えみくるだより

6月23日から29日までの1週間は
「男女共同参画週間」です

男女共同参画社会ってなんだろう?

「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、ともに責任を担うべき社会」(男女共同参画社会基本法第2条)

男女共同参画社会基本法では、男女共同参画社会を実現するための**5本の柱(基本理念)**を掲げています。

1. 男女の人権の尊重

男女の個人としての尊厳を重んじ、男女の差別をなくし、男性も女性もひとりの人間として能力を発揮できる機会を確保する必要があります。

2. 国際的協調

男女共同参画づくりのために、国際社会と共に歩むことも大切です。他の国々や国際機関と相互に協力して取り組む必要があります。

3. 家庭生活における活動と他の活動の両立

男女が対等な家族の構成員として、互いに協力し、社会の支援も受け、家族としての役割を果たしながら、仕事や学習、地域活動等ができるようにする必要があります。

4. 政策等の立案及び決定への共同参画

男女が社会の対等なパートナーとして、あらゆる分野において方針の決定に参画できる機会を確保する必要があります。

5. 社会における制度又は慣行についての配慮

固定的な役割分担意識にとらわれず、男女が様々な活動ができるように社会の制度や慣行の在り方を考える必要があります。

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?

「えみくる」のシンボルマーク…直方市のイニシャル「N」をモチーフに男女(人)と共同(助け合い)を表現。また3つの丸は、男女共同参画社会の実現を目指し、市民を中心に企業と行政が力を合わせていくことを表しています。

問い合わせ…直方市男女共同参画センター(TEL 25-2244)

令和２年度 男女共同参画週間キャッチフレーズ！

内閣府は「自分らしい人生を実現するために、時間をどう使っていくのか。家族や地域、社会はそれをどう後押ししていくのか。それを社会全体で考えていくきっかけとなるキャッチフレーズ」を募集し、応募総数2,615 点の中から、以下の作品が最優秀作品に選ばれました。

そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。

ワクワク・ライフ・バランス

日々の単調な生活の中、**時間の使い方を見つめ直す**ことで、何気ない家事の時間が**より豊かな時間**に変わったり、単純なルーティンワークも、楽しみを見出して行うことで、**もっと素敵な時間**に変わっていくかもしれません。そこから自分らしい人生を築き上げていけたらいいですね。

そこで、理想の暮らしを実現するために、日々の暮らしをどのように営むか？特に家事・育児は**２人の協力が不可欠**です。**「自分ばっかり」**という気持ちにならないためにも、２人でできる家事や育児をご紹介します。

◎２人で“パラレル家事”

２人が同時に別の家事をこなす「パラレル（同時並行）家事」は、超効率的。レギュラーの組み合わせ（例：料理×食卓準備、掃除×おふろ）を決めておくとスイスイかたづきます。一方が家事、もう一方がダラダラはなるべく避けましょう！

◎“いわれる前にやる”で信頼は急上昇！

「わざわざ言わないとやってくれない」家事シェアをする際の代表的なストレスとも言われています。逆にいうと、率先して動くだけで信頼は急上昇！たとえ小さな家事でも、その心遣いに相手は救われるものですよ。

◎意外なレスキューワード「子どもと遊びに行くね」

子どもの相手×家事＝超ヘビーワーク！この２つが分担できるだけで、ぐっと楽な気持ちに。思い切って自分＆子どもだけでお出かけすると、パートナーは喜ぶかもしれません。

これならできる！２人のEASY 家事アイデア

◎余分な家事は“断捨離”

立派な料理が作れなくとも、余分な家事を減らすことも大切。靴下の脱ぎっぱなし、テーブルの物置化、ポケットのゴミ…日々の暮らしをチェックし、減らせるものを考えてみましょう。

◎他人と比べない

ついつい他人の家庭がまぶしくみえがち。けれど、本当の家族の実態なんて外から見ても分からないものです。他所を引き合いに出すのは夫婦間の大きな亀裂を生みます。気をつけましょう！

いちばん大切なことはお互いに感謝の気持ちを持つこと。
「ありがとう」の言葉を伝えることかもしれませんね。

女性の権利110番
（女性のための無料電話相談）

日時　6月29日（月）　午前10時～午後4時
TEL　25−2150

「男女共同参画週間」に合わせて、弁護士による無料電話相談を実施します。
女性に対する暴力、家庭・職場・社会での女性差別などの問題や、女性の権利一般に関する相談を受けます。この機会に相談してみてはいかがでしょうか？（窓口での相談はありません）