

# はもりあ

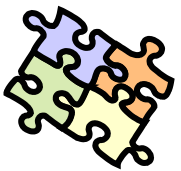
「はもりあ」とは造語で、女性と男性の協働という素敵な“ハーモニー”が奏でられる“中核エリア”という意味です。  
2006年10月に公募で決定した男女共同参画センターの愛称です。

2009年9月1日発行

夏休みが終わりました。ということは、これから学びの秋。はもりあ四日市は、「さんかくカレッジ」シーズンの本格的スタートです。

来週の再就職応援セミナー(締切ました)を皮切りに、男性向けスイーツ講座(本日締切)、市民企画「今本当にほしい子育て支援」(受講者募集中)と順番にスタートしていきます。

さまざまな世代の方に受講していただけるよう、いろいろな視点でテーマを選定し、時間設定も平日午前・午後・夜と時間帯を分けて実施します。興味がある方、ぜひ受講してください。



## ワークライフバランスレポート2009が

## 発表されました！

政府は、2007年に「仕事と生活の調和(ワークライフバランス)憲章」とワークライフバランス実現のための行動指針を策定しました。今回発表されたレポートは、毎年ワークライフバランス実現の状況を定点観測していく上での出発点にあたるもので、これまでの実現状況、取り組みのさらなる展開に向けた今後の課題や重点的に取り組むべき事項が書かれています。そのなかで、「健康で豊かな生活のための時間の確保」を少し取り上げてみます。

### 長時間労働の比率は低下

週労働時間60時間以上の雇用者の割合は、2006年の10.8%から2008年の10.0%に微減しています。年齢別に見ると、30～40代では各々2割程度を占めており、高い水準となっています。

### ワークライフバランスが企業に与えるコストメリット…残業時間が短くなると…。

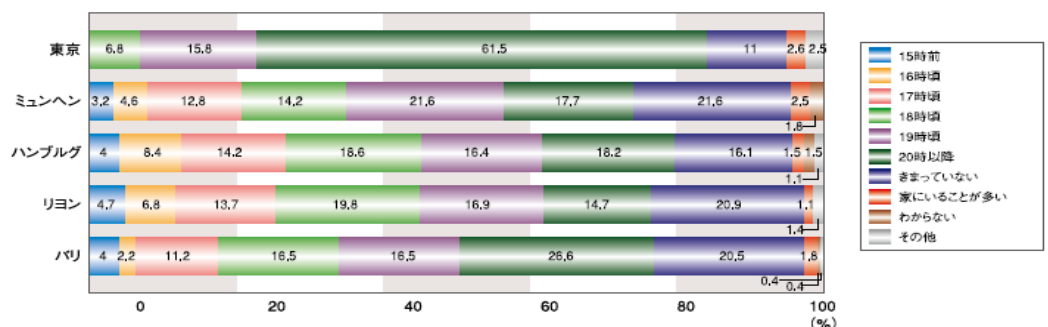
残業時間が従業員1人あたり1日30分短くなると、企業全体で1年間に削減されるコストは、試算によると、従業員1,000人の企業で約3億70万円、従業員500人の企業でも約1億3,500万円、従業員50人の企業で約1,180万円削減可能と言われています。業務目標を変えず残業時間を短くすれば、生産性が向上するとともに、残業代・光熱費が削減されることになるからです。

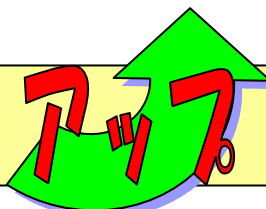
### ワークライフバランス実現のために…私たちにできること…

下表は、都市別に見た夫の帰宅時間です。欧州諸国は、半数以上の夫が19時頃までに帰宅しています。日本と比べて仕事の内容・量が著しく劣っているということはありません。働く側の「早く帰るのが当然」という考え方と社会全体のワークライフバランス感覚が影響しているのだと思います。

今、私たち職員にできることは、ワークライフバランスという考え方が必要だということをもっと市民の皆さんに知っていただくために情報発信していくことと、企業に向けては、実践している企業のノウハウや好事例の情報を収集し、具体的にどのように取り組めばいいのかを情報発信していくことです。

これからも、情報紙「はもりあ」に注目してください！





相手の気持ちを考えながら、自分の気持ちをきちんと伝える「アサーティブ」という手法を、講義と実習で学びます。今回は、NPO 法人 アサーティブジャパンの講師陣から学びます。

日	内 容
10月7日(水) 13:30~15:30	アサーティブネスとは何か? 自分のコミュニケーションパターンを振り返る
10月14日(水) 13:30~15:30	率直に頼んでみよう 自己表現するときの権利と責任
10月21日(水) 13:30~15:30	はっきり「ノー」と言う 相手にも自分にも誠実な断り方
10月28日(水) 13:30~15:30	ほめる・ほめられる 自己信頼について



(講 師) NPO 法人 アサーティブジャパン 森田汐生さん、中野満知子さん  
 (対 象) 市内在住、在勤、在学の女性で、4 回通して受講できる方  
 (場 所) 本町プラザ 2 階 第 1 会議室 (受講料) 2,000 円  
 (定 員) 30 名(申込多数の場合は抽選) (締 切) 9 月 24 日

### 申込方法

住所・名前・電話番号・託児の有無(託児希望の場合はお子様の名前と年齢)を、電話・ファクスまたはメールで、はもりあ四日市までお知らせください。連絡先は、本紙裏面を参照してください。

## 「三重の女性史」、完成間近!!

近現代を生きた県内ゆかりの女性たちの歩みをまとめた「三重の女性史」がこの秋発刊されます。

このコーナーでは、編纂に携わった坂倉加代子さんに、3 回にわたり、この「三重の女性史」について執筆していただいています。今回は、その 2 回目です。

### 「三重の女性史」のなかの生活綴方運動

#### 東亜紡泊工場の記録



「三重の女性史」には、東亜紡泊工場の「生活を記録する会」が登場する。

この会は、1950 年に労組の文化部長、澤井余志郎のリードで結成。メンバーは、長野県の伊那谷から集団就職してきた女子工員たちだ。彼女らは、工場に隣接した寮で暮らし、「学園」と呼ばれる実務学校に学び、8 時間 2 交代制で働いていた。給料の半分は、実家へ送金するのが習慣だった。

無着成恭の『山びこ学校』に習って、“ありのままを書く、うまい文章でなくても本当のことを書こう”と、まず「私の家」を書く。書いたものを読みあっているうちに“貧乏を一番背負っているのは母ではないか”と気づく。次に、「わたしのお母さん」を書き、話し合う。そして、“母の歴史を繰り返さない”ことを誓う。目覚めていく彼女たちや指導する澤井に会社から弾圧が始まるが、屈しなかった。

1952 年、作文教育の全国大会で出会った、社会学者、鶴見和子と交流、活動が全国に広がっていった。

1954 年、解雇された澤井の会社側の不当性を争う裁判の際には、鶴見和子、日高六郎、木下順二らが応援に来泗している。

彼女らは、故郷に帰った後も、“帰りたくない村を帰りたい村に。母の歴史を繰り返さない”と書くことを続けている。書籍、演劇、映画にもなったこの歴史のひとコマを、どれだけの県民、市民が知っているのだろう。

「生活記録集」全 7 巻は、市立図書館にある。



# 夫の問題で悩んでいます

はもりあ相談室から

無関心夫、借金夫、いろんな夫の問題で悩んでいます……

## こんな相談事例があります（実例ではありません）

「夫は帰宅後、ネットかテレビ漬け。週末も子どもと遊ぶことはなく、寝ているかパチンコに行くかの生活。夫に子どものことを相談しても、『おまえにまかせる』と言うだけだから、最近は相談もしなくなった。家族と過ごすことより、自分のことしか考えない夫。このままの生活が続くのは、つらい。」

この相談事例では、女性は、今の夫の態度や生活にギブアップ寸前のところまで追い込まれているのに、夫は、妻が何も言わなくなってしまったので、妻がこんなに悩んでいることを知らず、夫婦に問題はないと思っている状況です。

## こんなとき、はもりあ相談室では……

同じ女性の立場から、相談者の悩みをお聞きします。そして、あなたの気持ちを整理する手助けをし、あなたがこの苦しみから解放されるためには、どのような解決策があるのか、あなたがあなたらしく生きていくためには、どうしたらいいのかを一緒に考えていきます。

まずは、電話相談を！ 354-8335 火～土 9:00～12:00 13:00～16:00



## 今月のおすすめ本

はもりあでは10月にコミュニケーションスキルアップ講座を開催します。

そこで今月は自己表現がテーマの本を紹介します。

### 「アサーション・トレーニング」

自分も相手も大切に自己表現」

この本ではアサーションの目的は自分と相手が互いに積極的に「語り・聴く」関係をつくることで、それがお互いの存在を認め合うことにつながると書かれています。単にアサーションの意味を解説するだけでなく、トレーニングの方法や女性や男性にとって、また職場や夫婦関係などの様々な分野におけるアサーションの意味や効果が興味深く解説されています。文字の多い本ですが、わかりやすい文章表現なので、秋の夜長にいかがですか。

### 「NOを上手に伝える技術」

もう一冊アサーション関係の本を紹介します。「ノー」と言うとその時点で全てがおしまいなる、というのではなく、その後から始まるよりよい職場や人間関係をつくるためにはどうしたらよいのかについて書かれた本で、たくさんの事例がイラスト付で紹介されています。日本人は「ノー」を言うのが苦手とされていますが、この本を参考に、自分も相手も大切に「ノー」を伝えることでお互いに対等の立場で話し合い、問題解決ができる関係を築ききっかけにしたいかがですか。

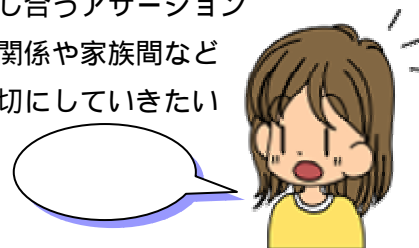
## 今月のキーワード

## アサーション

アサーションとは、自分も他人も大切に自己表現を意味しています。一方的な自己主張をして相手を傷つけたり、我慢を続けて息苦しくなったりすることなく、相手の考え方や立場を尊重し合いながら、自分自身の気持ちや考えを率直に伝え、良好な人間関係を築いていくことだといえます。

固定的な性別役割分担意識をもつことにより、女性は無意識のうちに周囲に必要以上の気配りをして、自分の言いたいことをうまく主張できないことがあります。アサーションを心がける人は、意見が食い違ったときに、どちらもハッピーでいられるための道を探ろうとします。自分の意見を率直に出し、それと同時に、相手の率直な意見も引き出し、真剣に耳を傾けます。そして、必要に応じて譲ったり、譲られたりしながら、最終的に双方が納得できる結果を出そうとするのです。お互いの考え方の違いを認め合い尊重し合うアサーション

の考え方は、夫婦関係や家族間などいろいろな場で大切にしていきたいものです。



## 登録グループイベント情報

- 毎週火曜日 **家族のお酒や薬物の問題でお悩みの方へ<四日市・アラノンミーティング>**  
 アラノンはアルコール(又は薬物)の問題を持つ人の家族と友人の全国的な自助グループです。同じ経験を持つ仲間の中で心を開いて話し合いませんか。プライバシーは守られますので安心してご参加ください  
**時** 11:00~12:00 祝日は休み **費** 無料 **所** はもりあ四日市 企画室
- 9月5日(土) **ミラクルストーリー「あなたが生まれるまで」**  
 9月6日(日) 生命の不思議さと大切さを伝えるコミカルでファンタジックな人形芝居です。  
**時** 9/5 13:00~ 19:00~ 9/6 13:00~ **費** 2,500円 ペア券4,000円 中高生券1,000円  
**所** 勤労者・市民交流センター本館 楠ふれあいセンターゆめの木 **他** 2歳未満の託児有  
**問・申** NPO 法人体験ひろば こどもスペース四日市 (TEL059-321-0883)
- 9月29日(火) **先輩ママによるカンタンお料理教室 ワンデーレッスン**  
 パエリアとトルティーヤなどを作ります。  
**時** 10:30~12:30 **費** 1,000円(会員700円) **所** 四日市まんなか子ども劇場  
**問** 四日市まんなか子ども劇場 (TEL059-351-6670)
- 9月23日(祝) **高齢者のための“あさひっこ学校”...体育「フォークダンス」**  
 スローステップで懐かしい曲を踊りましょう!  
 9月30日(水) **高齢者のための“あさひっこ学校”...家庭「携帯つまようじ入れ作り・ブローチ作り」**  
 針を使わず、のりと布で簡単に作れます!  
**時** 9:30~11:30 **費** 500円 **所** 総合会館3階 会議室 **定** 20名(先着順)  
**問・申** 健康サポートあさひっこ(090-8863-6286) それぞれ前日までに申し込みください。

## 登録グループ紹介

はもりあ四日市に登録されているグループさんを紹介していきます。今回は、『傾聴同好会』さんです。

### 『傾聴同好会』

代表者 開発 道代 会員数 45名(男性9名・女性36名)  
 連絡先 059-345-5214 (FAX 同じ)

3年半前に発足、現在は24ヶ所の施設・病院や居宅でお話を聴く活動をしています。  
 この会は、守秘義務を前提に、優しく寄り添って聴くことで安心と安らぎを得ていただくことが目的です。  
 昨今、話したくても話す相手がなくて、寂しい思いをされている方が増えています。この現象は老若に関係なく同じです。私たちは、話すことでストレスを発散し、幸せな気持ちで生活してほしいと願います。  
 10月20日~24日の5日間、傾聴ボランティア養成講座を開催します。ぜひ貴方も、まごころいっぱいの会員仲間になってください。(講座の内容につきましては、次号詳しく掲載いたします。)



### 四日市市男女共同参画センター (はもりあ四日市)

〒510-0093 四日市市本町9-8 本町プラザ3F  
 TEL.059-354-8331 FAX.059-354-8339

●開館時間 AM9:00~PM9:00

●休館日 日曜日、月曜日、祝日、年末年始

Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

http://www.city.yokkaichi.mie.jp/danjo/index.shtml