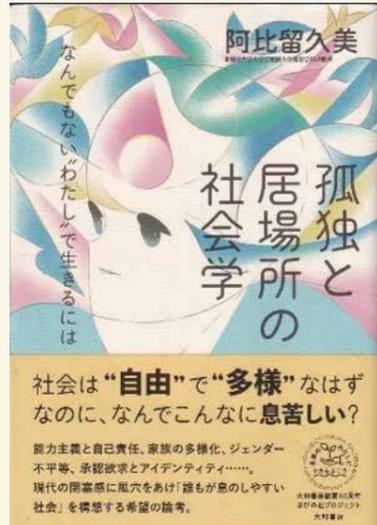


編集員おすすめ図書

孤独と居場所の社会学
なんでもない“わたし”で生きるには
阿比留久美(著) 大和書房



自分の「居場所」があると感じたり、ないと思ったり。社会のなにが人々をそんな気持ちにさせるのかをひも解いてくれます。現代人の生きづらさの構造が見えてきて、居場所ある生を生きるための勇気が湧いてくる本です。

イツ Not ア スモールワールド!
外国人のあたりまえ図鑑 南龍太(著) WAVE出版



日本に暮らす外国人の数は、過去最高を記録し続けています。比較的日本と関係が深い43の国・地域の人たちを「〇〇人は日本で〇〇をしている」という切り口で解説し、「違いがある」事実を知る大切さを呼びかけます。

はずれ者が進化をつくる 生き物をめぐる個性の秘密
稲垣栄洋(著) ちくまプリマー新書



強いからではなく、弱いからこそオンリーワンの繁栄を手にした生き物がある自然界を案内する、生きる力のヒントに満ちた一冊。中学入試問題として人気の書らしく、「ふつつ」、「区別」、「らしさ」など、明快なキーワードの章立てです。

～ひとりで悩まずお気軽にご相談ください～

女性の生き方相談

- 相談方法：電話・面談
- 相談場所：流山市役所市民相談室
- 相談日時：第1水曜日、第2・第3・第4金曜日、(祝日・年末年始を除く) 10時～16時 ※要予約
- 予約方法：流山市男女共同参画室に電話または窓口でご予約ください。
- 予約・問い合わせ：04(7150)6091

千葉県男女共同参画センターの相談窓口

- 女性のための総合相談
相談日時：火～日曜日 9時30分～16時
※ただし、月曜が祝日の翌火曜日・祝日・年末年始は休み。
電話相談：04(7140)8605
- 男性のための総合相談
相談日時：火・水曜日 16時～20時 土曜日 12時30分～16時30分
※ただし、月曜が祝日の翌火曜日・祝日・年末年始は休み。
電話相談：043(308)3421

千葉県LGBTQ相談

- 相談方法：電話・LINE
- 相談日時：第1・第3・第5火曜日 18時～22時
第2・第4土曜日 13時～17時
- 電話相談：0120(311)556
- LINE相談：右の二次元コードから▶



よりそいホットライン

- 性別や同性愛などに関わる相談
相談日時：24時間対応
電話相談：0120(279)338
FAX相談：0120(773)776

編集後記

結ながれやま
vol.24 編集員

大久保聖子：作成中に日本初の女性総理が誕生しました。孫世代の頃に教科書に載るのかな。そして今号は多くの方に協力いただき感謝感謝です！ぜひぜひみなさん手に取ってご覧ください。
柳橋和郎：アイスランドがジェンダーギャップ指数1位になるきっかけを描いたドキュメント「女性の休日」を見ました。勇気をもらえる映画です。

大石智美：沢山の方へお話を伺い共感とともに今後について考える機会となりました。「結」が皆さんにとってなにかのきっかけになるといいな。
三條栄子：2010年から編集委員を続けています。2011年3月発行を読み返し、編集後記には「わたしができることはないか」と書かれていました。その思いはいまでも持ち続けています。

男女共同参画社会をめざす情報紙 結ながれやま vol.24

企画編集：結ながれやま市民編集員
事務局：流山市総合政策部企画政策課男女共同参画室
〒270-0192 流山市平和台1-1-1
TEL 04(7150)6064 FAX 04(7150)0111
Email: danjokyoudou@city.nagareyama.chiba.jp

市民編集員を募集しています。関心のある方は事務局までご連絡ください。記事に関するご意見、ご感想をお待ちしております。バックナンバーはこちらの二次元コードからご覧いただけます。または事務局窓口でもお配りしています。



結ながれやま

私らしく あなたらしく

vol. **24**
2026.3

今号では、「流山市第5次男女共同参画プラン」の中から、基本目標II「自分らしく活躍できる環境づくり」と基本目標III「生涯を通して健康で安心して暮らせる社会づくり」を考察し、市民の声を集めました。

減っています。 「男は仕事、女は家事育児」と思う 流山市民の割合。

指標名	現状値(令和5年度)	目標値(令和11年度)
男性の家事・育児・介護に費やす時間(平日)	1.0時間*	増加
男性の家事・育児・介護に費やす時間(休日)	1.5時間*	増加
流山市男性職員の育児休業取得率	70.3%	85%
「男は仕事、女は家事育児」という固定的な見方をしている市民の割合	8.3%*	減少
乳がん検診受診率	26.3%	28%
子宮がん検診受診率	17.7%	18.4%
心身ともに健康だと感じている市民の割合	75%*	85%

※出典：年1回「流山市内居住歴3年以上の18歳以上3,000人」を対象に無作為抽出で実施している「ながれやままちづくり達成度アンケート」結果より

2つの基本目標の中から、7つの指標の現状値と目標値をピックアップしました。流山市で、年に1回実施している「ながれやままちづくり達成度アンケート」結果によると女性が家事・育児・介護に費やす現状値は平日2.7時間、休日2.8時間ですが、男性は表のとおり。性別役割分担意識の解消を目標とする指標は、10年前の13.5%から8.3%と下がっているものの、依然として家庭でのケアワークの多くを女性が担っていると推察できます。女性特有のがんの検診率の低さは、女性が自分を後回しにしてしまうこととつながっているとも考えられます。流山市第5次男女共同参画プランが掲げる目標は、誰もが生きていく上でアタリマエの願いです。目標がなくなることが真の目標なのかもしれません。

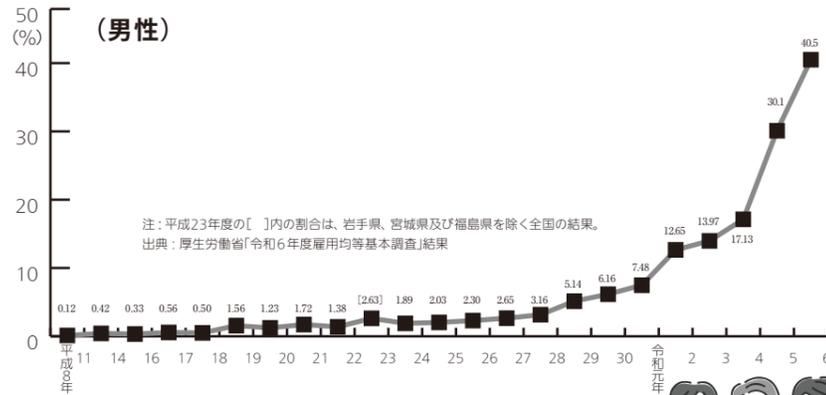


男女共同参画を啓発する「結」です。昔、農村の人々は手を貸しあうことを「結」と呼びました。また、友達や友愛を意味する言葉でもあります。

日本の男性の育休取得率が40.5%になりました。



厚生労働省の調査によると、令和6年度の男性の育児休業取得率は前年度の30.1%より10.4ポイントアップし、過去最高の40.5%となりました。流山市役所の男性職員の育児休業取得率も70.3%(令和5年度)となっています。最近の育児休業をめぐる話題と30代~60代の男性市民のコメントを紹介します。



40代Mさん
第一子の時はシフト勤務で休みを取りやすく、1週間程度育児に専念しました。第二子の時は在宅勤務の制度を活用し、仕事と両立しながら日常的に子育てへ関わる時間を持つことができました。現在は男性の数ヶ月の育休取得も徐々に広がっており、職場でも多くのメンバーが取得しています。繁忙期には事前に業務調整を行うなど、周囲の協力があることで、安心して育休や子育てと向き合える環境が整ってきていると感じています。

流山の男性6人のリアルコメント

50代Nさん
取ったと言えるかわかりませんが、有給を2日間取りました。出産当日と翌日に休む男性社員は周囲にいたので。ただ、長期間の休みや残業はしないなどのスタイルで育児に関わる人は、ほほいせませんでした。土日の運動会や入学式、卒業式すら休まない人が大勢いました。

50代Tさん
取らなかつた。当時は女性側が休むことに何の疑問もなかった。これからの男性社員は取れるなら取った方がいいのでは？何より夫婦で話し合うことが大切だと思う。

60代Nさん
取っていません。育休は必要ないのではと思っています。時代に合わないだろうから言づらいけど。

30代Hさん
2022年に第一子で、2024年に第二子で、育休取得しました。この2年の間でも、社内の取得割合や雰囲気の変化を実感しました。今や取らない人は少数派。まずは自分の中の「会社への申し訳なさ」に折り合いをつけること。妻の身になれば、一番大切でしんどい時期に一番頼りになる人がそばにいることは当然です。育休を取るか否かが今後の夫婦関係にも関わってくると思います。

40代Tさん
育休のアナウンスがなかったので取れませんでした。うちの子が生まれた2010年と2015年当時は、会社に育休制度があっても誰も取りませんでした。社員数が少ない会社で役割が属人化傾向にあり、誰かが休んだ場合の代替措置は考えられていませんでした。育休宣言をする人がいたら、代替措置を講じる会社方針だったとは思いますが。

育児休業とは……

原則1歳未満の子どもを養育するために一定期間会社を休める制度です。育児休業の申出は、それより一定期間労働者の労務提供義務を消滅させる意思表示です。仮に、お勤め先の就業規則に育児休業に関する規定がなくても、法律に基づき育児休業を取得することができ、会社側は休業の申出を拒みません。(厚生労働省「育児休業制度特設サイト」より)

編集員のつぶやき

鳩の子育てはパートナーシップ！

小さい頃鳩を飼っていました。鳩は卵を産むのはメスですが、温めるのはメスとオスでかわりばんこにやります。ヒナがかえると、口の中にある袋状のそのう（鳥類の消化管の一部）で作られたミルクをメスもオスもヒナに与えます。そしてミルク立ちから巣立ちまで、そのうに豆等をためてメスもオスも口移しで子どもに食べさせます。オスが完璧に子育てに参画しているポッポ、すごいですね！

男性も読んでね



自分の身体を知るきっかけは日常にあります。

自分の力を発揮するためには健康が大事ですが、身体の不調や悩みは言いつらいし聞きづらいもの。健康や身体にまつわるテーマで、30代~50代の女性市民に、今の悩みや望むこと、苦しかった頃を振り返るコメントをもらいました。

流山の女性8人のリアルコメント



30代Sさん
出産後はホルモンバランスが崩れて意味もないのに泣くことがあった。言葉をかけてもらっても全部ネガティブにとらえてしまった。今はいろいろなコミュニティの存在を知ったが、当時は心身がボロボロで外に出る気力もない時もあった。

40代Kさん
10代後半に悩みを抱えていたが、私は両親がいなかったため、人に相談する発想もなく、身近に教えてくれる大人もあらず、正しい情報を得にくい環境だった。役所の手続きは自分から質問しないと教えてもらえないことが多く、わからないまま損をしてしまう場面がよくあった。

40代Yさん
最近は気圧の変化で頭痛やめまいが起きる人もいる。私自身も気圧の変化が大きい時は頭痛が起こりやすいので、そういった最新課題に関する情報も発信してくれると助かります。

50代Jさん
コロナでweb診療ができるようになったが、病院に行っただけがいいか迷う症状をwebで相談できる一時窓口がほしい。適切な診療科や病院を案内してくれる、安心できるweb窓口があればいいな。

50代Fさん
更年期なのかストレスなのか分からない不安定な時期が続く。どこに相談すべきか、どんなタイミングで受診すればいいのか悩ましかった。後から「あの時にわかっていれば」と思うことが多かった。

40代Mさん
現代は男女ともに圧倒的に睡眠不足だと思う。その影響が疲れが取れにくいので、身体に良さそうな自作ドリンクを飲んでいるが効果は不明(笑)。筋力や代謝の低下が激しく、太りやすく痩せにくいのが悩みです。

40代Tさん
子どもたちの性教育について。互いを理解し合う大切さを伝える最近の教育はありがたい。子どもから相談されても回答が悩ましいこともあり、親世代も正しい知識が必要だと感じる。ネット検索でたくさん出てくるが、正しい情報を見極めること、信頼できる場所から得る姿勢が重要だ。

40代Oさん
40になって、かかとのガサガサなど肌の乾燥が悩み。視力も起床時に見えにくく、目がかすむとはこのことかと思いついています。ホルモンバランスの乱れで生理がしんどいし情緒不安定にもなる。加えて、生活やメンタル面でも、仕事、家庭、親、親戚など考えるべきこと(ストレス)の種類が増え、自分の時間がとりにくい。仕事と家庭のバランスも難しいです。

気になる症状は自分の身体を知る手がかり

身体の不調は仕事や家事の業務効率を低下させます。令和6年版男女共同参画白書では、仕事と健康の両立が特集されました。その中で、気になる症状への対処法を聞いた調査では、そのような時は「休暇・休憩をとる」、「市販の薬やサプリを飲む」、「病院に行く」という回答が多い一方、3割から4割の方が「特に対処していない」と回答しています。理由には、「病院に行く時間がない」「我慢すればいいと思っている」「病院の空いている時間に行けない」などが挙げられています。その根底には、健康に対する意識や優先順位の低さがあると言えます。しかし、不調こそ自分の身体を知るきっかけになります。自覚症状が出てからでは手遅れになる病気もあるので、忙しさを後回しにしないよう気をつけましょう。

定期的な健診は未来の自分への投資

不調への早めの対処と共に、定期的な健康診断や、特定の病気の早期発見に役立つがん検診なども大切です。多くが自治体や職場で無料または低価格で受けられますから、定期的な受診をぜひ習慣にしましょう。また、月経や出産、不妊、更年期など女性特有の健康課題を先進的な技術を用いてサポートする製品やサービスを指す「フェムテック」という言葉を近年耳にします。月経周期を管理するアプリや更年期症状を改善するアイテムなどが注目されています。

Femtech = Female + Technology
フェムテック 女性 技術