

男女がお互いを尊重し、その人らしく生きる。
仕事も暮らしも楽しむ。
そんなあなたを応援する情報誌です。

平成25年度 新宿区男女共同参画フォーラム

ともに学ぼう！今、生きていること

平成25年度 男女共同参画フォーラムを 実施しました。

P2

男女共同参画フォーラム

「ともに学ぼう！
今、生きていること」

P4

しんじゆく女性団体会議の
所属団体を紹介します

P7

講座レポート

DV防止啓発講座

男女共同参画講座

男性対象講座

ワーク・ライフ・バランスセミナー

P8

ようこそ！

女性の健康支援センターへ

P11

インフォメーション

男女共同参画社会実現に向けて
子育て世代を応援！保育所整備を行います

平成25年度 男女共同参画フォーラム 「ともに学ぼう！ 今、生きていること」

日時 平成26年2月15日(土)
会場 四谷区民ホール

オープニング 和太鼓「連」

第一部

ワーク・ライフ・バランス推進優良
企業 表彰式

第二部

女性の多様な生き方
を考える～学ぶこと
で変わった生き方働
き方～

講演 菊池桃子
聞き手 諏訪康雄



菊池桃子さん



諏訪康雄さん

2月15日(土)、男女共同参画フォーラムが行われました。

様々な人々が個人として尊重される社会をめざして、区民による実行委員会と区が協働で企画・運営しているこのフォーラム(22年度まではシンポジウム)は、今回で15回目となります。

当日は都心でも記録的大雪となり開催が危ぶまれましたが、200名以上が来場しました。オープニングの和太鼓「連」の躍動感あふれる演奏では参加者からも「演奏にパワーをもらった」などの感想が寄せられました。引き続き第一部ではワーク・ライフ・バランス推進優良企業表彰が行われ、ワーク・ライフ・バランスを推進する機運を高めました。第二部ではタレントで戸板女子短期大学客員教授の菊池桃子さんと菊池さんの恩師でもある法政大学名誉教授諏訪康雄先生による師弟恩の合った対談形式での「学び」についての講演があり、学ぶことの大切さを考える貴重な体験となりました。

第一部

「ワーク・ライフ・バランス推進優良企業表彰」

今回で5回目を迎える優良企業表彰では、申請企業の中でも特に優れた取り組みを行っている3社に中山区長から表彰盾が贈られ、表彰企業の方から取り組みについてのお話をいただきました。

《ベストバランス賞》1社

フコクしんらい生命保険株式会社

代表取締役社長 山本幹男さん

私どもの会社は6年前に損保系の生命保険会社を買収して新たに専門性のある色々な分野の方々に集まってもらい設立した会社です。多様性ということが会社の一つの大きな特色となっております。こうした多様性があることでマーケットの様々な変化に対応できると考えていま

す。また現代社会では女性が購買決定力を握っていて、こういった女性のニーズを掴むためにはやはり女性社員は大切です。様々な取り組みを始めた中で今回のベストバランス賞を受賞しました。これをきっかけに女性が働きやすい環境を整えて人材育成にぜひとも繋げていきたいと思います。

《バランスアイデア賞》2社 ブリティッシュ・カウシル

人事部長 竹本史子さん

私たちは英国の国際文化交流機関として現在世界で100以上の国と地域で活動を展開しています。機会均等とダイバーシティは、私たち文化交流の根幹をなしており、人々や文化の多様性への理解と認識がなければ、効果的な国際文化交流はあり得ません。8年ほど前から、ワーク・ライフ・バランスを含め、ダイバーシティを推進する活動に取り組んで参りましたが、今回私たちの取り組みをこ



のように評価してくださいましたことはこの上ない喜びです。私たち一同は、今回の栄誉を励みとし、これからもお一人、ワーク・ライフ・バランスを推進し、多様性を主流にした活動を進展させ、文化交流に寄与して参りたいと存じます。

株式会社ねぎしフードサービス

代表取締役社長 根岸榮治さん

私どもの会社で一番大切にしていることは経営理念の共有です。経営理念を共有する人たちが仕事を通してともに成長する。人が成長するとともに企業も成長する。こういう風にできたらいいなと思っ

て色々な取り組みがあり、みなそれを通して頑張っております。そういう時期にこの賞を受賞できたことは私どもの励みになり嬉しく思っております。

今後は「おいしい味づくりで楽しい街づくり」という私どもの目標を達成できるように、出店したまちにねぎしがあつてよかったと思われるような店づくりを行っていきたいと考えています。

区長

これまで表彰してきた企業に今日表彰された3社が加わるということは新宿区にとつてとても心強いことです。ワーク・ライフ・バランスという子育てや介護の支援という意味で語られる場面が多いのですが、それ以外にも地域に貢献した地域活動の支援をしたり働きやすい職場作りを支援するという企業の取り組みには様々な特色があります。地域の中にこのような取り組みが広がっていることを皆様にも知っていただき応援していただけたらと思います。

第二部

講演と対談

キャリアと学びをテーマに菊池桃子さんの講演と後半は菊池さんの大学院時代の恩師である諏訪康雄法政大学名誉教授を交えての対談が行われました。

参加者からは、いくつになっても学ぶことが大切で大いに刺激を受けたとの感想が寄せられ、学びの大切さについて考えるきっかけづくりができました。

対談の中で諏訪教授より大学院などでの教育の専門家としての立場から次のようなアドバイスがありました。

● 発達には、若いころ急速に伸びる運動能力のようなもの、ゆっくりと一生かけて伸びていく人間国宝が持つ技能のようなもの、それから中年となつてからの管理職としての能力のような、3つの側面があるとのこと。そして30代はこれらが徐々に転換していくときで、その際、気づくというのが非常に重要であり、気づきさえすれば自分なりに何らかの形で学んでいくことができる。ミドルエイジクライシス（中年の危機）を乗り越えるためにも学び直しは大切である。

● 現代社会では知識が富の源泉。アイデア（FacebookやTwitterなど）が大変な経済的効果を生んでいる。知識やアイデアが非常に重要な時代になっていて、この知識を生む最先端に大学院がある。OECDの中で日本は大学院への進学率が低く、

グローバル化する知識社会に対応できない懸念が強い。日本の大学院への通学者率は人口1000人に2人の割合で、とても少ない（先進国は2〜10人）。大人の勉強の機会として大学院という選択肢に、もっと多くの社会人が気づいてほしい。

● 高齢になっても他人から頼られ働き続ける人の特徴は二つ。一つは明るい人で、人は歳を取ると自然と暗くなってしまうものだが、そうでない。二つ目はコミュニケーション能力が高い人で、他人と気持ちや考え方のキャッチボールが出来る人。仕事は他人から頼まれるもので、周囲からあの人に頼んでみようと思わせる。各人の人脈は、自分の年齢を基準に一世代分、だいたい25年くらいいしなく、年を取るにつれて自然とやせ細っていく。高齢者になったときに人脈を通じてくる仕事は無くなっていく。そこで、若い人やこれまで付き合ひのなかった人とも繋がって人脈を更新しなければならぬ。この点、学校へ行くのは人脈作りに最適であるだけでなく、脳は学ぶと増えていくと言われている。学びに年齢は関係なく、学び続けることで自分自身が若くあるだけでなく、人脈も出来て人生の可能性を広げることができる。



フォーラム当日の新宿御苑の雪景色

実行委員会からの一言

『新宿区平和都市宣言・区民憲章』をプログラムに記載、『生き甲斐のある人生にするために、共に学ぶ』など、男女共同参画社会の目指す姿を明らかに出来ました。官民一体で取り組んだ「継続の力」を実感し、意識の高い方々との出会いに、深い感動を覚えました。（石田孝子）

* * *

フォーラム実行委員の方々は年齢幅も広く、自分の考えをしっかり持ち、会議では相手の考え自分の考えもお互い十分話し合い、理解し次のステップに進みました。ただ当日は大雪で参加したいと思っていても足元の悪さに出席を躊躇された方が多かったのは残念でした。（川端喜美）

* * *

公募をきっかけに、所属している和太鼓「連」で、オーブニング演奏させて頂きました。当日の大雪の中、参加して頂いた多数の方の応援のお陰で無事終了することができ、感謝の思いでいっぱいです。実行委員は楽しいですので、ぜひ応募して頂きたいと思います。（金澤由利子）

* * *

初めて実行委員の一員として「男女共同参画」「ワーク・ライフ・バランス」推進活動に関わり、大変有意義な経験をしました。フォーラムに向けてテーマ・講演者・ポスター・当日の流れ…と進むにつれワクワクしてきました。当日の「大雪」もいい思い出です。（小宮一恵）

* * *

「楽しかった!!」フォーラムを終え真っ先に出た言葉です。年代も経歴も全く異なるメンバーが集まったにも関わらず、びっくりするほどいいチームで準備できました。日常生活からちょっと寄り道した活動に参加したからこそこの出会いです。皆さん、お疲れ様でした。&ありがとうございましたm(__)m（中島ゆき）

* * *

フォーラム実行委員活動を通じ、更なる男女共同参画社会実現に向けて自分は何ができるのか多く気づきを得、フォーラム終了後は何とも言えない充実感を味わいました。フォーラムに関わられた皆様、参加者の皆様に心から感謝申し上げます。（原美穂）

* * *

久しぶりに実行委員をさせていただき、ご一緒した委員の皆様と真摯な検討を重ね、フォーラム当日を無事に迎え、大雪のあとにも関わらず、大成功を収めたこと、講師のお話も評判が良かったことも含め、私にとって楽しく有意義な時間でありました。（畠山仁子）

* * *

人気者の桃子さんの講演。多数の観客を想定しての準備でしたが当日は記録的な大雪。フォーラムの目的は何か。知名度の高い人に依頼するのか、内容の充実を図ることに重点を置くのか考えさせられました。今回は師弟関係のお二人でバランスの良い構成になったと思います。（前田さつき）

しんじゅく女性団体会議の 所属団体をご紹介します

最近「女性の視点を活かす」という言葉を耳にすることがありませんか？例えば「女性の視点を活かした防災対策」など、あらゆる場面で女性の活躍が期待されていますが、女性ならではの気配りや細やかさなど、女性の視点を活かし女性が活躍することは、みんなが住みよい地域をつくるためにとても大切なことです。

区でも、地域で活躍されている女性団体があります。ここでは「しんじゅく女性団体会議」に所属し、地域で活躍されている団体をご紹介します。興味がある方は是非参加してみたいかと思いますが、会の連絡先が無い場合は、ウィズ新宿へご連絡ください。

※しんじゅく女性団体会議は、区内の女性団体相互の連携を図り、あらゆる分野における女性リーダーの育成など、女性のエンパワーメント（経済力や自己決定力等を身につけること）を図る活動を行うために設置されました。現在10団体（公募）の会員と3人の女性区議会議員で構成されており、研修や視察、講座など実施しています。

記載例

①主な活動拠点 ②定期的な活動及び定期開催イベント ③団体PR ④団体への参加資格

新宿区婦人団体協議会

- ①牛込筆筍地域センター
- ②毎月第4土曜日に常任委員会、毎月第2・4土曜日高齢者給食（グループひまわり）、毎年料理教室・手芸教室・体操教室・パートナーシップ講座・社会を明るくする運動パレード参加、地域センター祭に参加
- ③区との連携・会員相互の研修・女性の地位向上・地域社会の福祉向上に寄与することを目的とし活動。昭和63年9月より高齢者給食活動も実施。今では70食を作り地域の人々と交流を続けています。ボランティアで出来ることは積極的に実施し、和を図っています。
- ④特になし。



研修・そなエリア東京見学



新年懇親会

新宿区家庭教育グループ連絡会

- ①男女共同参画推進センター
- ②定例会（第1金曜日）、総会（年1回）、学習会（毎週水曜日）のほか、見学会、研修会、公開講座（年3回程度）を実施
- ③会員の年齢層は30代～70代と幅広いが、年齢に関係なく自由闊達な意見交換ができ、その中から時代のニーズに合ったテーマを取り上げて講座を行っている。会員が地域社会の中で活躍できる女性として進化し続けられる団体です。
- ④家庭教育や、しんかれん（会の略称）の活動に関心のある方ならどなたでも！



ウィズ新宿とパートナーシップ講座

新宿区消費者団体連絡会

- ①新宿消費生活センター分館
- ②33年間毎週火曜日に有機農産物のPR・試販や区と協働で月、水区民持ち込みで食品の放射能測定、区や都のイベントで毎年「悪質商法追放コント」・キャンペーンを実施。6回シリーズで区長から修了書が授与される「消費者大学講座」を7年行っています。区との協働としては消費生活展の実行委員団体や新宿区ふれあいフェスタ、3R協議会等
- ③当団体は加盟団体相互に応援しあう連絡会として、昭和57年創立して以来協力して、区民の消費者の権利を守る活動を区や都の行政と協働で続けている活動が認められ、「ベストサポーター章」を消費者庁長官から授与されました。26年度も上記の活動を区と協働して続けます。
- ④新宿区内の消費者活動をしている団体及びグループ
【連絡先】新宿消費生活センター分館内 新宿区消費者団体連絡会 ☎（5273）3834



悪徳商法追放キャンペーン



消費生活展

東京女性問題協議会新宿支部

- ①公共施設、会員の家
- ②月2回主に水曜日に活動都や区の行事にできるだけ参加しています。
- ③小さいグループでの語り合いなので、いろいろな意見や要望がきたんなく話し合いができます。
- ④会員の紹介が必要



新宿区婦人問題を考える会

- ①男女共同参画推進センター
- ②活動は不定期です。
新宿区の性を考える活動を行っています。
- ③働く女性の地位の向上を目指すことで、女性の社会進出を達成するための声を発し続けていきます。
男女平等になるよう、区行政にも働きかけていきます。
- ④女性の地位向上を目指し、平和を望む人は誰でも入会できます。



左から「わたしたちのかつどうきらく」、「わたしたちのかつどうきらく II」、「わたしたちのかつどうきらく III」

新宿区平和派遣の会

- ①地域センター
- ②月1回土もしくは日に役員会、平和啓発事業の「平和派遣報告会」「平和講演会」「平和マップウォーキング」「すいとんの会」を区と共催で実施、また会員研修「施設見学会」も実施
- ③ここ数年の活動テーマは「生命尊厳を基調にした平和な社会を構築する」、指針は「思いやりのコミュニケーションを拡げる」です。事業には、幅広い世代の方々が参加され、仲良い人間関係の輪が広がっています。
- ④新宿区平和派遣事業参加者及び本会の目的に賛同する方ならどなたでも



平和派遣報告会・合唱コンサート

新宿区更生保護女性会

- ①新宿区内全域
- ②更生保護施設でのガーデニング指導・料理作り、区内地域センター祭りでの手芸教室、会員のためのフラワーアレンジメント教室、地域の方のための料理教室や、講演会、施設見学会（年2回）、ハロウィン・キッズ・コンサート、施設での料理教室（年4回）・ひなまつりコンサート
- ③更生保護を目的とした活動で薬物乱用防止、中学校への出前活動。地域の各種子育て関連団体と連携し子育て支援協力。会員相互の連携と協力により、地域で役に立つ活動を支援しています。
- ④特になし。年会費1,000円。活動は自己資金で行っていますが、強制的ではなく自発的な協力を期待しています。



カード作り



ハロウィン・キッズ・コンサート

新宿区女性海外研修者の会

- ①文化センター及び各地域センター会議室
- ②毎月第1月曜日に定例会を開催
・国際交流区民のつどい「ひなまつり」
・国際理解に関する事業 25年度はガールガイド・ガールスカウト世界連盟アジア太平洋地域友の会ギャザリングへの協力、エリート日本語学校への日本文化体験講座、大使館訪問などを実施。26年度は4月にベルリン・ミッテ区派遣の青少年への日本文化体験講座を実施し交流、6月には日本文化体験も協力依頼されています。
その他、日本女性会議参加、マルシェなど
- ③年1回の国際交流区民のつどい「ひなまつり」は多くの外国の方に日本文化を体験していただき、毎年大勢の方に好評を得ています。
- ④会が主催する海外研修に参加した女性に限ります。



ミッテ区派遣の青少年への日本文化体験講座

新日本婦人の会新宿支部

- ①新宿区内の19地域班と6職場班を中心に活動
- ②毎月支部委員会、年4回の班長会、年1回支部総会
6月と12月に大気汚染カプセル測定（区内150カ所）
7月夏バザー・10月枝豆収穫バスツアーを実施
- ③平塚らいてうや岩崎ちひろらの呼びかけで創立し52年、平和・子育て・仕事・健康・食生活・ジェンダー平等・文化・環境など、会員や女性の様々な要求を取り上げ、その実現のために活動する国連NGO認証の女性団体です。
- ④会の主旨に賛同いただければ、誰でも入会できます。
連絡先 新日本婦人の会新宿支部
☎ (3952) 7314



平和を願って 力をあわせて

角筈生活学校

- ①角筈特別出張所会議室、中央公園イベント広場など
- ②活動の日時は定まっていますが、月に1、2回の会合と毎年12月には地域交流のイベントで料理担当をしています。また地域と区の事業にも参加しています。
- ③身近な暮らしの中の問題を、学び、調べ、様々な機関と話し合い、実践しながら家庭・地域・生活課題を見直していく活動をしています。現在はRest（休息）、Relaxation（気晴らし）、Recreation（保養）の新3Rを主な活動の中心としています。その他あしたの日本を創る協会、東京のあすを創る協会のイベント等に参加協力しています。
- ④参加されたい方はどなたでも歓迎します。



総会



見学会 新宿歴史博物館

「配偶者暴力防止法」の一部が改正されました

平成26年1月3日施行

配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律（配偶者暴力防止法）の一部が改正され、法律の対象が変わりました。

改正前の法律の対象は、配偶者（事実婚を含む）からの暴力及びその被害者でしたが、平成25年に3回目の法改正が行われ、新たに生活の本拠を共にする交際相手からの暴力及び被害者についても、この法律が準用されることになりました。また、法律の名称が「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護等に関する法律」に改められました。

今回の改正の背景には、近年社会的な問題となっている交際相手からの暴力がエスカレートして、被害者やその親族が加害者によって殺害されるという痛ましい事件が起きていることがあります。

改正前の法律では、交際相手からの暴力は対象とされず、ストーカー行為の規制等に関する法律（ストーカー規制法）を適用して被害者保護を図っていましたが、被害者と加害者が同居している事案については、ストーカー規制法による禁止命令の適用が難しいとされており、日時の特定や証拠の収集が困難場合があることから刑法の傷害罪・暴行罪による

事件化が困難であるなど、法制度上、迅速な被害者救済を図ることが難しい実情があり、配偶者暴力防止法の適用対象の拡大が必要とされていました。

この法律は、配偶者からの暴力に係る通報、相談、保護、自立支援等の体制を整備し、配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護を図ることを目的として平成13年に制定されたものです。被害者が男性の場合もこの法律の対象となりますが、被害者は、多くの場合女性であることから、女性被害者に配慮した内容の前置が置かれています。

この法律で定められている被害者の保護の内容には、配偶者暴力相談支援センターを中心とした被害者の保護や自立支援態勢の確立、裁判所における保護命令手続があります。

一人で悩まず、相談機関へご相談ください。

内閣府男女共同参画局

配偶者からの暴力被害者支援情報

<http://www.gender.go.jp/e-vaw/>

（平成26年6月10日現在）

新宿区 悩みごと相談室

面接予約 ☎（3341）0801

悩みごと相談室をご利用ください

新宿区では、日曜・祝日等を除く毎日、悩みごと相談を行っています。お気軽にご利用ください。

今回は男女共同参画推進センターで水曜日担当の渡邊孝子相談員と区役所第一分庁舎2階区民相談室担当の神山美智子相談員からメッセージをいただきました。

渡邊孝子（元家庭裁判所調査官）

私が選んだ仕事は家庭裁判所調査官です。37年間、家族・家庭関係にからむ問題を解決する一助を担うべく微力ながら働いてきました。その体験で「世の中には生まれついた環境から不幸な方、ある日突然に不運に見舞われる方」が沢山いると実感しています。

退職後はその経験をもって、東京都女性相談センター（主だったDV被害者支援機関）、法テラス、市役所の家事相談などをさせていただきました。さらに婦人保護施設で手芸指導のボランティアをして生々しい現場に触れる機会もありました。そこでは、夫婦関係の不和や親の紛争に巻き込まれている子どもの問題などが相当多かったと思います。

相談員はあくまで中立の立場であり相談者の代理人にはなれません。相談者本人が①気持ちを鎮め②自分の抱えている問題に役立つ情報、知識、知恵などを仕入れて③自分で解決への道筋を見つけていくもので、相談員はその方の段階に即して応援する役目をするものと思っています。

人間関係の結び方が難しい都会だからと一人で悩まないで、気軽に相談員に声をかけてくださるよう、お待ちしております。

神山美智子（弁護士）

私は歌舞伎町の第一分庁舎2階区民相談室で、月1回月曜午後の相談を担当しています。悩みごと相談という名前なので、法律問題以外の悩み事が持ち込まれることもあります。「今日は弁護士による相談です」とお答えすると、知らなかったと言われる方もおられました。

しかしその他は離婚や養育費、あるいは相続の相談が多いように思います。相続はややこしいことがたくさんありますから、1時間では足りない場合もあります。予め相談したいことをメモして来てください。

毎月決まって相談にこられる方もあり、信頼できる弁護士に巡り会えない方もおられます。弁護士は困っている人の立場に立って、親切に対応することが、職業上の使命ではないでしょうか。

この相談では書類を書いてあげることができないので、隔靴搔痒の感もあります。悩みごと相談がまだ世の中に知られていないせいか、電話1本来ない日もあり隣が多重債務相談の日など、何人も人が出入りしている気配が感じられ、一人寂しい思いをしています。

一人で悩まずに悩みごと相談室をご利用ください。

●DV防止啓発講座

「デートDVの理解と支援のために」

講師・西山 さつき氏
(NPO法人レジリエンス副代表)

区では、DV防止を目的として啓発講座を実施しています。2月5日(水)にデートDVを学ぶ講座を実施しました。女子高生、女子大生でデートDV被害にあっている人は5人中1人(アウェア調査2007年)という話もあり、若者への対策が必要だと思いました。

また、日常生活の中で、暴力容認の意識が刷り込まれることや、暴力の種類、会話例からお互いを尊重する関係、適度

な距離感の関係の説明、予防の必要性などを丁寧にお話いただきました。スマートフォンやSNS等を使った「デジタル暴力」の話は特に印象的で、DV型ストーカー事件につながる可能性もあり、スマートフォン等がもたらす危険性について子どものうちから教えていくことが必要だと感じました。

若い世代では「束縛＝愛情」と思い、自分が被害にあっていることに気づかないことがあります。デートDVの被害から若者を守るには、周りの大人のサポートが不可欠です。身近な大人が「いつでも話を聞くと」と伝えること、「こんな関係はどう思う?」と話す機会を持つことの大切さを学びました。

●男女共同参画講座

「雨にも負けず、今にも負けず、くらしの中で感じるいのちの平等」

講師・アーサー・ビナード氏
(詩人・随筆家)

3月18日(火)、講師にアメリカ、ミシガン州で生まれ育った詩人・絵本作家・随筆家・翻訳家のアーサー・ビナードさんをお招きし、男女共同参画の視点から、生きる権利と平等について語って頂きました。64名の方の参加で会場は満席となりました。ユーモアに包まれながらも、普段気付けない点について、具体的かつ歴史的事実に触れながら、核心にせまる

お話でした。

マスコミに

「汚脳(おのう)」されることなく、

本当の意味を見抜く力、振り回されないことの大切さについてのお話に、皆さん深くうなずかれていました。講演後の質疑応答では多くの質問があり、意見や考え方の違う人との付き合い方についての質問に、「おもしろがる」心を持って接してみるなど、独特の切り口でご回答いただきました。常に笑い声が絶えない中で、これからの生き方や意識の持ち方を見つめ直す良い機会となりました。



●男性対象講座

「おとうさんのための おもしろおもちゃづくり」

講師・井上 智陽氏
(おもちゃ工作研究家)

2月2日(日)、今回で5回目となる「おとうさんのためのおもしろおもちゃづくり」を実施しました。講師の井上智陽さんはイラストレーターとして、また手作りおもちゃ工作研究家として、各方面でご活躍されています。紙コップ、割り箸、ストローなど身近な材料を使い、簡単に作れて楽しく遊べるおもちゃづくり。初めはぎこちなかったおとうさん達が、子どもと一緒におもちゃを作っているうちに段々真剣な表情になっていきます。出来上がったおもちゃの不思議なカラクリに目を輝かせる子ども達。おとうさんが子どもに声を掛けながら、親子で楽しそうに遊んでいる姿が印象的でした。良い親子のコミュニケーション作りのきっかけになったのではないのでしょうか。



身近な材料がおもちゃに変身

●ワーク・ライフ・バランスセミナー

「企業に求められるメンタルヘルス対策」

講師・井上 悟氏
(東京都立中部総合精神保健福祉センター副所長 精神科医)
講師・横山美弥子氏
(産業カウンセラー)

急速に進む少子化に伴い、高齢者世帯や要介護人口が増え労働力不足が深刻化する中、区では企業が優秀な人材を確保し、快適な職場環境を提供できるよう、ワーク・ライフ・バランスセミナーを実施しています。「メンタルヘルスセミナー」では、医師

と産業カウンセラーに2回にわたりお話いただきました。「新型うつ」や表面は明るく振る舞う「微笑みうつ」について、また早期発見のポイントなど精神疾患への理解を深める最新の情報と、職場での実務対応が盛り込まれた内容でした。参加者からは「具体例が多く実践的な内容だった」「育児介護対応などとともに、メンタルヘルスの問題もQuality of Lifeの向上に重要だと認識できた」「今後の社内での取組みに活かしたい」などのご意見をいただきました。今後も様々な角度からのセミナーや啓発を通して、企業のワーク・ライフ・バランス推進のための支援を進めていきます。

平成26年2月24日にオープン！



ようこそ！ 女性の健康支援 センターへ

「ここからからだの健康づくり」
女性の健康支援センターが、
女性の健康づくりを応援します！

これまでの医学は、成人男性を標準として病態とその推移、診断や治療方法などを確立してきました。しかし、近年では病気の発生要因には、環境や生活習慣、遺伝の他、「男性」と「女性」でも病気のかかりやすさや病気の種類にも「性差」があり、治療も性差を考慮する必要性が問われるようになりました。新宿区では、平成21年度から女性の健康支援事業を開始し、平成26年2月24日には女性の健康支援センターを四谷保健センター内に開設し、女性の健康づくりの拠点としてさまざまな取り組みを行っています。

女性の健康支援センター はこんなところ

女性のからだは、思春期、妊娠・出産期、更年期など、各年代に応じてホルモンバランスが大きく変化し、それぞれに健康課題があります。そのため各年代の特徴に応じたきめ細かな健康づくりを応援しています。

学べる！

月経や更年期、メンタルヘルス、乳が



体験・測定・情報コーナー
どなたでも、ご自由に利用できます

ん・子宮がんなどをテーマとした講義型の講座やリラクゼーション、体操、料理など体験型の講座を開催します。また、女性の健康週間には、楽しみながら学べる内容でのイベントを実施します。

体験できる！情報をゲット！

乳がんのしこり体験や血管年齢測定、肌年齢測定、体組成計等を使った簡単な健康チェック、図書やインターネット端末による健康に関する情報の検索ができます。

相談できる！

・女性の健康専門相談（女性の産婦人科医師が対応）
産婦人科系全般と更年期専門の2種類の相談を行っています。産婦人科系全般



ここちよくゆったりと相談できる相談室

は、月経や妊娠・出産、婦人科系の病気などについて相談できます。更年期専門相談は、「ほてりやのぼせ、イライラ、動悸、めまい」など更年期症状や対処について相談できます。いずれも、月1回予約制です。

・女性の健康相談（保健師・栄養士・歯科衛生士が対応）
心やからだについてのご相談や生活のアドバイスを電話や面接で行います。予約は不要です。その他、区内に4カ所ある保健センターの骨粗しょう症予防検診時に合わせ、女性の健康について相談が受けられます。（骨粗しょう症予防検診は有料・予約制）

つながりができる！

同じ健康課題を持つ方々が集い、情報交換や仲間づくりの場を提供し、グルー

ブ活動の支援をします。現在は、乳がん体験者の会を行っています。

来て！聴いて！やって！
見て！健康づくりのきっかけをつくらう！

地域まつりなどにブースを設けて、乳がんのしこりを感じる体験をしていただくなかで、区民の方から「毎日運動しているから私は大丈夫」「胸が小さいから私は関係ないと思う」といったお声も聞きます。しかし、乳がんを体験された多くの方からは、「まさか、なんで自分が…」と感じたという声が聞かれます。そう、絶対に大丈夫はないですね。

また、女性は仕事、家事、育児、介護、地域の活動など、いくつもの役割を持ち忙しい毎日を過ごしており、中には心身の不調を感じながらも役割を優先し無理がたたって健康を害してしまう事も少な



女性のための体験型健康セミナー
チベット体操

くありません。社会的にも、女性の力が期待されている今、元気に活躍出来る心とからだづくりは大切です。

女性の健康支援センターは、都内でも設置している自治体は少なく、新宿区は板橋区に次いで設置となり、先進的に取り組んでいます。

オープンから5月末までに約400名と多くの方に当センターをご利用いただきました。健康測定機器は大変好評で、ご自分の健康について見直すきっかけづくりになっているようです。また、健康セミナーも女性の心とからだについてじっくりと学ぶ機会となり大変参考になったという方が多くいらっしゃいました。

区民のみなさん、自分のからだについて正しい知識を得ることで、健康づくりに取り組み、いつまでもはつらつと過ごせる心とからだづくりのために是非、当センターをご利用ください。



女性のこころとからだの基礎知識

女性の健康セミナー（講義型）にご参加ください

テーマ：知っておきたい「子宮」のこと～子宮がん・子宮内膜症・子宮筋腫～
子宮は女性にとって妊娠・出産という大きな役割を果たすところですが、さまざまな病気もあります。ひどい生理痛や、いつもより生理が長引く、不正出血があるなどの気になる症状があっても、相談しにくく、そのまま様子を見ていくことはありませんか。

今回は、子宮の代表的な病気について学びます。

【日時】7月18日（金）午後2時～4時

【対象】区内在住・在勤・在学の方、40

【申込み】電話にて女性の健康支援センターにお申込みください。
（三栄町25、四谷保健センター内）
☎（3351）5161へ。先着順。

【講師】産婦人科医師 東館紀子（東京女子医科大学成人医学センター産婦人科）
【会場】四谷保健センター 3階ホール

四谷保健センター 女性の健康支援センター

新宿区三栄町25 ☎（3351）5161



ワーク・ライフ・バランスの実現

～仕事と家庭、地域活動との調和がとれた生活～

男女が共に多様な生き方を選択でき、家族や地域社会の一員として責任を分かち合いながら積極的に活動していくためには、ワーク・ライフ・バランスを実現し、仕事と仕事以外の生活が共に充実していることが必要です。

ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)とは

「仕事」と「生活」(子育て、介護、地域活動、自己啓発、趣味の時間など)の調和の取れた状態をいいます。

平成19年12月18日に策定された「仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)憲章」では、仕事と生活の調和が実現した社会づくりとは、具体的には以下のような社会を目指すべきであるとされています。

- ①就労による経済的自立が可能な社会
- ②健康で豊かな生活のための時間が確保できる社会
- ③多様な働き方・生き方が選択できる社会

ワーク・ライフ・バランス推進企業を応援しています

新宿区では、ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)施策の一環として、平成19年10月から「新宿区ワーク・ライフ・バランス推進企業認定制度」を実施しています。事業開始

から平成26年1月末まで、127社から申請があり、そのうち36社をワーク・ライフ・バランス推進企業として認定しています。

36 株式会社ビーフェイス (番号は認定番号)

【認定の分野】 子育て支援 介護支援 働きやすい職場づくり

育児支援や介護支援の制度が整い休職者の復帰という実績もあること、管理職への女性登用もなされており、働く上での男女差のない職場環境が整っているという点が評価されました。

平成25年度ワーク・ライフ・バランス推進優良企業表彰

<ベストバランス賞>

◆ フコクしんらい生命保険株式会社

<バランスアイデア賞>

◆ ブリティッシュ・カウンシル

◆ 株式会社ねぎしフードサービス

【問合せ】 男女共同参画課 ☎ (3341) 0801

男女共同参画社会の実現に向けて 子育て世代を応援!! 保育所整備を行います

待機児童解消緊急対策

男女共同参画社会を実現するために、新宿区では誰もが安心して子育てをしながら仕事や地域活動に参加できるよう多様なニーズに対応した保育サービスの充実に取り組んでいます。

そこで、区ではこれまで一貫して待機児童ゼロを目指し、保育園、子ども園、認証保育所、保育ルームなどの整備を進めてきました。

しかし、出生数の増加や子育て世代の転入などにより、保育ニーズは急増し、昨年度は528名の保育の受入れ枠を拡大しましたが、本年4月1日時点の待機児童数は152名と、依然として厳しい状況となりました。

このため、本年度も昨年に引き続き、追加の緊急対策として私立認可保育所の定員拡大を1所、賃貸物件による私立認可保育所を2所整備することで196名の受入れ枠を増やします。

これによって平成27年4月1日までに当初の計画と合わせ、新たに568名の保育定員の拡大を行います。

保育施設定員



10年間で、
1800名以上の
受入れ枠増加

平成26年4月以降整備が予定されている施設



【問合せ】 子ども家庭課 ☎ (5273) 4162

平成26年度男女共同参画週間

6月23日(月)から29日(日)までの1週間は「男女共同参画週間」です。

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、みなさん一人ひとりの取り組みが必要です。

私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？

今年度のキャッチフレーズは「家事場のパパチカラ」です。



緊急告知

若者のつどい2014(仮称)

今年も
やります!!

開催日 2014年11月22日(土)
場所 新宿区立新宿文化センター

●施設案内●

3F 会議室
2F 図書資料コーナー
交流コーナー
悩みごと相談室

1F 受付・事務室
閲覧コーナー
図書カウンター
B1 ワーク室

開館時間

月～土曜日
午前9時～午後8時
日曜日
午前9時～午後5時

◆図書の貸出し
月～土 午前9時～午後5時
◆会議室の利用
月～日 午前9時～午後10時
◆悩みごと相談室(電話・面接)
月～土 午前10時～午後4時



編集後記

久々の梅雨らしい梅雨の中でお届けした『ウィズ新宿118号』はいかがでしたでしょうか。

フォーラム・若者のつどい・講座など男女共同参画推進センターでは様々な取り組みを行っております。また『ウィズ新宿』は今後も皆様に男女共同参画の情報を発信し続けていきます。あわせて男女共同参画社会を考えるきっかけづくりには是非お役立てください。

編集委員会スタート

区民から公募した編集委員と区の協働で、平成26年度の『ウィズ新宿』を作っていきます。3日間の編集講座を終え、現在119号の編集会議を行っています。今後も会議を重ねながら119号・120号を作成していきます。どうぞご期待ください。



これからの講座

★性と生の講座

～4時

①「WEN-DO 女性のための護身術～心と身体を護るために」

講師：橋本明子氏(WEN-DOインストラクター)

7月18日(金)午後6時30分～8時30分

対象はいずれも小学校4年生以上の女性。

②「母娘de護身術～わたしのカラダとココロは自分でまもろう」

会場は男女共同参画推進センター(ウィズ新宿)。

7月19日(土)午後2時

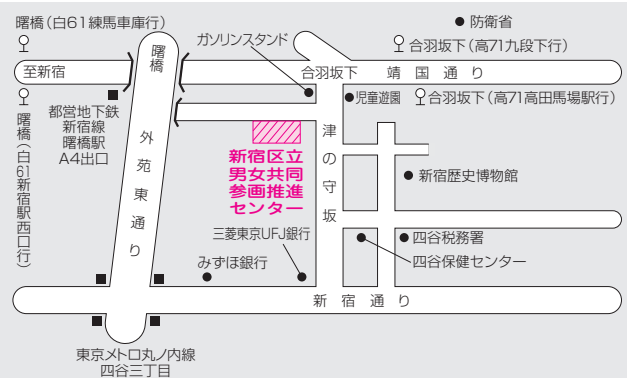
参加費は無料です。お申込みは下記センターまで。

お知らせ

★ウィズ新宿とのパートナーシップ講座

区との協働で、男女共同参画に関する講座を実施しませんか。ウィズ新宿の登録団体、および新宿区内で

継続的に活動する10名以上(過半数が区内在住・在勤)の団体が対象です。詳しくは下記センターまでお問い合わせください。



発行 新宿区子ども家庭部男女共同参画課
新宿区立男女共同参画推進センター
〒160-0007 東京都新宿区荒木町16番地
TEL(3341)0801 FAX(3341)0740

発行日 平成26年6月26日

