

女と男がともに生きる未来へ

Step

地域で輝く 地域がつながる



vol.17 泉南市

Step

インフォメーション



ボランティアや 仲間づくり

ボランティアセンターや公民館を活用して、仲間づくりや地域の活動に参加しませんか。

▶泉南市ボランティアセンター

ボランティアセンターは、ボランティア活動に関するあらゆる相談に応じています。ボランティアをしてみたい方には希望にあった活動等の情報提供を、ボランティアの援助が必要な方には内容を伺い協力者の募集・調整を行います。気軽にご連絡ください。

月曜日～金曜日（祝日・年末年始をのぞく）

午前 10 時～午後 4 時

泉南市総合福祉センター（あいびあ泉南 3 階）

泉南市樽井1丁目8番47号

TEL 072-483-0294 FAX 072-483-0353

sennanshi-v@feel.ocn.ne.jp

▶公民館登録クラブ

公民館登録クラブとは、仲間づくりの場を中心に、日常生活に即した学習や文化活動を行っている市民グループです。泉南市には樽井、信達、新家、西信達と全4ヶ所の公民館があり、それぞれの登録クラブが活動しています。あなたも参加してみませんか？

お問い合わせ

水曜日～日曜日／午前9時～午後5時30分

月曜日／午前9時～12時

休館日／月曜日の午後、火曜日、祝日、年末年始

樽井公民館 TEL 072-483-4361

女性のための 相談

自分自身のこと、家族のこと、どんな悩みでもお聴きします。相談者のプライバシーは厳守しますのでご安心ください。

▶女性相談（面接）

静かな個室でカウンセラーがじっくりとお話を聴きます。相談時間は1人1時間程度。

◎せんなん男女共同参画ルーム相談室

第1金曜日／午後1時～4時

第2水曜日／午後6時～9時

第4金曜日／午前10時～午後1時

※電話予約が必要です。都合の良い日を申し込んでください。

お問い合わせと予約 TEL 072-480-2855

▶女性のための電話相談

専門の相談員が電話で相談をお受けします。

毎週木曜日（祝日と第5木曜日をのぞく）

午前 10 時～12 時

午後 1 時～3 時

TEL 072-482-0590

発行／泉南市人権推進課

〒590-0592 泉南市樽井 1-1-1 電話／072-480-2855

ホームページ <http://www.city.sennan.osaka.jp/jinkenkeihatu/2/index.htm> Eメール jinken@city.sennan.lg.jp

平成 24 年 11 月

地域の人々がお互いの顔の見える関係になることは、防犯や防災にも大切なことです。自分が暮らす地域に愛着をもって、かかわることは、一人ひとりの暮らしやすさにつながります。

あなたの地域への思いはいかがですか？下のチェックリストに1つでも当てはまれば、あなたも、地域で輝き、地域でつながる一員です。

▼チェックリスト

□地域のことをもっと知りたいと思う

□いざという時は、遠くの親戚より近くの友人が頼りになると思う

□地域のために、何かできることがあるならやってみたいと思う

□地域に知り合いが増えれば楽しいと思う

□自分たちで地域をもっと良くしたいと思う



「すまいるママ」

地域に開かれた子育てをめざして

いま働く母親よりも専業主婦のほうが子育ての負担感が大きいと言います。講座などの一時保育を担当するボランティアグループ「すまいるママ」は、子育て経験をもとに、お母さんの負担感を軽くして、子どもたちが伸び伸びと育つ環境づくりに一役買っています。

行動を変えると、考え方が変わる



代表の成田あかねさんには、忘れられない思い出があります。「出産を機に仕事を辞めました。家で子どもと二人だけの生活は、子どもの嫌なことがばかりに目が行き、怒鳴ることの多い毎日。ところが、初めて一時保育に預けて講座に参加し、終わって迎えに行った時に、自分の子どもを心から可愛いと思いました。そのことがすごく嬉しかった。預けることで子どもの可愛さを再発見できる、お母さんたちにそんな機会を提供したい」とすまいるママの活動に参加を決めました。

親の気持ちや子どもの成長の視点で

藤塚裕美さんは、子どもは母親がみるのが当たり前と思い、預けるなんて考えたこともなかったそうです。自分の子どもが、小学校高学年になって、PTA活動のお友達から誘われたのがきっかけ。当時は自分なんて何もできないと自信喪失気味で、子守りくらいに思っていたそうです。活動を通じて子育てや人権のことなど勉強を重ねるうちに、どんどん面白くなって、いまでは子どもたちに癒されていると言います。振り返ってみると、親子べつたりの子育ては、自分だけでなく子どもしんどかったんだと気づきました。

「子どもがいるから外に出られない」ではなく「子どもがいるから外に出られる」と思ってもらうために、預けにきた親が安心して自分の時間をもてるよう配慮しています。例えば、お迎えの時に、子どもの良いところを書いたカードを手渡します。親も気づいていない子どもの良さを知らせることで、親の気づきや、自分の子どもが見守られているという安心感にもつながります。おもちやにこだわっているのは、家では買えないけれど、こんなおもちで遊ばせたいというお

「カフェミニネットワーク 渡邊恵美子さん」

泉南市子育てママを中継する

毎月の泉南市子育て支援行事が一目で分かる「すこやかカレンダー」。制作は、カフェミニネットワークの渡邊恵美子さんがひとりで手掛けてきました。ひとりで始めたことが大きなつなかりに育っています。

「こんなあったらいいなを形にした『すこやかカレンダー』」

子どもが生まれて、とにかく自分ひとりで子育てをするのが辛かったと言う渡邊さん。「子育て中は自分の時間をもてないことが最大のストレス。私の場合には子育てサロンで他人にみてもらったり、他のお母さんと話をすることが一番のストレス解消だったのだけれど、いろんなところに出かけていました。図書館や保健センターなどから別々にもらう子育て情報がカレンダー形式の一枚だったらいのになと思って自分で情報をまとめ始めました。最初は一つひとつ足で集めていた情報が、いまでは主催者側から届くようになりました。発行部数も増えて、面識のないお母さんから「すこやかカレンダー」を楽しみにしています」と言われることも。情報だけでなく渡邊さんの書くコラムに共感する人も多いそうです。



小学生向けのイベントがやりたいと話す渡邊さん

お母さんが楽しむことを大切に

「すこやかカレンダー」の活動を通じて出会ったお母さんたちが、みんな個性的で多彩な特技をもっていることに気づいた渡邊さんが次に実行に移したのは「親子カフェ」のイベント。ケーキ作りや、ハンドメイドの小物作りが得意なお母さんたちにも声をかけて、親子で楽しめるイベントを開催しました。

そんな渡邊さんは「お母さんが楽しくなくっちゃ意味がない」と言い切ります。お母さんが楽しかったら子どもも楽しめるし、お母さん同士が出会えたら、子どもたちも友達が増えるから。ずっと接客の仕事をしてきて、人が喜ぶ姿を見るのが

喜び、と言う渡邊さんは、人と人をつなぐことで何か楽しいことができないかな、といつもアンテナを張っています。活動を通じて得たことは、どんなことにでも前向きになって、上手に人に頼れるようになったこと。身内よりも他人を大切にするのが、地域で楽しく生きていく術と断言します。

※「カフェミ」は渡邊さんのインターネット上のニックネーム。カフェミニネットワークとは、渡邊さんを中心にした地域のつながりのこと。



「男性のクッキンググループ「クッキーの会」」

定年退職後の活躍の場は地域と家庭



明るく活発な参加者のみなさん

定年退職後のゆとりのできた時間をみなさんはどのように使いますか？泉南市保健センターの健康講座をきっかけに生まれた、男性クッキンググループ「クッキーの会」では、参加者のみなさんが料理を通じて地域の仲間づくりを行っています。

キッチンの鍋の位置もバッチリ

参加者は、共働きでこれまでも料理も片付けもやっていた人から、この会に参加するまで、料理をしたことがないという人もいてさまざま。家で料理するのはもっぱら妻という人も、この活動が続けているので、いざという時に困らないと言います。



フライパン使いもすっかり板についています

会社員時代は「男子厨房に入らず」だった喜登良さんは「会に参加してからは週に一回は必ず家族に夕食をふるまっています。昔は知らなかった鍋や食器の位置もいまはバッチリ」。インターネットやテレビで新しいレシピを探して作る料理は妻にも喜ばれて会話もはずみです。

会での出会いが地域に居場所をつくる

「男性の料理」というとそば打ちのように職人技に走り、敷居の高いものも少なくありません。『クッキーの会』では料理が得意な人も、まったく料理をしたことがない人も、みんなが楽しんで長く活動できることを重視しています。話すのは代表の吉本恵祐さん。例えば夏休み期間中に開催された会では、お孫さんも交えてカレー作りを楽しみました。そんな和やかな雰囲気だからか、いつもは近所付き合いの少ない男性も気軽に参加しやすい様子。この会がきっかけで、地域活動へ参加するようになって知り合いが増えたという人もいます。

吉本さんの発見は「料理以上に食材の買物が大変なこと、妻が買物してくれるありがたさが分かった」そうです。料理づくりを通して、自分自身の健康に意識が向き始めるのは、みなさんに共通のよう。健康づくり教室に熱心に参加する人もいます。

このように「クッキーの会」参加者のみなさんは第二の人生を「地域」と「家庭」に舞台を移して大いに楽しんでいます。

「泉南市介護者（家族）の会」

男性介護者も気軽に悩みを話せる場を

少子高齢化や家族構造の変化を背景に、いまや家族介護者の三割を男性が占めるようになっていきます。平成八年に設立された「泉南市介護者（家族）の会」も発足当時の会員は全員女性でしたが、いまでは男性が十一名に増えました。男性介護者ならではの話を聞いてほしいです。

自分ひとりで抱え込んで孤立する

男性会員のみなさんは「まさか自分が介護者になるとは思わなかった」と口を揃えます。家事・育児・介護は女性がするものと思っていたそうです。介護をするということは、介護以外の生活全般も自分がやらなくてはいけないということ。それまで家事をやったことがない多くの男性は、洗濯ひとつにも失敗の連続です。

男性に特徴的な傾向が男性介護者を孤立させていると語るのは、十年にわたり認知症の妻を介護してきた松坂さん。「妻が認知症になったことを恥ずかしいと思い、身内にも近所にも隠していました。当時は認知症の理解もなく、何か家庭に原因があるのでは」と思われたくなかったのです。それで全て自分できちんとかしようとしていました」。助けを求めることは恥ずかしい



会のことをもっと知ってもらいたいと話すみなさん

現在会長の西浦主一さんの場合は、隣近所の付き合いが活発な地域だったので、妻が認知症になったことを、初めから近所の人にオープンにしたと言います。「そのことで助けてもらえることも多く、すごく楽になりました」。

認知症への社会の意識は変わりつつありますが、いまでも誤解や偏見で家族が認知症になったことを知られたくないと思う人もいて、支援の手が届かないこともあるそうです。会に参加することで、同じような立場の人同士で悩みや困りごとを話して気持ちに楽になるだけでなく、いろいろな知識や介護サービスの情報が得られるので、介護に対して気持ちの余裕が生まれます。介護者が少しでも楽になって、生活に楽しみを見出しつつ介護を続けられるよう支援するのが会のめざすところです。

会では、男性がより気軽に参加できるよう男性部会を発足。食事会や温泉旅行のほか、今後は料理にも挑戦しようと思っています。

