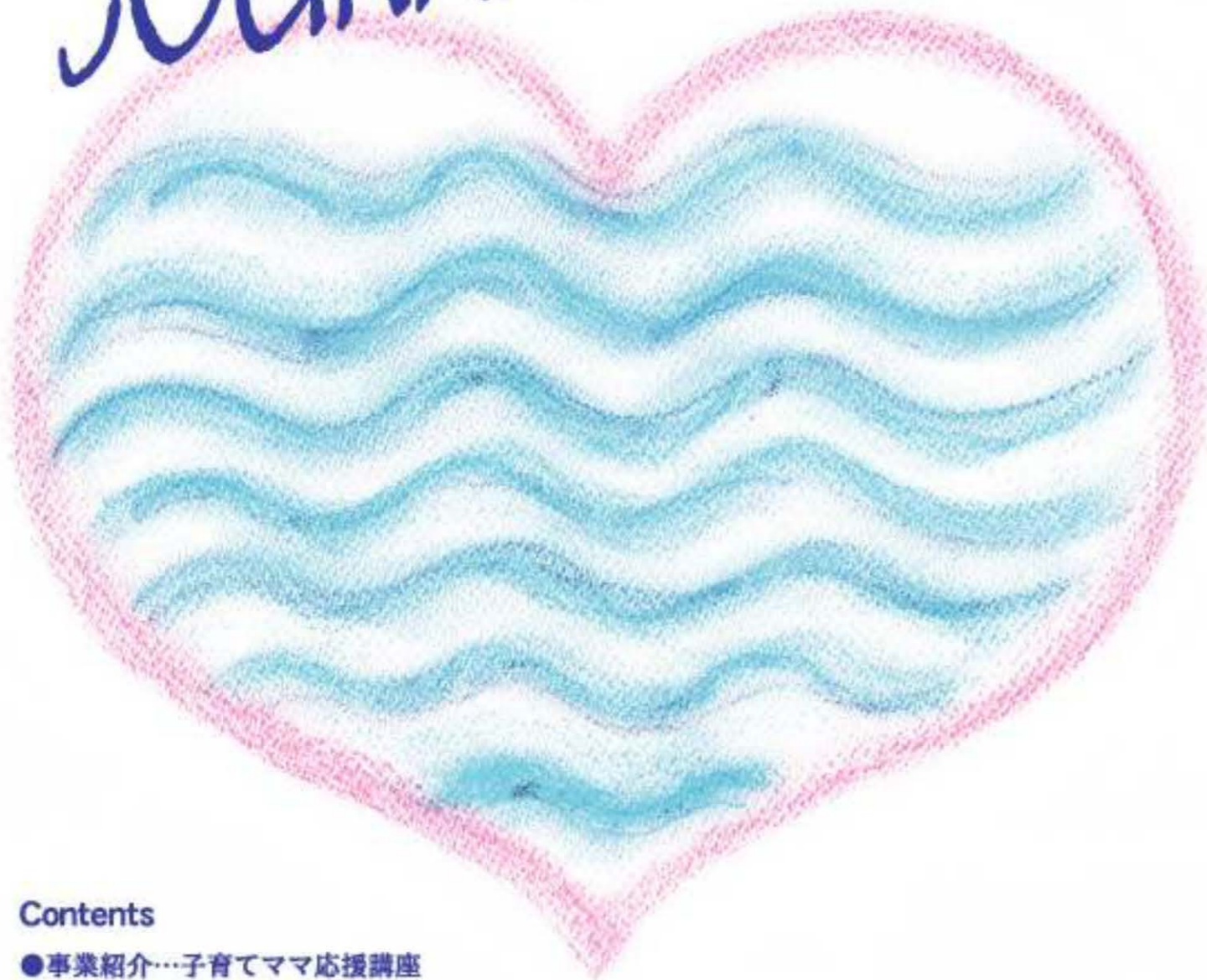


# JOURNAL



## Contents

- 事業紹介…子育てママ応援講座  
スックタイム・ビデオ上映会
- 特集…男性を対象とした講座
- 誌上講座レポート…女性のためのウェルネスセミナー
- 相談室だより…最近気になったDVが絡む事件
- 男女平等政策室からのお知らせ…市審議会等委員への女性の登用率
- 登録団体紹介…ライフサポート・奇創工房
- 図書情報ステーションコーナー…新着図書案内

<http://www.city.kurume.fukuoka.jp>

表紙イラスト:「ハート」シリーズ 江頭ゆみ子さん(センター登録団体「クラブ絵D」所属)



くるめ発

育児も自分も大切にしたいあなたへ



事業紹介

## 子育てママ応援講座

この講座は、子育て中の女性たちに「母親・妻としての自分」ではなく、「個人としての自分」について考える機会を作ろうと企画し、今回で8回目となりました。

今年もワークを通じて、日頃抱えている悩み、家族への感謝、子どもへの想い、将来の展望まで…様々な意見が出され、自分自身の振り返りや他の人の考えや思いに共感するという体験の場になったようです。

講師

- ◆ 穴井千鶴さん (臨床心理士)
- ◆ 園田直子さん (臨床発達心理士 久留米大学文学部心理学科教授)
- ◆ 甲木京子さん (ダンスムーブメント・インストラクター)

毎年個性豊かなママが集まり、この講座をキッカケにしたグループも生まれています。

## PROGRAM

- ① 5/13 わいわいがやがや言いたい放題
- ② 5/20 自分と向きあうストレッチ
- ③ 5/27 私って だれ? なに?
- ④ 6/3 私の中のわたし発見!
- ⑤ 6/10 未来に向けて出発進行
- ⑥ 6/17 フォローアップ

時間は全て10:00~12:00



### ① わいわいがやがや言いたい放題

グループに分かれ、カードに「夫に対して」「子どもに対して」「誰か(両親や仕事先など)に対して」の一言を記入してもらい、グループ内で似た意見をまとめてタイトルをつけます。できあがった作品には、ママたちの率直な思いがふれられました。

- ・改めて、家族に対して自分がどう思っているのかが分かった。
- ・案外みんな同じコトを考えているなど思った。
- ・自分たちでやることの多いワークだったのでとても面白かった。

### ② 自分と向きあうストレッチ

女性学の話も交えつつ、ゆっくり呼吸して、身体をほくしていく…気持ちよさそうな表情が印象的でした。

- ・深呼吸することで、おだやかな気持ちになった。
- ・もう少し体を動かしたかった…。

### ③ 私って だれ? なに?

自分の過去、現在、未来をカードに書き出し、時系列・出来事などで整理してグループのメンバーに発表します。自分自身を振り返る機会になり、聞く人にとってはその人の歩みが垣間見えて興味深い一時でした。

- ・人それぞれの人生があつてすごく楽しかった。
- ・時々立ち止まって振り返るのも大切なんだな、と思った。

### ④ 私の中のわたし発見!

テーマは“未来の私”。グラビア誌の中から「これだ!」と思う素材(写真、カットなど)を切り取り、台紙に貼り付けてコラージュを作成します。無言で作業を進めた各々の力作は、見ているだけで楽しくなる作品ばかり。お見せできないのが残念です…。

- ・みんなのコラージュが芸術的だったなー。
- ・もっとゆっくり一人一人の内容を見てみたかった。
- ・無になって作業が出来てリフレッシュ出来た。



# リフレッシュのためのブックタイム

「育児」のあいまの「育自」の時間

図書情報ステーションでは、子育てに追われ本や新聞をゆっくり見る時間がない方を対象に、保育園や幼稚園に入園前のお子様をお預かりし、本と自分にゆっくり向き合える時間を用意しています。

○ブックタイム（毎月2回、10時～12時まで）

○おしゃべりお茶会（年2回…子育てなどの情報交換）  
毎回ご好評いただいている人気講座です。



- ・安心してゆっくり本が読めた
- ・自分の時間が持て癒された
- ・情報収集できた
- ・好きな本が読めて幸せだった
- ・図書室の利用法など詳しく聞けてよかった
- ・情報交換を兼ねてのお茶会でリフレッシュした
- ・日頃話すことがないのでお茶会では色々な話が聞けてよかった ブックタイムのアンケートより

- ・映画の後は本を借りるのが、いつの間にか習慣になっていた…
- ・とても素敵な映画で、久しぶりに感動した
- ・自分の知らない世界がひとつ広がった
- ・安心して子どもを預けて映画を見れるのがグ〜。  
上映会のアンケートより

視聴覚教材（DVD・ビデオ）を活用した心にしみる作品を、月1回視聴覚ホールの大画面で上映しています。老若男女を問わず多くの方が参加され、ミニシアターの雰囲気でもっとお楽しみいただいています。

日本語字幕付・入場無料

必要な方には一時保育を実施しています。

## 上映会

### 目を向けよう 自分の身体と健康

女性のおかれている社会的文化的状況を考えながら、健康の維持・増進によりきめ細かく、積極的に取り組もうとする「性差医療」が、今世紀にはいて各地で取り込まれるようになってきました。私たちの地域、久留米市でも、女性に多い病気や体調の不具合を診療の対象に掲げて、女性の生活の質を高めていこうとする医療が行われはじめています。その情報提供もかねて、3人の医師を招いた健康講座、「女性のためのウェルネスセミナー」を開催しました。そのエキスを誌上で紹介します。

#### 第1回 健やかライフは 骨折しにくい身体づくりから

— 骨粗しょう症を防ぐ食事と運動 —

日高整形外科病院  
病院長 日高 滋紀



背中が曲がったり歩行が困難になったりと、生活の質を大きく低下させる骨折は、骨密度が低下し骨質が劣化することで発生しやすい。特に、閉経後の女性は急激な骨量の減少が見られ、骨折をおこしやすくなる。その仕組みや予防策についてプロジェクターを使っていいいに、説明がなされた。骨密度が低下する骨粗しょう症を予防するには、若い時期からの骨量を高めておくことが大事。そのために、日常の食事で十分なカルシウムを取る(600mg/週)や大股骨を丈夫にする片足立ちの運動(左右各1分×3回/日)を毎日の習慣とすることなどが勧められた。

#### 第2回 乳がん治療の最前線 そして予防法

— 生活のクオリティをめざす女性外来 —

社会保険久留米第一病院  
外科部長 田中 真紀



乳がんは、今や生存率の高い、治せるがんであり、手術の仕方も、より小さく切除する方へ改善されてきている。特に2ミリ以下のしこりで発見できれば、死ぬことはない。そんなゼロ期のがんが発見できるマンモグラフィー検診を2年に1度はぜひ受けたい。加えて、乳がんは自己検診ができるのも特徴。その触診ポイントをプロジェクターで説明しながら、自分の健康を守る努力を習慣化するよう勧められた。

また、久留米市の乳がん検診では、今年から超音波を使った実験的検診(40歳対象)が予定されていて、乳がん検診の先進地域のひとつであることも紹介。このような好環境を活用して乳がん早期発見への機会を逃さないよう、重ねて強調された。

※ピンクのリボンが乳がんの  
早期発見・早期診断・  
早期治療の大切さを伝  
えるシンボルマークです。

#### 第3回 知っておきたい 解決できる排尿の悩み

— あきらめないで骨盤底筋を鍛えよう —

久留米大学医学部泌尿器科学教室  
医師 守屋 普久子



尿失禁に悩む女性は、出産経験者で約半数という数字もあり、とても多い現実が明らかになってきている。このトラブルに対処する医療が、久留米市内の病院の「女性外来」でも進められている(守屋医師はその病院の外来で泌尿器科の診療を担当)。

排尿トラブルの症状は3パターンあるが、もっとも多いのは、『腹圧性』のもの。これは、女性の体の構造と出産機能に関連して、骨盤底筋の緩みから起こっているため、筋力の緩みを回復させる体操を続けることで、不具合を改善することが期待できる。

このように、排尿トラブルの大半は治せるとのお話が、プロジェクターやリーフレットを使いながら説明され、最後には、全員立ち上って骨盤底筋体操の指導を受けた。「尿失禁は仕方ない」とあきらめがかった女性たちにとって、うれしいセミナーだった。



# お父さんの ハッピー子育て



第1回 遊びの指導 3月8日(土) 10:30~  
**体を使って心をつなぐ親子遊び**  
 ~探そうからだの笑顔スイッチ~  
 講師 晴明保育園 園長 辻 広明さん

20組の親子が参加し、子どもの体を回したり、足を持って床を滑らしたりして、汗をかきながらスキンシップを楽しみました。



\*講師 辻 広明さん

さあ  
すべるぞ~  
シユワッチ!



今回のセミナーでは、日頃仕事で忙しいお父さん向けに、体を使った遊び方を学ぶ実技指導とデンマークの子育て事情を中心に親子のあり方を学ぶ講演を2回シリーズで開催しました。

第1回の親子の遊びでは、会場はスキンシップを楽しむ親子の笑顔と歓声であふれ、第2回の講演では、デンマークの子育て環境の充実に目からウロコの貴重な話を聞くことができました。その一部をご紹介します。



たがいたが~い  
よいしょ!!

他の多くの哺乳類と違って、人間はなぜ父親が子育てに関わるようになったのか?なぜ人間は「群れ」ではなく「家族」の単位で生活するようになったのか?「男は仕事」「女は家庭を守る」という意識はいつ頃どのように形づくられたのか?・・・などなど、進化論、遺伝子学、歴史学などの多方面にわたる文献や学説を用いて、科学的な見地から分かりやすく「男性」、特に家族の中での「父親」を分析し、そこから見えてくる現代の「男性の生き方」について示唆に富んだ講座でした。

### (講座ポイント)

人類が進化の中で「人間に似たサル」から「サルに似た人間」になったのは直立2足歩行を始めて、子育てのやり方を「母親のみが担当する」形から「父親や周りの大人が協力する」形に変えなければならなかったからです。たくさん大人の大人が子どもに関わることは決して「最近の流行」ではなく、大切な人間の本質のひとつなのです。近代を迎えた日本社会だからこそ男女共同参画社会を制度として確立したいものです。それは 子どもの虐待や自死の防止、継続可能な経済を可能にするものではないかと思えます。



※CAPとは・・・  
 CAP (Child Assault Prevention) プログラムは、米国で開発・実施され、現在では世界16カ国に広がっている活動で、子どもがしっかりとした人権意識を持ち、暴力の被害から身を守るための知識や技能を持つことを願って活動しています。

## 特集「男性を対象とした講座」

センターでは、毎年男性を主な対象とした講座を実施しています。今年度は「男性学セミナー」と「お父さんのハッピー子育て」を実施しました。男性学セミナーでは、身近な実践事例の紹介を3人の男性からしていただいたり、お父さんのハッピー子育てでは、体を使って気軽に参加できる楽しい講座にしたりといろいろな工夫をしています。また平成18年度から「男性を対象とした講座プログラム開発」調査研究ワーキンググループを作り、平成20年3月にはその報告書が提出されましたので、今後センターはもちろん、地域などでの男性を対象とした講座やセミナーにも活かしていきたいと考えています。

# お父さんの ハッピー子育て



第2回 講演 3月15日(土) 14:00~  
**どげんかしたい 男の子育て**  
 ~デンマークの父親から学ぶ~  
 講師 北九州市立大学文学部 准教授 恒吉 紀寿さん

10年くらい前から母親向けの講座や子育てサークル等の活動に参加し、子どもと大人の関わりについて研究してきました。ここ数年、仕事が忙しくなり子育ての時間が持たなくなったことと、北欧の子育てについて研究したいとの思いで平成17年に家族を連れてデンマークに1年間留学をしました。デンマークの子育ては日本とは全然違って、驚くことの毎日でした。まず、デンマークは、民主主義の考えが社会全体に浸透している国で、「民主主義社会の主人公を育てる」という考えが学校や社会の基本にあって、大人たちは子どもと過ごす時間を楽しみ子どもの存在を大切にします。例えば、読み聞かせのときは、漫画や雑誌でも好きな本を読んであげ、食事の準備に時間をかけず、その代わりに家族と一緒に食事をする時間をたっぷりとり、団欒を大切にします。また、大学までは学費が無料で18歳になると成人にな

るため、多くが親元を離れ独立します。このことが、限られた子育ての時期を何よりも優先して行動している要因と言えます。そのため、幼いときから子どもの発言や行動に責任が持てるように会話をして思いを伝えます。限られた子育て期をどう過ごすのか考えてみる必要があるかと思えます。現在の日本の社会構造においては、子育てはどうしても母親一人に負担がかかってしまい、大きなストレスになっています。父親としても、限られた子育ての期間に積極的に参画することが必要です。これからは家族だけではなく親同士がつながり、地域全体で子育てをしていくことが大切ではないかと思えます。



報告いただいた3人の男性は、それぞれに違うカタチで家事や育児に興味関心を持ち、そして参加(参画)していました。会場からの感想・意見も次々と出て、時間が足りないほど盛り上がりました。身近な報告者の実践事例の紹介をおして、参加者のアンケートでも「まず自分にできることから始めてみようと思った。」などの感想が見られ好評でした。

### ○ジョエル・アングバさん

日本に住んで13年、日本人の妻との間に3人の子どもに恵まれ、3人とも子育てしています。子どもに家事を手伝わせることや、親子でたくさん話してコミュニケーションを十分とることで、子どもに生きる力を与えることが大切です。日本語には「おかげさま」や「もったいない」といった素晴らしい表現がありますが、子育てに参加しないのはそれこそもったいない!と思えます。



### ○田中大輔さん

田主丸で農業を営んでいます。アメリカとドイツとオランダで稲木を勉強しました。結婚して子どもが生まれて、家族には体にいいもの、自分が作ったものを安心して食べさせたくて、毎朝農業米作りへの熱意が高まりました。また自分が仕事をしているところを子どもに見せたい気持ちもあって、田んぼに連れて行って、遊ばせながら子育てもしています。



### ○富永純一さん

以前は典型的なサラリーマンで忙しく家事も育児もやってきませんでした。今は仕事が落ち着いたのと妻の社会活動が忙しくなったことで、私が家族の弁当を作るまでになりました。ここまでするようになったのは、「忙しくなくなったらやる。」という妻との約束を守ることへの「こだわり」もありますが、一番は妻が大変なほめ上手だから。私の料理をとにかくほめちぎる。のせられて楽しみながらやっています。



# 男性学セミナー

第2回 事例報告 3月23日(日) 14:00~  
**現代流の夫、父親そして男性とは**  
 コーディネーター 高松 哲人さん  
 NPO法人にじいるCAP事務局

認知症予防「高齢社会を生き抜くキーワード」

「ライフサポート・奇創工房」は、平成16年（11月12日）に久留米市主催「しごと創造塾」へ参加した受講生たちが、平成18年12月に設立した、男性中心の新しいグループです。主な目的は、「健康で生きがいのある人生を、全うできる社会を創る」ことです。そのためには、一人ひとりの個性（感性）が発揮できる男女共同参画社会づくりの理念を具体的に研究・開発し、会社人間・専業主婦から脱皮して、シニア男女が、長年培ってきた経験や知識を地域社会に還元する「自分づくり」の技術を習得することを目標としています。



活動の中心は、いま社会が直面している様々な課題の中から、特に認知症を予防し、もし認知症になっても安心して暮らせるまちづくりを目指し、認知症・生活習慣予防プログラム「三つのキーワードと七つの習慣」を、市町村や自治会などへ提案することです。三つのキーワードは、「夢づくり」「感性の改革」「地域活動」で、七つの習慣は「居場所を内につくる」「ライフワークをもつ」等です。久留米女性週間記念事業「くるめフォーラム」にも毎年、ワークショップや展示で参加し、日頃の活動の成果を発表しています。

また、高齢社会を男女共同参画で生き抜くために、オリジナルプログラムにより地域の出前講座にのけています。最近では、県内各地からの依頼を受けるようになり、最近では、県内各地からの依頼を受けるようになり、受講生の皆さんからの「よかった」という言葉を活力源に頑張っています。現在、仲間を募集していますので、どうぞ気軽に声をかけて下さい。

相談室だより

新聞記事を見ると、一見、男女間や親子間の殺傷事件に見えますが、背景に配偶者・パートナーからの暴力（以下「DV」と略す）が絡むと思われる事件が毎日のように報じられています。DV問題の根深さを痛感します。

警察統計によると、配偶者間の殺人は平成18年で179件です。別に傷害致死が15件あります。暴行・傷害の検挙数の95%前後は男性が加害者ですが、殺人に関しては、男性は60%、逆に女性も40%加害者になっています。暴行、傷害に比べて、殺人における女性の加害者になる割合が高くなるのは、多くがDVの中に入っていた女性からの反撃との見方がされています。

DVがなければ起こりえない殺人と思うと、DVに巻き込まれた果ての事件に心が痛みます。

最近気になったDVが絡む事件

決谷の遺体バラバラ事件が報じられたとき、相談室には「私もあの被告と同じ。同じことをしそうで不安です。」という相談があいついで寄せられました。三橋被告と自分を重ね合わせて不安になったようでした。DVの被害者で、加害者への怒りや悔しみを抱いている女性は少なくありません。久留米市で今年1月12日に起こった、元妻が元夫を飲酒して揉みあっているうちに刺殺した事件も、「被告は殺傷の事実を認め、日頃から元夫による暴力が繰り返されてあり、被告は怒りや悔しみを募らせていた」と報じられていました。被告女性はDV被害者で、揉みあっていていこううちの偶発的な事件で、原因もきつかけもDVで

1日に6家庭で配偶者が検挙され、うち3日間に2組の配偶者間で殺人が起こり、家庭が崩壊しています。そこに子どもがいれば当然子どもも巻き込まれています。このような事実の重さをしっかりと見据え、DVがこの社会からなくなることを願いつつ、相談者に向き合っています。



図書情報ステーション

新着図書案内

思わず手にとってみたくなる本を紹介します。

●編集・発行●  
久留米市男女平等推進センター  
〒830-0037  
久留米市隈野町1830-6  
え〜るピア久留米内  
TEL. 0942-30-7800  
FAX. 0942-30-7811  
URL. http://www.city.kurume.fukuoka.jp  
E-mail. danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp

●編集・発行●  
久留米市男女平等推進センター  
〒830-0037  
久留米市隈野町1830-6  
え〜るピア久留米内  
TEL. 0942-30-7800  
FAX. 0942-30-7811  
URL. http://www.city.kurume.fukuoka.jp  
E-mail. danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp

●編集・発行●  
久留米市男女平等推進センター  
〒830-0037  
久留米市隈野町1830-6  
え〜るピア久留米内  
TEL. 0942-30-7800  
FAX. 0942-30-7811  
URL. http://www.city.kurume.fukuoka.jp  
E-mail. danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp

「婚活」時代 山田 昌弘・白河 桃子

「婚活」とは、「結婚活動」の略という。小さい頃から「モテ格差」にさらされた女性経験値の低い男性は、女性に声がかけられない受け身状態。一方、非正規雇用で働く女性は相手に高収入を求め一部の魅力ある男性に殺到している。就職活動ならぬ「婚活」をしない結婚がしにくい時代に入ったと著者たちは言う。日本の結婚状況を理解するだけではなく、これから結婚を目指す人、そして少子化対策に携わる人にも役立つ一冊です。

「婚活」時代 山田 昌弘・白河 桃子

「婚活」とは、「結婚活動」の略という。小さい頃から「モテ格差」にさらされた女性経験値の低い男性は、女性に声がかけられない受け身状態。一方、非正規雇用で働く女性は相手に高収入を求め一部の魅力ある男性に殺到している。就職活動ならぬ「婚活」をしない結婚がしにくい時代に入ったと著者たちは言う。日本の結婚状況を理解するだけではなく、これから結婚を目指す人、そして少子化対策に携わる人にも役立つ一冊です。

●編集・発行●  
久留米市男女平等推進センター  
〒830-0037  
久留米市隈野町1830-6  
え〜るピア久留米内  
TEL. 0942-30-7800  
FAX. 0942-30-7811  
URL. http://www.city.kurume.fukuoka.jp  
E-mail. danjo-c@city.kurume.fukuoka.jp

男女平等政策室からのお知らせ

市各分野の女性割合 (H20.4.1現在)

名称	定数	現委員数			女性の比率%	
		女	男	計		
市議会議員	42	6	36	42	14.3%	
選挙管理委員会	4	1	3	4	25.0%	
公平委員会	3	0	3	3	0.0%	
監査委員	4	0	4	4	0.0%	
農業委員会	52	2	50	52	3.8%	
固定資産評価審査委員会	12	3	9	12	25.0%	
教育委員会	5	1	4	5	20.0%	
審議会・委員会等	区分	数	現委員数			女性の比率%
			女	男	計	
法律・条例等による	82	379	753	1,132	33.5%	
設置要綱等による	23	147	268	415	35.4%	
計	105	526	1,021	1,547	34.0%	

市審議会等委員への女性の登用率34.0% 達成

行政の分野において、施策の対象及び影響を受ける者の半分は女性であることから、女性の参画を拡大していくことが重要な課題です。市では、政策・方針決定過程への女性の参画を進めるため、年度毎の数値目標をたてて審議会等委員への女性の登用を促進する取り組みを行っています。左表のように、4月1日現在の登用率は34%で平成19年度の目標を達成しました。市では、平成22年度末までの目標値を40%に設定しており、今まで以上に女性の参画の拡大が必要です。各委員の選任に当たっては、地域や関連団体等へ推薦をお願いすることがありますが、団体等の代表に女性が少ないこともあり、女性登用促進の課題になっています。また女性が少ない理由は下図の通りです。地域、職場や団体の方針決定の場に、男女がお互いに対等なパートナーとして、共に平等に参画できるような環境をつくっていきましょう。

政策・方針決定の場に女性が少ない理由 <上位3つ>

(複数回答) 男女平等に関する市民意識調査(H17年)より

