

2017
7/15

介護と仕事の両立術

介護で仕事をあきらめない

はじめに

3人に1人が高齢者となる社会。直接的、間接的にだれもが介護にかかわる時代。一般的に、介護に専念できるからといってよい介護ができるわけではありません。むしろ仕事によって生活が安定することがよい介護につながります。

余裕と寛容を身に付けることこそ、介護への備え。そして、それは自分の成長にもつながるものなんです。

介護離職を防ぐための公的制度

①介護保険…1割の負担で様々なサービスを得られます。仕事との両立には欠かせません。なお、政策は自助（予防、自費）と互助（ボランティア、住民組織）へシフトしてきました。また、制度は頻繁に変わるため情報収集のためのアンテナを張っておきましょう。

②介護休業法…介護の準備のために93日間休業できる制度。取得率1~2%

▶▶介護休業がとりにくいのはなぜ？

◆多くの人は、どこから「介護」なのか、わかりません。また、職場の体制・雰囲気も大きく影響します。男性の育休取得が以前よりも増えていることをみると、社会の認知が広まることで、介護休業も徐々に取得しやすくなるはずですが。

◆93日間で入所先が決まらない場合は…

→時短や分割でも取得できます。市役所の担当窓口にご相談し、ケアマネジャーとともに在宅介護の計画作成や体制づくりを行い今後につなげます。介護に直面した時は、会社や職場の上司、さらに最寄りの地域包括支援センターにご相談することが大切です。

▶▶両立のカギは？

★仕事だけでなく介護にかかわる時間を減らし、自分の時間をもつことです。これこそ「働き方改革」。

★再起できるうちに対処できるよう、プロや行政の利用も念頭に。

→「介護」はゴールが見えません。自分が息切れする前にSOSを発信し、「逃げる」ことも大切！



【講師プロフィール】

内橋康彦（うちはし やすひこ）さん

兵庫県神戸市出身。スタート・ケア代表。

ファザリングジャパン関西会員、男性介護者と支援者のネットワーク会員、生駒市男女共同参画審議会委員。

システムエンジニアとして勤務した経験から、「どのように長時間労働を減らし、いかに生産性を上げるのか」を視念に、自治体、企業を対象に研修会やセミナーを開催。

また、介護が理由で退職せざるを得なくなる人をなくすべく「介護離職スッター」として関西圏を中心に活動中。 <http://startcare.jp/>

さんかく塾 レポート

G-NETしがでは、県民の皆さんに「家庭で 地域で 職場で 私らしく輝く生き方」について幅広く考えていただくため、「さんかく塾」を開催しています。各領域の専門家を講師にお迎えし、男女共同参画の「今」を知り、多様な視点で身近な問題を考えることで自分らしく暮らすためのヒントを学ぶことができました。

2017
8/5

いざというときに備える！

男女共同参画で考える地域の防災・減災

「災害対応＝男の仕事、専門職や担当者の仕事」という考え方を見直し、男女共同参画で、災害にも強いまちを目指しましょう！

▶▶なぜ災害対応に男女共同参画の視点が必要か

- ★ 災害は、いつ起きるか分からない→すべての人が当事者に！
- ★ 災害時には人権問題が潜在化しがちである！
- ★ 当事者のニーズは当事者が一番良く把握している！

▶▶女性が参画することで何がかわるか？ 何を变えるか？

★ 健全な男性の視点や価値観だけで考えがちな災害対応に「別の視点」を持ち込む

(例) 地域コミュニティの実態、世代間格差、マイノリティの存在、避難所に行かない人・行けない人の存在

★ 防災・減災・復興の各フェーズに対する当事者参加への道を拓く

※お仕着せの「女性の視点」や「女性の役割」の問い直し

⇒女性の参画分野や可能性を狭めない

▶▶家庭や地域で持続できる「備え」

～「特別」から「暮らしの中」へ～

★ 備蓄 各家庭・公民館などで備蓄を！
水や食料、日用品をローリングストック法で。自治会の行事にあわせて活用と入替。

★ 防災訓練
さまざまな状況（平日日中、夜間等）を想定！誰がどう動くかシミュレーション。男女の役割の交替。帰宅困難者対応（事業所や施設との連携）。

★ 地域の把握
ウォーキングや散歩に「防災まち歩き」の視点を！危険箇所や逃げ込める場所の確認および広報。

発災当日に避難所へ逃げるだけが「災害対応」ではありません。長いスパンで考え、事後の関連死をいかに防ぐかや、取り残される人を出さないよう事前にどうやって地域力を高めておくかなど、やるべきことは沢山あります。



【講師プロフィール】

相川 康子 さん
(あいかわ やすこ)

NPO政策研究所専務理事。防災士。

昭和62年、神戸新聞社入社。平成19年に退社し、3年間の神戸大学教員を経て、現職。

全国各地で災害と女性に関するセミナーの講師を務め、平成24年度、復興庁の男女共同参画班上席政策調査官を兼務。現在、消防庁消防審議会委員のほか、大阪市や摂津市、宝塚市で地方防災会議の委員を務める。



自治会研修訪問～竜王町薬師～



8月19日、竜王町薬師（くずし）社会教育推進委員会主催の「薬師男女共同参画集会」が薬師自治会館で開催されました。「男女共同参画について考え、これからのまちづくりに生かそう」という役員さんの呼びかけに応え、多くの方が参加されました。



参加者（31名、男性21名・女性10名）を前に、講師の富山郁子さん（G-NETしが推進員、安土学区人権擁護委員）は、まず「ジェンダーバイアス」と呼ばれる、社会的・文化的な性差別や偏見からの意識改革についてお話されました。

その後のミニワークでは、「親の介護は女性の方がよい」「地域のリーダーは男性であるべきだ」などの項目についてグループや全体で考えを交流しました。「それぞれの立場や思いが大切」「男女関係なく得意な人がやれるとよい」などの意見が出され、一人ひとりが輝くためのまちづくりについて考えが深まりました。



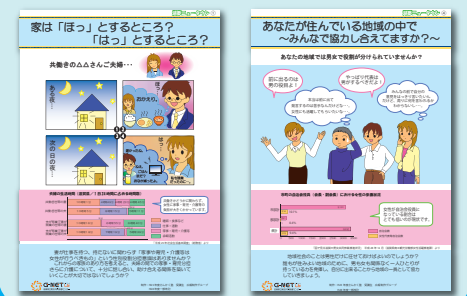
富山さんは、「地域の中で暮らすために大切なことは、環境づくりとコミュニケーションです。まずは聞き上手になってください」とまとめられ、皆さんも大いになぜかおられました。

アイスブレイクとして取り組んだ「キュリもみ」では、参加者が2人一組になり、スキップを通じたコミュニケーションの大切さを実感することができました。



当センターでは、自治会等で活用していただける啓発パネル「湖夢（こゆめ）ニュータウン（8枚組）」を貸し出しております。お気軽にお問い合わせください。

*内容はセンターHPでご確認いただけます。



滋賀県立男女共同参画センターの事業・講座のご案内

G-NETしがフェスタ2017

12月3日(日) 10:00～15:00

テーマ ～伝える 伝わる 響きあう～

- ★オープニング 10:00～：落語上演(近江家八景さん)
- ★クロージング 14:30～：合唱コンサート(児童合唱団スマッシュ)

各世代に向けた様々なコーナー、バザー・模擬店…。新しい出会いと気づきを見つけるための企画がたくさんあります。フェスタ恒例の一步踏み出した女性によるマルシェコーナーも充実！さらに今年は小中高生向け「宿題&キャリアデザイン」相談コーナーが登場！どなたでもお気軽にお越しください。お待ちしております。

男女共同参画に関する日頃の活動の発表や交流を通して、「男女の自立と共同参画」をアピールするイベントです。

〈若年層向けセミナー〉

男女のよりよい
パートナーシップのために

12月16日(土) 13:30～16:00

齋藤真緒さん(立命館大学教授)を講師に迎え、これからの社会をよりよく生きるための恋愛文化について考えるセミナーです。

〈参加無料〉

対象：高校生、大学生、
専門学校生 等



しがWO・MAN ネット講座

「G-NETしが」と「しがWO・MANネット登録団体」が協働して開催する講座です。
無料託児(要予約、定員あり、対象：生後6か月～就学前)もご利用いただけます。

〈CAP滋賀主催〉「母娘関係」を考える

～「私は私。母は母。」の著者による講座～

- ◆講師：加藤 伊都子さん(「フェミニストカウンセリング界」)
- ◆日時：11月19日(日) 14:00～16:00
- ◆会場：県立男女共同参画センター 2階講習室
- ◆参加無料
- ◆申し込み・問い合わせ：
CAP滋賀 TEL&FAX 0748-23-0777
(CAPとは子どもへの暴力防止という意味です)

〈IYOU淡海主催〉もうひと花！咲かせよう

～バランスボールで肩こり・腰痛・ぽっこりお腹を改善し、健康で美しい毎日を～

- ◆講師：講師：小島 櫻さん
(バランスボールインストラクター・滋賀県体育協会スポーツ指導士)
- ◆日時：第1回(前半) 11月22日(水) 10:00～11:30
第2回(後半) 12月6日(水) 10:00～11:30
- ◆会場：県立男女共同参画センター トレーニングルーム
- ◆受講料：各回1,000円
- ◆申し込み・問い合わせ：男女共同参画をすすめる会。
IYOU淡海 TEL&FAX 0748-37-8615