

ウィズあい 大垣



学びあい、教えあい、支えあい、助けあいみんなで一緒に男女共同参画社会づくりを進めましょう

2021年（令和3年12月）第22号



石田市長の「おとう飯」始めよう！

男性の家事参加を進めようと、市長が料理に挑戦し、内閣府のキャンペーン「おとう飯」のサポーターになりました。

「おとう飯（おとうはん）」とは
簡単で手間をかけず、多少見た目が悪くてもおいしい料理を「おとう飯」と命名し、料理を作るハードルを下げ、料理を通じた男性の家事参画促進を目的とする内閣府のキャンペーンです。



私もがんばります！
みなさんも出来ることから始めてみましょう。



男性も楽しく料理ができるように、大垣桜高校食物科の生徒が考案した、ボリュームたっぷりの「おとう飯 満足ダブルチーズバーガー」を、石田市長が生徒のアドバイスを受けながら作りました。

料理や家事が苦手な方も、後片付けや休日の料理など身近なところから、楽しく男性の家事参加を始めてはどうでしょうか。みなさんも、「おとう飯」にチャレンジしてみてください！

市長の料理動画を大垣市公式YouTubeで公開しています。

またハンバーガーの他に、余り野菜を使ったスープやデザートなどの「おとう飯」レシピは、大垣市男女共同参画推進室のホームページからご覧いただけます。



いざ「おとう飯」
料理にチャレンジ！



男女共同参画推進室
ホームページにアクセス



余り野菜を使った
野菜なんでもスープ

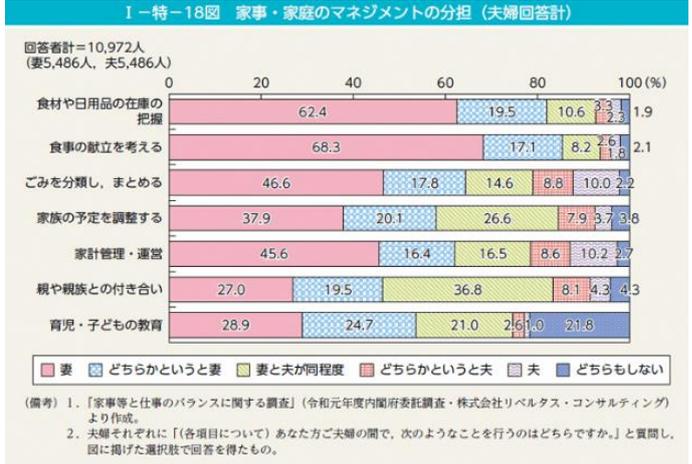
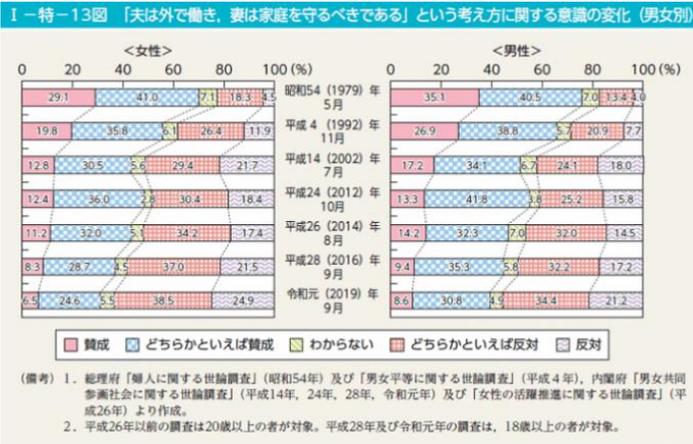
水の都 大垣の
ぶるんはちみつ
レモンゼリー



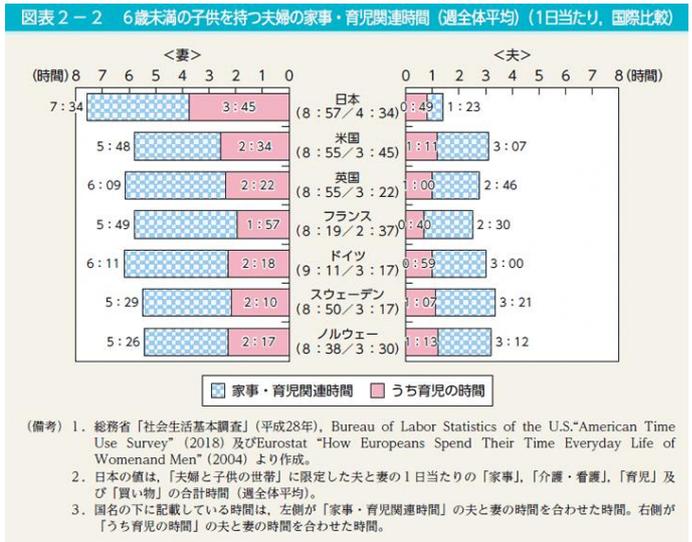
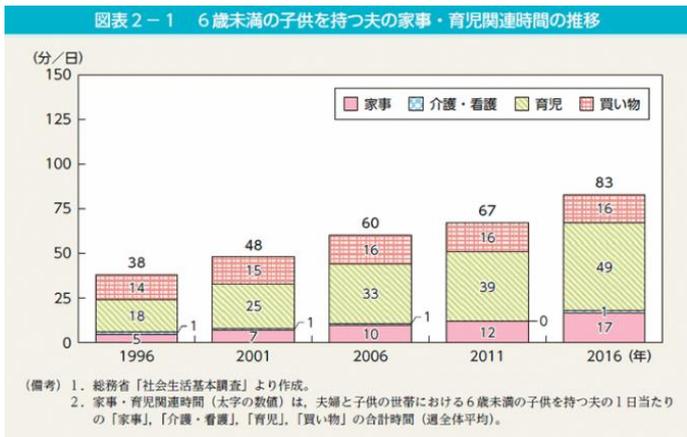
統計から考える

男性の家事・育児参加、家事・育児・介護と仕事のバランス

日本では、女性が、「家事・育児・介護」の多くを担っているのが現状ですが、共働き世帯の増加など家族の在り方が変化する中で、「家事・育児・介護」において男性も主体的に役割を果たしていくことが重要だと考えられます。男性、女性にかかわらず、個人や家庭にとって「家事・育児・介護」と「仕事」のより良いバランスや分担の実現を考えていきたいですね。



「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」という考え方に関する意識に関して「反対、どちらかといえば反対」の男性は、昭和 54(1979)年が 17.4%だったのが、令和元(2019)年は 55.6%と大きく変化しています。一方で、家事・家庭のマネジメント分担では、食事など日常の家事関係においては 6 割強が「妻、どちらかといえば妻」となっており、家庭生活の多くの場面で、妻が主な役割を担っていることがわかります。



日本において、6歳未満の子どもを持つ夫の家事・育児関連に費やす時間(1日当たり)は、平成8(1996)年の38分から平成28(2016)年では83分と時間は伸びてきているものの、他の先進国と比較すると低水準にとどまっています。



DV防止啓発講演会

「大切なわたし 大切なあなた ～デートDVって何?～」

とき:令和3年6月23日(水)

会場:大垣女子短期大学

講師:NPO法人あゆみだした女性と子どもの会 理事長 廣瀬直美さん

大垣女子短期大学の1年次生を対象にDV防止啓発講演会を開催し、デートDVについて、学生によるロールプレイなども交えながら、廣瀬さんからお話を聞きました。DVの被害者・加害者になることを未然に防ぐための知識や具体的な対応方法を知ることができる、貴重な機会となりました。講演後アンケートでは、DVについて他人事ではなく自分自身の問題であると捉え、真剣に考える学生の姿が感じられました。感想の一部抜粋したものをご紹介させていただきます。

殴るなどの暴力だけでなく、汚い言葉で傷つける、物を投げつける、性的暴力、経済的暴力などいろいろなことがDVになることを初めて知った。自分も、言葉の暴力はしているなと気づくことができた。

DVがあるのは知っていたが、デートDVなるものがあることを初めて知った。

DVなんて自分には一生縁のないものだと思っていたが、案外身近にあって、いつ自分が被害者・加害者になるか分からないという危険性を知ることができた。これからは相手が友人でも恋人でも、自分の気持ちを大切にしながら相手の気持ちも尊重し、お互いにとってちょうどいい距離感を保てたらいいなと思った。



「女性に対する暴力をなくす運動」 (毎年11月12日～25日)



暴力は、その性別や加害者・被害者の間柄を問わず、決して許されるものではありませんが、特に配偶者等からの暴力、性犯罪・性暴力、ストーカー行為、セクシュアル・ハラスメントなどは、女性の人権を著しく侵害するものであり、男女共同参画社会を形成していく上で克服すべき重要な課題です。

市では、パネル展示や街頭啓発での相談窓口リーフレット配布により相談窓口の周知を図りました。また、大垣駅南街区広場・北口広場噴水・市役所庁舎東側ではパープルライトアップ啓発を行いました。



～コロナ疲れに負けないこころの健康づくり～ 大垣市保健センター

長引く新型コロナウイルス感染症により生活にさまざまな影響が生じ、先の見えない不安な気持ちやストレスを感じている方も多いと思います。こころの健康を保つために、日頃できる対処方法や相談窓口を紹介します。ご自身や身近な人のこころの健康のためにご利用ください。

✿ コロナ疲れに負けないために

- ・十分な睡眠、バランスの良い食事をとって規則正しい生活を送る
- ・家族と話したり、メールや電話などで友人と話をする
- ・人混みを避けた場所で散歩や、家庭内での可能な運動を行う
- ・気持ちを落ち着かせるために、お酒やカフェインの取りすぎに注意する
- ・イライラが強まった時は、深呼吸してリラックスする



✿ 情報を取り入れすぎないように注意しましょう

絶え間なく、感染に関わるニュースに接していると、誰でも不安になってしまいます。厚生労働省や自治体等の情報源が明らかな正しい情報を得ることが重要です。デマや噂に惑わされず、信頼できる情報源を活用しながら、適切な行動がとれるようにしましょう。

✿ こころの悩み相談窓口の紹介

先の見えない不安や、生きづらさを感じるなどの様々なこころの悩みを抱えていたら、その悩みを相談してみませんか。電話では相談しづらい方には、LINEなどのSNSでも相談できます。

・こころの健康相談統一ダイヤル

電話をかけた所在地の都道府県・政令指定都市が実施している「こころの健康電話相談」等の公的な相談機関に接続します。

電話番号：0570-064-556 受付時間：岐阜県 月～金 10時から12時、13時から16時
18時30分から22時30分まで（22時まで受付）
（祝日・年末年始除く）

・岐阜県精神保健福祉センター

電話番号：058-231-9724 受付日時：月～金曜日 9時から17時まで（祝日・年末年始を除く）

・西濃保健所「こころの相談」 ※精神科医師による相談です

電話番号：73-1111（内線274） 受付時間：毎月2回（要予約）10時から11時30分まで

・大垣市保健センター「こころの相談」

電話番号：75-2322 受付日時：毎月第2火曜日（要予約）9時から11時まで

【 SNS 相談窓口 】

・「こころの耳」働く人のメンタルヘルス・ポータルサイト（厚生労働省）

こころの不調・不安に悩む働く人やご家族、事業者の人に役立つ情報の提供を目的に作られています

・生きづらびっと 『LINE@yorisoi-chat』

月・火・木・金・日：17時から22時30分、水：11時から16時30分

・こころのほっとチャット 『LINE・Twitter・Facebook @kokorohotchat』

毎日12時から15時50分、17時から20時50分、21時から23時50分

大垣市男女共同参画に関するメール配信サービス

男女共同参画センター「ハートリンクおおがき」等で実施する男女共同参画に関する講座やイベントなどの情報を配信しています。ぜひご登録ください。



◆編集・発行 大垣市市民活動部

まちづくり推進課 男女共同参画推進室

電話：0584-47-8549

Eメール：danjo@city.ogaki.lg.jp