

女性プラザ男女共同参画支援室

— 女性が輝く社会の実現に向けて —

Challenge Story

2019
Vol.42

ご活躍中の皆さんのチャレンジストーリーをご紹介します。それぞれの活動を参考に、男女共同参画を広げる活動を皆さんも始めてみませんか。

坂東市女性フォーラム

これまでの歩み

坂東市女性フォーラムは、女性の社会参画・地位向上や男女共同参画の推進などを目的に、地域のお役に立てるような街づくりのための活動を行っています。

会員自らで作上げた男女共同参画講座「ハーモニー大学」は、5年間で500名の修了者を輩出し、知事よりハーモニー功労賞を受賞しました。

また、「育メンパパ写真展」、「DV講座」、「いきいきセミナー」、地域活性化のための「坂東ひな飾りプロジェクト」等様々な事業を実施しています。

女性防災提言会

市長へ提言



女性と防災シンポジウム



朗読劇平成版ももたろう〈防災編〉

◇今後に向けて

今年7月坂東市との共催事業「いきいきセミナー」では、茨城大学三村学長の講演「地球環境と身近な自然環境をどう守るか」に、100名を超える参加者からタイムリーな企画と好評を博しました。

今後とも、「自然災害に備え女性防災や減災意識を高める」などの取組や、「子供と女性のDV虐待問題」に関するパブリリボン活動等、事業を展開していきます。

また、こども達と高齢者の貧困問題など、坂東市民へ身近な問題を提起し、女性の視点を活かすよりよい市民生活を推進するため、会員一同活動してまいります。



坂東ひな飾りプロジェクト



育メンパパ写真展（市内銀行）



いきいきセミナー・パパと料理

主な活動内容

近年日本の災害多発と身近な常総市大水害の経験を踏まえ、大好き茨城地方創生事業を活用し、「女性の視点を防災へ～朗読劇『平成版ももたろう〈防災編〉』の啓発活動と「女性と防災シンポジウム」を開催し、大きな反響をいただきました。

併せて、「女性と防災の報告書」の刊行や「女性と防災提言会」も開催しました。その提言内容の一つは男女の役割を固定しない自主防災組織づくりと女性の視点を活かす避難所運営をすること、また、ジェンダーにとらわれずリーダーシップが取れる女性が必要であり、様々な審議会や意思決定の場に女性を参画させることの重要性を強調しています。



環境問題のいきいきセミナー



認知症寸劇

【坂東市女性フォーラム】に関するお問い合わせは

〒306-0642 茨城県坂東市長谷 1877 坂東市女性フォーラム会長 服部恵子

TEL 0297-35-0912 FAX 0297-35-0912 E-mail keiko.hattori@icloud.com



男女共同参画チャレンジ支援セミナー（第2回）

日時：令和元年9月27日（金）10時～12時

子育ても仕事も諦めない！

～テレワークを利用した両立へのチャレンジ～



講師

一般社団法人

子育てネットワークまもり

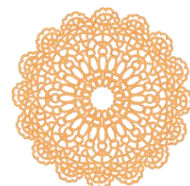
代表理事 宮下嘉代子さん

宮下さんは3つの顔を持つと自己紹介された。一つは4人の男の子の母親、二つ目はIT企業に26年正社員として勤務しているサラリーマン。三つ目は8年前に地域活動として立ち上げた、子育て支援NPOの代表理事。

今のような働き方になったのは、三男の出産を機に都内から守谷に転居し、社内初のテレワーク制度の活用が始まり。今も子育てとの両立は大変だが、3時間半の通勤時間を育児や仕事に充てられるメリットは大きい。「できない理由を探すより、できるためには何が必要かを考える発想」が大切と明快。また、「テレワーク」をフル活用し、自分に合った、時代にあった何かを見つける事が大事とエールを送る。

ご自身も3つの「あ」を大切にしていると披露された。目の前の優先事項を行い「あせらない」、予期せぬ事が起きても「あわてない」、なりたい将来の夢を「あきらめない」。ご自身の実践を体現している言葉であった。

女性の可能性は環境に左右されず、あきらめなければ必ず道は開けると力強いメッセージを頂きました。



「テレワーク」とはパソコンやタブレットなどITを活用し、時間や場所の制約がなく働く勤務形態の事。今後、介護や育児との両立に役立つと期待されている。



参加者より

「働き方」について更に考えて行きたい、自分の職場でもテレワークできる可能性があることに気づけた、地域とのバランスの取り方を考えた、などの感想が寄せられました。

ワークライフバランスについて貴重な実践を伺い、参加者一同それぞれの課題を再発見するひと時になりました。



☆女性が活躍するために☆～「おとう飯」のすすめ～☆

人口減少、少子高齢化を背景に労働力不足が進む中、女性の就業が増えています。

女性の活躍を加速するためには、「男性は仕事、女性は家庭」といった性別による役割分担意識の変革が必要です。

こうした中、男性の料理への参画促進を目的とした「おとう飯」が広がりを見せています。

●「おとう飯」とは？

男性が料理をするにあたっては、知識や技術がなくて自分には作れない、家族のために作る料理は栄養バランスや盛り付けなどに気がつかない立派でなければいけない、料理を作ってみたものの家族に不評だったため作るのをやめてしまった等、技術的、心理的ハードルがあると思われます。

そこで、これまで料理をしていない、料理をしたことはあるものの作ることをやめてしまったという男性の料理参画への第一歩として、簡単で手間を掛けず、多少見た目が悪くても美味しい料理を「おとう飯」といいます。
(内閣府 HP より)

県内市町村（土浦市）での「おとう飯」に関する取組をご紹介します

【土浦市のおとう飯】



(表彰式)

○おとう飯レシピコンテスト

令和元年9月14日土曜日に、土浦市男女共同参画センターフェスティバルを開催。その中で、男性の家事参画を促進するため、内閣府が実施している料理に不慣れな人でも、手軽に作れる「おとう飯」レシピを一般に公募し一次審査で選定された方々に実際に調理をしてもらいました。



(ライブキッチンの様子)

○料理研究家本田よう一先生のレシピメニュー

おとう飯レシピコンテストで審査員も務めていただいた料理研究家本田よう一先生が土浦市の食材を使用し、ライブキッチンで実際に調理されたレシピメニューを紹介いたします。

♪れんこんのフライパンしゅうまい♪

作り方

- ①レンコンは皮をむき、半量は薄切りにする。残り半量は5mm角に切る。水にさらして、水気を切る。長ネギはみじん切りにする。しいたけはみじん切りにする。ねぎ、しいたけと角切りのれんこんに片栗粉大さじ1を絡めておく。
- ②ボールにひき肉とAを入れて混ぜ合わせる。片栗粉をまぶしたねぎとれんこん、しいたけを加えて混ぜる。
- ③フライパンにごま油を入れて、輪切りのれんこんに片栗粉をまぶす。半量をフライパンに並べる②をれんこんの上に乗せて、丸く整形する。残りのれんこんを乗せて、少し押すようにして、肉だねの高さを均一にする。
- ④ふたをして、中火で2分ほど焼き、水を入れて5～6分蒸し煮する。
肉だねに火が通ったら、ふたを開けて、水気を飛ばす。粗熱が取れたら、フライパンごと滑らすように取り出し、食べやすい大きさに切る。器に盛りつけてからしを乗せる。お好みでしょうゆをつけてからしを乗せる。お好みでしょうゆを。

材料（2人前）

鶏モモひき肉	200g
れんこん	200g
長ネギ	1/2本(50g)
シイタケ	1枚
片栗粉	大さじ1
しょうゆ、酒、ごま油	各小さじ1
溶き卵	1/2個分
塩	小さじ1/4
砂糖	小さじ1/2
こしょう	少々
ごま油	大さじ1
片栗粉	適量
水	1/2カップ
練りからし	適量



第3回チャレンジセミナー

「私らしい Life stage」

～私も相手も大切に自己表現のコツ～

日時：令和元年11月20日（水）

10:00～12:00

講師：NPO 法人 やす託児所 理事長

(株)保育サポートメイツ・いばらき代表取締役

親業訓練インストラクター

安 のり子 さん

場所：女性プラザ男女共同参画支援室

募集：30名（先着順） 参加費：無料

女性のための総合相談

家族、夫婦、学校、職場、地域等での悩みごとなどや、男女共同参画に関する苦情や意見など、お気軽にご相談ください。

◆ 電話番号（なやみなし）

029-233-7837

◆ 利用時間 月～金（祝日を除く）

9:00～17:00（面接 要予約）

働く女性のためのキャリア相談

働く女性を対象に、お仕事やライフイベント（結婚、出産、子育て等）の両立について、キャリアに関する相談をお受けしています。

◆ 電話番号（なやみなし）

029-233-7837

◆ 毎週水曜日 9:00～17:00

◆ Eメール

osei-kenmin3@pref.ibaraki.lg.jp

◆ 面接相談（要予約）

女性のための法律相談

普段抱えている困りごとはありませんか？
離婚、借金、交通事故、相続など…
女性の弁護士が様々な困りごとに無料で
お答えします。お気軽にご相談ください。

◆ 予約電話番号（サンキューハーモニー）

029-233-3982

◆ 毎月 第2金曜日

13:00～16:00（1人30分、要予約）

発行・お問合せ先

茨城県県民生活環境部

女性活躍・県民協働課

女性プラザ男女共同参画支援室

〒310-0011 水戸市三の丸 1-7-41

電話 029(233)3982

FAX 029(233)1330

メール josei-kenmin3@pref.ibaraki.lg.jp

URL <https://www.pref.ibaraki.jp/bugai/josei/danjo/danjokyoudousankaku.html>



◇水戸駅北口から
水府橋方向に向かって、
徒歩約10分

◇車でお越しの方は
三の丸庁舎（旧県庁舎）
駐車場をご利用ください。