

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。

特集 \しない/\させない/

STOPセクハラ!



P6

定年後も自分らしく

セカンドライフの楽しみ方

データ・ウォッチング

P8

「35%」

不妊治療と仕事の両立ができない男女の割合

P9

世界の仕事・家庭・生き方

「ミャンマー編」

P10

しんじゆく

ワーク・ライフ・バランスの星

P11

インフォメーション

「若者のつどい」「ここ・からまつり」
を開催します



しないさせない STOPセクハラ!

セクシュアルハラスメント
(以下セクハラ)という言葉

は、広く知られるようになりまし
た。しかし、下のデータからもわ
かるように、実態は減っていきま
せん。個人の問題で終わらせず、社
会全体の問題として早急に取り組
むことが求められています。

なぜ、セクハラはなくならない
のでしょうか。一番は、加害者に
罪の意識がないからです。さら
に、被害者が声をあげられずに我
慢し、周囲も見過ぎてきたこと
も大きな要因の一つです。

職場のセクハラは、個人の尊厳
を踏みにじる人権侵害であり、働
く人の能力発揮の機会を妨げるも
のです。

一人ひとりが活躍する時代に向
けて、あらためて、セクシュアル
ハラスメントについて考えてみま
した。

上司からの交際の申込み
を断ったら配置替えさせ
られた

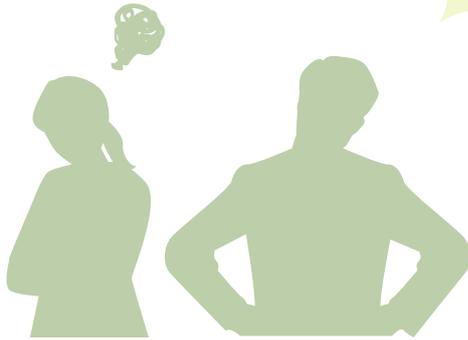
(対価型)

早退を申し出たら
「男のくせに情けない」
と言われた

(環境型)

体を触られて拒んだ
ら「契約更新はない」
と言われた

(対価型)



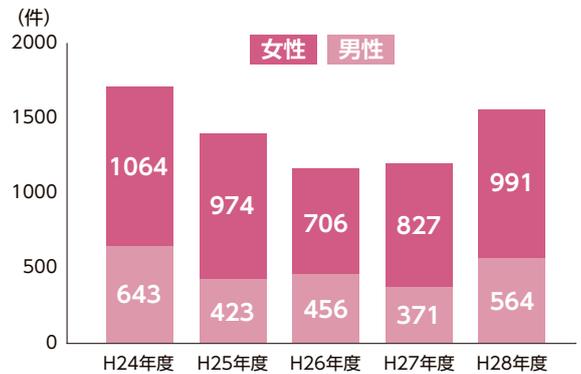
ミスを謝ったら「おば
さんだから」と言われた

(環境型)

「まだ結婚しないの」と
からかわれた

(環境型)

セクシュアルハラスメント相談件数



出典: 東京都産業労働局「労働相談及びあっせんの概要」

**セクハラは
重大な人権侵害です**

セクハラは相手の意に反する性的言動を指します。具体的には、性的な冗談やからかい、食事やデートへの執拗な誘いや身体への不必要な接触、性的関係の強要などです。相手の人権を深く傷つける重大な人権侵害であり、決して許される行為ではありません。被害者の多くは女性です。職場の人間関係の中で起こるため、拒否しづらく、誰にも相談できず問題が深刻化しやすい特徴があります。

日本では1989年の福岡県での裁判をきっかけに「セクハラ」という言葉が社会で認識されるようになりました。

**法律が改正されても
なくならないセクハラ**

男女雇用機会均等法では、セクハラを「職場において、労働者の意に反する性的な言動が行われ、それを拒否したり抵抗したりすることによって解雇、降格、減給などの不利益を受けることや、性的な言動が行われることで職場の環境が不快なものとなったため、労働者の能力の発揮に重大な悪影響が生じること」と定義しています。

2007年の法改正により、これまで女性労働者に限定していたセクハラ禁止規定を男性にも適用し、性による差別的取り扱いを禁止しています。

しかし、罰則規定はないため、被害者が泣き寝入りする例が後を絶ちません。会社に相談窓口がなかったり、窓口はあ

職場におけるセクハラには「対価型」と「環境型」があります

対価型

職務上の地位を利用して性的な関係を強要し、それを拒否した人に対し減給、降格などの不利益を負わせる行為。

環境型

性的な関係は要求しないものの、職場内での性的な言動により働く人々を不快にさせ、職場環境を損なう行為。

セクハラはなぜ起きるのか？

女性へのセクハラが起きるのは、女性を対等な労働者とみなさず、性的な対象

としても相談しにくい雰囲気だったり、事業主自身が加害者であったりした場合に、相談することさえも難しい状況が見られます。
また、妊娠・出産や、育児休業制度を利用したことなどを理由に解雇や嫌がらせをするマタニティハラスメントも、男
女雇用機会均等法では禁止しています。

と捉えているからです。女性を男性より低く見る差別意識や職場の上下関係も原因と考えられます。男性加害者の多くは、「自分はセクハラのものではない」「自分は女性に『NO』と言わなかったので気付かなかった」と言います。しかし、相手が上司の妻や娘だったら同じことではないはず。つまり無意識のうちに相手を低く見ているのです。

一方、女性の多くは、目をつぶってセクハラを我慢してきました。被害を受けた女性が声を上げるのは、とても勇気がいることです。加害者が力のある上司や同僚の男性であれば、被害を訴えても取り合ってもらえず、周囲から嫌がらせを受けて、仕事を失う恐れもあります。職場の雰囲気や損なわず仕事を円滑に進めようと、我慢してきた結果、セクハラ被害はなくならないのです。

セクハラのない職場にするには？

セクハラは決して許されません。職場は仕事をする場所です。性別にかかわらず、誰もが仕事をする一人人として尊重されるという意識を持ち、対等な人間関



係を築くことが必要です。セクハラを「しない」「させない」「許さない」職場づくりが大切です。

中には「この程度の言動は許されていい」という加害者もいますが、相手の意に反する性的な言動は全てセクハラです。4ページのチェックリストを使って、自分の認識が正しいか確認してください。

また、セクハラ被害者は女性だけではなく、女性から男性や同性間でも行われる場合があります。

セクハラ被害にあったら

①被害にあったら声を上げよう

その場ではっきり「NO」と言葉と態度で示すことが大事です。黙って我慢していると、嫌がっていないと誤解されて、被害が拡大したり、繰り返されたりすることもあります。

②一人で悩まず相談しよう

一人で悩まず誰かに相談してください。相談先・窓口は4ページに紹介しています。

③必ず記録を取ろう

相手の言動や日時、場所、目撃者などを記録しておきましょう。相談や調停、裁判の際の重要な資料となります。



企業にとって損失

男女雇用機会均等法では、職場でのセクハラ防止を事業主の義務として定めています。事業主にはセクハラ防止の啓蒙活動や、相談窓口を設けることなど10項目の義務が課せられています。

もし、被害者や加害者が退職すれば、貴重な労働力を失うこととなります。さらに社名が公表されれば、企業の社会的信用の失墜やイメージダウン、社員の士気低下などにつながります。経営リスクとなることを肝に銘じ、経営者や管理職が率先してセクハラ防止に真剣に取り組むことが重要です。

海外事情

現在、30を超える国と地域でセクシュアルハラスメントの罰則規定があります。フランスでは2年以下の拘禁刑または3万ユーロ以下の罰金を科しています。加害者の職権乱用や、被害者が社会的経済的弱者の場合には、さらに量刑が重くなり、3年以下の拘禁刑、4.5万ユーロ以下の罰金となるそうです。アジアでも台湾では罰金の支払いが命じられます。国際労働機関（ILO）は2019年にセクハラや暴力を防ぐ条約を制定する方針です。



STOPセクハラ!

加害者にならないために

以下は、すべてセクハラか、セクハラにつながる考え方です。チェックしてみましょう。

- 1. 社内／社外の人との会話の中で女性または男性を「うちの女の子」「うちの男の子」と呼ぶ。
- 2. 交際を申し込んだが、相手に断られたので「性的にだらしない」との噂を流す。
- 3. 上司が部下に「いつ結婚するか」「いつ子どもを産む予定か」などと聞く。
- 4. しつこくデートに誘う。
- 5. 多少の性的な冗談・からかいは、笑って受け流すくらいの度量がほしい。
- 6. 露出度の高い服装で入社する人は、自らセクハラを招いていると思う。
- 7. 飲み会でデュエットを頼んだらつきあってくれるのが当然であると思う。
- 8. あいさつ代わりに肩を叩いたり「○○ちゃん」と呼ぶのは親しさの表現だと思う。
- 9. 男性の猥談は職場の息抜きだから、とやかく言われたくない。
- 10. セクハラに敏感になりすぎると日常のコミュニケーションがぎすぎすしたものになると思う。

※厚生労働省委託事業 ポジティブ・アクション情報ポータルサイトより引用

セクハラの温床となっているのは、「男は仕事、女は家庭」という固定的な性別役割分担の考え方です。女性の能力発揮を妨げるこのような考え方を改め、女性も男性もともに伸び伸びと働ける職場を作りましょう。それが企業の成長にもつながります。



相談先・窓口

「セクハラでは？」と思ったら、一人で抱え込まずに、まずは誰かに相談してみましょう。

同僚や上司	身近な同僚や上司で信頼のおける人に相談することで、自分自身の考えを整理することができたり、苦痛が軽減されたりします。
会社の相談窓口	セクハラ相談窓口を設けることは、法律で事業主の義務とされています。会社はあなたの問題に気付いていないかもしれません。セクハラの実態があることを企業内の相談窓口で話してみましょう。会社から加害者への働きかけで解決する場合があります。
女性の人権ホットライン (法務省管轄) 0570-070-810 平日 8:30 ~ 17:15	セクハラ、DV、ストーカー行為といった女性をめぐるさまざまな人権問題について相談を受け付ける専用電話です。 最寄りの法務局につながり、女性の人権問題に詳しい法務局職員または人権擁護委員が受けてくれます。相談は無料、秘密は厳守されるので、「会社で話すのは心配」な人や、「セクハラとして抗議してもいいのか」と迷う場合は、相談してみましょう。
東京労働局雇用環境均等部 (厚労省管轄) 0120-601-556 平日 9:30 ~ 17:30	労働問題に関するあらゆる分野の相談を、専門の相談員が電話あるいは面談で受けてくれます。セクハラだけでなく、パワハラやマタハラの被害に関しても、相談ができます。解決方法について、適確なアドバイスをしてもらえます。

日本の女性たちが「NO!」を 言えるために



大阪大学大学院教授
牟田 和恵

大阪大学大学院人間科学研究科教授。専門は歴史社会学、ジェンダー論。主な著書に「部長、その恋愛はセクハラです!」「ジェンダー一家族を超えて」など。

今から30年前、出版社勤務の女性が性的な誹謗中傷で解雇に追い込まれたとして、男性上司を相手に民事裁判を起こしました。日本初のセクハラ裁判は原告の全面勝訴、5年後の1997年改正男女雇用機会均等法では職場のセクハラ防止規定(当時は努力義務)が盛り込まれました。声を上げることで、大きく世の中が動いた事例です。

声を上げることの大切さについて、大阪大学大学院教授・牟田和恵さんに一言いただきました。

「#MeToo」運動はなぜ広まらない??

昨年末から世界中で広がった「#MeToo」運動。残念ながら日本では諸外国に比べて大きな動きにはならなかった

国に比べて大きな動きにはならなかったのですが、それは不思議なことではありません。ジャーナリスト・伊藤詩織さんはじめ少数ながら声を上げた女性たちに浴びせられるバッシングや、性暴力被害者がTV番組で「部屋に行った女性が悪い」などと理不尽な非難をされているのを見れば、「私も」と声を上げる気持ちにはなれないのが当たり前でしょう。日本の社会は「セクハラや性暴力は許されない」という社会規範が根付いておらず、何が性暴力であるのかという理解も非常に遅れています。「あからさまな暴力や脅迫がなければ強姦とは認められない」という古臭い考え方が今も根深く、実際には相手との力関係や置かれた状況によっては、嫌であっても性的行為を受け入れさせられる。つまり、「合意」が

強要され、望まない性的行為をされることがレイプであり性暴力なのだという常識が、法律上でもハードルが高く、まだまだ理解されていないのです。セクハラでも、「嫌ならなぜそのときにはっきり言わなかったのか」と責められて被害が無いことにされたり、また被害を受けた女性自身も拒否できなかった自分が悪い、しかたがない等と思わされたりしてきました。

自分を尊重しよう

でも、もうこういう状況は変えていくべき時です。法律の改正も必要ですし、被害に遭った女性を支える支援の取り組みももっと充実していかなければなりません。そして女性たち自身が何が性暴力かをしっかりと知り、自分を尊重できるようにすることが大事ではないでしょうか。自分を尊重する、自分を守る、というのは、危ないところに行かないなどというだけではありません(そういう自己防衛がダメと言う意味ではありませんが)。自分の心も体も私自身のものなので望まないことにはNOと言っている、性格も容姿も「こうあるべき」姿に近づこうとする必要はなく、ありのままの自

分が好きと思えること。ですが、現実には多くの女性たちは、誰かの意を損なわないように、周囲に合わせないと悪く思われるのでは等々と、いつも「自分」を後回しにしてしまっているのではないのでしょうか? 娘さんにも、ワガママ言わずに皆に合わせなさいとしつけをしてはいないでしょうか?

周囲の人のために自分を二の次にする必要のあるときも確かにあるでしょう。でも、何も考えずに自分を後回しにするのが「習性」になってしまっていないでしょうか? ちょっととした反発やトラブルが嫌で、自分がガマンするほうがマシ、と考えてしまっているいませんか? そういう風に自分を損なうことが身についてしまっているのが本当は恐ろしいことで、自分の尊厳を忘れてしまっています。

一人ひとりできること

セクハラや性暴力の被害に遭っても、NO!と言えないのは、日ごろから自分の意思を通していないことと地続き。セクハラや性暴力にNO!と言えないこと自体は決して責められません。言えない事情や状況があることを十分理解したうえで周囲がサポートしましょう。でも私たちは少しずつ、NO!と言える力をつけていきたいものです。さらに、性暴力やセクハラをなくしていくには男性の変化も必要です。無関心や無理解は、沈黙に加担し容認すること。まずは男性たちが先陣を切って、セクハラの無い職場づくりに取り組んでみませんか。

定年後も自分らしく

——定年後の人生も自分らしくありたい。

働く女性が増えた今、定年後をどう生きるかは男女共通のテーマです。

そのヒントを探るべく、自分らしいセカンドライフを実践中の区民取材しました。

高校時代の夢の実現から始まった
いきいきセカンドライフ
ウォーキングとの出会いが地域活動へ



小林 昌仁さん

高度経済成長期、多くの男性が仕事にまい進していた中、小林昌仁さんはゴルフ、登山、スキューバダイビングなどさまざまなスポーツを楽しむ生活も充実させてきました。

ワーク・ライフ・バランスの先駆者は、定年後も自分らしくいきいきライフを実践中です。

青春時代の夢に挑戦

定年を前に思い出したのが高校時代の夢、キリマンジャロへの挑戦でした。身近な山から一歩一歩準備を始め、定年後の62歳のときに登頂することができました。

「頂上に立ったときのあの清々さと達成感は忘れられません」

その後もキナバルなど数々の名峰を制覇。その中で実感したのが、健康であることの大切さでした。

ウォーキングとの出会い

健康維持に役立つと思って始めたのがウォーキングです。北海道から沖縄まで全国の大会に参加し、数々の賞を獲得。海外の大会にも参加するほど熱心に取り組んできました。

「ウォーキングの魅力は、誰でも気軽にできるスポーツであり、出会いや交流が広がることです。みなさん、歩きながら会話を楽しんでますよ」

国内の大会では、出身地や目標などを書いたゼッケンを付けて歩くのと。そのゼッケンを見て地元の人が温かい声援を送ってくれることが嬉しく励みになるそうです。定年後に夫婦で始める方も多く、「今では妻と一緒に観光を兼ねて各地の大会に参加しています。歩き終えたあとの一杯とその土地の料理を味わうのも楽しみですよ」

定年後の居場所づくり

現在、小林さんはNPO法人新宿区ウォーキング協会の会長、妻の容子さんも役員を務めています。「ウォーキング仲間10人と立ち上げました。それぞれの得意分野を生かしながら会の運

営をしています」

定年後の男性の中には地域に居場所がなく、生きがいを見つけれない人もいます。小林さんいわく地域デビューのコツは「現役の肩書きにとらわれて垣根を作らないこと。デビューの早い妻を通じて飛び込むのも一案。培ってきた能力を活かして活躍しませんか」

目標は4つの「がんばり」

ウォーキングは、「完歩」「汗歩（歩いて汗をかく）」「缶歩（歩いた後においしく缶ビールを飲む）」「棺歩（死ぬまで元気で歩く）」であると言う小林さん。実は10年前にがんを患いました。「今では完治、これもウォーキングをしているおかげかもしれません」

最後に、これから第二の人生を迎える方へのアドバイスは、「現役時代から夢を持ち過ごすことです」

そんな84歳の小林さんの手帳にはスケジュールがびっしりです。



妻(写真左)と一緒にウォーキング

家には寝に帰るだけという現役時代 好奇心から始めたそば打ちから広がった 新たな交流の輪



加藤 秀子さん

「まさに会社勤めの38年間は仕事一辺倒で、家には寝に帰るだけの生活でした」

現役時代を振り返り、こう語る加藤秀子さん。大手食品会社に入社、品質管理部門を皮切りにさまざまな部署で活躍してきました。60歳の定年で仕事を終え、今、第二の人生を謳歌しています。

職人的なことに憧れて

定年後、最も打ち込んでいるのがそば打ちです。出会いは58歳、まだ現役の時でした。

「組織に縛られる仕事とは違う、職人的なことがしてみたいと思っていました。土日で月2回、通勤定期の区間内だったので、これなら通えると軽い気持ちで講習会に参加したら見事にはまってしまっ……」

段位取得という目標が持てたこと、また作った分をみんなで楽しく食べる試食会があることも今も続けている大きな理由です。10人くらいの有志で、それぞれが打つそばの個性を味わいながら盛り上がるのが何より楽しいそうです。

新たな気づき

さらに、定年前に「女性が働くことを総括してみたい」と『ウィズ新宿』の編集委員にも応募。「その時の特集がそれまで考えたことのなかった『災害時の男女共同参画』で、働く上での問題しか見てこなかった私にとって、男女共同参画はもっと身近な問題であることに気づかされました」

この経験を活かして地域で活動する機会を広げ、翌年には男女共同参画フォーラムの実行委員にも応募。司会を担当するなどの大役も果たしました。現在5期目を務めていて地域の仲間の輪も広がりました。

トライ・アンド・エラー

仕事一筋だった加藤さんですが、コースに洋裁、編み物、ペランダ栽培など



段位取得を目指してそばを打つ加藤さん

どさまざまなことに挑戦してきました。「コースでは、かの大隈講堂で歌う機会に恵まれ、感激しました」

一方、失敗も多々あり、ゴーヤをプランターで育てた際は、旅行中に水を切らし、枯らしてしまったそうです。

「でも、大切なのは何でもやってみること。失敗したことも楽しい思い出になりますし、自分の意外な一面にも気づかされます」

セカンドライフに必要なこと

最後に、人生謳歌中の加藤さんに自分らしいセカンドライフに必要なことを伺いました。「言うまでもなく経済的自立と健康は大事。定年前にマンシヨンのローンを払い終えるよう準備しました。そして何より大事なのが好奇心と人との繋がりでですね。シルバークラスを取得したら全線制覇するのが目標。新たな出会いが楽しみです」と、明るくいいき語ってくださいました。

セカンドライフがテーマのおすすめ書籍&映画

書籍



【定年後】

楠木 新／中央公論社



【おひとりさまの老後】

上野 千鶴子／文春文庫



【妻と夫の定年塾】

西田 小夜子／中日新聞社



【夫婦って何?「おふたり様」の老後】

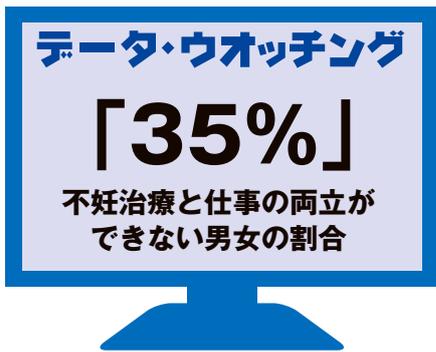
三田 誠広／講談社

映画

【アバウト・シュミット】
(アメリカ映画 ジャック・ニコルソン主演)

【明日の記憶】
(ワールドシネマ 渡辺謙主演)

【マイ・インターン】
(アメリカ映画 ロバート・デ・ニーロ主演)



が不可欠ですが、同調査では、不妊治療と仕事の両立支援に取り組んでいると答えた企業は2割弱です。半数以上の人が職場に治療中であることを伝えておらず、その理由として「周囲に気遣いをし欲しくないから」「不妊治療がうまくいかなかった時に職場に居づらいから」「周囲から理解を得られないと思うから」を挙げています。

子どもの有無は 生き方の選択肢の一つ

不妊治療をするカップルは増えていますが、治療と仕事の両立は難しいのが現状です。厚生労働省の調査によれば、両立ができず、「退職する」「雇用形態を変える」または「治療そのものをやめる」人は、治療中・治療経験者の35%にのぼります。

なぜ両立できないのか

一番の理由に「精神的な負担が大きい」ことがあげられます。不妊治療は複雑な妊娠のメカニズムに合わせて治療するため、男女とも、通院の調整や体調管理が難しくなります。治療に取り組み始める時期がキャリア充実期と重なり、仕事に対する責任感も加わり、大きな負担となります。

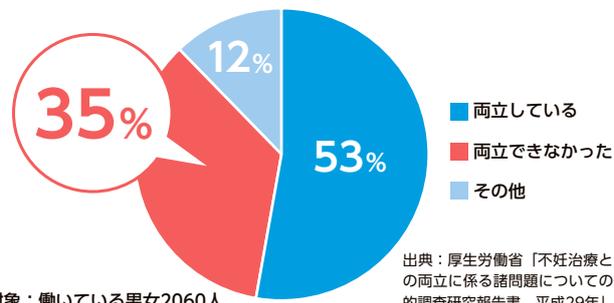
通院の調整には職場の理解、協力が

子どもを持ちたい人が治療に専念できるようにするには、こうした旧来の固定観念を取り払うことが何より大切です。子どもを持つ・持たないが生き方の選択肢の一つとして広く認識されるようになれば、不妊治療への職場の理解や協力も得られやすくなるのではないのでしょうか。

リプロダクティブ・ヘルス／ライツ

国連が提唱する権利の一つで「性

仕事と不妊治療の両立状況(治療中・治療経験者)



出典：厚生労働省「不妊治療と仕事の両立に係る諸問題についての総合的調査研究報告書 平成29年」より

対象：働いている男女2060人

と生殖に関する健康と権利」と訳します。リプロダクティブ・ヘルスは女性の生涯において身体的、精神的、社会的に良好な状態にあることを指し、リプロダクティブ・ライツは、すべてのカップルと個人がいつ何人子どもを産むのか、または産まないのかを責任を持って決定でき、そのための情報と手段を得ることができるといふ権利を指します。性別にとらわれず、誰もが健康で自分らしく活躍できる社会にしているには、不妊治療をしながら仕事と生活の両立が図れることが求められます。

本の紹介

『孤独をたのしむ本』

田村セツコ／興陽館



ひとりの時間を思いっきり味わいましょう。著者は1960年代『りぼん』『マーガレット』などで活躍した80歳の現役イラストレーター。ひとりを楽しむ100の方法が、一つずつ見開きのページに描かれ、孤独と軽やかにお洒落に向き合い、楽しむ秘訣が伝授されている。著者は孤独をひとり「ぼっち」ではなく「ぼっち」と表現する。可愛くちょっとせつない、この肯定感が、お洒落な「ひとりぼっち」の楽しさを醸し出している。イラストと共に「セラヴィ=それが人生」など手書きの挿入文も味わい深い。

『子どもの性同一性障害に向き合う 成長を見守り支えるための本』

西野明樹／日東書院



自分の性別に違和感を抱く子どもとどう向き合ったらいいか。臨床心理士で性同一性障害当事者である著者の体験を含めた豊富な事例と、具体的なアドバイスが綴られている。生きづらさを抱え苦しむ子どもに寄り添い、安心して相談できる関係や環境を作ること、性別にとらわれず自分らしく生きる大切さを伝えることが私たち大人に求められている。当事者目線で書かれた文章には温もりがあり読みやすい。性同一性障害への理解を深める入門書としておすすめである。

『孫ができたらず読む本』

宮本まき子監修／NHK出版



祖母世代の子育て知識はもう役に立たないかもしれない。初孫を迎える際の、そんな不安を払拭するために知るべきこと、知っておきたいことがわかる、新常識の育児本である。孫を預かったのはいいけれど、疲弊して、娘や息子と折り合いが悪くなる例は珍しくない。最も大切なのは子ども(孫)のために親世代と祖父母世代がコミュニケーションを取って協力することだと繰り返し教えてくれる。コラム「みんなのあるある体験談」へのアドバイスが具体的に納得できる。



世界の仕事・家庭・生き方

男女平等事情



シュエダゴン・パゴダ

正式名称はミャンマー連邦、首都はネーピードー。東はタイ、ラオス、北東は中国、西はインド、バングラデシュに囲まれています。ビルマ族（約70%）をはじめ、その他多くの少数民族からなる農業国です。

2015年の選挙を経て、軍事政権から民主化への道を歩み出しました。日本をはじめ世界中から経済進出が始まり、人々の暮らしは大きく変化しています。

男女平等指数（ジェンダー・ギャップ指数）は83位、経済分野は28位で日本（114位）を大きく上回っています。2016年より高校まで授業料が無償化され、中等、高等教育に上がるにつれて女性の割合が高くなっています。労働者に占める女性割合も高い一方、雇用者や管理職、政治分野など社会的に高い地位には男性が極めて高くなっています。

国が変われば事情も変わる。新宿区内でミャンマー料理のレストランを営む、ナンカンモトウン（モモ）さんにお聞きしました。



Q 日本に来たきっかけを教えてください

ヤンゴン大学数学科を卒業しましたが、民主化運動の激化で、仕事もない時期でした。日本企業の方のガイドをしたことをきっかけに、大学院で日本語を勉強し、ガイドの仕事を3年間しました。

日本には20年前に初めて旅行で訪れ、1年後にビジネススクレッジへの留学で来日しました。Q 仕事で苦労したこと、嬉しかったことは？

日本で夫に出会い、結婚し、その後貿易会社で翻訳などの仕事をしました。夫と二人で働いている時には、外国人差別や、ブローカーに仕事を妨害されたこともありました。働いていた日本料理屋が火事に遭ったことも。しかし、その時に教わった日本での商売の仕方や女将の心得などが今、とても役に立っています。平等な人間として、お互いの文化を教え合い、話し合うことが大切だと思います。今は、積極的に地域のお祭りにも参加し、地域の方にも認められていると自負しています。

子どもが5歳になるまではミャンマーの両親に預けて日本で働きました。子どもを預けて両親が働くことはミャンマーではよくあることですが、やはり寂しい思いをしました。

Q 日本では女性が家事・育児、男性が仕事という考えもあり、女性の社会進出を妨げています。Q 将来の夢について教えてください

私は、ミャンマーで旅行会社も経営しており、故郷シャン州のまだ観光地化していない場所を案内して地元の人と交流するツアーなどを企画して、日本の人にミャンマーをより深く知って欲しいと思います。少数民族の住む地域が豊かに発展すれば、和平につながっていくと考えているので、そのために力を尽くしたいと思っています。

また、両国の架け橋となれるよう、日本の文化もミャンマーに伝えていきたいです。

※ミャンマーの少数民族

しんじゅく ワーク・ライフ・バランスの星

仕事も生活も
輝いて

人材サービス会社で代理店の営業支援を行う善方さん。第2子誕生の際、上の子どもの世話をするために、社内の男性として初めて育休を取得しました。会社の後押しがあったとはいえ、育休中は不安が大きかったそうです。復帰後には育休の経験を存分に活かし、善方さん流のワーク・ライフ・バランスを実践しています。

育休経験の イクボスです



よしかた たかひろ
善方 隆寛さん

株式会社プレシャスパートナース
採用コンサルティング事業部
東京営業部 代理店課 課長

2011年 入社、営業担当
2012年 代理店渉外担当に異動
2015年 第1子誕生、課長昇進
2018年 第2子誕生、育休取得

男性初の育休取得

育休取得には事前の準備が大切です。仕事を見える化して部下に任せました。

お客様には部下が今まで通りに対応することを、いつでも私と連絡が取れることを伝えました。好意的に受け入れていただき、男性の育休が社会でも認められてきたと感じました。「ゆっくりしておいで」と言ってくださる方もいましたが、実際には休む暇は全然ありませんでした。**共働きの妻の大変さを実感**

妻は第1子誕生後もほぼフルタイムで働いていました。妻の大変さは分かっていたつもりでしたが、育休中の家事育児は想像以上の大変さで、妻が言いたいことの半分も言わず我慢していたことに気づきました。本当にありがたいと感謝する気持ちが強くなり、今ではお互いに感謝を伝えることが増えました。

仕事の取り組み方にも変化

復帰した際、部下に「問題なかった」と言われ、「自分には必要ないのか」と寂しく思いましたが、やるしかない状況

さすが育児経験者



大坪 優奈さん
採用コンサルティング事業部
東京営業部 代理店課

見守ってくれる、頼りになる上司です。

あれやってこれやってと指示されるのではなく、やりたいようにやらせてもらっています。

仕事と生活のバランスも気にかけてくれ、とても仕事がやりやすいです。

況に置かれた部下は頼もしく成長していました。日頃から仕事を属人化せず、部下を育てることが大事だと感じました。

育休を経験して、仕事と家事育児を両立する女性の大変さや、産休や育休を取得する人の気持ちが少ないのは分かるようになったと思います。経験者ならではの気づかいや配慮ができることは管理職としてプラスではないでしょうか。

男性社員からは結婚や育休についていろいろ質問され、自分がロールモデルとして期待されていることも感じました。取得する男性社員が増えてほしいです。

仕事も家庭も全力で

以前は仕事のウエイトが高かったのですが、今は仕事も家庭も全力で取り組むことが自分にとってのワーク・ライフ・バランスだと思っています。

仕事を楽しみながら、子どもが小さいうちに家族の思い出をたくさん作りたいです。縁の下の力持ち的存在として、いつまでも頼れる父でありたいと思います。

育休中のタイムスケジュール

7:00 起床、朝食の準備
8:30 長女を保育園に連れていく
9:00 洗濯、掃除
11:00 次女の寝かしつけ
11:30 昼食の準備
13:00 買い物
14:00 夕飯の下ごしらえ
15:00 次女に沐浴させる

16:00 長女を保育園に迎えに行く
16:15 そのまま公園で遊ぶ
17:00 長女をお風呂に入れる
18:00 夕飯の準備
20:00 長女と遊ぶ
21:00 翌日の着替えなどの準備
22:00 リラックスタイム
25:00 就寝



若者のつどい 2018

若者のつどいは、20歳代から30歳代を中心に、出会い、交流しながら、夢と希望をもって未来を切り開く力を持てるよう、若者を応援し、元気を引き出すイベントです。

8回目の開催となる今回も新宿の魅力を詰め込んだ屋内フェスとして大いに盛り上げます。ご家族・友人等お誘い合わせの上、ぜひご来場ください。

[日 時] 11月17日(土) 午後1時～午後4時45分(午後0時30分開場) 予定

[会 場] 新宿文化センター(新宿6-14-1)

[主な内容]

- **大ホール** 区内で活動する団体やアイドルによる熱気あふれるステージ等をお届けします。
- **3階小ホール** 寄席と新宿の歴史をテーマとしたトークショー
- **4階会議室** 新宿の地場産業等の紹介や新宿の写真展示とボードゲームコーナー、人気カフェの協賛によるカフェコーナー
- **1階・2階ロビー・大ホールホワイエ**
行政情報ブース、区内で活動するNPOブース、有名ファイナンシャルプランナーによるマナー講座のほか、新宿と縁のある自治体の紹介や特産物販売、専門学校生によるハンドリラクゼーションやネイル体験、女性に圧倒的人気を誇るあの雑誌に連載中の人気占い師による占いコーナー等

[問合せ] 男女共同参画課(荒木町16、男女共同参画推進センター)

電話03(3341)0801 FAX03(3341)0740



公式TwitterとInstagramで、イベント出演者や出展団体が「新宿でいまハマっていること」を写真付きで発信!
[公式アカウント] @shinjuku_waka
[ハッシュタグ] #新宿区若者のつどい

第8回

ここ・からまつり

を開催します





みんな集まれ、
つながる笑顔

年々地域に定着してきた「ここ・からまつり」の季節です。毎年恒例の企画もあれば、新たな取り組みもあり多種多様です。施設をよく利用されている方、毎年「ここ・からまつり」を楽しみにしてくださっている方はもちろん、初めての方もきっと楽しんでいただけます。是非、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております!

[日 時]

11月25日(日) 午前10時～午後3時(雨天時は内容を一部変更)

[会 場]

新宿ここ・から広場(子ども総合センター、しごと棟、マザアス新宿、多目的運動広場等)

[主な内容]

- **多目的運動広場**
 - ・ふれあい動物園(ウシ、ウサギ、ヤギ、アヒル等の動物たちと遊べるコーナー)
 - ・マスコットキャラクター集合(あつまるくん、シルバーくん、ふらっとくん、新宿シンちゃん、同心くん等、癒し系キャラクターが勢揃い!)
 - ・盛りだくさんのアトラクション
 - ・パフォーマー「ストレンジ・ディッシュ」オンステージ
 - **子ども総合センター・しごと棟・マザアス新宿**
 - ・中高生によるバンド演奏
 - ・お話の世界(乳幼児向け)
 - ・ダンスパフォーマンス
 - ・介護用品の展示・販売
 - ・茶道体験
 - ・3Dプリンターのデモンストレーション
- その他、屋台広場(焼きそば、ポップコーン等)、施設探検スタンプラリー、ゲームコーナー、体験コーナー等もあります。

[問合せ] 子ども総合センター管理調整係 電話03(3232)0673



入口
新宿ここ・から広場
(新宿7-3-29)

交通

都営大江戸線・東京メトロ副都心線
東新宿駅から徒歩7分

都営大江戸線
若松河田駅から徒歩10分

JR山手線
新大久保駅から徒歩16分

都営バス
新宿ここ・から広場前停留所から徒歩1分
宿74 新宿駅西口ー東京女子医大
橋63 小滝橋車庫ー新橋駅(大久保駅前・新大久保駅前経由)
飯62 小滝橋車庫ー都営飯田橋駅(大久保駅前・新大久保駅前経由)

11月12日～25日は

「女性に対する暴力をなくす運動」期間



昨年度の「新宿区男女共同参画フォーラム」にて区民の方々の協力により作成したパネル

11月25日は国連の定める「女性に対する暴力撤廃国際デー」で、女性に対する暴力根絶を訴える啓発活動の象徴である紫のリボン（パープルリボン）を身につけて運動への賛同を表明します。日本では、11月12日～25日を「女性に対する暴力をなくす運動期間」として、さまざまな活動が行われます。

暴力は性別や被害者、加害者の間柄を問わず、決して許されるものではありません。特にDV、売買春、人身取引、セクシュアルハラメント、ストーカー行為などは、女性が被害者になることが多く、人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。

一人ひとりが暴力について正しく理解し、「お互いを尊重しあう意識」と「暴力は許さないという意識」を持つことが大切です。

お知らせ これから開催する講座

女性のための起業応援セミナー 全2回

日時：11月13日（火）、11月27日（火） 午前10時～午後3時
会場：四谷保健センター（四谷三栄町10番16号）
講師：大江栄／中小企業診断士

AV出演を強要された彼女たち

日時：12月8日（土）午後2時～4時
講師：宮本節子／ポルノ被害と性暴力を考える会

アウトドア流！女性のための実践防災講座

日時：平成31年1月12日（土）午後2時～4時
講師：あんどうりす／アウトドア防災ガイド

カミングアウトされたなら

日時：平成31年2月9日（土）午後2時～4時
講師：中島潤／NPO法人LGBTの家族と友人をつなぐ会

詳細は「広報しんじゅく」でもお知らせしています。会場、申し込み、問い合わせは男女共同参画推進センター☎（3341）0801へ。

「新宿区男女共同参画推進会議」第8期がスタートしました

7月25日、「第8期新宿区男女共同参画推進会議」の第1回会議が行われ、区長による委嘱ののち、委員長に村田晶子氏、副委員長に井上匡子氏を選出しました。

委員の皆さんにはこれから2年間にわたり、「新宿区第三次男女共同参画推進計画（平成30年度～）」に基づき、区の男女共同参画施策についてご意見を伺ってまいります。

第8期 新宿区男女共同参画推進会議委員

学識経験者	井上 匡子	事業者	砂子 弘樹
地域団体	片山 明子	地域団体	田邊 一枝
公募区民	岸本 幸子	学校	東 孝夫
学識経験者	木谷 宏	事業者	藤澤 薫
地域団体	國谷 寛司	地域団体	前田 昇
公募区民	栗原 真吾	地域団体	宮崎 冴子
公募区民	澤井 すみ子	学識経験者	村田 晶子
学校	清水 仁		

敬称略、あいうえお順

平成30年度 男女共同参画フォーラム

開催のお知らせ



日時 平成31年2月16日（土）午後1時30分～4時
会場 四谷区民ホール
内容 ワーク・ライフ・バランス推進優良企業表彰式
高橋源一郎氏（作家）講演 ほか

131号の編集を終えて

今号の特集では、職場でのセクハラを取り上げました。昨年以來、各界でセクハラやパワハラのニュースを耳にします。勇気を出して告発する被害者はわずかで、多くの被害者が誰にも言えずに苦しんでいます。ハラメントを許さないのはもちろんですが、自分の言動がハラメントになっていないか気を付けようと改めて思いました。（岩田 弥生）

セクハラという言葉が広く知られるようになってからずいぶん経つのに、なぜ事態は改善されないのだろう、こんな素朴な疑問からこのテーマを考え始めました。まず被害者が嫌なことは嫌と声を上げなければ始まらない。しっかりとNOと伝える技術を身につけることも必要だと改めて感じました。一人ひとりの少しの変化でも、皆が変われば社会は大きく変わると思います。（大山 麻千子）

特集テーマを決めるときは「セクハラ」が、そして後記を書いている今は、全米オープン女子テニスで日本選手が優勝したニュースで持ちきりです。「テニス4大大会優勝」も「セクハラ」も達成が難しい問題と感じたことがあります。この優勝で、「変わらないことは何も無い」と思わせてくれました。彼女が努力を積み重ねてきたように、一人ひとりがきちんと対処していけば、セクハラのない社会もきっとできる。今回の特集がその目安になればと思います。（木村 桂子）

5月に開催された「編集講座」が入り口となりました。カルチャーセンターの文章教室に通ったことはありませんが、編集は初めてでした。高齢化社会の現在、定年後の人生は、現役時代と同じ長さがあります。サブ特集の「第二の人生」は、定年後は楽しいとアクティブに活躍されている方々の事例です。伝え手である私自身が元気をいただきました。幸せ感をお伝えできればと思います。（福井 泰子）

今回初めてウィズ新宿の編集委員をさせていただきました。プロの先生のもと新宿の男女参画に関するテーマでインタビューやその後のテーブル起こし、編集までトータルにできたことはとても良い経験になりました。ほかの編集委員もみな真剣に取り組み、みんなで協力して131号を仕上げることができました。（丸山 俊江）

編集後記

社会環境を変えることは容易なことではありません。今回、編集委員は「セクハラ」や「不妊治療と仕事の両立」といったとても難しいテーマに取り組みました。誰もが個人として尊重され、支えあえる社会を今後も目指していきたいと思えます。是非、ご意見・ご感想をお寄せください。

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
TEL03(3341)0801 FAX03(3341)0740

発行日 平成30年10月31日



この印刷物は再生紙を使用しています。