

性別にかかわらず、みんなが尊重し合い、その人らしく生きる。
仕事も暮らしも楽しむ、あなたを応援する情報誌です。

特集記事

令和3年度男女共同参画フォーラム

上野千鶴子オンライン講演 「最期まで 自分らしく生き切る」

..... P.2



ワーク・ライフ・バランス推進優良企業表彰 P.6

新たに認定された
ワーク・ライフ・バランス推進企業 P.7

《ウィズ新宿の講座》
多様な生き方を認め合う社会づくりのために P.8

やってみよう! かんたんお菓子作り! P.9

男女共同参画週間
ウィズ新宿 BOOK CLUB P.10

《INFORMATION》
新宿区の子どもショートステイ協力家庭になりませんか?
東京都の里親『養育家庭』制度 P.11

《INFORMATION》
連携講座公募
これから開講予定の講座
「ウィズ新宿」編集委員会がスタートしました! P.12

令和3年度

男女共同参画 フォーラム

新宿区では男女共に活躍できる社会づくりへの意識を高める催しとして、男女共同参画フォーラムを開催しています。新型コロナウイルス感染症の感染拡大の影響により、オンライン開催となりました第18回男女共同参画フォーラムの様子をお届けします。

第1部

ワーク・ライフ・バランス

推進優良企業表彰式

ワーク・ライフ・バランスとは、「仕事と生活の調和」を意味する言葉です。新宿区ではワーク・ライフ・バランスの実現に取り組む企業の認定を行っています。令和3年度は、その中から特に優れた取り組みを行っている区内企業2社を表彰し、吉住健一区長から表彰状と表彰楯が贈られました。

各企業の表彰のポイントについて

第2部

講演 上野千鶴子

「最期まで自分らしく生き切る」

自分らしく生き切る」

東京大学名誉教授の上野千鶴子さんを講演者に迎え、高齢化が進む現代において、長い人生を性別に関わりなく、最期まで自分らしく生きるために必要なこととお話いただきました。

はじめに

今日は「最期まで自分らしく生き切る」というお話をいただきました。このところ「自分らしい」というのは、どこにでも出てくるキーワードになっています。ですが、自分らしいとは一体何なのか。今日は皆さんに、いつも他ではしない話をしようと思います。

共同体から個人へ

自分らしい生き方・死に方というのは、考えてみると家族とか地域とか共同体らしいということではないということです。率直に言ってしまうと、自分らしい死とは、死の個人化と言っても

YouTube限定公開によるオンライン配信

動画配信期間

令和4年
3月18日(金)～31日(木)

内容

第1部

ワーク・ライフ・バランス
推進優良企業表彰式

第2部

講演 上野千鶴子

「最期まで自分らしく生き切る」

講演者

社会学者・
東京大学名誉教授
認定NPO法人ウィメンズア
クションネットワーク(WAN)
理事長

うえの ちづこ
上野千鶴子さん



菅野勝男撮影

Profile

富山県生まれ。京都大学大学院社会学博士課程修了。社会学博士。1993年東京大学文学部助教授(社会学)、1995年から2011年3月まで、東京大学大学院人文社会系研究科教授。2012年度から2016年度まで、立命館大学特別招聘教授。2011年4月から認定NPO法人ウィメンズアクションネットワーク(WAN)理事長。第20-22期学術会議会員。第23-25期日本学術会議連携会員。専門は女性学、ジェンダー研究。この分野のパイオニアであり、高齢者の介護とケアも研究テーマとしている。【受賞歴】1994年、『近代家族の成立と終焉』(岩波書店)でサントリー学芸賞受賞。2011年度、「朝日賞」受賞。受賞理由「女性学・フェミニズムとケア問題の研究と実践」2019年、フィンランド共和国からHän Honours受賞。2020年、「アメリカ芸術科学アカデミー会員」に選出される。【著書】『おひとりさまの最期』(朝日新聞出版)、『戦争と性暴力の比較史へ向けて』(編著・岩波書店)、『上野先生、フェミニズムについてゼロから教えてください!』(大和書房)、『近代家族の成立と終焉 新版』(文庫版(岩波書店)、最新刊に『在宅ひとり死のススム』(文春新書)がある。



いいかと思えます。かつては生きること
も死ぬことも家族の中、共同体の中で
あったことが、個人にまで切り詰めら
れたということですね。

まず何といつても、昔と比べ多くの
人が長生きするようになり、介護保険
ができました。

もう一つの大きな変化は、価値観の
変化です。私のことは私が決めるとい
う個人主義化です。こういう流れが日
本にも起きてきました。

日本社会はすでに多死社会を迎え
ています。今の日本は死ぬ人の数のほ
うが、産まれる子どもの数より多い人
口減少社会に既に入りました。

死因トップ3はすべて加齢に伴う慢
性病で、治せません。高齢者がゆっく

死んでいく時代が来ました。どこで死
んでもらうかというところ、これまで日本
人は、死に場所は病院でと思ってきた
のですが、もっと前はおうちでした。在
宅死がどんどん減っていったら、病院死
が増えていったら、割合が逆転したのが
1976年ですから、そんなに昔のこ
とではありません。

最近になって、「地域包括」が掛け声
になったのは、これまでは医療は医療、
介護は介護、生活支援は生活支援とい
うふうに、縦割り行政の壁に阻まれて
きたのを、一体的に運用しなければい
けないという理由から「包括」と言われ
るようになりました。

この背景には、何といつてもなかなか
か死ぬに死ねない長寿社会が来ただ
けではなくて、家族の介護があてにな
らない、家族が家にいない人たちが増
えたという事情があります。今、高齢
者世帯のうちの約27%が独居です。そ
れから、33%が夫婦世帯です。夫婦世
帯がいずれ独居になる予備軍だとした
ら、近未来には独居率は5割を超すで
しょう。恐らく新宿区はそれよりも高
いのではないのでしょうか。これはもう否
も応もない人口学的な趨勢すうせいです。

ひとりは寂しい？

私が最初に『おひとりさまの老後』と
いう本を出したときは、高齢の人がひ
とりでいけば、天から降ってくる言葉
がこれでした。「おかわいそうに」「お寂
しいでしょう」、男の方にはこれに「ご
不自由でしょう」が加わります。でもお
ひとりさまがこれだけ増えてみると、
存外悪いものじゃないんだというふう
に思う方たちが増えてきました。子ど
もとの別居は親も楽、子どもも楽。本
当はどちらも楽なのです。

大阪府内で開業しておられる辻川
覚志さんというドクターが、高齢者
500人を対象に、アンケートをとっ
たら、独居高齢者のほうが、同居人の
いる高齢者よりも、生活満足度が高い
という結果が出ました。辻川先生は更
に「お悩み調査」というものを行いま
した。そうすると、お悩みは2人世帯
が一番多い。なぜか。お悩みは他人から
来るからです。目の前にお悩みの原因
になる人がたくさんいればいるほど、
お悩みポイントが増えるという結果
です。自分に問題がなくても息子夫婦
の仲が悪いとか、孫が不登校だとかと
いうのがお悩みになります。さらに先
生は「寂しさと不安調査」を実施しま

した。最初からおひとりさまはあまり
いません。家族が1人減り、2人減り
してあるときひとりになる。ひとりに
なりたての方は、「おひとりさまビギ
ナー」と言います。私のような者は「お
ひとりさまのベテラン」です。ビギナー
は、寂しさは感じるが、あまり不安は
ない。それから、もとかからおひとりさ
まは、寂しくも、不安もないという結果が
出ました。一番寂しいのは、気持ちの通
じない家族と同居している高齢者でし
た。そのとおりだと思います。

在宅ひとり死のススメ

高齢者介護の現場をずっと回って、
はつきり分かったことがあります。病
院と施設の好きなお年寄りはいない、
という確信です。

いろいろなデータを見ますとお年寄
りの8割は最期までおうちにいたいと
思っているが、その中の3割は無理だ
ろうと思っている。なぜかということ、家
族に迷惑をかけたくないから、という
理由です。施設入居や入院を決定する
のは主として家族です。ですから、同居
家族がいるばっかりに、家から出て行
かなければなりません。

研究を続けてきて分かってきたこと

は、おうちでひとりで死ぬるといことです。私がこの研究を始めた当初は、介護現場の方に、おうちでひとりで死ぬますかと聞いたら、「ご家族がいないと難しいです」と言われたのが、最近では答えが180度変わって、「外野のノイズが少なれば少ないほどやりやすいです。ご家族がいらっしゃらなくても、ご本人のお気持ちさえはつきり分かっているならば、私たちがお支えして自宅からお見送りできます」と言っていた。ける現場のブロが育ってきました。

どうい条件があれば「在宅ひとり死」ができるか。以下の三つの条件があれば自宅でも期を迎えることができま。まずご本人の「わしゃ、ここを動かんと」という意思です。次に、意思決定を代行してくれるキーパーソン。それから最後に24時間対応してもらえる訪問介護と訪問医療と訪問看護、この多職種連携のシステム。これを束ねて回すキーパーソンがいれば、おうちで死ぬます。介護保険20年間の歴史のあいだに現場の経験値が上がりました。

在宅ひとり死のために、現場の方たちは次のような指導をしておられます。万一のときの連絡先リストの電話番号を優先順に張り出しておく。まず



は24時間対応していただける訪問看護ステーションに電話する。その方たちが主治医に連絡して、これは救急搬送が必要な状態なのかを判断してもらう。そして、ケアマネジャー、介護福祉士と繋がって、家族に繋ぐのは最後の最後でいい。だから、死に場所は病院ではないということ。

在宅ひとり死に抵抗感があるときは、最後に残るのは亡くなる時に誰かが立ち合うかどうかだけです。これを「看取り立ち会いコンプレックス」と言うのですけれども、これは死にゆく人のものなのか、死なれる側のものなのか。ひとりで死なせたくないと言っ

て息せき切って臨終の場に駆けつけて、「お母さん、死んじゃ嫌」とか「あなたの息子でよかったよ」とか土壇場で言うくらいなら、もっと早くに言うておけばいいのにも思います。最近では立会人のいない死を孤独死と呼ぶのもうやめようという提案も出てきています。ですから、私は「孤独死」に代わって、よくも悪くもないすっきりさっぱりした言葉、「在宅ひとり死」という言葉をつくりました。

新宿区の訪問介護

新宿区ってどんな所かと、ちょっと調べてみました。新宿区は東京23区の中でも特別な所です。人口構成も他の地域に比べれば非常に特殊な所ですが、それに対応するいろいろな福祉サービスも独自の進化を遂げてきました。

それというのも、都心ですから大規模の病院が集中しています。大規模病院はあるのだけれども中小のクリニックが少なく、非常に不足している。そうすると大病院が在宅かの選択しかない。この穴を埋めるのが訪問看護というもので、だから訪問看護は、新宿区では他の地域よりも早く進化しました。

認知症になっても

最近私は、現場の方に「認知症でも、ひとりでおうちで死ぬますか」とお尋ねしています。そうしたら、答えは「うーん、難しいですね。やっぱり最後はグループホームか施設に入っていた方がいい」とおっしゃいます。

認知症ケアは、ケアの中ではハードルの高いケアです。家族に頼れない認知症のおひとりさまはどうすればいいかと言つと、ちゃんと事業者が登場しました。都内にあるNPO法人人生まるごと支援や、長野県にあるNPO法人ライフデザインセンターなど、成年後見、身上監護、死後事務委任の3点セットを引き受けてくれる団体が出てきました。そして、ようやく認知症になっても在宅で見送れるという実践例が出てきました。



フォーラム実行委員からの一言

男女共同参画の実行委員を承り、活動に期待した年度始めでした。しかしコロナに振り回された一年間でした。もう、コロナのせいにして、何も活動できない日々はまっぴらです。何か一つでよいから普通に活動したいと思う日々でした。そんな中、上野先生の講演会はリモートでしたが、開催することができ嬉しい限りでした。ご立派な独自の老後の過ごし方、選択、新しい発想で斬新でした。皆さまのお役に立てたかと思えます。私自身、委員長という大役を勤めさせていただきました。微力ですが、これからもお力になれば何よりです。

(藤野 美千代)

上野先生はテーマに沿って、事例をもとに分かりやすく話を下さり、とても有難く思いました。テーマを決める委員会では、「性的マイノリティ」という言葉の意味が共有されたので、「男女差別ではなく、人権意識を大切にすることを確認し合うことができました。男女共同参画社会づくりは「人権意識を大切にすること」を目的にしています。男女共同参画意識啓発事業に参画できたおかげで、国連と連携して人権を保障した法に基づいた社会づくりが推進されていると気づき、感謝の思いを深くしました。

(石田 孝子)

この度は社会学、女性学の第一人者である上野先生のオンライン講演の企画・運営に携わるといって、大変よい機会に巡り合うことができました。講演では貴重なお話をお聴きし、自分が積極的に意思表示し行動することが大切だと感じました。本当にいい経験でした。これからも積極的、行動的に物事を考えていこうと思っております。

(川端 喜美)

心身共に健康を維持することは簡単なことではありません。その上、コロナ禍が続き、いつ自分が感染者の立場になるのか不安で、時に「死」の恐怖さえ感じるようになりました。私にとって、フォーラム実行委員として活動することは、日常に活を得る機会であり、社会参加の場で、共に考え話し合うことができる充実した時間です。

上野先生から介護現場の調査研究を続ける中で具体的な事例を挙げ、環境に合った老後・介護を迎えることができるのか、ユーモアを交え分かりやすく導いていただきました。いかなるときにも、自分で決定できる意志・考えを持ち続けることの重要性を痛感し、「生きていく知恵」をご指南いただいたと思います。

(君塚 礼子)

フォーラム講演者の決定、上野先生のご快諾、と順調なスタートでした。しかし、日時変更、コロナ禍による対面会議実施不可、ZOOM会議の実施など、困難かつ例外的な紆余曲折を経て、講演会が実施されました。ウィズ新宿の担当者には、委員各自の意見を反映すべく相互理解のために、頻繁に連絡をとっていただきました。真摯な姿勢、熱意に頭がさがります。講演会は素晴らしく、好評でした。微力な参加でしたが、勉強させていただきました。ありがとうございました。

(山本 房枝)

「家族のため」「から自分のため」に

冒頭に戻ると、自分らしく生き切るというのは、「家族のための死」から、「自分のための死」に否も応もなく変わってきたということです。そのときに自分が納得できるような死に方を選ぶ

条件がやっと整ってきました。それが介護保険の20年間の歴史の成果でした。私たちはこれから先、よくも悪くも超高齢社会に生きています。人口減少社会です。そういう時代を目前にして、安心して老後を過ごすための介護保険を20年前につくったことは、本当に大きな成果でした。

誰もが安心できる社会

私たちがほしい社会は、要介護者になっても安心できる社会です。誰も好きで認知症になる人はいません。誰が認知症になるか分かりません。認知症になっても安心できる社会をつくりたい。そのために私たちがこ

うやって培ってきた経験と、それを支える介護保険という制度とを、これからはぜひ皆さん方に守っていただきたいと思います。

ワーク・ライフ・バランス 推進優良企業が表彰されました。



推進企業のうち特に優れた取り組みを行っている企業を表彰しています。
今回表彰された2社を従業員の声とともに紹介します。



ワーク・ライフ・“ベスト”バランス賞

バランスの取れた取り組みを行い、実績のある企業

エーザイ株式会社 東京コミュニケーションオフィス

代表者 | エーザイ株式会社 エーザイ・ジャパン
地域連携首都圏本部長 澤田 直樹
従業員数 | 112名(うち女性42名)
事業内容 | 医薬品の製造販売・営業活動
所在地 | 新宿区西新宿3丁目7番1号
新宿パークタワー23階
※令和3年12月14日時点の情報



D&Iフォーラムディスカッションの様子

表彰のポイント

ワーク・ライフ・バランスに関する取り組みや制度整備が各分野とも高い水準で行われている。

- 多様性を活かした就労環境整備や働き方改革を推進すべく、目標及びアクションプランを設定して取り組んでいる。令和3年度には、ダイバーシティ&インクルージョンフォーラムを開催し、経営層と働くママ社員が直接話せる機会を設け、子育てをしながら働く女性の支援を行っている。
- 在宅勤務を中心とした働き方に変更し、営業活動についてもオンライン化が行われ、通勤や移動の時間が削減された。その結果、従業員自身で業務時間をマネジメントしやすくなり、仕事と家庭の両立支援に繋がった。

従業員の声

社内ダイバーシティ&インクルージョンフォーラムでは、共働き社員の工夫事例やエンゲージメント調査をもとにした取り組み事例が共有されました。ライフイベントを迎えてもキャリアを築ける風土が醸成されていると感じます。経営層と直接話せる機会は貴重でした。ママ社員の提案から、制度改革に繋がった事例もあり、実務面でも働きやすくなっています。

ワーク・ライフ・バランス アイディア賞

独自の取り組みを行い、実績のある企業

株式会社システムリサーチ

代表者 | 代表取締役社長 平山 宏
従業員数 | 1,064名(うち女性290名)内、東京
事業所: 229名(うち女性56名)
事業内容 | SIサービス、プロダクト開発等
所在地 | 新宿区西新宿2丁目7番1号
小田急第一生命ビル24階
HP | <https://www.sr-net.co.jp/>
※令和3年3月31日時点の情報



代表取締役によるイクボス宣言

表彰のポイント

第三者による工程管理・評価の導入による業務の効率化など独自の取り組みを多数実施し、実績を挙げている。

- 経営者が「イクボス宣言」を行うことで、仕事と育児が両立しやすい職場風土が醸成されている。また、育児短時間勤務を小学校6年生にまで延長するなど、法定以上の制度整備も行われており、男性の育児休業取得率が2年間で13.0%から38.7%に向上した。
- 第三者による工程管理・評価(PRM: プロジェクト・リスク・マネジメント)の導入により業務効率が向上し、長時間労働の抑制に繋がっている。残業については事前承認を原則とし、事後報告が多い場合は経営会議で報告を義務付けるなど、従業員一人ひとりの働く環境を適正にする仕組みが整っている。

従業員の声

初めての子育てだったため、「パパ休暇」という育児休業制度を利用しました。育児なんて一人で余裕だろうと安易に考えていましたが、実際に子育てに参加してみて、その大変さや妻の気持ちを理解することができました。また、子どもの成長を間近で見られたことが良かったです。この制度をより多くの社員の皆さんに活用してもらいたいです。

令和3年度に新しく認定された 推進企業を紹介します。



株式会社熊谷組

代表者 | 代表取締役社長 櫻野 泰則
従業員数 | 1,442名(うち女性292名)
事業内容 | 建設業
所在地 | 新宿区津久戸町2番1号
HP | <https://www.kumagaigumi.co.jp/>

※従業員数は申請時のもの。



熊谷組 全国土木女性技術者交流会

ダイバーシティ推進部が中心となり、両立支援や職場環境改善のための提案等を行っている。

- ①2015年より両立支援のためのワーキンググループを立ち上げ、育児休業取得推進及び復職をサポート。積極的周知を行った結果、男性の育児休業取得率については、この2年間で2.9%(平均取得日数4日)から34.3%(平均取得日数53日)まで向上した。
- ②女性が少ない建設現場において、女性が働きやすいハード面(トイレ、更衣室、現場道具等)の環境整備に注力している。その取り組みの結果、協力業者でも女性担当者の現場への参画する機会が増えるなどの波及効果が見られる。
- ③検査、治療で使うことのできる「妊活支援休暇」が男女問わず有給で5日間、30分刻みで取得可能。また女性従業員については、高度な治療を要する場合に「不妊治療休業」(無給)を取得可能。

ワーク・ライフ・バランスで社員も企業も元気に!!

ワーク・ライフ・バランスとは、個別の事情や希望に応じて、「仕事」と「仕事以外の生活」の調和が図られている状態をいいます。

柔軟な働き方ができる環境を整備することは、個人のライフステージに応じた働き方ができるだけでなく、業務効率のアップや優秀な人材が企業に定着するなどの効果が期待でき、企業の生産性向上に繋がるといわれています。



ワーク・ライフ・バランス推進企業認定制度

新宿区では、国や他自治体に先駆けて平成19年度から「ワーク・ライフ・バランス推進企業認定制度」をスタートさせ、ワーク・ライフ・バランスに取り組んでいる企業、またこれから取り組みたいと考えている企業をサポートしております! 取り組みを進めるため、コンサルタント派遣や関連するセミナーの開催などを行っています。

取り組みが進んでいる企業
推進企業

..... 二つの区分で認定

これから取り組んでいく企業
推進宣言企業

四つの分野で認定

子育て支援

- ・女性も男性も育児休業を取得しやすい環境整備
- ・子育てしやすいようにするための制度の導入など

地域支援

- ・企業として地域活動に貢献
- ・従業員が地域活動等に参加しやすい環境づくりなど

介護支援

- ・介護休業・休暇が取得しやすい環境整備
- ・介護しやすいようにするための制度の導入など

働きやすい職場づくり

- ・長時間労働の防止
- ・休暇取得しやすい環境整備
- ・能力開発やキャリアアップの支援など

多様な生き方を認め合う 社会づくりのための 講座を実施しています

新宿区立男女共同参画推進センター（ウィズ新宿）では、男女共同参画社会実現のために、さまざまなテーマで区民向け啓発講座を多数企画しています。

今回は令和3年度にオンラインで実施した3つの講座をご紹介します。

パートナーシップ講座（協働）

男女共同参画に対する区民の意識を高め、区民相互の交流を促進するため、公募により区内活動団体と協働で講座を開催します。

今日からできる！子どもを守り、家族で生き抜く防災講座

団体「元気できれい」との協働により実施しました。講師の防災士「赤ちゃんとママの防災講座」主宰の上沢聡子さんにお話を伺いました。地震発生から12時間のシミュレーションを通し、防災対策の重要性を感じながら講座はスタートしました。子連れでの防災対策の考え方、在宅避難のコツや避難所へ行くべきか判断のヒントなどを学びました。また、生活スタイルにあわせた備蓄品の紹介や食糧活用法、トイレ対策、停電対策、スマホ活用法など普段から知っておくと便利な情報も教えていただき、参加者から「具体的な防災対策が分かり、すぐに準備しようという気になった」との声が上がりました。



講師：上沢聡子氏

男性対象講座

男性を対象に、性別による役割分担意識をなくし、男女共同参画の意識を持てるよう、学習の機会や情報を提供する講座を開催します。

男性のためのメンタルヘルス 「男らしさ」と向き合うために

男らしさとメンタルヘルスについて、臨床心理士の堀切大器さんにご登壇いただきました。男らしさにはさまざまな種類があり、伝統的な考え方と新しい考え方が覇権争いをしている。多様な男らしさを求められるところに、男性の生きづらさがあり、男らしさとうまく距離を取って付き合うことが大切ということなどを、自分の中の男性像に対する考えを整理するワークを交えてお話いただきました。参加者からも「男らしさという考え方にあまりとらわれなくて良いのだと感じた」「男性も弱みを見せても良いと感じた」という声が上がりました。男らしさとの向き合い方が伝わる講座でした。



講師：堀切大器氏

若者応援講座

若者を対象に、コミュニケーション力向上、男女共同参画社会の必要性についての認識を深めるための講座を開催します。

「お金のプロと作る！初めてのライフプラン」

— 将来のために今できること —

お金のプロであるファイナンシャル・プランナー（CFP®）の歌代将也さんを講師にお迎えし、若い世代に向けたライフプランの講座を実施しました。将来への漠然とした不安を軽くするために、いつ頃どのくらいの費用が必要となるのかを予測するツールとして、ライフプランの作り方を丁寧に解説いただきました。Zoomでの開催でしたが、参加者自身がライフプランを作成するワークやリアクションボタンを使ったやり取りなども見られました。若い方だけでなく、親世代である方々の受講もあり、家族間での話し合いの一助ともなる講座でした。



講師：歌代将也氏

やってみよう! かんたんお菓子作り!

新宿区ワーク・ライフ・バランス推進優良企業である雪印メグミルク株式会社にレシピをご提供いただき、区の男性職員がティラミス作りに挑戦してみました。



軽く割ったビスケットにエスプレッソソースがかかっていれば大丈夫!
冷蔵庫に1時間以上おいてから食べると、味のなじみが良くなります。



同じクリームでアレンジも。クリームはティラミスよりしっかりと泡立てて。クリームたっぷり挟むのと形を整えるのに苦戦。苺で飾って・・・完成!

職員の感想

今回のレシピは、少ない材料で手軽にでき、お店のような味に仕上がります。普段料理をしない方でも気軽に取り組めるので、ぜひ挑戦してみてください。季節の果物を使って、いろいろなアレンジも楽しめると思います。

かんたんティラミス

材料 (3人分)	
マスカルポーネ	100g
生クリーム	100ml
砂糖	大さじ2
インスタントコーヒー	小さじ2
お湯	大さじ3
エスプレッソソース	適量
ビスケット	6枚
ココア	適量

作り方 (調理時間: 約15分)

- 1 インスタントコーヒー、お湯、エスプレッソソースを混ぜ、ビスケットを浸す。
- 2 生クリームと砂糖をしっかりと泡立て、マスカルポーネを混ぜ合わせる。
- 3 容器に①と②を交互に重ね、仕上げにココアをふりかける。

アレンジもやってみた! ティラミスマリトッツォ



丸パン(ブリオッシュパンがおすすめ)に切り込みを入れ、切り口にエスプレッソソースを浸みこませる。
②のクリームを挟み、お好みでココアをふりかける。
※丸い形のパンが見つからない場合、黒糖ロールパンは丸いものが多く、置いている量販店も比較的多いので代用いただけます。

他にもいろいろなレシピを知りたい方は、雪印メグミルクのホームページへどうぞ。

雪印メグミルク レシピ 検索



6月23日～29日は男女共同参画週間です

「あなたらしい」を築く、「あたらしい」社会へ

(令和4年度内閣府・男女共同参画週間キャッチフレーズ)

6月23日から29日までの1週間は、男女共同参画社会の理解を深めるための「男女共同参画週間」です。全ての人が職場で、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政府や地方公共団体だけでなく、一人ひとりの取り組みが必要です。

皆さんも「男女共同参画」について、考えてみませんか。

国の男女共同参画推進本部は、男女共同参画社会基本法の公布・施行日である平成11年6月23日を踏まえ、毎年6月23日から29日までの1週間を「男女共同参画週間」として、さまざまな取り組みを通じて男女共同参画社会基本法の目的や理念について理解を深めることを目指しています。



● ウィズ新宿 BOOK CLUB ●

ウィズ新宿に所蔵している書籍をご紹介します。
興味の湧いた本がありましたらぜひ手に取ってみてください。



くまのトーマスはおんなのこ ジェンダーとゆうじょうについての やさしいおはなし

【作】ジェシカ・ウォルトン
【絵】ドゥーガル・マクファーソン
【訳】かわむらあさこ
【発行】ポット出版プラス

トーマスはくまのぬいぐるみですが、エロールの大切な友達。ある日エロールは元気のないトーマスを公園へ誘いますが…。子どもの素直な感覚を思い起こされる方も多いのではないのでしょうか。大人の方へぜひ!



ブルーノ

【著者】Fukase
【発行】福音館書店
村に起きた嵐を軸に、「王様」と「タルカス」のそれぞれの視点で書かれている絵本。どちらも悩み苦しみ、葛藤の末決断するが…。
両サイド表紙で、それぞれ本の中央へ読み進めていく本となっています。難しい題材ではありますが、じっくりと繰り返し何度も読み深めてほしい一冊です。



学校では教えてくれない 自分を休ませる方法

【著者】井上祐紀
【発行】KADOKAWA
精神科医(子どものこころ専門医)の井上祐紀さんの本です。自分を守るために必要なのが『休むこと』であり、自分を助ける対処方法が詳しく書かれています。モヤモヤした気分を整理することで、相談したり自分の気持ちを立て直したりするきっかけが分かります。悩んでいる人はもちろん、親世代にもおすすめです。

家庭でできる子育て支援

新宿区の子どもショートステイ協力家庭 になりませんか？

協力家庭とは	保護者の入院、出産、介護、出張、育児疲れ等で、昼夜を通してお子さんを養育する方がいないときに、区内の協力家庭でお預かりする制度です。協力家庭には1泊につき10,000円が支払われます。
どんな人がなれますか？	区内在住の25歳以上の方で18歳以上の同居人がいる方(要研修受講等)
対象のお子さんは？	区内在住の生後60日から18歳未満のお子さん
どんなことをしますか？	保育園、小学校等への送迎とともに、ご家族の一員として衣食住をともにし、児童に合わせた遊びや学習の支援をいただいています。



※午後5時～10時にお預かりするトワイライトステイ協力家庭も募集しています。

お問い合わせ先 >>> 新宿区立子ども総合センター総合相談係 ☎03-3232-0675

新しい家族のかたちです

自身の家庭での生活が難しい子どもたちを、一定期間、ご家庭に迎えて養育してくださる方を必要としています！

東京都の里親『養育家庭』制度

	養育家庭(養育里親)	親族里親	養子縁組里親
里親の種類	さまざまな事情により家族と暮らせない0歳～18歳までの子どもを、養子縁組を目的とせず、一定期間、自分の家庭で養育する里親	実親が死亡、行方不明などにより養育できない場合に、祖父母などの親族が子どもを養育する里親	養子縁組によって養親となることを希望する家庭で、養子縁組が成立するまでの間、里親として子どもを養育していただく家庭。25歳以上の夫婦が対象
	専門養育家庭 専門的ケアを必要とする子どもを一定期間預かり育てる里親 ※養育家庭(親族) 子どもの扶養義務がないおじ、おば等は、親族里親ではなく養育家庭の対象になります。		

養育家庭になるには

- 都内にお住まいの方(年齢要件はありません)
 - 家族構成に応じた適切な環境(部屋の広さ)があること
 - 経済的に困窮していない、世帯収入が生活保護基準以上
そのほか、東京都里親認定基準をご確認ください。
- 「里親制度」以外にも、児童養護施設や乳児院などの施設で生活している子どもたちを夏休みや週末などにお預かりいただく「フレンドホーム制度」もあります。お申込窓口は、各施設です。
- 養育費として、子どもの生活費、教育費、里親手当が支給されます。健康保険の範囲では医療費はかかりません。
 - 児童相談所などの職員がチームで養育家庭をサポートします。
 - 一時的に子どもを預けるなど子育てを支えるサービスがあります。
 - 里親同士が交流する機会があります。
 - 子どもの状況により、子どもと実家族との交流がある場合もあります。

子育て経験のない方も



子育て中の方も

詳しくは
里親ナビ 
 で検索



東京都福祉保健局少子対策育成支援課

お問い合わせ先 >>> ● 東京都児童相談センター ☎03-5937-2317
 ● 社会福祉法人二葉保育園二葉乳児院
 二葉・子どもと里親サポートステーション ☎03-3351-3108

ウィズ新宿と区民団体との連携講座 講座を企画してみませんか!?

講座の企画運営をする団体を公募します
(原則オンライン開催)

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ます(年間7講座まで)。詳しくは、区のホームページからチラシ(応募要項)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 令和4年4月1日から12月9日まで

団体のメリット

- ①講師謝礼は区が負担(※区の基準上限額まで)
- ②区広報等に講座の案内を掲載
- ③団体が作ったチラシを、出張所や図書館等の区施設に配架

詳細は、HPをご確認ください。 https://www.city.shinjuku.lg.jp/kusei/danjo01_001057.html



これから開講予定の講座

オンライン講座

①お家スッキリ!はじめての断捨離 YouTube限定公開にて配信
～仕事と家庭の両立のために～
配信期間: 令和4年7月7日(木)まで
講師: 小林 理恵 氏(やましたひでこ公認 断捨離®チーフトレーナー)

②若者のための労働法基礎講座 YouTube限定公開にて配信
～自分を守る!働くために必要な知識を身につけよう～
配信期間: 令和4年7月22日(金)～8月4日(木)
講師: 沼田 雅之 氏(法政大学法学部教授)

③コロナ禍と女性～深まる孤立と貧困～ YouTube限定公開にて配信
配信期間: 令和4年8月5日(金)～8月18日(木)
講師: 飯島 裕子氏(ノンフィクションライター)

対面講座

④ちい先生のパパ&キッズ工作教室
日時: 7月23日(土)午前10時～12時
会場: 男女共同参画推進センター(ウィズ新宿)3階会議室
講師: 井上 智陽氏(イラストレーター・図工教師)

詳細は広報新宿や区ホームページ、さらに、特別出張所、地域センター、図書館などの区立施設に配架してあるチラシでお知らせします。ただし、状況に応じて予定が変更される場合があります。

令和4年度

『ウィズ新宿』編集委員会 がスタートしました!

新宿区では、公募の中から選ばれた区民の編集委員と区の協働で、年間1回『ウィズ新宿』を発行しています。5月には7名の委員が2日間の編集講座で編集の基礎や男女共同参画について学びました。6月からは次号142号(12月発行予定)に向けて、編集会議を重ねながら記事を執筆していきます。どうぞご期待ください。



▲第1回編集講座の様子

編集後記

今号は令和4年3月に開催した男女共同参画フォーラムを中心にお届けしました。令和2年度に引き続きオンラインでの実施となり、多くの方々にご視聴いただきました。男女共同参画推進センターでは、新たな日常を踏まえながら、今後もオンラインを活用した情報提供、情報発信を行ってまいります。上記「これから開講予定の講座」以外にも年間を通して多数の講座を予定しておりますので、ご興味のある方はぜひご参加ください。



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:03(3341)0801 FAX:03(3341)0740

発行日 | 令和4年6月30日

この印刷物は再生紙を使用しています。



駐車場・駐輪場はありませんので、公共交通機関をご利用ください。