

浦安市女性プラザニュース

Urayasu Women's Plaza News

特集

ひと ひと
女と男うらやすかがやきフォーラム

人生マネージメント ~ONの集中、OFFの充実~

平成18年2月4日(土)に浦安市文化会館小ホールで、第17回「女と男うらやすかがやきフォーラム」を開催しました。オープニングは、仕事をするかたわら浦安で活動するグループ、ゴールドウィングス・ジャズオーケストラによる演奏。基調講演は、海外生活の経験があり、ジャーナリストやニュースキャスターとしても活躍する蟹瀬誠一氏に、「ジャーナリストが語る 人生マネージメント ~ONの集中、OFFの充実~」と題して語っていただきました。



年代で変わる生き方

「20代は美しく生きる、30代は強く生きる、40代は賢く生きる、50代は豊かに過ごす、60代は健康に過ごす」- これは、私が20代の時に会った好きな言葉の一つである。

確かに若い頃は若いだけで美しいから、心のおもむくままに美しく生きればよい。自分が30代の頃はひたすら働いた。結婚して子供が生まれた時期でもある。結婚前から決めていた通り妻も働いていたが、子供を育てながら働くことは大変だった。強くないと生きられない世代だとも言える。40代になると無駄なことはしなくていいと気付いた。賢明に行動したりものを考えたりすることによって、自分の時間が生まれ自分のやりたいことができるようになる時期である。そして50代は、いらいらすることが減ってきて、気持ちとして豊かに過ごすことができるようになってきた。自分はこれから60代に入っていくわけだが、高齢期を楽しく豊かに生きるためには、この言葉通りまず健康でいることが大切だと思う。

ストレスマネージメント

私は、30代初めにフランスの会社で働いていた時、胃潰瘍になってしまった。この時私は、「ストレスマネージメント」がいかに大切かを学んだ。ストレスは自分でマネージできる。まずはストレスに気づくことが大切。そしてストレスがたまってきたと感じたら、深呼吸を1回する。これだけでストレスは随分軽くなる。この方法を覚えて以来、私にはストレスがない。(次ページへ)



蟹瀬 誠一 (かにせ せいいち)

ジャーナリスト・ニュースキャスター、
明治大学教授。

海外の通信社記者を経験後、TBS「報道特集」のキャスターとして日本のテレビ報道界に転身。現在は、文化放送「蟹瀬誠一、ネクスト」のパーソナリティや、BS朝日「賢者の選別のキャスターなどで活躍中。2004年度からは明治大学教授に就任。

著書：『蟹瀬誠一の日本経済の論点』(実業之日本社)
『最新時事キーワード』(高橋出版) など多数

少子高齢化問題

少子高齢化が進むと人口が減少するということが、今大きな問題になっている。もっと子供が増えるようにと、出産費用を援助するという自治体などもあるようだ。しかし、子供が減っている理由の一つとして「教育費などお金がかかる」ことがあげられており、確かに子供は産んでからのほうがお金がかかる。

また、次の世代を作ることよりも夫婦の幸せを優先するという考え方や女性の晩婚化が進んでいることも、少子化の原因と考えられている。

スウェーデンやフランスなど出生率が増えている国々では、育児休暇を取りやすい環境があり、保育の充実など子供に関する経済的負担を減らす政策が進んでいる。日本では、このような取り組みがまだまだ遅れているのが実態である。

人口減少社会を生きる

人口が減ると、社会全体の労働生産性が下がり、その結果国家の収入が減るといわれる。しかし、人口が減っても労働生産性は下がらない。世の中には働きたいけど働けない女性がたくさんいるが、こういった女性たちにどんどん働いてもらえばよい。今はIT時代で女性たちが働ける場は増えている。かつて農業が主要産業だった時代に

女性も労働市場に出ていたように、労働の状況を元に戻せばよいのである。

人生マネージメントを始めよう

私はいわゆる団塊の世代であるが、この世代がいつせいに定年を迎えることを世間では「2007年問題」と呼んでいる。しかし、この問題の原因は働きたいけど働けない「定年制度」という理不尽な制度にあり、これまで一生懸命に働いてきた我々を問題視するのはもってのほかであると思う。仕事を辞めてもまた別の働き方をすればよい。そのためには、まず働く場所があること。また、1日3時間だけというような柔軟な働き方ができる環境が必要である。

私は現在NPOに関わり、アジアの子供たちへの教育支援の活動をしている。こういった海外での社会支援活動などにも、定年後の自分を充分活かす場所がある。

今はいろいろな生き方があるのに、目をふさいでいたり実行できないと言ったりする人がいる。10考えたうちの一つでも、実際にやってみると生き方が変わるものだ。これからの時代は、そういったビジョンを持ち、人生を自分でマネージメントして生きていくことが大切だと思う。

(以上、蟹瀬氏講演より)

浦安で活躍するゴールドウイングス・ジャズオーケストラがフォーラムに参加!

今回のフォーラムでは、浦安で活動するゴールドウイングス・ジャズオーケストラ(浦安・市川を中心に20代から50代のジャズ好きな男女で構成されたバンド)によるミニコンサートが実現しました。メンバーは全員、仕事をするかたわら、日曜日に堀江公民館で練習を重ね、地元で演奏活動を続けているという、まさに「ONの集中、OFFの充実」にぴったりの方々です。50年代の代表的なスタンダードナンバーから最近の人気曲まで幅広い選曲による演奏は、講演前の会場の雰囲気をも和ませ、来場者からも好評でした。



** アンケートから... **

<フォーラム全体について>

今の私の生活と同じ内容だった。家庭に時間を費やしたい 中学生ぐらいの子どもにこそ聞いてほしいと思った 夫と一緒に参加したことはよかった 展示パネルは自分の生活と対比できよかった 忙しいのに時間を作ってジャズ演奏という好きなことを続けていることは清々しい



<「ワーク・ライフ・バランス」について>

これからの世代を育てるにも大切なこと。もっと取り上げてほしい 理解はしているが実行には難しい面がある 女性の仕事と家庭の両立、夫婦で作るワーク・ライフ・バランスに関心がある とても大切なことなので、今からでも自分に取り入れていきたい



市民が企画・運営に参画

今回のフォーラムでは、市民との協働を目指して、市民運営委員とともに企画・運営を行いました。参加したのは、女性プラザ主催の三つの講座「情報誌編集講座」「エンパワーメント女性学講座」「ウーマンズカレッジ」の受講生のうち募集に応じて集まった4名の方々。まだ夏真っ盛りの7月下旬から約半年間にわたって運営会議を重ね、フォーラムのテーマや内容について活発な意見交換を行いました。運営委員の皆さんは、フォーラム当日も司会進行や受付を担当するなど活躍しました。



小ホールホワイエでは、市民運営委員企画によるパネル展示を行いました。

パネルでは、「情報誌編集講座」で制作した「ポノ・ポノ」や女性プラザで発行している「プラザニュース」を紹介。また、うらやす男女共同参画データブックから、仕事と生活の両立に関する浦安のデータをピックアップし、グラフを使って説明した資料を作成して展示しました。パネル作成には、講座受講生有志も参加。講座での経験を活かし、自分たちが学んだことを参加者の皆さんに目で訴えようとの企画でした。

Key Word

ワーク・ライフ・バランス



「ワーク・ライフ・バランス(仕事と私生活の両立)」への取り組みは、80年代後半にアメリカの企業の間で始まりました。当時アメリカでは、IT化など技術革新による産業構造の変化で、女性も専門職や管理職として活用されるようになりました。しかし一方で、優秀な能力を持ちながら家庭の事情で辞めていく女性も多く、このようなワーキング・マザーへの対応を迫られました。そこで、働く母親の仕事と家庭の両立支援として「保育サポート」などの支援プログラムが実施されるようになったのです。

その後、フレックス・タイムや時短勤務、在宅勤務といった多様な働き方を取り入れるなど、すべての労働者の仕事と私生活の両立に配慮したプログラムへと変化。その結果、仕事の生産性の向上、優秀な人材の確保、社員のモラルアップ、顧客満足度向上などに成功し、企業の収益アップにつながりました。今では、

「ワーク・ライフ・バランス」は企業にとって有効なビジネス戦略として位置づけられています。

日本では、少子化対策の一つとして「ワーク・ライフ・バランス」の考え方が取り入れられるようになり、子育てと仕事の両立のために「育児休業の取得促進」や「短時間勤務制度の導入」などが進められています。しかし、積極的に取り組んでいるのは、大企業の一部などまだわずかです。

欧米での成功例から言えるのは、仕事と私生活を両立できる環境を整えることで、個人はその能力をフルに発揮できるようになり、それは企業にとってもメリットがあるということ。日本でも、このような視点から、子育て期の男女に関わらずすべての労働者が仕事と私生活を両立できるように「ワーク・ライフ・バランス」の取り組みを進めていくことが必要でしょう。





Book Guide

ブック・ガイド



我が子をニートから救う本

小島貴子著

すばる舎

「ニート」という問題に対して本人や親がどう対応したらよいか、著者はそれぞれの気持ちに寄り添いながら、やるべきこととやってはいけないことを、具体的にまた明確に教えてくれます。若者の就労支援経験豊かなキャリアカウンセラーが書いた本書には、思春期の子供への親の接し方についても多くのヒントが…。この本を通じて、「働く」ということの意味をあなたも一緒に考えてみませんか。



男の未来に希望はあるか

細谷実著

はるか書房

「弱音を吐かない、泣かない、負け犬を享受しない、死ぬまで頑張る、笑わない、おしゃべりしない、妻子を養う、etc」のが男？こういった男性のアイデンティティは一体どこから来ているのか。これを検証し、読み解く。男女間に作られた壁を低くするのはコミュニケーションであるという筆者。男性が抱える「生き難さ」を生む根源を考えさせてくれます。そこから男性の「未来」が見えてくるはず。固定観念から離れて、男性問題をリラックスして考えてみませんか。女性にもお薦めの一冊です。

Event & Service

イベント&サービス

女性と仕事の展示企画募集のお知らせ

働く女性を支援する厚生労働省の施設「女性と仕事の未来館」で、女性と仕事をテーマにした展示企画を募集しています。グループや個人の活動、研究の成果などを発表してみませんか？

【応募資格】特になし(個人・団体の別、性別を問わない)
【応募方法】所定の応募用紙を取り寄せのうえ、以下の項目を全て含んだ、できるだけ具体的な企画書を提出する。

・企画名 ・企画の趣旨・目的 ・企画の構成
・予算書 ・応募者の氏名 ・連絡先

【応募先】〒108-0014 東京都港区芝5-35-3

女性と仕事の未来館 展示担当(郵送のみ)

【締め切り】2006年5月14日(日)(消印有効)

*なお、採用企画には、実際の制作と設営等にかかる費用が120万円を上限として支給されます。詳しくは、女性と仕事の未来館へ、直接お問い合わせください。

【問い合わせ先】女性と仕事の未来館 展示担当

TEL:03-5444-4163

FAX:03-5444-4152

E-Mail:tenji@mirai.jaaww.or.jp

Plaza Information

プラザ・インフォメーション

「市民意識調査報告書」まとまる!

市民を対象に実施した男女共同参画社会づくりに関する市民意識調査の報告書(平成18年2月)がまとまりました。この調査は、家庭生活や地域社会・職場などにおいて、市民の男女共同参画に関する意識や生活実態等を把握し、今後の浦安市の男女共同参画社会づくりに向けた施策の基礎資料とするものです。中央図書館や公民館などで閲覧できます。詳しくは女性プラザまでお問合せ下さい。



浦安市女性プラザ



困っていること、悩みごとがあったら...

「女性のための相談」(予約制)

第1~4月・火・木曜日(10:00~16:00)

(但し、うち3回は14:30~20:00)

「女性のための法律相談」(予約制)月2回

*詳細・予約は女性プラザまでお問合せ下さい。

図書の出借をしています

*1人1回3冊まで、2週間貸出しています。

ホームページを開設しています

浦安市のホームページ(<http://www.city.urayasu.chiba.jp>)

「市政情報 男女共同参画」をご覧ください。

開所:月~金 8:30 - 17:00(土日祝休み)

住所:浦安市猫実1-1-2 浦安市文化会館2F

電話:047 351 1111(内線1050)

FAX:047 353 1145

Mail:urayasu-womensp@jcom.home.ne.jp

編集・発行:浦安市女性プラザ