましょう。

## 「いのち」が生まれ育つ場所として

プライベートゾーンは次の「いのち」を産み育てるために大切な場所ですが、あなたという大切な命が生まれた場所でもあります。私という大切な命が生まれた場所、プライベートゾーンなしに「いのち」は始まりません。プライベートゾーンをどのように捉え、どのように扱っていくかを考えることは、自分の「いのち」そのもの。自分の人生をどう捉え、どう扱っていくかを考えることとも言えるのではないのでしょうか。

自分が命を産んだり育てたりする人生を選ぶか、選ばないかは、誰もが自由に決めて良い権利を持っています。その自由が守られるためにも、子どもたちには、自分の体をよく知り、どう生きていきたいかを考え、選択していける力を育んでいってもらえたらと願います。



近所や職場の人と、コミュニケーションをとる時に、気になることはありますか？  
最近では、人との付き合い方が希薄化傾向にあるといわれていますが、コミュニケーションのためのマナーやルールは、人を縛るためではなく、お互いに気持ち良く過ごすために時代とともに変化しています。

「違い」を正すのではなく、知ろうとすることからコミュニケーションを始めませんか。

	昔	今	変化
ご近所付き合い	<ul style="list-style-type: none"> <li>近所の人とは皆顔見知り、会えば挨拶、相談、立ち話。</li> <li>調味料の貸し借り、おすそ分け。</li> <li>近所の大人は子どもを見守っていました。色々なマナーを教え、教わってはいませんでしたか？</li> <li>自治会に加入するのが当たり前。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>あいさつは大切ですが、人と人の距離感を尊重。</li> <li>子どもには、知らない大人と話さないように伝え、防犯意識を育てている。</li> <li>核家族化、共働き、単身世帯の増加で、プライバシーを重視。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>現在の親しさ＝踏み込みすぎないのが心地良い間柄。</li> <li>結婚や子どもの有無は、多様性の一つ。</li> <li>現在のご近所さん＝適度な距離感のある他人。</li> <li>防犯や災害対策の観点から、無理のない範囲での地域での協力は再評価されている。</li> </ul>
仕事・ビジネスマナー	<ul style="list-style-type: none"> <li>残業・休日出勤は当たり前。出世のための働きづめは、美德。</li> <li>年功序列。</li> <li>過度な上司への配慮（忖度）</li> <li>飲み会は必須のコミュニケーション！</li> <li>男は仕事、女は家庭を守る。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>ワーク・ライフ・バランスが大切。</li> <li>年齢より「立場・役割」を重視。</li> <li>定時退社や休暇の取得は当然の権利。</li> <li>ハラスメント防止に気配り。</li> <li>飲み会は、気のあった人と行く！</li> <li>夫婦は共働きが増加。</li> <li>男性も育休取得。</li> <li>業務は対面ではなく、メールやWEB会議。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>様々な場面で、ハラスメント防止への配慮が必要。</li> <li>個性、個人を尊重。</li> <li>コミュニケーションの手段が急速に変化。</li> </ul>

## 昔と今、大切にしてきた「違い」を理解してみませんか？

「今の若い人はマナーがなっていない」「年配の人は時代遅れだ」ではなく、「時代によって大切にされてきたマナーが違う」「育ってきた環境や背景の違いがある」「みんな違ってみんないい」のです。正解・不正解ではなく「違い」として受け入れることが重要です。

「違い」を知ることは、理解への第一歩です。みんなが理解を深めてお互いを認め合い、一人ひとりがいきいきと輝ける社会を目指しましょう。

世代を超えて協力しあい「昭島、大好き！」になることを願います。



地域で輝く人や団体を訪ね、活動の想いや工夫を聞きながら「一人ひとりが輝くまち」のヒントを探ります。

## 【活動紹介3】『あんど食堂（こども食堂）』

毎月最終水曜日、昭島市内でお弁当の配布を行っている「あんど食堂」。シングル家庭や生活に不安を抱える子育て世帯を主な対象に、地域の力を合わせて活動しているそうです。

料理店が用意するお弁当、受け取りや仕分け、プレゼント用の折り紙作りなど、様々な力を持つ人が自然に関わっています。子どもたちが仕分けを手伝うこともあり、「支える側・支えられる側」をつくらない、温かな雰囲気が印象的でした。

定期的に顔を合わせ言葉を交わし、地域の皆さんとお子さんの成長を喜んだり、困ったときに声をかけ合える関係となり、「この地域に安心して住める」という場にも繋がっているように感じました。ボランティア、寄付品についても募集しているそうです。あんど食堂へお問合せください。

団体名：あんど食堂  
Eメール：akishimaandshokudo@gmail.com 電話：090-2935-4269 (担当：大嶽)  
開催日：毎月最終水曜日 (変更になることもあり)  
お弁当受け取り：要予約 (数に限りがあります)  
料金：子ども100円、大人300円  
配布場所：昭島市玉川町東中神駅付近 (詳細はご予約の方にお伝えいたします)



## 【活動紹介4】『昭島骨盤ビューティークラブ (AKB)』 (Hi,あきしま読者応募)

会場に入ると、まず聞こえてくるのは笑い声でした。昭島骨盤ビューティークラブは、体を整える教室でありながら、どこか「舞台」のような空気があります。講師の岸野先生が、日常の姿勢や体のくせを軽快なトークと実演で紹介すると、「それぞれ！」と共感の声と笑いがおこり、コントを見ているようなひと幕がありました。

楽しいトークで笑いながら、体の仕組みに基づいたやさしいストレッチを行い、自然と体も心もほぐれていきます。「出産や子育てで自分を後回しにしてきた方こそ、自分ファーストで」岸野先生の言葉には、参加者への温かなエールが込められています。

参加者からは「明るく楽しい先生がステキ」「歩き方を意識するようになった」「仲間ができた」といった声も聞かれました。体験会参加者のリピートも多いそうです。笑いながら体と心をほぐす体験をぜひ皆さまも一緒にいかがですか？

団体名：昭島骨盤ビューティークラブ (AKB) (講師：岸野 章子)  
活動内容：ストレッチ・姿勢改善・骨盤ケア (毎週木曜10:00～12:00開催)  
参加費：1回800円 (体験価格1回500円)  
Instagram：@akishima.kotsubanakb  
拠点：市内市立会館等 (各回の会場は公式LINE・Instagramでご確認ください)



Instagram

LINE

## 地域活動のことなら 昭島市生活コミュニティ課〈まちの活動〉

活動団体の紹介、メンバー募集、団体向け助成金情報等、役立つ情報はコチラ▶



ホームページ

「たかぎさんぽ」で市内での活動を紹介希望の団体を募集中です。ご連絡は男女共同参画センターまで！

# BOOK GUIDE

今年度購入した本は、男女共同参画センターにあります。センターにて、ご自由にご覧いただけます。貸出（3週間）も可能です。

## 『パパが育休とってみたら 妻子への愛が深まった話』

パパ頭 著 KADOKAWA 2023年3月



X (旧Twitter) に投稿されるや大きな反響を呼び、書籍化された育休取得コミックエッセイ。育休を取ったパパが、想像以上に過酷な家事・育児と向き合い、戸惑いながらも家族への愛を深めていく姿をユーモラスに描く。思わず共感し、家族との関わりを見つめ直したくなる一冊です。育児の現実が伝わります。

### ＊今年度購入した本

- ◆『ことばに潜むジェンダー 学校・本・テレビ・日常のなかのもやもや』 遠藤 織枝 編著 明石書店 2025年9月
- ◆『子どもの本でジェンダーレッスン 学びたいあなたのためのブックガイド』 藤木 直実 編著 他 かもがわ出版 2025年10月
- ◆『女の国会』 新川 帆立 著 幻冬舎 2024年4月
- ◆『日本女性のライフコース 平成・令和期の「変化」と「不変」』 樋口 美雄・田中 慶子・中山 真緒 編 慶應義塾大学出版 2023年10月 ほか

## 『正しく疑う ー新時代のメディアリテラシーー』

池上彰 監修 Gakken 2025年3月



ニュース解説でおなじみの池上彰さんが監修する、情報との付き合い方を学べる入門書。SNSやネットニュースがあふれる今、何を信じ、どう受け止めるかを考える力が求められています。具体例やイラストも多く、子どもから大人まで楽しめる構成。情報に振り回されず、自分で考える習慣を身につけたい人におすすめの一冊です。

## 男女共同参画プラン年次評価報告

市民委員も参加する昭島市男女共同参画推進委員会は、男女共同参画プランに基づき実施している市の施策について、年度ごとにその進捗状況を検証・評価し、次年度以降に向けた課題や提言をまとめています。

令和7年10月28日、金野美奈子委員長から臼井伸介市長へ令和6年度の進捗状況に関する報告がありました。



男女共同参画推進委員会についての市ホームページはこちらから▼



## 男女共同参画に関する市民意識調査を実施します

昭島市では、性別や年代を超えて、一人ひとりがいきいきと輝くまちを目指して様々な取り組みを進めています。現在の「男女共同参画プラン（男女共同参画推進計画（第4期））」の策定から5年が過ぎた令和8年「市民意識調査」を実施いたします。無作為に選ばせていただいた2,000人の市民の皆様へ通知が送られますので、お手元に届いた際には、アンケートのご回答にご協力ください。ご意見等もお待ちしております。

## Hi,あきしまの市民編集委員を募集します。(締め切り4月24日・任期約1年・発行回数は年2回)

多様な視点を持つ仲間とともに、編集委員として、地域の男女共同参画の実現に向けた情報誌を一緒に創りませんか？ 詳細は昭島市男女共同参画センターへ。

## 男女共同参画センター相談のご案内 (無料)

夫婦や親子の問題、DVやセクシュアルハラスメント、生きかた、人間関係など、暮らしの中で抱えるさまざまな悩みについて、ひとりで悩まず、相談員・カウンセラーに相談してみませんか？ 秘密は厳守しますので、安心してご利用ください。

- |                      |                                         |                               |
|----------------------|-----------------------------------------|-------------------------------|
| <b>悩みごと相談</b>        | 相談日：平日午前9時～午後5時（祝日・年末年始は除く）             | 相談時間：1人50分                    |
| 場所：アキシマエシス校舎棟2階 相談室  | 相談方法：電話または面接                            | 利用方法：予約制 TEL：042-519-5701（直通） |
| <b>女性のためのカウンセリング</b> | 相談日：毎週水曜日午後1時～4時（祝日・年末年始は除く）            | 相談時間：1人50分                    |
| 場所：アキシマエシス校舎棟2階 相談室  | 相談方法：電話または面接                            | 利用方法：予約制 TEL：042-544-5130（直通） |
| <b>男性のためのカウンセリング</b> | 相談日：毎月第3、第4水曜日午後4時30分～7時30分（祝日・年末年始は除く） | 相談時間：1人50分                    |
|                      | 相談方法：電話                                 | 利用方法：予約制 TEL：042-544-5130（直通） |

☆「Hi,あきしま」についてのご意見・ご感想は、下記までお寄せください。

- \* 郵送 〒196-0012 昭島市つつじが丘3-3-15 男女共同参画センター
- \* 昭島市公式ホームページ > トップページ > ご意見・お問い合わせフォームより、送信してください。



「Hi,あきしま」はデジ版を発行しています。

ご希望の方は男女共同参画センターまでご連絡ください。※デジ版とは障害をおもちの方が扱いやすいよう開発されたデジタル録音図書です。MP3対応のCDプレーヤーでも聞くことが可能です。

Hi,あきしま 第61号 2026年3月20日発行 編集『Hi,あきしま』編集委員会  
 〈発行〉昭島市子ども家庭部 男女共同参画センター TEL 042(519)2277  
 〈編集委員〉近藤智子・佐藤佳代・高木駿・酒井麻里

この印刷物は古紙  
を利用してあります

