

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

女性とスポーツ

オリンピック・パラリンピックに向けて



©シーズアスリート

P5

チャレンジスポーツ！

P8

データ・ウォッチング
「32.4%」
男性非正規雇用労働者(35〜39歳)の
有配偶率

P9

世界の仕事・家庭・生き方
「スペイン編」

P10

しんじゆくワーク・
ライフ・バランスの星
番外編

P11

ウィズ新宿を
活用しませんか？

オリンピック・パラリンピックに向けて 女性とスポーツ

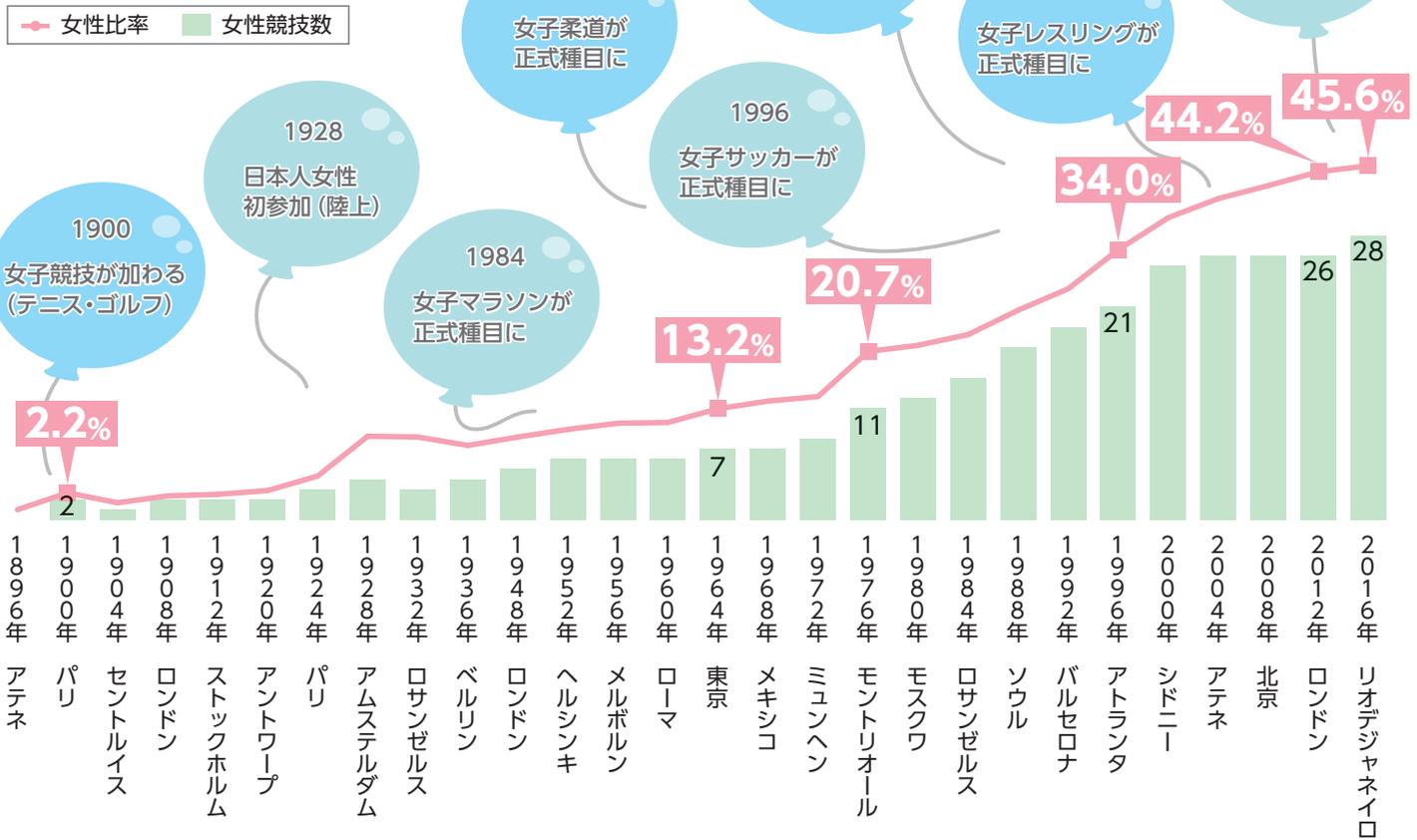
東京2020オリンピック・パラリンピックがいよいよ来年開催されます。しかし、初めから現在のようなさまざまな種目に女性が参加していたわけではありません。女性が参加できるように、活躍できるようにと先駆者たちが道を切り開いてきたのです。

女性競技が増え、また男女混合種目も新たに加わりました。ロンドン2012オリンピックでは初めて男性と同じ競技すべてに女性が参加できるようになりました。女性の社会的地位が向上したことに起因します。まさにオリンピックでの女性競技のあゆみは男女共同参画推進の歴史ともいえるのではないのでしょうか。

東京2020オリンピック・パラリンピックのコンセプトの一つは「多様性と調和」です。

性別や障がいの有無に関わらず誰もが活躍できる社会に向けて、男女共同参画の視点からオリンピック・パラリンピックの歴史、スポーツのあり方・楽しみ方について考えてみましょう。

夏季オリンピックにおける 女性選手のあゆみ



女性が選手として参加できるようになったのは、1900年の第2回パリ大会からです。男性の競技が13種目だったのに対し、女性はテニスとゴルフのみで、参加選手数は997人中わずか2.2%の22人でした。

テニスとゴルフが認められたのは、淑女としての優雅さを損ねない、女性らしいスポーツとみなされたからです。その後、アーチェリー、フィギュアスケート(冬季)、水泳などが同様に加えられていきました。

第2次世界大戦後は、参政権をはじめとした女性の地位の向上に伴い、女性の競技数は徐々に増えました。また、ダブルスなどの男女混合競技も加わりました。

女性の参加 拡大の流れ

第1回オリンピックは、1896年のアテネ大会から始まります。スポーツは当時の中上流階級男性の教育・文化として発展していきました。男性は、気力・体力があり、勇気、協調性などリーダーシップに優れていることが理想とされ、スポーツはそのための教育の手段の一つでした。一方、女性は男性に比べて肉体的に弱く、身体能力を競うには適さないと考えられており、スポーツは社交のための教養であり、優雅な振る舞いを身につけるためのものでした。古代オリンピックが男性に限られていたこともあり、第1回大会では女性の参加が認められていませんでした。

女性の参加が制限された

第1回オリンピックは、1896年のアテネ大会から始まります。スポーツは当時の中上流階級男性の教育・文化として発展していきました。男性は、気力・体力があり、勇気、協調性などリーダーシップに優れていることが理想とされ、スポーツはそのための教育の手段の一つでした。一方、女性は男性に比べて肉体的に弱く、身体能力を競うには適さないと考えられており、スポーツは社交のための教養であり、優雅な振る舞いを身につけるためのものでした。古代オリンピックが男性に限られていたこともあり、第1回大会では女性の参加が認められていませんでした。

日本人女性初のメダリスト 人見絹枝

女性は家庭に入るべし。仕事はもとよりスポーツなど「はばかりべし」との風潮の時代、女性スポーツの歴史に大きな風穴を開けたひとりの女性ランナーがいた。人見絹枝である。

陸上競技に初めて女子の参加が許された1928年のアムステルダム大会。日本人女性初のオリンピック選手として、また唯一の女性選手として送りこまれた。100mの世界記録保持者だった人見はメダルを期待されたが準決勝で敗退。このまま日本には帰れない、との思いからそれまで練習したこともない800mに急遽エントリー。必死の走りでも2位となり、日本人女性初のメダリストとなった。人見の銀メダルから、日本人女性アスリートの道が始まった。

1976年のモントリオール大会で女性競技数は男性の半数になり、2012年のロンドン大会でようやく全競技に男女が参加するようになりました。ここまでは100年以上かかったことになりました。さらに、2020年の東京大会では、陸上、水泳、柔道、卓球など男女混合形式の9種目が新たに加わり、リオデジャネイロ大会の2倍の19種目になります。一方、右のグラフからわかるように、参加選手の女性比率も競技数の増加に呼応して延びていきました。1964年の

東京大会で13・2%、1996年のアトランタ大会で30%を越え、2016年のリオデジャネイロ大会で45・6%に達しました。さらに、2020年の東京大会では過去最高の48・8%になると想定されます。

スポーツにおける男女平等に向けて

長らく男性主体で発展してきたスポーツですが、これに対して女性たちも声を上げ、活動し、挑戦してきました。フランスのフェミニスト、アリス・ミリアにより1921年に国際女子スポーツ連盟が設立され、女性だけの競技大会も開催されました。日本では高等女学校の運動部を中心にさまざまな競技が広がり、国際舞台で活躍する女性も出てきました。マラソンをはじめとする、女性に

は難しいとされてきた競技に挑戦する女性も増え、スポーツにおける女性の可能性を証明していきました。こうした中、1994年「第1回世界女性スポーツ会議」で、スポーツのあらゆる分野での男女の機会均等を求めた「ブライトン宣言」が採択されました。この宣言は、スポーツ分野における女性の参画の礎となり、2001年に日本オリンピック委員会も採択しています。近年では、セクシュアリティについても問われていますが、オリンピック組織委員会の運営方針では、人種や肌の色、性別、性的指向、性自認、言語、宗教、政治、社会的身分、年齢、障がいの有無等による差別等がなく、人権への負の影響を防止、または軽減するよう努めるとしてきます。

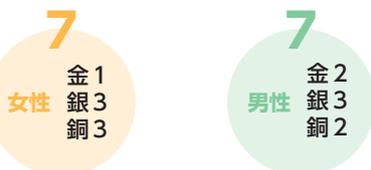
このほか文化的、宗教的理由から女性

メダル数にみる日本女性選手活躍のあゆみ (夏季オリンピック)

東京大会 (1964年)



アトランタ大会 (1996年)



シドニー大会 (2000年)



アテネ大会 (2004年)



リオデジャネイロ大会 (2016年)



開会式にみる国のメッセージ

オリンピックの開会式はショーアップされる傾向にあるが、クライマックスは聖火ランナーの点灯式である。最終ランナーは有名なスポーツ選手などが務めることが多いが、その国の歴史やオリンピックの理念を伝える人物が務める例もある。

1964年の東京大会では、原爆投下日に広島で生まれた陸上選手が務めた。1968年のメキシコシティー大会では、初めて女性が最終ランナーとなった。1992年のバルセロナ大会では、パラリンピックのアーチェリー選手が聖火の灯った矢を放って点火。2000年のシドニー大会では、先住民であるアボリジニのランナーが、ブーメランを模したトーチで点灯を行った。

パラリンピックの起源はリハビリ

始まりは1948年、「手術よりスポーツを」の理念のもと第二次世界大戦で主に脊髄を損傷した兵士たちのリハビリの一環として行われたアーチェリー大会であった。1952年に国際大会となり、1960年ローマ大会からはオリンピック開催国で行われるように。さらに、1988年のソウル大会からはオリンピック直後と同じ場所で開催されるようになり、もうひとつの(Parallel)とオリンピック(Olympic)という意味の「パラリンピック」が公式名称となった。今やプロの障がい者アスリートも誕生し、ますます注目が集まっている。

オリンピック・パラリンピックは、一人ひとりがその能力を活かし、共存する社会を見せてくれる大会です。東京2020オリンピック・パラリンピックの開催を機に、女性をはじめあらゆる人が多様な個性と能力を十分に活かせる男女共同参画社会の実現が進んでいくでしょう。私たちもその経験を未来へと受け継いでいきたいと思います。

女性選手の活躍は参加数にも現れ、2004年のアテネ大会で男性を上回りました。ここ4回の大会では、金メダル獲得数は男性を上回っており、2020年の東京大会でも女性の活躍が期待されます。

* * *

男性をしのぐ 日本人女性の活躍

では、日本人女性の活躍はどのように拡大してきたのでしょうか。日本人女性で初めてオリンピックに参加したのは、1928年のアムステルダム大会からで、1名(陸上競技の人見絹枝)のみでした。女性選手の割合が飛躍的に伸びたのは、1964年の東京大会からで比率は17・

がスポーツに参加できない、または参加できる競技に限られる国もあり、あらゆる人が自分らしくスポーツを純粹に楽しむためにはどうすればいいのかという課題は、なおも残っています。

2%、その後1996年のアトランタ大会で48・4%と一気に半数近くになりました。

女性初の金メダリストは1936年のベルリン大会競泳女子200m平泳ぎの前畑秀子です。さらに「東洋の魔女」という言葉とともに、1964年の東京大会で女子バレーボール金メダルの活躍を覚えている方も多いでしょう。近年では「柔ちゃん」のニックネームで親しまれた女子柔道の谷亮子、女子マラソンの高橋尚子、オリンピック史上初の4連覇を達成した女子レスリングの伊調馨なども記憶に新しいところです。谷亮子は、「田村でも金、谷でも金、ママでも金」という言葉でも知られるように結婚・出産・育児と両立しながらオリンピックで活躍しました。

スポーツにも女性の視点と参画が必要です



山口 香
筑波大学体育系教授

ソウルオリンピック女子柔道銅メダリスト。1989年現役引退後、筑波大学女子柔道部監督、全日本柔道連盟女子強化コーチ等指導者に。JOC理事など柔道のみならず、スポーツ全般の普及発展に努めている。

◆女性とスポーツ 日本の課題

近年、女性アスリートの活躍には、目を見張るものがあります。スポーツは男性から始まったゆえに、指導や管理方法など男性のやり方が女性にも適用されてきました。月経や婦人科系の疾患など女性特有の面が考慮されずにきたため、ドロップアウトしてしまうケースも少なくありませんでした。挑戦の機会が失われなかったためには、女性は男性とは違う身体生理機能を持つていることを女性アスリートも指導者も認識する必要があります。女性に特化したスポーツ医学の研究、指導者が正しい知識を得るための講習会開催などを進めていくことが重要です。

さらに、日本では女子サッカーや野球などは中学・高校の部活にほとんどないため、子どもの頃にやっていたとしても、なかなか継続できません。合同チームを作るなど学校スポーツの改善が必要です。女子の環境が不十分なのは、スポーツ実施率が男子に比べて低いことにも関係しています。女子のやりたいスポーツが男子と同じとは限りません。女子もやりたいスポーツを選択できる環境づくりが求められます。

◆性別役割分担意識の改革

メダルを取りたい、大きな大会に出場したいなど、競技に取り組む姿勢に男女差はありません。しかし、日本では出産・子育てなどでいったん競技から離れてしまうと退いてしまう状況が多くみられます。同じ観点では言えませんが、家庭を優先して引退する男性はほとんどいません。フランスでは女性が子どもを産んで競技に復帰するのは当たり前で、男性の家庭参加や保育支援が進んでおり、スポーツに限らず社会で女性を支えていく意識が浸透しています。日本のある柔道選手は出産後の継続は「チャレンジ」と語り、フランスの選手は「続けたかったから」という言葉でした。環境の差と同時に意識の差を感じます。

◆女性のスポーツ向上には

女性の視点と参画が何より重要です。競技団体等の女性役員割合は低く、12%程度です。これまでと同じでは、日本は世界においていけません。競技登録人口に一定の女性がいる場合、その割合に応じて女性の役員を置くよう働きかけてほしいです。女性も積極的に引き受けてほしいです。自分がそのポジションにつくことで次の女性の道を開くことにつながります。ぜひ強い意志を持って切り開いてほしいと思います。

チャレンジ スポーツ!

子どもから大人まで
新宿区在住・在勤の
みなさんのチャレンジを
紹介します。



©シーズアスリート

障がいはい個性の一つ。
やるべきことをやる。
ことの大切さを
教えてくれました

ゴールボール
男子日本代表
キャプテン

信澤用秀さん
のぶ さわ よしゅう
(フコクしんらい生命
保険株式会社所属)

パラリンピックにしかない競技の一つが、視覚障がい者のチーム球技「ゴールボール」です。光をまったく通さないアイシールドを装着し、鈴の入ったボールを相手ゴールに投球して攻撃したり、ゴールを守ったりして、得点を競い合います。東京2020パラリンピックの強化指定選手である信澤用秀選手にお話を伺いました。

試合では、ボールの転がる音や選手同士のかけ声、相手の動く物音、床の振動やラインの感触を頼りに戦います。見えないことを感じさせない俊敏な動きに驚かされます。

「音があつて、僕らは自由にコートの中を動けるんです。黙っていたら、僕たちもぶつかりますよ。最初は、全く方向違いのところから音が聞こえると思ったりと、何度も間違える。しかも同じ間違いを。それでも、その都度チーム全員で繰り返し修正し、調整していくんです」

スポーツにおいて人の情報源の8割を占める視覚が遮断されることは大きなストレスとなります。ゆえに味方同士のコミュニケーションや、相手側の足音、気配などが重要な情報源です。自分の可能性を最大限に引き出し、障がいをも一つの個性として昇華させるゴールボールはまさにパラリンピックならではの競技と言えます。

「試合では、わざと音を出して、相手チームにフェイントもかけます。そこが試合の見どころの一つなので、選手がどんな駆け引きをしているかを見てもらうと面白いと思います」

信澤選手のゴールボールとの出会いは、盲学校の高校1年のとき、クラブ活動の顧問の先生に誘われたことからでした。

「当時はやりたいこともなく、何かに夢中になるというタイプでもなかったんです」

ゴールボールを続け、選手としてもっと上を目指そうという気持ちに変化が生まれる中、当時の顧問の先生の方針であった勉強との両立という課題に向きあってきました。その過程で、好きなこと、やりたいことをやるためには、やるべきことをやるという自覚が芽生えていったそうです。

「ゴールボールとの出会いは、障がいを個性として捉え、強く生きる大切さを教えてくれました。自分の可能性を信じて取り組む時間は、喜びと苦しみ、学びと成長の連続です」

信澤選手は、新宿区をはじめ各地の小学校でゴールボールの体験指導にも力を



フコクしんらい生命保険株式会社ゴールボールチーム

入れています。
「コートではいろんな情報を言葉や音で積極的に伝えなければなりません。子どもたちには、運動神経よりも、自分の思っていることを言葉にして相手に伝えることの大切さを学んでほしいです」
スポーツからいろんなことが学べます。東京2020オリンピック・パラリンピックは、本格的なアスリートの活躍を身近で見られる貴重な機会です。「ぜひさまざまな競技を観戦、応援してほしいです。大会をきっかけに、多くの人がスポーツに親しみ、いろいろなことを学び、喜びを分かち合える。そんな世の中になつてほしいです」と最後に話してくださいました。

勝ち負けより 全員参加で楽しむのが モットーです

ソフトボール チーム オマロブ



「オマロブ」は新宿区ソフトボール連盟に登録して活動する男女混合チームです。野球経験者の飲み会がきっかけで結成しました。正式メンバー15人のうち女性4人。そのうちの1人はピッチャーで活躍中。メンバーの高木繁忠さん、狩谷希和さん、加藤正隆さん、加藤浩子さんにお集まりいただき、活動の様子、ソフトボールの魅力について語っていただきます。

* * *

——このチームに参加した経緯をお聞かせください。

高木 創部当初から参加しています。高校まで野球部でピッチャーをしていました。ここでは、ピッチャーの気持ちがかかる、キャッチャーとして楽しませてもらっています。

狩谷 中学からソフトボールをしていました。区の審判をさせてもらっているつながりで加わりました。

加藤（正） 娘が小学校からソフトボールをやっていたんですが、私はソフトボールや野球の経験がなく教えられなくて。それでルールなら教えられると覚えるうちにはまりました、審判の資格も取って5年前に社会人チームを結成しました。今は代表兼総監督をしています。

加藤（浩） 娘も一員ですが、私も何かしたいと思いたいマ

高木繁忠さん



ネージャーとして参加させてもらっています。

加藤（正） 会社の飲み会で「ソ

フトボールなら女性もできるよ。バット振ったりボール取れたらすごく楽しいから、まずは遊び気分でもいいからおいでよ」と誘って男女混合チームを結成したんです。その後、女性が増えてきました。——ソフトボールは女性に参加しやすいというイメージがあるのですが……。

狩谷 社会人は男性も多いのです。野球より簡単なのがソフトボールというわけでもないですし、細かく動きまわったりバントを多用したり、遅い球に対応したり野球とは違うテクニクがいるんです。

加藤（正） 年齢に関係なく長くできるので、野球からソフトボールに移行する人も多いですね。ハイシニア、スーパースニアの大会もあります。

狩谷 80代のキャッチャーもいるくらい。高木 息の長いこと、男女関係なく一緒に楽しめるのがソフトボールの魅力だと思います。

狩谷 私の場合、もともとは母がソフトボールをやっていたんです。ただ、その頃テレビで見るのは野球だったので野球部に入りたかったんですが、中学にはなくてソフトボール部に入りました。

高木 今は女子野球のプロチームもありますが、わずかですからね。狩谷 子どもの頃は、野球をやりたい女の子は男子チームに交じってやっていた。今は共学

狩谷希和さん



でも野球部に入れるし、そこで頭角を現した人がプロになる。

加藤（浩） 野

球をやる女の人は結構いますね。うちの娘は小学校はソフトボールで中学の時は女子も入れるチームがあったので野球をやりました。



加藤正隆さん

加藤（正） 普通はソフトボールの社会人チームは18歳からなんですが、新宿区ソフトボール連盟では、高校生も受け入れています。小中で楽しくソフトボールをやっていた子どもたちが高校で楽しめなくて辞めてしまうケースが多いんです。そういう子どもたちのために、年齢を15歳から引き下げています。

——このチームの魅力やモットーは？

加藤（正） 新宿区は強いチームが集まる1部リーグと2部リーグに分かれています、うちは楽しくやりたいので2部でやっています。1部リーグでやったこともあったのですが、ガチで勝ちに来るチームとやってもつまらないですよ。

狩谷 そうそう。2部は速いピッチャーもいるし、遅いピッチャーもいる。その辺が楽しめるんです。

高木 うちの男女関係なく全員試合に出るし、勝ち負けも関係ない。エラーしても打てなくても誰も責めないけど、打てたらみんな素直に喜ぶ。

加藤（浩） チームの雰囲気がいいのが魅力ですね。

狩谷 もちろん勝ったら嬉しいけど、勝てなくても楽しい。

加藤（正） 誰かが打ったら「わーっ」と盛り上がりつつハイタッチしたりね。



加藤浩さん

「試合を楽しみたい」というのがモットーなので、練習もほとんどしませんね。高木 狩谷さんは右投げの左打ちなんです。「女イチロー」って呼んでるんですけど、バントしたりとても器用なんです。狩谷 練習はほとんどしないけど、みんな上達したよね。加藤(浩) 息子の野球チームつながりなんですけど、体を動かしたいからと未経験で加わった人もいますよ。高木 彼女が一番上達したね。まだまだ伸びしろがある。

「東京2020大会ではソフトボールが復活しますが、どんなところに期待したいですか?」
加藤(正) もちろん、金メダルを取ってほしいですが、最大のライバルはやっぱりアメリカですね。
狩谷 今、ソフトボールはプロリーグがなく、実業団までなのですが、ソフトボールをやりたい人がさらに増えるといいですね。
高木 男女が一緒にチームとなって戦うソフトボールは、オリンピックの多様性や協調という意味でも進んでいると思います。
――今後の目標は?――
高木 うちのチームは本当に勝ち負けが目録ではないですからね。
狩谷 結果はあとからついてきますしね。
加藤(正) そうそう、悔しい思いをした結果、それをバネに優勝したこともありました。前の試合で2アウト満塁であとワンヒットと出ればというところで負けてしまったんです。でも試合の内容がいいから、負けてもさわやかだった。
全員 いい試合だったよね。
加藤(正) チームの目標は特にはないですが、今後も試合に来たら、1回は打席や守備について楽しむの全員参加でいきたいです。あとは、怪我だけはしないように、長く楽しんでいきたいと思えます。

女子サッカー
チーム
内藤新宿
なでしこFC



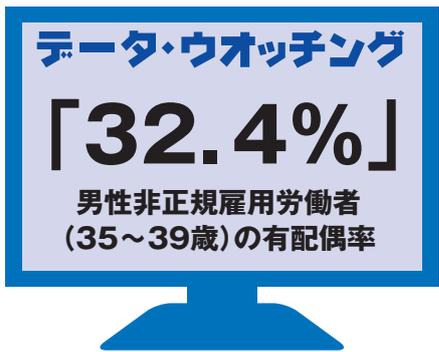
サッカーが好き、
強くなりたい気持ちは
女子も同じです



人気スポーツでありながら競技人口が少ない女子サッカー。学年を超えて元気にサッカーを楽しむ新宿区の小学生女子チームに取材しました。
* * *
新宿区在住の小学生女子29名が在籍する「内藤新宿なでしこFC」。毎週1回の練習のほか、普段は小学校や地元のサッカーチームに在籍し、男子と一緒にプレーしています。
取材当日は、新宿区サッカー協会杯での豊島区の女子チームとの試合でした。
パスを回しチャンスが来ればすかさずシュートを決め、見事に勝利しました。監督の話では、試合には全員が交代で出るそうです。小学生は学年により体格差も大きいですが、全員で試合し、サッカーをする楽しみを共有しているのが伝わってきました。試合後にきちんと整列し挨拶する姿も礼儀正しくさすが良かったです。
新宿区サッカー協会神田隆弘会長は女子サッカーならではの悩みをこう語ります。「男子チームと違い、強い相手と練習する機会が少ないんです。」さらに「あの子たちは宝です。将来、社会で活躍すると思っています」と期待していました。
サッカーが好き、強くなりたい気持ちに性差はありません。将来の夢は「コーチになりたい」「医者になりたい」「弁護士」「獣医」「世界一周」と色々ですが、全員から「サッカーを続けたい」と寒風に負けない元気な声が返ってきました。

「レベルの高いプレーができるようになって楽しくなった」「点を取ったときが楽しい」「相手チームのシュートを止めたときが嬉しい」「トロフィーを持ったときが最高」などの声が次々とあがりました。上達する喜び、試合で勝つ喜びがサッカーを続ける動機となっています。
レーしています。
サッカーを始めたきっかけや楽しいことを聞いてみると、「お兄ちゃんがやっていて自分もやりたくなった」「お父さんが勧めてくれた」「上手な友達に誘われた」「レベルの高いプレーができるようになって楽しくなった」「点を取ったときが楽しい」「相手チームのシュートを止めたときが嬉しい」「トロフィーを持ったときが最高」などの声が次々とあがりました。上達する喜び、試合で勝つ喜びがサッカーを続ける動機となっています。



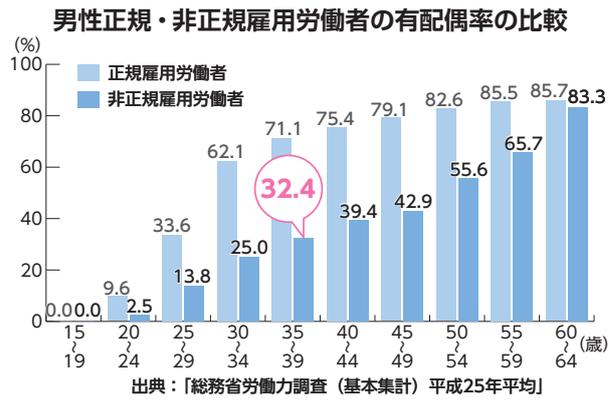


男性の正規・非正規雇用労働者間での有配偶率の差は大きい。特に35〜39歳層では、正規の有配偶率は約7割であるのに対し、非正規の有配偶率は約3割にとどまっています。なぜでしょうか。

誰が家計を支える？

背景には、男性は一家の大黒柱として外で働き、お金を稼ぐものという性別役割分業意識があります。国立社会保障・人口問題研究所「結婚と出産に関する全国調査」(平成27年)では、約4割の女性が結婚相手の条件として「経済力」を重視すると答えています。

さらに、女性が男性の経済力を重視する一因として、女性の給与が男性より低いことが挙げられます。正



規雇用の女性の平均給与は男性の7割弱(※1)です。

収入の低さや雇用の不安定が障害に

非正規雇用は、採用の要件が比較的緩やかで働きやすい一方、収入が低く、待遇やキャリア形成においても不安定です。非正規の男性の平均給与は、正規の4割程度(※1)です。また、非正規に教育訓練を実施している企業は、全体の3割程度(※2)です。

また、前述の調査では、9割弱の男女が「いずれは結婚し子供を持つこと」を希望していますが、結婚の

障害として「結婚資金の不足」を一番に挙げています。非正規雇用者は収入の低さや雇用の不安定が結婚の大きな障害になっていると考えられます。

誰もが希望に沿った生き方を選択できる社会へ

こうした中、同一労働同一賃金の規定を含む「働き方改革関連法」が昨年6月に成立しました。

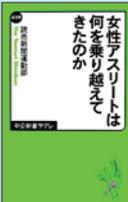
同一労働同一賃金の導入は、同一企業・団体において正規雇用労働者(無期雇用労働者)と非正規雇用労働者(有期雇用労働者、パートタイム労働者、派遣労働者)間の不合理な待遇差の解消を目指すものです。不合理な待遇差の解消に向けて賃金のみならず、福利厚生、キャリア形成・能力開発などを含めた取り組みが不可欠であり、これらの改善が求められています。この改正規定は、2020年4月施行・適用されます(中小企業は2021年4月から適用)。

大切なのは、結婚したい人が雇用形態にかかわらず結婚を選択できる社会です。どのような雇用形態を選択しても労働に応じた処遇を受けられ、多様な働き方を自由に選択できる社会が望まれます。

※1 国税庁調査「平成29年分民間給与実態統計調査」
※2 厚生労働省「平成29年度能力開発基本調査」

本の紹介

『女性アスリートは何を乗り越えてきたのか』 読売新聞運動部／中央公論新社



本書は健康、妊娠・出産、子育てなど女性が抱える様々な問題にスポットをあて、困難を乗り越えて目標を達成してきた女性アスリートたちのルポである。

元マラソン選手の増田明美さんは、現役時代は2年半も無月経で、引退後には疲労骨折が7か所も見つかったという。女性アスリートの活躍は目覚ましいが、その舞台裏は想像以上に過酷であり、健康面など女性ゆえの問題が後回しになってきた。暴力問題なども取り上げており、アスリートを目指す女性だけでなく、コーチや保護者にも読んでほしい一冊である。

『AIで私の仕事はなくなりますか?』 田原総一郎／講談社



今後、AIによって仕事の90%が代替される。この言葉を、文系人間の著者が、専門家にぶつけ、どう対応すればいいのかをインタビューしたのがこの本だ。

現代は、第1次産業革命当初に似ていると言われている。当時仕事を奪われる不安で機械の打ち壊しも起きたが、結果は機械によって新しい仕事生まれ、格段に進歩した。私たちもAIを取り入れて、新しい仕事を作っていかなければならない。そのヒントが、ジャーナリストである著者ならではの視点が織り込まれている。

『地震と独身』



酒井順子／新潮社
震災後「家族の絆」が強調される一方で、報じられることの少なかった独身者の声。

被災直後、家族を持つ者に代わって昼夜なく働いた人、実家に戻り家族を守った人、ボランティアに行きそのまま移住した人、果ては震災後出家した人もいた。彼らは独身の身軽さを活かして様々な行動したが、どの人も自分が何を最も大切にしているかに気づかされた。

震災から8年、被災地も日本の社会も変化しているが、今読むと、独身者でなくとも改めて生活を見つめ直すきっかけになる。



世界の仕事・家庭・生き方

国が変われば事情も変わる。
バルセロナ出身の日本文学研究者で早稲田大学准教授のパウ・ピタルク・フェルナンデス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。

ベルリン大学留学中に三島由紀夫の「金閣寺」を読み、日本の文化、宗教、芸術に興味を持ちました。本格的に日本文学を勉強するため、大学に入り直しました。東京大学、コロンビア大学で研究を続け、2017年に早稲田大学の准教授として来日しました。

Q スペイン、ドイツ、日本で生活して、どのような違いがありますか？

ドイツ人は政治、経済、社会問題など知的で深い話を好み、他人と意見が異なっても気にしません。面白い反面、朝から誰とでも話したがるので疲れることもあります。ドイツや北ヨーロッパの人は深い話が好きですね。逆にスペインなど南ヨーロッパの人は意見の食い違いで気まずくならないように無難な会話をするので、物足りなさを感じます。日本人の勤勉な働き方はドイツ人と似ていますが、人との接し方はむしろ南ヨーロッパに似ていると思います。

Q 家事育児はどのように分担していますか？

アメリカ人の妻と2歳の娘の3人家族です。妻は金融業界で働いていますが、キャリアを積んでほしいので、家事育児は勤務時間を調整で

きる自分が多く分担しています。早稲田大学の育児支援制度は充実しているので、保育園の送り迎えもしています。

Q 日本では積極的に子育てに参加する夫を「イクメン」と言いますが…。

働く女性は仕事も家事育児もするのに、男性が少し育児しただけでイクメンと言って持ち上げる風潮は好きではありません。母親も父親も子どもの世話をする責任があるし、世話ができて当たり前です。「オムツ替え上手ですね」と言われると「なめんなよ！」と思います。

Q スペインと日本では女性の社会進出に違いがありますか？

母の時代は日本と同様に、女性は家庭に入るのが当たり前でしたが、今は女性の多くが働いています。10年ほど前の話ですが、東京大学で一緒のサークルにいた女子学生の「専業主婦になりたい」という発言に大変驚きました。専業主婦を否定するわけではありませんが、もったいないです。また、男子学生が「女性は歳をとると価値が下がる」と言ったときには「ふざけんな！」と思いました。日本女性の社会進出が遅れているのは、男性にも女性にも責任があるのではないのでしょうか。

Q 将来の夢について教えてください。

娘が大きくなったとき、今、自分が教えている学生たちが社会で活躍しているはずで、ジェンダーや人種、宗教など差別偏見のない社会になってほしいので、そのためには自分の考えをしっかりと持ち討論もできる学生を育てていきたいです。

男女平等事情



サグラダ・ファミリア (バルセロナ)

多様な文化が混在するスペインは、スペイン語のほか地方ごとにバスク語、カタルーニャ語、ガルシア語など多数の言語が公用語として使用されています。
「女性は子育てや介護に専念する」といった性別役割分業意識が根強く、子育て期の女性の就業率が低い、非正規雇用で働く女性の割合が高いなど日本と共通する点も多々あります。

2007年に実践的男女平等法が制定

されましたが、大きな変革の一つがクォータ制による政治分野への女性の参画です。これにより国会議員に占める女性割合が3割以上と高くなりました。さらに、同法が男性の育児休暇の取得の権利を認めた結果、2009年には8割の男性が育児休暇を取得しています。男女平等格差を測るジェンダー・ギャップ指数(2018年)は149カ国中29位(日本は110位)です。

仕事も生活も
輝いて

しんじゅく

ワーク・ライフ・バランスの星

「働き方」が変わる
準備は
大丈夫ですか

2019年4月から「働き方改革関連法」が順次施行されます。しかし、日本商工会議所の調査（2018年）では、「中小企業の4割はその内容を知らない」という結果でした。働き方改革は、企業と労働者が一緒に取り組むことで実現されます。今回は、この改正について、あした葉経営労務研究所の本田和盛さんに解説いただきました。



本田 和盛さん

あした葉経営労務研究所代表
特定社会保険労務士

社会保険労務士の資格を取得後、大学講師や組織コンサルタントを務めながら法政大学大学院経営学研究所修士課程単位取得退学。現在、200社を超える企業で、人事・労務・採用に関するコンサルティングを行う。

時間外労働の上限規制の導入

本年4月1日（中小企業は2020年4月1日）から、時間外労働の上限（限度基準）が原則、月45時間、年360時間（1年単位の變形労働時間制の場合、月42時間、年320時間）となります（通常の36協定の場合）。

一方、「通常予見することのできない業務量の大幅な増加等に伴い臨時的に限度基準を超えて労働させる必要がある場合」に適用される36協定の特別条項を發動（年6回以内）した場合でも、年720時間が上限となります。

なお、この年720時間には休日労働の時間が入っていません。あくまでも時間外労働の時間だけです。そのため、休日労働も含めた上限規制が必要となり、「単月で100時間未満、2か月ないし6か月の平均で80時間以内」という時間外・休日労働トータルでの上限規制が新たに設けられています。

上限規制への対応法

労働時間の上限規制（罰則付き）に対

しては、会社の業務全体を見直して、優先順位の低い業務を思い切って廃止する、外注に出せる業務は積極的にアウトソーシングする、人材を育成して多能工化することで、一人で多くの仕事ができるようにし、業務の繁閑による労働時間の無駄を排除するなどが対策です。営業時間や業務の受付時間、納期などを取引先と再検討する必要があります。

個人単位で仕事を見直すことも必要です。社員一人ひとりに現在の仕事を全て洗い出すように指示し、一覧表にまとめてもらおうと良いでしょう。その上で、それぞれの仕事にかけている時間や仕事の目的などを上司等と話し合っ、仕事を見直すようにしてください。複数の仕事を1つにまとめたり、仕事の手順を変更したり、仕事そのものを廃止するなど、様々な視点から仕事を見直すと効果的です。さらにはフレックスタイム制（今回の改正で清算期間が最長3ヶ月に延長され、使い勝手が良くなっています）や變形労働時間制を導入して、労働時間を業務の繁閑に合わせて変えることも検討が必要でしょう。

なお、これまでも時間外労働の上限規制の適用が除外されていた建設業等についても、一定の猶予期間を置いた上で、同様の上限規制が適用されます（建設業は2024年4月から）。

有給休暇の時季指定義務への対応

4月から施行される年次有給休暇に関する法改正への対応も必要です。年休が

年10日以上付与される社員（管理職を含む）については、少なくとも年5日以上取得できるように、具体的にフォローしなければなりません。会社として年休を付与する日をあらかじめ設定する計画的付与や、個人別に年休取得日を決めて、確実に取得するようフォローすることが必要です。

上限規制のまとめ

(1) 原則の上限規制（通常の36協定のみ）

時間外労働の上限：月45時間かつ年360時間まで

(2) 特例の上限時間（特別条項付き36協定を締結した場合）

①時間外労働の上限：年720時間（罰則付き上限規制）

②休日労働を含み、単月で100時間未満

③休日労働を含み、2か月ないし6か月平均で80時間以内

④原則である月45時間の時間外労働を上回る回数は、年6回まで

※上記に違反→罰則（6か月以下の懲役または30万円以下の罰金）

ウィズ新宿を 活用しませんか!

新宿区立男女共同参画推進センター（愛称：ウィズ新宿）が、昨年、創立35周年を迎えました。誰もが生きやすい社会、活躍できる社会の拠点として、「男女共同参画センター」が全国の自治体に設けられています。

新宿区立男女共同参画推進センターは、1983年に「新宿区立婦人情報センター」として開設されました。女性に関する情報を収集・提供し、女性グループ・団体の自主的活動・学習の場としての施設は、当時はまだ珍しく、注目を集めたそうです。1993年に「新宿区立女性情報センター」へ、さらに2004年に現在の名称に変更しています。

センター開設と同時に、季刊誌『婦人情報』も創刊され、1998年にセンターの愛称が公募によって「ウィズ新宿」に決まったのを機に、男女共同参画情報誌『ウィズ新宿』と名前を変えて今に続いています。

ウィズ新宿 施設のご案内

3
F



会議室

定員70名

センター主催講座などを開催するほか、登録団体に有料で貸し出しています。



2
F



図書資料室 交流コーナー

蔵書数約1万冊、行政・民間資料、新聞・雑誌、CD、DVD等があります。交流コーナーは、資料の閲覧のほか、打ち合わせにもご利用いただけます。

相談室

ベテランの相談員が、面談や電話での悩みごと相談に応じます。

1
F



図書カウンター

センターと区立図書館所蔵の各種資料の貸出し、返却、予約ができます。

事務室

新宿区の男女共同参画啓発事業を企画・運営する新宿区子ども家庭部男女共同参画課があります。

B
1



ワーク室

登録団体が活動のために印刷機・紙折り機・裁断機・ロッカーを利用できます。また、どなたでも利用できるコイン式のコピー機があります。

読書が好き

ライター志望!

本を作りたい!

趣味でイラストを描いている

『ウイズ新宿』編集委員を募集します

一緒に『ウイズ新宿』を作りませんか?初心者でも大丈夫です。男女共同参画について一緒に学びながら、プロの編集者の指導のもとで情報誌を作りましょう。皆さまのご応募をお待ちしています。



応募資格 編集講座(4月6日、20日の2日間)と編集会議(月に1~2回、土曜日午前)に出席できる方で、区内在住・在勤・在学の18歳以上の方。*詳細は募集要項または「広報しんじゅく」3月5日号を参照

募集期間 平成31年3月7日(木)~3月28日(木)
募集要項は男女共同参画推進センターのほか、区立図書館・特別出張所・地域センター等で配布します。また、新宿区のホームページからダウンロードもできます。

問合せ 男女共同参画課 ☎03(3341)0801

ウイズ新宿とのパートナーシップ講座募集

あなたの企画で講座が開催できる!

講座の企画運営をする団体を公募します。

区内で活動している団体の企画で、講座のテーマなど一定の条件を満たすものに限り(年間7講座まで)。詳しくは、区のホームページからチラシ(募集要項)をダウンロードするか、男女共同参画課☎03(3341)0801までお問い合わせください。

募集期間 平成31年4月1日から12月28日まで

団体のメリット

講師謝礼は区が負担(上限あり)。「広報しんじゅく」に講座の案内を掲載できます。さらに、団体が作った講座チラシを出張所や図書館に配架します。また、会場としてウイズ新宿3階会議室を無償で利用できます。その他の区施設利用も支援します。

しんじゅく女性団体会議

区内の女性団体の連携と女性のエンパワーメントをめざし、年6回の定例会を行っています。現在10団体で活動中です。平成30年度は、年間テーマを「女性と子どもの人権」とし、下記の研修等を実施しました。

【公開講座】「犯罪に巻き込まれないためのSNSの使い方」

講師 警視庁新宿少年センター主査

【研修会】「人が集まる企画の立て方・PRの仕方」

講師 坂田 静香 氏(NPO法人男女共同参画おた理理事長)

【日帰り研修会】JAXA筑波宇宙センター

民間薬物依存症リハビリ施設「茨城ダルク」

新規団体を随時募集しています。下記の要件を満たしている団体が申込できます。

- ①区内に活動拠点をもち、2年以上継続的に活動している。
- ②女性の地位向上と教養を高める活動を継続して行っている。
- ③会員数が20名以上で、構成員の半数以上が女性かつ8割以上が新宿区民



問合せ 男女共同参画課 ☎03(3341)0801

◆ 編集委員を終えて ◆

編集委員をして良かったことが3つあります。1つ目は男女共同参画について学べたこと、2つ目は読み手に伝わる文章の書き方を訓練できたこと、3つ目は年齢や性別に関わらず様々なことに挑戦している人たちに会えたことです。今号ではインタビュー記事を担当しました。いきいきと楽しみながら挑戦する人たちの姿を感じ取っていただけたら嬉しいです。(岩田 弥生)

子供の頃から運動は苦手、スポーツ観戦にも全く興味がなかったので、男女共同参画とスポーツがどう結びつくのか最初は全くピンときませんでした。女性アスリートについていろいろ読むうちに、「そうか職場で女性が置かれてきた状況と同じなんだ」と得心がいきました。今は次のオリンピックが日本社会のダイバーシティの実現への力強い一歩になることを期待しています。(大山 麻千子)

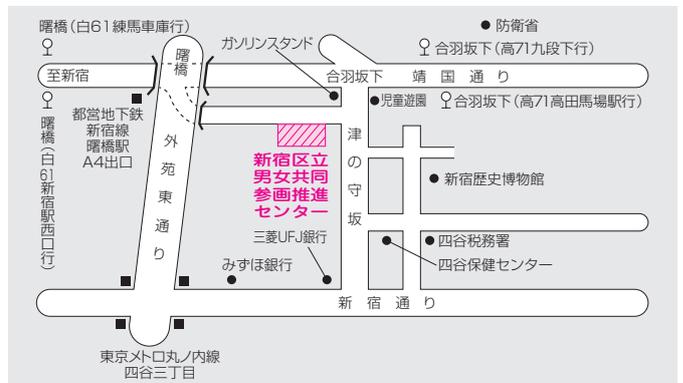
編集委員も3年目、今号で最後です。この間、書くことは事実や自分の考え、希望することをまとめることから始まることを学びました。「働き方改革関連法」が順次施行されますが、時代の変化に対応するには、まず自分を見直す必要があります。その点で編集委員の3年は大きな手助けになります。「男女共同参画」について興味がなくても、自分を見直し、まとめる力を得たい方には、編集委員の1年は大きなチャンスになると思います。(木村 桂子)

東京2020オリンピック・パラリンピックの特集に携わりました。私には、1964年の東京大会の記憶もあり、56年間にわたるオリンピック・パラリンピックそしてそれらを取り巻く社会の変遷はとても興味深いものでした。2020年が楽しみです。編集講座の一枚のチラシが編集委員へのきっかけとなりました。今また改めて縁の不思議さを感じています。(福井 泰子)

男女共同参画という切り口での冊子編集に初めて参加し、今まであまり考える機会もなかったテーマを深く考えることができました。自分の視点が広がったような気がします。また、「多様性と調和」というコンセプトは、まさに多様な人々が住む新宿区が抱える問題と一致しているような気がしました。(丸山 俊江)

編集後記

今回の特集は、東京2020オリンピック・パラリンピックが開催されることを機に、オリンピックにおける女性の活躍や歴史、スポーツの多様性と調和ということについて改めて考えてみました。老若男女が楽しめるスポーツの素晴らしさを皆さんも享受しませんか。ぜひ、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31年3月15日

この印刷物は再生紙を使用しています。