

男女共同参画社会をめざす情報紙

さざなみ

あらゆるひとを思いやる
成田をめざして



★Contents(主な内容)★

- ☆ 「人生 100 年時代をどう生きる」
令和元年度第 1 回セミナー活動報告
- ☆ 「パパ・じいじとあそぼ！」活動報告
令和元年度第 2 回セミナー活動報告
- ☆ さざなみインフォメーション



ママ・パパ・ばあば・じいじ、みんなでたくさん遊びました！（第 2 回セミナーより）

あらゆるひとを思いやるまち成田 をめざして、
成田市では、5つの基本目標のもと、次の計画を策定しています！

◆第 3 次成田市男女共同参画計画 ・ 成田市DV対策基本計画◆



- ①人権を尊重する男女共同参画に向けた意識づくり
- ②仕事と家庭を両立できる環境づくり
- ③男女共同参画を取り入れるための仕組みづくり
- ④生涯を通じて安全・安心を実感できる地域づくり
- ⑤暴力を許さない社会づくり

No. 51

成 田 市

2019 年 11 月発行

第1回男女共同参画セミナー

人生100年時代をどう生きる？

～いつか来る！おひとりさまに備える知恵と工夫～

実施日 令和元年6月29日（日）13：30～
会場 赤坂ふれあいセンター 大会議室
参加者 71名



【講師】

ノンフィクションライター
中澤 まゆみさん

講師のノンフィクションライター中澤まゆみさんは、お母様とご友人の介護の経験をされた上で人生100年時代に突入した今、長い老後にどう向かい合っていけばよいかをお話してくださいました。

85才以上では6割近くの方が介護を必要とするようになり、その半数以上が認知症を発症してします。90歳以上になると8割が介護を必要とし、6割が認知症になるといわれています。介護保険ができて19年ですが、制度の変化は大きく厳しい条件になりつつあるのが現状です。その時に備えて次の4項目を日々楽しく実践することが大切であると教えてくださいました。①バランスの良い食事。②筋肉の衰えを防ぐ運動。③質の良い睡眠。④脳の活性化＝好奇心・楽しみを持ち続ける。以上が健康に過ごせる4要素です。そして、おひとりさまになった時は、自分力+人もち力+地域力の3力で老齢期を元気に生き抜くこと、人もち力とはお互いに助け合える友人を作っておくことです。

元気なうちに自分の終活を考えておくことも大切だと教えていただき、少しでも明るい老後思い描ければいいなと思いました。（植村推進員）

参加者の声



■「認知症になっても支障なく暮らせる備えが認知症予防」という言葉がよかった。そういう備えは地域で考えなければならないですね。



■終活とは「たっぷり生きて安らかに旅立つこと」というメッセージが印象的でした。自分がどう生きて、どう人生を終えたいのか自分だけではなく家族と話あってみたいと思いました。



◆「地域包括支援センター」など重要なのに全く知らない言葉があり、「介護は情報戦」という言葉が重いです。



■元気でいるうちに、自分らしい終わりを迎えられるよう、事前に知識を得ておこうと思う。



第1回セミナーテーマ【介護】

生涯を通じて安全・安心を実感できる地域づくり、仕事と介護の両立ができる環境づくりのため、このテーマにしました。

☆表紙の基本目標との関連 ②④

第1回セミナーに関連しまして、**高齢者の方、高齢者を介護する方のための相談機関**を紹介します！

【地域包括支援センター】

地域にお住いの高齢者の方、高齢者を介護する方の身近な相談機関として、地域ごとに設置されています。現在、成田市には地域ごとに7か所設置されています。詳しくは**介護保険課(Tel.0476-20-1545)**へ。





第2回男女共同参画セミナー
パパ・じいじとあそぼ！
 ～みんなで楽しいからだあそび～

実施日 令和元年7月27日(土) 10:30～
 会場 保健福祉館 多目的ホール
 参加者 55名



【講師】

NPO 法人ファザーリング・ジャパン理事
 村上 誠さん

参加者の声



■たのしかった♪



◆娘夫婦の子がまだ1歳ですが、娘にも教えてあげようと思います。



■家族で参加しました。日頃、家族で体を動かしたり、ダイナミックな遊びをすることは少ないので、良い機会でした。



◆子どもが楽しんでいました。みんなで一緒に体を動かすことはいいですね。

第2回セミナーテーマ【子育て】
 仕事と家庭を両立できる環境づくりのため、このテーマにしました。

☆表紙の基本目標との関連 ②

7月27日(土) 成田市保健福祉会館にて、パパやおじいちゃんが、子どもや孫と楽しく遊べるイベントを行いました。
 パパに動物抱っこをしてもらってかけっこをしたり、新聞紙のしっぽを取り合ったり、お父さんの股下トンネルをくぐったりと、最初は照れてお父さんの陰に隠れていた子も、大はしゃぎ。床にばらまいたカラーコーンを、子どもたちはひっくり返して親は戻し、最後にどっちが多いかの競い合いは親もムキになって思いっきり駆けずり回って楽しむことができました。(大野推進員)



第2回セミナーに関連しまして、雨の日でも**パパと楽しく遊べる施設**について紹介します！

【子ども館】

子どもたちが自由に遊べる場の提供、子育てについての相談、保護者相互の交流などを目的とした施設です。

1階「ふれあいひろば」は小学生から高校生、2階「なかよしひろば」は就学前児童が対象です。詳しくは**子ども館(Tel.0476-20-6300)**へ。



【なかよしひろば】

乳幼児が親子で遊べるスペースで、「公津の杜なかよしひろば」と「三里塚なかよしひろば」があります。定期的に行事も開催されています。詳しくは**公津の杜なかよしひろば(Tel.0476-27-7300)**、**三里塚なかよしひろば(Tel.0476-37-3922)**へ。

さざなみインフォメーション

11月12日から25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です



夫・パートナーからの暴力、性犯罪、売買春、セクシュアル・ハラスメント、ストーカー行為等女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害するものであり、決して許されるものではありません。パートナーとは対等な関係であるべきです。もし夫・パートナーからの暴力に悩んでいたら、ひとりで悩まず相談してください。



女性のための相談

毎週木曜日 専門の女性相談員によるカウンセリング
午前10時～正午・午後1時～午後4時（祝日を除く）
（予約制・成田市市民協働課 0476-20-1507 へ）

女性のための ホットライン

法務局職員または人権擁護委員による相談
11月18日（月）～22日（金）：午前8時30分～午後7時
11月23日（土）～24日（日）：午前10時～午後5時
電話：0570-070-810
※上記以外の日は平日午前8時30分～午後5時15分

千葉県女性 サポートセンター

365日24時間電話相談 043-206-8002
面接相談有 平日午前9時～午後5時（予約制）

男性電話相談

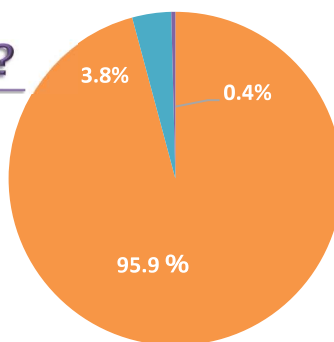
千葉県男女共同参画センターによる相談
火曜・水曜 午後4時～午後8時
（月曜祝日のとき翌日火曜は休み）電話：043-308-3421

アンケート

男女共同参画について、市民の皆様の意識などをお伺いするために市政モニターアンケートを実施しました。その設問の中でDVについても触れましたので、その結果をお知らせいたします。

《質問》DVについて知っていますか？

- 言葉としても、その内容も知っている。
- 言葉としては知っているが、内容は知らなかった。
- 言葉としても、その内容も知らなかった。



DVという言葉は、ほとんどの人が知っているね！

悩んでいる人がいたら、相談できるところを教えてあげよう

【2019年3月実施市政モニターアンケート結果】

パープルリボンは、DVをはじめとする女性に対する暴力をなくすことを目的とした国際的シンボルだよ。うな。

成田市観光キャラクター
うなりくん



※さざなみは、市役所、各支所、公民館、図書館、保健福祉館、三里塚コミュニティセンター、公津の杜コミュニティセンター、男女共同参画センター、市のホームページにあります。