



「ありて」は、自分の力で問題解決していくイギリスの童話「アリーナの冒険」の主人公の名前です。「私の未来は私が作る」とアリーナはいます。

センターだより

新しい季節が来て思うこと

高岡市男女平等問題処理委員

き みね せつ こ
基 峰 節 子



緑の美しい季節が今年もやってきました。

入学、進学された子供さん、学生さん。そして新しく就職された方々、自分の力を出して楽しく頑張っているものです。

あわてず、ゆっくりと。

生きるということは働くことです。仕事をさせていただく気持ちをいつも大切に持っていて欲しいものです。

私たちは、自分に合った、あるいは自分にできる仕事をさせてもらって、それが人様の何かに役立つことになれば、それが自分の生きがいじゃないでしょうか。

そして、これから職場で働く先輩のみなさんと仲良くなれるように心がけてください。

職場では、自分から語ることを少なくして人の話を多く聴く。怒ることを少なくして笑うことを多くする。取ることを少なくして、与えることを多くする。考えればいろいろありますね。

私は天気のよい日は時々、家の子犬を連れて散歩に出ます。ご夫婦でゆっくり楽しんで散歩

中の方、キャッキョッと元気な声を出して下校途中の小学生の子供たち。会ったり、見たりするだけで元気が出る気がします。そんなみなさんとの出会いが楽しいのです。

その時どきに交わす「はい」「いいよ」「すみません」「どうぞ」「ありがとう」など短い会話の中にも、とても心の中にしみわたるものがあり感謝しています。

最後に数年前に読んだ本の中に好きな言葉があったので書いておきます。

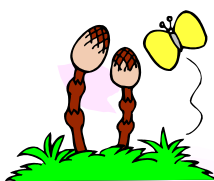
「人の道」

- | | |
|--------------|------|
| ・忘れてはならぬものは | 恩義 |
| ・捨ててはならぬものは | 義理 |
| ・人に与えるものは | 人情 |
| ・繰り返してならぬものは | 過失 |
| ・通してならぬものは | 我意 |
| ・笑ってならぬものは | 人の失敗 |
| ・聞いてならぬものは | 人の秘密 |
| ・お金で買えぬものは | 信用 |

募集します！市民企画講座

広く男女平等・共同参画について気づき、関心を持ってもらう為の、市民の皆さんが企画実施・運営する講座を募集します。

- ・応募できる人：市内に住むか勤務する人。または市内の団体・グループ(但し、県・市などから運営補助を受けている団体を除く)
- ・講座内容： 1回約2時間、1～4回程度の講座とし、男女平等・共同参画について関心と理解を深めようとするもの。但し、特定の宗教、政治活動に関するもの、営利を目的とするものは除く
- ・実施日時： 7月中旬以降～平成23年3月までの間
- ・会場： 男女平等推進センター会議室
- ・申込み期限 5月12日(水)



応援します！学習支援事業

男女平等推進プランへの関心・理解を深めるとともに、男女平等・共同参画への活動の推進と人材育成の為に団体・グループが自主的に実施する講座・セミナー・勉強会などの学習を支援します。

- ・対象 市内で活動する各種団体・グループ(但し、県・市などから運営補助を受けている団体を除く)
- ・支援内容 男女平等・共同参画について、団体やグループが自主的に実施する講演会・講座・セミナー・調査・研究などに必要な講師料の助成(市の講師基準による事業終了後、1週間以内に所定の報告書を提出する)
- ・申込み期限 5月31日(月)



活動登録団体を募集しています！

1年を通して、男女平等・共同参画の推進を目指して活動する団体を募集しています。団体登録されると、センター交流スペースA・B、ロッカーが利用できます。また、登録団体おしの情報交換や希望する団体は、センターホームページで活動内容を紹介することもでき、活動が広がります。

登録基準 以下のいずれも満たす団体・グループ

- 男女平等・共同参画の推進に関する活動をしている(しようとする)こと
- 目的を有し、計画に基づき、営利を目的にしない事業をしていること
- 代表者が、市内に住むか通勤・通学していること
- メンバーが、5人以上いること
- 営利目的の団体でないこと



活動団体専用ロッカー



交流スペースA

いずれも申込み・問合せ 男女平等推進センター (0766)20-1810 Fax(0766)20-1815
申込書はセンターにあります。また、ホームページからダウンロードできます。
ホームページ <http://www2.city-takaoka.jp/gec/>

20～30代の若者に贈る

自分を変えるコツ



後悔しない人生のために先輩からのメッセージ

20～30代の若者に向けて「自分の能力と個性を十分に発揮して幸せな人生を歩んで欲しい。そのために必要な『人としての基本』を先輩として是非とも伝えたい」という野村 乙美塾長の熱い思いから企画され、2月20日に開催しました。

賢く生きる術

～ライフ＆マネープラン～

ファイナンシャル・プランナー河波 千恵子さんを講師に迎え、老後までを見越していかにお金を準備するか、また、日々の収支を記録する術など人生を賢く生きていく為のコツを、学びました。



幸せをつかむ人生設計

～自分ブランド～

社会人の品格、年代別グランドデザイン、子育てについて学びました。塾長は、体験を織り交ぜながらの講義の中で、これからの人生で価値観をいかに創り上げていけばよいかを伝えました。



参加者の声

- ・人生設計、目標をしっかり持たなければならぬと実感した。
- ・これからの、しっかりと考える時間を持ちたいと思った。
- ・仕事をする、その意味が分かった。雑務や大変なこともしっかりやりたい。
- ・何事も習慣と実践が大切だと思った。

「自分を守る私になろう」女性のための護身術

福多 唯さん(WEN-DO インストラクター)を講師に迎え、2月27日に開講しました。子どもやシニア、体力がない人でも、手や、足の使い方ひとつで、身を守るために充分効果をあげることができる知り、受講者は、それぞれ真剣な面持ちで練習しました。

参加者の声

- ・参加できて、不安が少なくなった。これから役立てていきたい。
- ・講義中に入る先生の寸劇がとてもわかりやすかった。
- ・どの技も簡単にできそうなので、大変なためになった。
- ・身体を動かしていると忘れがちな「声を出すこと」の重要性を繰り返し言っておられたので意識できた。





ニ地区懇談会

中田校区 2/13(土)

DVD『配偶者からの暴力の根絶を目指して』を視聴した後、意見交換を行いました。自分とは、無縁と思っていたDVが、案外身近で起こっていたと認識した参加者が多く、有意義な会になりました。

戸出東部・戸出西部校区

合同開催 2/24日(水)

「ワーク・ライフ・バランス」をテーマとしたDVD視聴、意見交換をしました。

横田・博労校区

合同開催 3/19(金)

宮原 三千代さん(ライフスタイル開発研究所 所長)を講師に招き「子育て」についてお話を聞きました。

地域別研修会

氷見・射水・高岡連絡会推進員の合同研修会が、2/27(土)氷見市いきいき元気館で開催されました。

氷見連絡会...「氷見流男女共同参画」をテーマとし講演(講師:氷見市社会福祉協議会事務局長)

射水連絡会...「男女の固定的役割分担」をテーマとした講演

高岡連絡会...DV や家庭でできる男女共同参画のロールプレイング



地域別研修会(高岡ブロック)での様子

お知らせ

男女共同参画推進の実践・活動の核である高岡連絡会 62名の2年の任期が3月31日満了しました。

沙魚川会長をはじめ、推進員の皆さんには、地域の中で「気づく、学ぶ、広める」をキーワードに、研修会・学習会への参加や啓発活動など積極的に取り組んでいただきました。

4月から、新たな推進員の皆さんでの男女共同参画の推進活動が始まります。



H20・21年度期 富山県男女共同参画推進員高岡連絡会の皆さん

心のおしゃれ 幸福

新社会人になられた希望に燃え、活力溢れる皆さんへ「豊かな人生を築く為のヒント」を5つ、お伝えしたいと思います。

まず1つ目は、「自らのビジョンに向かって、仕事に必要なスキルを熱心に磨く努力をすること」です。その気持ちを持って周りを見ると、お手本になるべき先輩が不思議と見つかるものです。まず、その先輩を精一杯真似て、早く一人前になることに集中してください。20代に集中してがんばった分が、30代に返ってきます。

2つ目は先輩方から人生の本質を学んでいただきたいと思います。「自分は何のために、どう生きるのか」など、「ただ生きる」のではなく「より良く生きる」という姿勢が大切です。

3つ目は、「夢を持つこと」です。「夢を絶対実現させるのだ」という強い気持ちを持って努力すれば、きっと現実のものになるでしょう。夢は、具体的なイメージを描けば描くほど、実現の可能性が高まるのです。そして、夢に「期限」を付けると、それは「目標」になります。いずれ...とか、そのうち...では、いつまでも実現しないでしょう。

4つ目は、「人とのコミュニケーションに努めること」です。中でも最も大切なことのひとつが「挨拶」です。

これは、出会った人を尊重する礼の心を形として表す言葉遣いと態度のことで、初めが肝心なのです。私自身も年に2回は、確認が必要だと意識しています。新年度がスタートする春は、こういった態度などを改めて意識し、確認するよい機会です。新入社員教育で習う礼儀作法も心を磨くには良いチャンスでしょう。早く本当の挨拶を身に付けたいと思うなら、日頃から意識して「心のもった」挨拶をする人を見つけ、仕草を心掛けて真似てみてください。習慣は、第2の天性です。

最後に忘れてならないことは「笑顔」です。人は、誰も笑顔でいる時が、一番魅力的なのです。どんなに人生観が立派で仕事ができ、挨拶が上手でも「笑顔」の少ない人には、あらゆる面でチャンスも少ないように思います。いつも好感度100%の笑顔を忘れず、これから沢山の方々と接する皆さんが、人生のヒントとして心に携えていただくと幸いです。

高岡市男女平等推進センター所長 野村 乙美

高岡市男女平等推進センター相談室のご案内

男女平等推進センターには、専任のスタッフによる相談室があります。個室での面談(要予約)電話相談を無料で行っています。うち1室にはベビーベッドも備えています。

相談室専用電話

TEL(0766)20-1811



【電話相談】【面接相談(予約必要)】
9:30~16:30 月・火・水・金・土
14:00~20:00 木
(相談業務は毎週日曜日がお休みです。)

〒933-0023
富山県高岡市末広町1-7
(ウイング・ウイング高岡6階)
休館日 毎月第4月曜日
12月29日~翌年の1月3日

高岡市は男女平等・共同参画宣言都市です。

「認めあい 支えあい 共に輝くひととまち」をみんなで目指しましょう。