

「知る」から始める性の多様性セミナー

弘前市では、性的マイノリティの人が安心して暮らせる環境整備を推進するため、周知啓発事業として企業向け・市民向けのセミナーをそれぞれ実施しています。

◆「LGBTQに関する制度づくりと社内体制」(企業向けセミナー)

令和5年11月7日、屋成 和昭氏(株式会社アウト・ジャパン 代表取締役)と中村 恵美氏(SPARKS NETWORK株式会社 代表取締役)をお呼びし、性的マイノリティに関する社内制度にはどんなものがあるのか、どのような取組を進めればいいのかなど、事例を交えてお話していただきました。また、性的マイノリティ当事者をオンラインでゲストに迎え、職場で直面したエピソードなどをお話いただきました。

当日は、28名にご参加いただき、「これまで知識も認識もなかったので、これまでの自分の発言行動を振り返る機会にもなった」「当事者の方の貴重なお話を聞いて勉強になった。知ることによって終わらせず、何が出来るか、どう向きあっていくか、想像力を働かせていきたい」などの感想がありました。

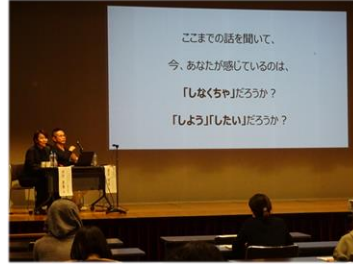
性の多様性について理解を深め、性的マイノリティに関する社内制度や風土の醸成などについて知ることによって企業内での取組を促し、すべての人が働きやすい環境の整備につながることを期待しています。

◆聴いてみよう！地域で暮らすLGBTQのお話(市民向けセミナー)

令和5年12月12日、主に青森県内で性の多様性について発信を続けている団体「スクランブルエッグ」さんより、性的マイノリティ当事者を3名お招きし、職場での体験などを対談形式でお話いただきました。また、参加者の皆さんに投票で質問を選んでいただき、お答えしていただきました。

当日は、23名にご参加いただき、「色々な人に今日の話聞いてほしいと感じた。学校、企業のトップが、わかっておかなければならない話だと思う」「性的マイノリティの人が特別扱いされない環境になればいいと思う。性的マイノリティの人は特別な人ではなく、ふつうにほかの人とコミュニケーションをするのと同じように、相手を尊重すればよいものだと感じた」などの感想が寄せられました。

性的マイノリティの人も同じように地域で生活していることを知るきっかけとなり、理解促進を図ることで、アライ(支援者・理解者)の方の輪を広げていきたいと考えています。



企業向けセミナーの様子



市民向けセミナーの様子

ボランティア編集委員の編集後記

何気に見ていたテレビでアイドルの王林ちゃんが番組の中で女医の役で出演していた。セリフは津軽弁イントネーションなのだが、キビキビした演技で板についていた。彼女の成長ぶりが伺えてうれしかった。都会に出た娘を心配する親心である。これが、今流行りの推しなのかな(^ - ^) (梅)

この冬は雪が少なく2月半ばというのに春の訪れを感じるような気候に戸惑ってしまう。もちろん雪寄せの作業が少ないことはとても有難いが・・・各地から例年より早く咲いた花の便りが届いている。当地の桜も? (森)

新年早々、能登半島地震・飛行機の接触事故があり、大変な年を迎えました。まだ辛い思いをして暮らしているけれど、早く元の生活に戻れるように願いたいものです。暖冬で春を告げるバクも咲き始め、大自然の変化に対応できるのかな? (のん)

※参画だよりは3名の市民ボランティア編集委員にご協力をいただいて発行しています。

■編集発行
弘前市企画部企画課ひとづくり推進室 〒036-8551 弘前市大字上白銀町1番地1
電話: 0172-26-6349(直通) FAX: 0172-35-7956 E-MAIL: kikaku@city.hirosaki.lg.jp

働く女性のための健康セミナー

このセミナーは、市民の一人ひとりが健康に関心を持ち、まち全体で健康寿命の延伸に取り組む「健康都市 弘前」の実現に向けた取組の一つとして、弘前大学COI-NEXT参画企業と連携し、働き盛り世代の健康を後押しする目的で開催しました。

◆第1回セミナー「いつまでも動きやすい体のために一歩き方から健康を考えよう」(花王 株式会社)

令和5年9月20日に花王株式会社(ヘルス& ウェルネス研究所)の杉浦陽子氏を講師に、「いつまでも動きやすい体のために」と題してご講演いただきました。

併せて、体験企画として「歩行測定、足の動き年齢測定、内臓脂肪レベル測定」の3種類の測定を行いました。18名にご参加いただき「色々な測定があり楽しかった」「自分の歩き方の悪い癖がわかり、とても有意義な時間だった」などの感想がありました。



第1回セミナーの様子

◆第2回セミナー「冬から始める、理想の体づくり」(セントラルスポーツ 株式会社)

令和5年12月19日にセントラルスポーツ株式会社の安藤康介氏と小方みゆき氏を講師に、運動による「健康的な体づくり」や「痩せやすい体づくり」などについて学びました。

また、体組成測定機を用いて、筋肉量、体成分量、基礎代謝量など、自身の体の状態を把握した後、家庭で手軽に実践できる3種類のトレーニングを体験しました。25名にご参加いただき「即実践できる内容で、とても満足した」「体のことを考えるいい機会となった」などの声がありました。



第2回セミナーの様子

ひとにやさしい社会推進セミナー「家事力アップ応援講座」

夫婦の役割分担においては、家事や育児に関する女性の負担が大きい場合が多く、女性が社会で活躍するうえで、男性の積極的な家事への参加が求められています。家事の中でも、特に料理は毎日のことであり、メニューを考えて買い物をし、調理をして後片付けを行うことは負担が大きいものです。

この料理体験講座が、男性の家事への参加を促すきっかけになり、それがご家庭の笑顔につながれば、という想いで料理講座を開催しました。

◆家事力アップ応援講座(男性向け料理教室)

今回は「食」を通じた健康づくり活動を行っている弘前市食生活改善推進委員会の方々を講師にお迎えし、令和5年12月16日に開催しました。

当日は8名の参加者が「エビとアボカドの折りたたみおにぎり」「野菜ダシのミネストローネ」「ゴボウとサツマイモのきんぴら」「春菊のかりかりベーコンサラダ」「リンゴのパンケーキ」といった五品の料理を作りました。

みなさん楽しそうに作っており、「家庭でもっと料理をつくってみたい」「料理以外の家事や育児の割合を増やしていきたい」などの感想がありました。



料理教室の様子

さんかくひとりごと

～自然災害の前になすすべもなく・・・～

令和6年1月1日、夕方の地震速報。最大震度7という大きな地震だった。以前、旅先で震度5強の地震に遭遇したことがあった。少し遅い昼食時のことで、地元の鍋料理を前に左右に動くコンロの上で鍋の中の具材が揺れるのを眺めながら、背後の障子戸から身を守り、揺れがおさまるのを待った。従業員に促されて外へ出てからも余震が続き、通りにはガラスや窓枠、壁が崩れ落ち、飲食店の厨房の床は食器が散乱していた。

お正月の地震。帰省客や観光客もたくさん居たであろうに。胸が痛んだ。今回の地震では被災者に情報が届かないということが大きな問題になっていた。それも被災者にとって最も必要なライフラインに関する情報などが届いていなかったようだ。孤立を余儀なくされた方々の思いがどれほどのものか、他人事ではないと思いつつも、遠い地からではただ応援するばかりである。

避難所には8割を高齢者が占める場所もあるとのこと。避難所生活が長引くにつれ、心身の不調を訴える人が多く、疲労感や無力感が増してくると専門家が話していた。災害ボランティアの活動がままならない状況の中で、老若男女を問わず自分でできることを被災者が自ら取り組んでいる姿が印象的で、自分にもできるだろうか・・・

(森)

高齢者という世代に仲間入りして久しい。これまでできていたことが容易ではなくなり、そのことを簡単に受け入れ難い自分がある。できなくなったことを悔やむよりまだできること、今だからできることをきちんと考え実践すべきなのに・・・自然災害に対しても自分の身を守るために何ができるのか何が必要なのか考えていきたい。



わたしと本「マンガでわかる LGBTQ+」

日常生活の中で「LGBTQ+」という言葉をよく耳にするようになってきたものの、自分自身はどこまで理解しているのだからと疑問をもちました。そこで、「LGBTQ+」に関係する本を探しに図書館へ行くと、心理学コーナーと児童書コーナーにありました。児童書コーナーにもあることで、小さい時から関心を持ち、当たり前を受け入れていく社会になれたらいいなと感じました。

図書館にある「LGBTQ+」に関する本の中で、分かりやすかったのがパレットーク編集部（様々なセクシュアリティやジェンダーについてのリアルな体験談を、短編マンガで届けるウェブメディア編集部）の本です。日本の人口の約8.9%が「LGBTQ+」の方であり、これは左利きの人と同じくらいの割合であるとのこと。カミングアウトしていない、あるいはできないためわからないだけで、実際には、「LGBTQ+」の方は身近にいるということが理解できました。また、専門用語などの基礎知識やQ&Aについて、マンガを用いて具体的に分かりやすく説明があり、より深く知ることができました。自分らしく生きることができ、「差別」のない生きやすい社会になるように「LGBTQ+」への理解を深めていきたいです。

(のん)



著者：パレットーク
マンガ：ケイカ
発行：講談社

きらめく人、ときめく心

☆今回のきらめく人 須藤 龍哉さん（長勝寺 住職）

第9回目で紹介する「須藤 龍哉」さんは、長勝寺に入寺して18年、近頃よく見かけるようになりました。保護司、交通安全委員、防災協会分会長等、地域と関わってきたからでしょう。

須藤さんは、実は生まれも育ちも弘前ではありません。北海道室蘭のサラリーマン家庭に生まれ、祖父が亡くなったことで、父が実家のお寺を継ぐため東通村へと引越、そこで育ちました。長男ということもあって、高校卒業後は仏門に入り、福井県永平寺で4年修行した後、実家の父の元へ。その後、結婚を機に、東通村から約150km離れた弘前にいらっしました。

○普段のお仕事

僧侶としての一日の仕事は、まず、朝にご本尊へ挨拶（お経）し、朝食前に境内の掃除をします。続いて、午前9時から午後4時まで、葬式、法要、観光客への対応、そして総敷地5万㎡の見回りを行います。一見大変に感じますが、「先日、フランス語しか出来ない親子の観光案内の際に、翻訳アプリとジェスチャーを使って1時間ほど楽しく会話した」と楽しそうに仕事について話してくれました。その他に、お茶会、講演を聞く会、講演会等をお願いされ、開催しているとのこと。話を聞いていると、歴史のある水墨画を思わせる、あの広い長勝寺が少しずつ色づいてくるように感じました。

○弘前忠霊塔を守る会

長勝寺の隣にある忠霊塔を管理していた宗教法人「弘前仏舎利塔」が忠霊塔を後世に引き継いでいくため再出発することになりました。そこで、須藤さんが代表に就任し、忠霊塔の内装のリニューアルを行い、「弘前忠霊塔を守る会」を令和5年7月に立ち上げました。「慰霊と観光の地としてこの場所を守りたい」と、毎年7月第4日曜日に例大祭を行うほか、彼岸やお盆に塔の本堂や納骨堂などを公開し、その存在を広めていくと話していました。

○おわりに

須藤さんとお話をする中で印象に残った言葉がありましたので、最後にご紹介します。「過去は変えられない、でも変えられる事もある。考え方、理解する力で、間違いだと思っていた事が、そうでない事であったりする」

(梅)



長勝寺三門

須藤龍哉さん



忠霊塔

弘前市LGBTQフレンドリー企業登録制度の運用開始

弘前市では、「弘前市男女共同参画プラン」に基づき、「一人ひとりが互いを尊重し合い心豊かに暮らせるまち弘前」の実現に向け、すべての人が個人としての尊厳が重んじられ、互いに多様な価値観を認め合いながら、自分らしく生きられる地域づくりに取り組んでいます。

令和2年12月には「弘前市パートナーシップ宣誓制度」を導入し、性的マイノリティの方が安心して暮らせる社会の実現に向け、各種取組を進めており、このたび新たに、性的マイノリティに係る理解の促進や配慮した取組を行っている企業等を登録する「弘前市LGBTQフレンドリー企業登録制度」を創設し、令和5年10月11日から運用を始めました。登録企業は現在6社となっています。(令和6年2月末現在)

この制度の導入を契機とし、より多くの企業等で性的マイノリティに関する取組が推進され、多様な人材が活躍できる職場環境の整備につながることを期待しています。



企業登録制度に関する情報は
こちらから↓↓↓

