

自分らしく生きるって楽しいヨ!



P-LifeのPとは
Personality(個性・人格)を尊重する
Positive(積極的)な生活に
Plusとなる情報紙という意味です。

男女共同参画センター《ルピナス》Information

男女共同参画センター《ルピナス》では、「相談」・「講座」の開催や図書
の貸出し等を通じての情報提供・「市民の交流・ネットワークづくりの支援」
をしています。

〈開所時間／場所〉

■時間 月～金 8:30～17:00(土・日・祝・年末年始休み)

■場所 文化会館2階

2019年3月 浦安市 企画部 男女参画共同センター《ルピナス》

みんなの平等を考えてみよう!

自分らしく生きるって楽しい!



「男の人と女の人、こうあるべき」ってだれが決めたの？

人はだれでも自分らしく生きられる。それが、わたしたちの社会です。でも、現実はどうでしょう？ 男の人と女の人、性別によって仕事や勉強、遊び、服の色がかたよっているように見えたりすることはありますか？ だれが、そのようなルールを決めたのでしょうか？

男子も女子もみんなちがって、みんな平等

性別によって色の好みや好きなことが異なると思われがちですが、本当にそうでしょうか。わたしたちは一人ひとり個性があって、ちがうもの。男女共同参画は、「男だから」「女だから」と性別で決めつけず、「あなたらしさ」を大切に考える考え方です。一人ひとりが「自分らしさ」を大切にして、みんなで協力して学校や、家、世の中を良くしていくのが、男女共同参画の目標です。

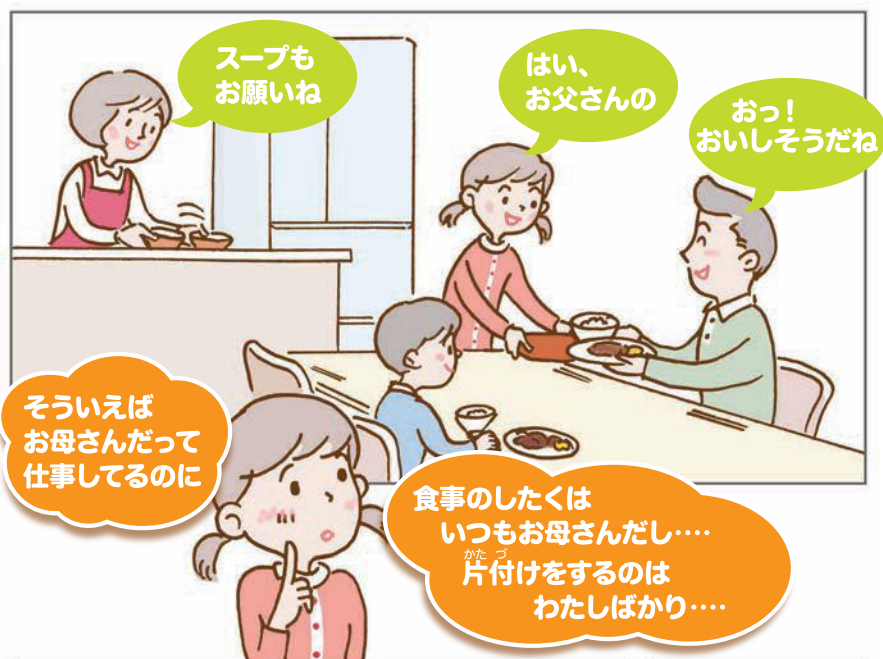


1	男子は強くたくましく、女子はやさしく、おとなしいほうがいい。	はい	いいえ
2	服の色は男子が黒か紺、女子は赤かピンクのほうがいい。	はい	いいえ
3	男子が本好きだったり編み物や料理が好きだったりするのは変。	はい	いいえ
4	「女の子なんだから家のこと手伝って」と言われるのは当たり前のこと。	はい	いいえ
5	女子はいいけど、男子が泣くのはおかしい。	はい	いいえ

「はい」と「いいえ」、それぞれいくつありましたか？ 「はい」が多かったら男子・女子のイメージにとらわれているかもしれません。

家の中は平等?

あなたの家では、家族みんな平等になっていると思いますか？
ご飯のじゅんびや後片付け、外で働いたりすることが、だれか1人にかたよっていませんか？ 家の中のことをだれか1人がしているか、みんなで平等にしているか、調べてみましょう。



家庭内の性別役割分業

「女の人は家で料理やそうじなどの家事をして、男の人は会社など、外に出て仕事をする」という考え方を「性別役割分業」と言います。本来であれば、家族みんなでお家事をするのが、家の中での平等です。もし、家事の負担がだれか1人にかたよっていたら、家族みんなでお家事をしてみてもいいでしょう。そうすれば、1人だけが大変な思いをしなくなるかもしれません。



家の中のことをしている人がかたよっていませんか。
だれがどれくらい家事をしているか書いてみましょう。
自分はどうかな？

	いつもしている人	ときどきしている人	ほとんどしていない人
1 食事のじゅんび			
2 食事の後片付け			
3 おふる・トイレそうじ			
4 部屋のそうじ			
5 せんたく			
6 ゴミ出し			
7 家やパソコン、テレビなどのしゅうり			

しょうらい

将来はどんなことをしてみたい？

スポーツ選手や動画クリエイター、医者や自動車・電車の運転手、学校の先生など、なりたいものがあるはず。もしそれが「男子だから」「女子だから」という理由でかなえられなかったら、どう思いますか？ 性別に関係なく、なりたい自分になれるといいですね。



だれでもしたい仕事ができる！

「男の人の仕事」「女の人の仕事」と分けられるのが当たり前だった仕事があります。運転手や建築士、保育士、消防士などはその一例。でも、性別だけで将来なりたい職業やしたい仕事の選択肢が少なくなってしまうのは残念なことです。「男だから」「女だから」という考えにとらわれず、あなたらしい生き方を見つけていきたいですね。



将来の自分について考えたことがありますか？
10年後、20年後のあなたを書いてみましょう！

今の自分は？

好きなこと:

がんばっていること:

10年後の自分は？

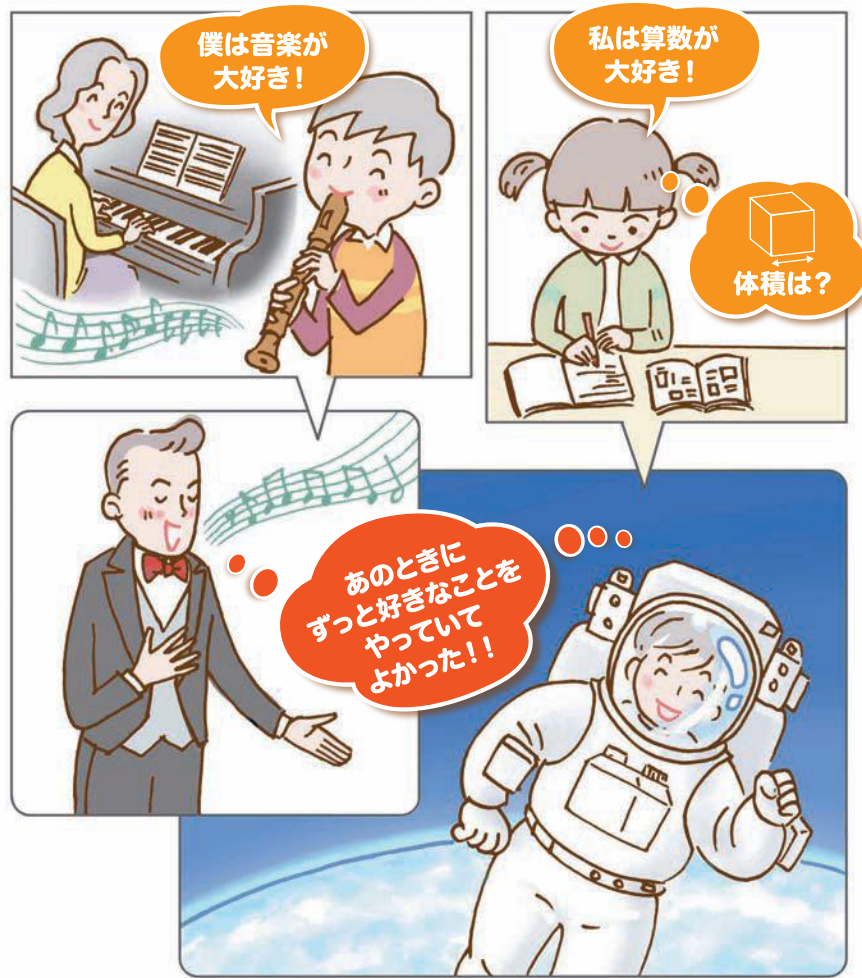
どこでどんなことをしている？

20年後の自分は？

どこでどんなことをしていたい？

どうして勉強するの？

学校で勉強するのは楽しいですか？ 新しい漢字や計算の仕方を学んで、本や新聞をいっぱい読んだり、自然や生き物や世の中のことを知ったりすると、自分の世界が広がるようでワクワクしてきます。好きなことを学び続けていけば、それがいつしかあなたの仕事になるかも！好きなことができるって、すてきだと思いませんか？



好きなことを勉強すると、 良いことがいっぱい！

発見や発明をしてたくさんの人の役に立ったり、楽しい動画やゲーム、マンガや本を書いたりしている人の多くに共通していることは何だと思いませんか？ それは、学校にいるときも放課後も、自分の好きなことをいっぱい勉強したこと！好きなことをたくさん勉強して、いっぱい知識を持つと、「あなたの好きなこと」が将来の仕事になっていきます。今はまだ苦手な科目もあるかもしれないけれど、勉強は「あなたの夢」をかなえる、どこでもドア。どんどんいろいろなことに興味を持って、自ら学んで、あなたの好きを見つけて、いきましょう。



自分のからだを知ってみよう!

小学校高学年になると、身長がのびたり、家族と出かけるのがイヤになったりするなど、こころと体に変化が起きてくるかもしれません。そうした変化は、大人になっていく中で、だれもがいつか経験していくもの。自分のこころと体に何が起きているのか、知ってみましょう。



こころと体の変化は自然なこと

小学校高学年になると、こころと体にさまざまな変化が起きてきます。身長がのびたり、声変わりしたり、自立心が出てきたりするこの変化は「思春期」とよばれています。「思春期」は不安定な時期で、自分と他人をくらべて落ちこんでしまうこともあります。もし、こまったり、なやんだりしていることがあったら、はずかしいかもしれないけれど、だれかに相談をしましょう。親に話すのがイヤだったら、友達や先生、スクールカウンセラーに相談するのもよいでしょう。

考えてみよう!



男子と女子でどんな変化があるだろう?

「思春期」の男子と女子で起こる変化を学んでみましょう。

1	身長がのびたり、体つきが変わってきたりする時期を思春期という。	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
2	男子も女子も小学4年生になると、みんな同時に思春期になる。	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
3	こころや体が変わってくるのは、大人になるじゅんびで、だれにでも起こること。	<input type="radio"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

1.0 2.× 3.0

デートDVって何だろう？



「デートDV」とは、好きな人同士の間で、相手をこもらせたり、きずつけたり、悲しませたりすること。なぜ、おたがい好きなはずなのに、そのようなことが起こるのでしょうか？理由のひとつは、相手を対等な立場だと思っていないから。自分より弱いと思って、相手を自分の思い通りにしようとするとき、「デートDV」が起こります。「デートDV」には、相手をぶったり、悪口を言ったり、相手のスマートフォンを勝手に見たりすることなどがふくまれます。

「デートDV」をしない・させないようにするには、自分の気持ちだけをおし通さず、相手を大切にすることが大事です。



男の子、女の子だけじゃない みんなちがって、みんな自分らしい

世の中には、「男の子」「女の子」だけにとどまらない、さまざまな性^{せい}のあり方があります。生まれつき「体の性(身体的特徴)^{とくちよう}」と「心の性」が同じでなかったり、同じ性別の人を好きになったり、「体の性」があいまいだったり、人それぞれ、みんなちがいます。

「自分の性」はだれもがなやむこと。そうしたなやみを持つのは、病気でもなければ、おかしいことでもありません。「何となくまわりの人とはちがう。でもだれかに話すのははずかしい」と感じたら、家族や身近な大人に相談してみてください。家族や学校の先生やスクールカウンセラーは、なやみをかかえたあなたのそばにいます。

性とはすっきり分けられるものではない 自分の個性を考えてみよう…



あなたらしさを見つけよう!



あなたは自分のことが好きですか?



あなたが自慢したいこと、自慢できることは何ですか?



あなたの好きなことは何ですか?

Handwriting practice lines on page 14, consisting of multiple horizontal dashed lines.

この冊子さっしを読んだ感想を自由に書いてみましょう。



へ〜エ
そうなんだ!



なるほどネ!

Handwriting practice lines on page 15, enclosed in a green box.

