



弘前市は今年、市制施行130周年を迎えます。



たか丸くん

参画だより

No.67

2019. 3. 31

弘前市民参画センター

PICK UP!

男女共同参画の視点で読む
世界の格言・名言

世に生を得るは

ことを為すにあり

坂本
龍馬



弘前市民参画センター事業紹介 「平成30年度第2回ひとにやさしい社会推進セミナー」

「子育てサポートシステム『さんかくネット』サポーター研修会」

P 2

「hirosaki smart project 女性活躍推進異業種交流会」

「弘前市女性活躍推進企業紹介」 P 3

まなぼ「弘前市男女共同参画プラン2018~2022」 P 4・5

おとこの気持ち聞いちゃいました「気配りがある自然体の人」 P 6

さんかくひとりごと「一般市民がクレマーに」 P 6

利用者・利用団体紹介「清原中央町会」ほか P 7

本の紹介「自分に正直に生きる」 P 8

センターからのお知らせ P 8



平成30年度第2回ひとにやさしい社会推進セミナー



講師の
増田由美子さん

11月21日、ひとにやさしい社会推進セミナーをヒロロで開催しました。今回はフリーアナウンサーの増田由美子さんが講師となり、「感謝の言葉は魔法の言葉 笑顔と資格は身をたてる」と題し講演しました。

リポーターや司会業などさまざまな分野で活躍している増田さんは、自身の生い立ちから現在までを年表で振り返り、これまで出会った人々との交流の中から心を動かされた言葉を紹介しました。

保育士養成専門学校で資格を取得し憧れの保育士になった増田さんは、20歳の時にミスJRあおもりに選ばれたことがきっかけとなり、放送業界にデビューしました。

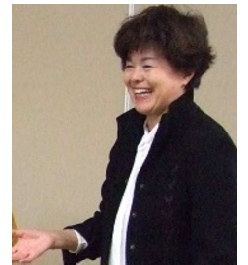
不慣れた仕事に悩んでいた時、ラジオ番組で出会ったディレクターの「無理をせず、自分らしく今のままで」という言葉に救われ仕事を楽しめるようになり、さらに「若いときはチャホヤされるが、

自分にしかできないことを身に付けなさい」という共演者からの言葉に支えられたと話す。「その後、自分にしかできない保育士という特技で、ちびっこショーの話をいただいた」と笑顔で語る増田さん。

「ありがとうと 嬉しそうに笑顔で お礼を言う」という言葉を紹介し、意識的に口角を上げて笑顔で「ありがとう」と話すことで、相手により気持ち伝わりやすくなる。結婚後、義祖母の介護疲れで苦しくなってしまうとき、一番嬉しかったのは息子のあたたかな言葉だったと振り返りました。現在は、正しい知識を持つて心に寄り添いたいと資格取得を目指し勉強中。さらに手踊りも習い、保育の仕事も続けている増田さん。「学ぶことで自信を持ち、言葉に力をこめることも出来る。これまでに仕事を続けることが出来たのは皆様に感謝し、その言葉で繋がってこられたから」と話し、「笑顔と明るい声は最高のお化粧」と語る増田さんの言葉に、来場者も元気をもらっていました。



「さんかくネット」子育てサポーター研修会



方々に褒め方を
ポイント話す
能正幸子さん

11月13日、弘前市の子育てサポートシステム「さんかくネット」の子育てサポーター研修会を市民参画センターで実施しました。

今回の研修会は、弘前市教育委員会就学支援室で教育相談員をしている能正幸子さんが講師となり、「子育て支援とペアレント・トレーニング」と題し講演しました。

能正さんは、ペアレント・トレーニングとは発達障害など気になる行動をする子どもに焦点を当てるのではなく、接する保護者や私たちがどうやって子どもとかわるかを視点にしていると解説。

ペアレント・トレーニングには「行動のABC」という先行状況、行動、結果とあり、Cの結果を変えることで子どもの好ましくない行動を減らせると述べました。「子どもの特性を考え、怒鳴ったり嫌な顔をする否定的な注目を与えるのではなく、褒めて認める肯定的な注目を与えて評価し、その

結果子どものいい行動が続けられるようにすることを基本としている」と説明しました。

能正さんは効果的な褒め方の25%ルールを紹介。「最後までできたら褒めるのではなく、やり始めたらすぐに褒め、子どもに近づき視線を合わせ、実況中継のように25%ずつ分けて行動を短く具体的に褒めること」とコツを解説。

子どもにこれをして欲しいという「指示」にすぐ従わないときは一旦離れ、見て見ぬふりをする。指示に従ったら25%ルールで褒めるといいと述べ、「それでもなかなか指示に従わずイライラしたときはCUE:あなた自身穏やかに。CUE:子どもにもう少し近づいて。CUE:声のトーンを抑えて静かに。」

この頭文字であるCCQを合言葉にして自分に言い聞かせることと気持ちコントロールできるようにとアドバイスしました。

研修会では、サポーターが互いに褒め合いをする体験もあり、自身に新たな発見をした様子で話した。参加したサポーターは、研修内容を今後の託児に生かそうと熱心に学んでいました。

「hiroasaki smart project 女性活躍推進異業種交流会」の今年度3回目の交流会を11月14日（火）で開催しました。

今回は、弘前市が幹事となり「女性の健康」をテーマに一般財団法人女性労働協会、女性就業支援専門員の菅原幸子さんが講師を務めました。

菅原さんは、女性ならではの体の悩みや、ライフイベントとホルモンのバランスなど、女性が健康で働き続けるために必要な事柄をアドバイスしました。今回のテーマは必要な知識でもあり、また、先輩や上司として配慮する視点も教えていただいたことで、オプザーバーの男性・女性管理職も普段余り聞かない内容を今後の業務に活かしていく機会になりました。

グループ討議では時間が短かったものの、女性ならではの健康に関する欲しい制度を考える時間もあり「休暇が取りにくい」という悩みや「テレワークの導入」という提案もありました。

休暇の取りやすさなど他社の取り組みに関心を寄せる参加者も多く、

職場環境の在り方を改めて認識する交流会になりました。

「hiroasaki smart project」では、毎回幹事社を変えながら、女性職員の交流とスキルアップを目指して年4回の交流会を開催しています。※最初は気軽に見学から始めることも可能です。「他社と交流の機会を持ちたい！」とお考えの方や「女性職員が少なく先輩女子社員のアドバイスと交流がほしい！」という企業の方は是非ご参加ください。目的は高尚ですが、とても和やかな楽しい会合です。



誰もが健康で働きたい
アイデアを出し合い職場環境づくりを

★弘前市女性活躍推進企業紹介★

「弘前市人口減少対策に係る企業認定制度」の中で、女性の雇用環境を改善し女性の個性と能力が十分に発揮できる社会の実現に向けて、女性従業員の活躍推進に積極的に取り組む企業等を「弘前市女性活躍推進企業」として認定しています。今号も、認定された企業の中から2社の取組内容をご紹介します！

認定マーク



認定番号	企業名	取組内容（一部）
第41号	吉川建設 株式会社	<ul style="list-style-type: none"> 仕事と生活の両立のため育児・介護休業規程を整備し、短時間勤務が行えるよう配慮している。 女性社員に対し業務に資する研修を受講させるなどスキルアップに配慮している。
第42号	株式会社 弘新建設	<ul style="list-style-type: none"> 仕事と生活の両立させるための育児・介護休業規程を整備し、短時間勤務が行えるよう配慮している。 ハラスメント対策を行い女性社員の働きやすさに配慮している。

弘前市女性活躍推進企業（第41号～第42号）

平成30年度第2回 認定証授与式



櫻田市長より認定証を授与された「女性活躍推進認定企業」3社



櫻田市長と「弘前市女性活躍推進企業」「弘前市子育て応援企業」「ひろさき健やか企業」の認定企業、来賓企業

プラン2018～2022



行い男女共同参画社会の実現に向けて取り組んできました。これまでの弘前市男女多様な価値観を認め合いながら自分らしく生きられる男女共同参画社会の実現を目指「～2022」を策定しました。このプランを数回に分けて紹介します。

基本目標Ⅰ

すべての人が
活躍できる社会
の実現に向けて
〈重点目標1～5〉

日本全体の社会経済情勢の急速な変化により、女性も男性もそれぞれをとりまく社会環境が大きく変化しています。政治、職場、地域社会などあらゆる分野において、男女が共に責任を担い多様な意見を政策等に反映させるため、政策・方針決定の場に女性の参画が拡大するよう支援を推進します。

また、家事、育児、介護などの家庭的責任を男女が共に担いながら、一人ひとりが多様な働き方、生き方を可能にする環境づくりを進めます。

重点目標1 政策・方針決定過程への女性の参画拡大

- ★ 審議会等への女性の参画拡大
- ★ 市女性職員の管理職への登用促進



重点目標2 女性の人材活用と エンパワメント支援

- ★ 女性の人材に関する情報収集と情報提供
- ★ 女性のエンパワメント支援の促進



重点目標3 仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の推進

- ★ ワーク・ライフ・バランス支援の取組促進
- ★ 多様なライフスタイルに合わせた就業・起業支援
- ★ 子育てを支援する環境の整備
- ★ 介護を支援する環境の整備



重点目標4 雇用等における男女共同参画の推進

- ★ 女性の雇用拡大と雇用環境の改善
- ★ 企業等における女性の活躍推進



重点目標5 農業等における男女共同参画の推進

- ★ 農業における男女共同参画に向けた取組への支援



弘前市男女共同参画



弘前市では平成24年3月に「弘前市男女共同参画プラン」を策定し、平成28年3月には改訂を共同参画プランの計画期間が終了のため、すべての人が個人としての尊厳が重んじられ、互いにし、当市における男女共同参画の取り組みを更に推進するため「弘前市男女共同参画プラン2018

《基本理念》

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



計画期間

2018~2022

男女共同参画社会とは

男女共同参画社会とは、「男女が、社会の対等な構成員として、自らの意思によって社会のあらゆる分野における活動に参画する機会が確保され、もって男女が均等に政治的、経済的、社会的及び文化的利益を享受することができ、かつ、共に責任を担うべき社会」と位置付けられています。

男女が、互いにその人権を尊重しつつ責任も分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮することができる男女共同参画社会の実現は、我が国にとって21世紀の最重要課題であり、当市においても例外ではなく、重要な課題として認識する必要があります。

計画の位置づけ

本計画は、男女共同参画社会基本法第14条第3項の規定に基づき策定したものであり、弘前市の男女共同参画社会形成のための施策に関する基本的な計画です。

また、国の第4次男女共同参画基本計画及び県の第4次あおり男女共同参画プラン21の趣旨を踏まえ策定し、市の最上位計画となる弘前市総合計画と整合を図り、男女共同参画社会の形成に関する施策を総合的かつ計画的に進めていきます。

さらに、本計画は、女性活躍推進法第6条第2項に基づく弘前市推進計画として位置づけます。

基本目標Ⅱ

すべての人が
安心して暮らせる
社会の実現に向けて

基本目標Ⅲ

男女共同参画
社会の実現に向けて

次号でも詳しく
ご紹介します！



Q. 特別支援学校や大学で教育する立場でしたが、それぞれの生徒に対する接し方は？

A. 障がいのある子どもたちは、言葉は不自由だったが感じる力や表現はまっすぐ伝わった。大学生はそれに言葉が加わったというだけなので、私の接し方は同じです。基本はスマイルです。（それがあれば that's all right）

Q. 男女共同参画について

A. 仕事上で感じていたことと共通点があり、「婦人問題」と言われたころから私のアンテナに引っ掛かり注目していました。

Q. 女性リーダーをどう思いますか？

A. 男とか女とか関係なく、部下の良い所を見つけ伸ばす人、それがリーダーだと思う。自分には厳しいが他人に大らかな女性は最適です。

Q. 奥様の趣味を知っていますか？

A. 庭に出て園芸というのかな。近ごろ病気をしてからパソコンでインターネットをよく見ているね。

Q. 家事はしますか？

A. 教師だったので単身赴任時代と妻が病気で入院したときはやったね…。（ドヤ顔でしたが、すぐ）それだけです。（テレ笑）

Q. これからの若い人に望むことは？

A. 人権が守られ共に生きる社会を築いて欲しい。



70代・無職・既婚

インタビューを終えて

～気配りがある自然体の人～

奥様とは職場結婚。二人目のお子さんが生まれたとき、奥様は教職を辞め家庭を守る人となった。校長を退職後6年は大学の講師、1年は施設長も経験。その後、二人でゆっくりすることもなく、心の広い奥様に支えられ、障がい者支援グループ、その他ボランティアグループのリーダーとして活動を続けているまだまだフットワークの軽い70代。 梅

～一般市民がクレマーに!!～



さんかくひとりごと

「カスハラ」という耳慣れない言葉を聞いた。「カスタマーハラスメント」の略称だという。「セクハラ」「パワハラ」などいろいろな「ハラスメント」（いやがらせ）が社会問題になって久しい。最近になって取りざたされているのが、消費者であるカスタマーからのハラスメント、「カスハラ」だという。悪質な消費者の自己中心的な要求や威圧的な言動による要求によって苦しんでいる人も多く、厚生労働省が対策を始めるなど社会問題化しているとのこと。「謝罪に土下座を要求する」「暴言や過激な発言」「SNSを使った脅迫」「理不尽な暴行」「長時間の拘束」「不当な要求」などは消費者に問題があると判断されても仕方がないが、「カスハラ」にはっきりとした定義や判断基準がないため、正当なクレーム～商品やサービスに不満を持った消費者が、苦情として意見や問題点を伝える～との線引きが難しく、苦情の伝え方がつい感情的になってしまったことから「カスハラ」だとされてしまうこともある。私たちは接客側になることも消費者側になることもありうる。立場が変われば気持ちも変わるというものだが正当なクレームは言葉や声を荒げず、毅然と言うべきことを伝えたいものだ。

このニュースを聞いて知らず知らずのうちに自分がカスハラに加害者になってしまう可能性もあと感じた。だからといって変に委縮しクレームを飲み込んでしまう必要もないのでは…。クレームを入れるときは冷静に事実と意見を伝えればカスハラとみなされることはないだろう。社会の中で生きていくためには「おたがいさま」という気持ちが必要なのだろうと実感した。



「清原中央町会史」の発刊

〇発足

我が町会は、昭和五十二年五月、市では二七七番目の町会として発足しました。発足時の戸数は二十戸で町会名も「安原団地町会」でしたが、昭和五十六年六月に現町会名となりました。団地造成事業は、青森県労働者住宅協同組合によって行われました。発足当初の町会は、りんご園や畑地に囲まれた自然豊かな環境でした。造成が進むにつれ三年目に百戸となり、以後、新興住宅地町会として順調

に発展し、現在約三百戸の中堅町会として、平成二十九年に創立四十周年を迎えることができました。

〇町会会館の建設

四十年の歩みの中で画期的出来事が、町会会館の建設・竣工でした。会館無き時代は、役員会等の会合は全て町会長などの役員の自宅で行われてきました。この状態を解消し、いつでも利用できる集会所を建設しようという気運が高まり、平成元年五月の定時総会で「会館建設計画」を満場一致で承認、「建設推進委員会」を中心に取組むこととなりました。その結果、平成二年五月に工事着工、一

センター利用者に突撃インタビュー

40代・ご夫婦

◆センターの利用目的と利用頻度は？

「ふくろう通心」の記事を書くボランティアをしています。毎週金曜日に会議がありますので、1週間に1回利用しています。

◆センターを利用してみた感想をお聞かせください。

静かでテーブルも用途に応じて工夫して使えるし、便利に使わせてもらっています。また、職員の方たちも親切で優しく気持ちよく使わせてもらっています。

◆センターに要望はありますか？

駐車場が狭いので停められなかったり、車高の高い車が入れずに右往左往して、次の車が道路端で待機することになって困ったことがありました。もう少しスペースを広くしてくれると助かりますね。

◆「男女共同参画」についての感想をお聞かせください。

時代とともにだんだん変わってきているとは思いますが、まだまだかなと感じることもあります。例えば学校行事に参加しているのは、圧倒的にお母さんだと思います。（妻）お母さんだって仕事しているのに。もちろんお父さんも参加しているけど、いつも同じ人なのでもっとお父さんに参加してもらいたいですね。（夫）自分も参加したいと思うけど、目立つので戸惑うことがあります。でも両親揃って参加すると、兄弟がいるときは交代でゆっくり子どもをみられるから良いですよ。子どもにとっても嬉しいことではないですかね。家庭でも共通の話題ができるので良いなと思いました。

◆「今、一番」の楽しみは何でしょうか？

（妻）子どもがどんなことに興味をもって成長していくのか楽しみです。（夫）仕事に生きがいをもって楽しく過ごしています。生産物の成長が楽しみです。その生産物により収入は自己責任となっていくので、ある意味自由であり、責任感をもって生きています。

ご夫婦はお互いを尊重し合ってしっかりと自分の意見を言える関係でした。とても仲が良く微笑ましく感じました。ご両親の仲が良い姿を子どもに見せているのがいいなあ！
b y のん



か月後の六月に町民悲願の会館竣工となりました。六月二十四日、盛大に落成式を挙行、完成を祝いました。尚、会館建設資金として当時の町民全てが五年間にわたって「積立」に協力したことも大きな力となりました。現在、会館は役員会はもとより年間の諸行事、カラオケ・麻雀など同好会等にも定期的に使われ、まさしく町会活動の拠点となっています。

〇「清原中央町会史」の発刊

平成二十九年四月の定時総会で私が創立四十周年記念事業として「町会史」を作成したいと提案、了承されました。平成三十年一月、

市の「市民参加型まちづくり1%システム事業」に応募、三月に選考委員へのプレゼンテーションの結果採択され、補助金を活用できることとなりました。編集委員会で作成に取り組み、平成三十一年一月完成、発刊の運びとなりました。我が町会は、特に歴史的遺産等の無い新興住宅地の町会ですが、四十年の歴史をまとめることができ、良かったと思っています。参画センターの方々には、「町会たより」等の印刷でお世話になっており、感謝しています。

清原中央町会長

須郷紘輔



平成30年 清原中央町会
新年会・設立40周年記念祝賀会

市民参画センターからのお知らせ



「みんなであずまいまちづくり」

平成31年度
市民参加型まちづくり1%システム
ひろさきのまちづくり活動を応援します

町会・NPO・ボランティア団体・学生など、地域のことをよく知っている市民のみなさんによるまちづくり活動を支援する補助金です。これまで、170を超える団体の方々の市民力で、魅力あるまちづくりが広がっています。市民のみなさんならではのアイデアや貴重な経験を生かした事業の提案をお待ちしています！！

【募集期間】

3回※募集時期によって、事業が行うことができる期間が違います。

1次募集 (終了)

2次募集期間 平成31年3月25日(月)～4月24日(水)

事業実施期間 7月1日～翌年3月31日

3次募集期間 平成31年7月1日(月)～7月31日(水)

事業実施期間 10月1日～翌年3月31日

⚠️ 原則、補助金の交付決定日より前及び平成32年4月1日以降に支出された経費は、補助の対象となりませんのでご注意ください。

【補助金額】

※上限額50万円。対象経費の90%以内の額です。

【まちづくり1%システム審査委員会が審査します】応募書類と公開プレゼンテーションの内容をもとに、総合的にを行います。補助金の申請金額が20万円以下の事業は、公開プレゼンテーションで事業の説明をするかどうかを申請団体が決めることができます。事業説明を希望しない場合、市の担当者が事業概要を説明し、審査委員と申請団体に質疑応答を行います。

市のホームページから様式や申請ガイドブックがダウンロードできます。ちょっとしたことから、書類の書き方のように具体的なことまでどんなことでもお気軽にご相談ください。

【問い合わせ先】

弘前市役所 市民協働政策課 市民協働係

☎ 40-7108 FAX 35-7956

Eメール shiminkyoudou@city.hirosaki.lg.jp

編集後記

もう少しで「平成」が終わり、新しい時代の幕開けです。どんな時代になるのか今から楽しみです。私も新しい時代に何かを残せたら…。アイドルグループのリーダーではありませんが、自ら次のステージに進んでいく事、とても大事で素敵な事だと思いました。

Kim

本の紹介

タイトル

「自分に正直に生きる」

編者 下重暁子
発行所 大和書房



～年を重ねることはより个性的になること～

人生の4分の3程度を生きてきた自分を顧みるとき、私は精一杯生きてきたらどうか？何かやり残していることはないだろうか？などと漠然と考えるようになった。そんなときに出会った本である。内容は第1章から第5章まで「死ぬまでにしておきたいこと」「ひとりの準備」「私にとっての贅沢」「暮らしの技術を磨く」「人との縁をどう育むか」から成る。まさに今私が読むべき本だと直感。

著者は物書きになるという思いを持ち続け、思いを遂げている人である。それでもなお前を向いて生きようとする言葉が読み手の気持ちを魅了する。「私は生涯現役でいたいと思う。生涯という意味は、死ぬまで仕事をするという意味だけではない。生きている限り、やっておきたいことをやって自分らしくありたい」と語る著者。才能に満ち、住む世界が違う人だと思ってしまうと学べることも激減する。それぞれの人生はみな違うと思うが、誰にも通じることが満載である。

私にとってやっておきたいことは？自分らしく生きるということは？と考えてみる。それぞれに与えられた条件の中で自分らしく生きるということは可能なのではという勇気が湧いてくる。

最終章の中に「自分ひとりになって自分の声を聞く。その時間を持たないと自分が何をしたいのか、どう行動したいのかが見えてこない」とある。「自分との対話、表面ではなく、心の奥底を掘りおこすことで自分が見えてくる」という言葉が心に沁みる。自分の声を聞く時間を持つ余裕をぜひとも確保したいものだと思う。

by komori

【参画だよりに関するご意見、ご感想をお寄せください】



弘前市民参画センター

〒036-8355 弘前市大字元寺町1番地13

TEL 0172-31-2500

FAX 0172-36-1822

開館時間 9:00～22:00

休館日 12月28日～1月3日

<http://www.city.hirosaki.aomori.jp/sankaku/>
市民参画センター発行

