かわさきの男女共同参画情報誌

無料

すくらむ

vol.53
2016. 2

http://www.scrum21.or.jp/

特集

ひとり親家庭から見える私たちの仕事と暮らし

特集
Special contents

ひとり親家庭から見 える、私たちの仕事と暮らし

ひとり親家庭が抱える困難とその支援は、ふたり親家庭の生きやすさにも つながるもの。NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむの赤石さん、丸山さんにお話を伺いました。

仕事と暮らしをいかに両立するか

シングルマザーの生活

全国調査によるとシングルマザーの約８割が働いています（図 1）。ただ、一旦仕事を辞めてから再び働き始めるという方が多く、その背景には日本特有の女性の結婚・出産などを理由とした離職と、離婚前後で働き始めるというライフコースがあります。30 代後半の方が多く、正規雇用も難しく、パートや派遣、契約社員という非正規雇用で働き始める方が多いです。ご自身の病気やお子さんが保育園に入れない、子どもに障がいがあるといった理由で働けない方もいます。

母子世帯の平均就労収入は 200 万円程度で、ギリギリの生活といったところでしょうか（4 頁 図 2）。児童扶養手当は 73%のシングルマザーが受給していると言われています。児童扶養手当の受給は世帯収入を基準としているため、シングルマザーの親御さんが同居する場合などには、支給されないケースもあります。自分ひとりで仕事をしながら子育てもしていくのは難しく、親と同居されている方が４割程度、近居の方も多いですね。他方、進学を機に、あるいは離婚前等に夫の転勤をきっかけに首都圏で暮らすようになった方は、両親の住まいとは離れているので、お子さんの送迎や食事など、時間のやりくりに迫られます。

ユニバーサルな制度としてのライフの支援

子どもが保育園に通園している場合でも、延長保育は 19 時までのところが多く、シングルマザーの就労時間は目いっぱいでも８時間が限度のため、残業せざるをえない場合の対応として、行政のファミリーサポート（川崎市では「ふれあい子育てサポート事業」）などを利用するわけです。子どもが２～３歳の時に離婚する割合が高いのですが、その時期は子どもも一番具合が悪くなりやすく、保育園を卒園するまでは子どもの体調不安もありますよね。依然として、子どもの病気を理由に休んだことで仕事を失うという状況はあります。実際に、子どもの熱で３日間仕事を休んだら「明日から来なくていいです」と言われ、仕事を失った方も多くいます。ワークライフバランスの「ライフ」の支援なしにワークをと言われても難しいわけですが、ライフへの支援が本当に役に立っているかを検証したり評価したりする機能は全国的にもなかなかありません。

ライフの支援をしないと、結局、子どもの病気や残業が就労の阻害要因になったままでワークができないということになります。これはひとり親に限らず、働く親たちの多くが同じ思いをしていると感じます。共通の制度に、ひとり親家庭が利用料金などの部分で少し利用しやすくなる措置をつけていけば、ユニバーサルな制度としても問題ないと思います。

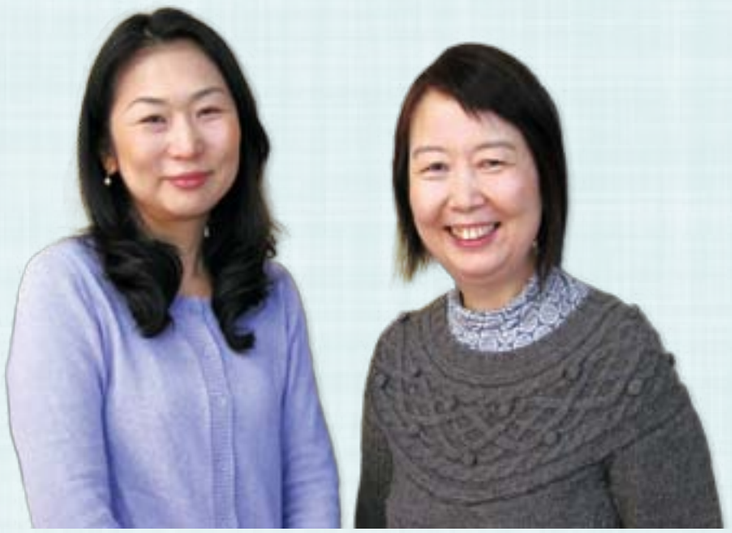
キャリアアップの困難

ライフプランを考えた時、「小1の壁」とも言われますが、小学校1年生は子どもも大きく環境が変わるので親も自分に余裕を作っておかないと親子共に大変になります。この時期のキャリアアップが難しいことは、私たちもシングルマザーの方々に伝えています。これも、ひとり親に限らず、子育て中の家庭にとっては共通ですね。子どもにもよりますが、子どもが体力的に丈夫だという場合には年長の時期、あるいは小2以降でキャリア形成を考えると良いかもしれません。ただ、地域により学童保育が低学年までしか利用出来ないなど、新たな問題はでてきます。

私は派遣社員から契約社員、そして正社員になったのですが、社員になるベースをつくるために、子どものことではかなり無理なこともしたうえで実績をつくっていったんですね。キャリアをとるために何を犠牲にするかという選択を迫られる――キャリアをとるのか、子どもをとるのかということになってしまうんです。そんな選択をしなくてもみんなで育てようというバックアップ体制が社会全体であれば、もう少しみんな生きやすいと感じます。

キャリアも子どもも
両方を大切にできる
バックアップがあれば

しろくまの足あとは、こんなかたちだよ。



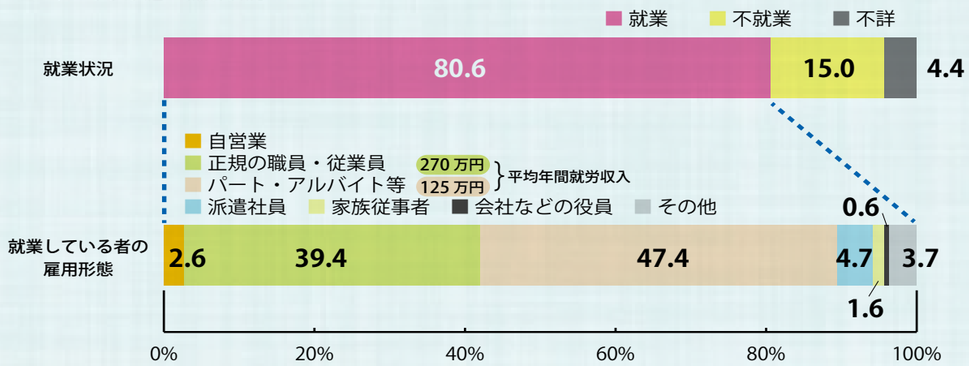
右：赤石千衣子 さん
（しんぐるまざあず・ふぉーらむ 理事長）

非婚のシングルマザーになり、シングルマザーの当事者団体の活動に参加。『ふぇみん婦人民主新聞』元編集長、朝日新聞論壇委員。2015 年のひとり親家庭の児童扶養手当増額を働きかける活動などに関わる。近著に、『ひとり親家庭』（岩波新書、2014 年）など。

左：丸山 裕代 さん
（しんぐるまざあず・ふぉーらむ 理事）

離婚後、派遣社員を経て正社員として働く傍ら、大学で心理学を学び相談業務なども行う。しんぐるまざあず・ふぉーらむではグループ相談会やメール・電話相談、個人相談なども行っている。認定心理士・産業カウンセラー。

図１） 母子家庭の就業状況



出典：平成 23 年度全国母子世帯等調査

個人的な工夫、努力頼み

両立は個人的な工夫になっている

シングルファーザーへのインタビュー調査（右頁下段参照）では、程度こそ違えどみなさん仕事と子育ての両立が困難だという問題を同じように抱えていました 。年収の差がありますが、年収が高く長時間労働の方の場合は、家族支援なしでは両立が難しく生活が成り立たないという厳しさがありました。また、転職し生活状況はシングルマザーに近い状況の、年収がそれほど高くない方たちもいました。

次の国の第４次男女共同参画基本計画でも「男性中心型労働慣行等の変革」が第１分野として揚げられています。子育て・生活と両立できる仕事のパターンが増えるとよいとは思うのですが、ただそのあたりは現在のところ個人的な工夫になってしまっているなと思います。ひとり親へのホームヘルプサービスや日常生活支援事業については、もう少し改善出来ないかなと思い、私たちも働きかけるなどの活動をしています。やはりシングルマザーやシングルファーザーたちの現状として、苦しんでいるけれど声を上げる余裕がないので、実際の声が届きにくいんですね。

ひとり親同士のつながり

当事者同士のつながりという点では、シングルファーザーもシングルマザーも当事者同士が普段の生活の中で会ってつながるというのは大変なようです。私たちも、グループ相談会など、皆さんが出会える場を作っていますが、ひとり親は増えてきているけれど「同じシングルマザーという立場の人に会うのは今日がはじめて」という方は割と多いですね。愚痴やその他のことを言い合える時間をもつことで「こんなにホッとするものだと思わなかった」という声も聞きます。多くの方は、普段話せる場がないんでしょうね。会に参加されるメンバーは、入れ替わりもありますが、なかには、毎回参加し、調停から離婚し、仕事も探し、子どもも保育園にも無事入園できて、生活できているなど、参加することによって少しずつ自己肯定感をアップし、現在は安定した暮らしを送っている方もいます。

どちらかと言えば、シングルファーザーのほうが人数も多くないので当事者同士の出会いにくさはあるかもしれません。そもそもシングルファーザー同士のつながりを希望されない方や、婚活など異性との出会いを求め、自身で困難等の解決を図るよりもパートナーを見つけ、シングルファーザーでなくなることで、そういった問題を解決しようという方もいらっしゃいます。もちろんシングルマザーにも一定程度、そういった再婚願望のある方はいます。ですが、人とのつながりという点では、シングルマザーのほうが気持ちの面でもつながりやすい“フック”を持っているかなとは思います。出発点として、これまで男性は生活の情報を交換し合うことで生き延びていくという術を知らずにきていることが多いのでしょうね。でも、それではいけないと一生懸命 PTA の輪に入っていこうとか、変わってきている男性もいます。子どもの年齢も関わってきますが、子どもが大きくなると、それほど周囲との関わりも必要ではなくなるので、子どもが小さいほど、努力を強いられる傾向にありますね。

昔「ししゃもの会」というひとり親の会がありました。全国組織で、ネット上に掲示板があり男女問わず投稿するのですが、地方でオフ会（ネット上で知り合った人同士がオフラインで実際に会うイベント）があるんですね。私も何度か参加しましたが、男性：女性＝３：７くらいの割合でシングルファーザーの参加率も高く、彼らはシングルマザーと同じモチベーションだし、同じひとり親同士で会いたいと思って参加するので、シングルファーザーにもつながりを求めるニーズはあるかと思います。

シングルファーザーにも
つながりを求める
ニーズはありそう

図２）　ひとり親家庭の概況

	母子世帯	父子世帯
1. 世帯数（推計値）	123.8 万世帯	22.3 万世帯
2. ひとり親世帯になった理由	離婚 80.8% 死別　7.5%	離婚 74.3% 死別 16.8%
3. 就業状況	80.6%	91.3%
うち 正規の職員・従業員	39.4%	67.2%
うち 自営業	2.6%	15.6%
うち パート・アルバイト等	47.4%	8.0%
4. 平均年間収入（母又は父自身の収入）	223 万円	380 万円
5. 平均年間就労収入（母又は父自身の収入）	181 万円	360 万円
6. 平均年間収入（同居親族を含む世帯全員の収入）	291 万円	455 万円

出典：平成 23 年度全国母子世帯等調査

母子世帯では「パートアルバイト等」による
就業が半数近い割合になっています。

『シングルファーザー生活実態インタビュー調査報告書』

母子家庭はもちろん、父子家庭もまたさまざまな生活困難を抱えています。すくらむ 21 では、シングルファーザーの生活実態を把握し、すくらむ 21 が可能な支援について検討することを目的に平成 27 年１月から「シングルファーザー生活実態インタビュー調査プロジェクト」（座長　戒能民江・お茶の水女子大学名誉教授）を立ち上げ、インタビュー調査を実施しました。同プロジェクトでは、赤石さんをはじめ関連分野の専門家もメンバーとして参画しました。最終的に、市内在住のシングルファーザー計 30 名の声を聞くことができ、平成 27 年６月には調査報告会を開催、このたび調査報告書を発行いたしました。

本調査の特色は、川崎市が実施したアンケート調査「川崎市ひとり親家庭生活・就労状況実態調査」に、インタビュー調査への協力依頼を同封することにより、これまで明らかにされてこなかった、団体等につながりをもたない孤立しがちなシングルファーザーの生活実態やお考えも聞くことができたことなどが挙げられます。

報告書はすくらむ 21 館内、市内図書館等にてご覧いただけます。入手ご希望の方は、すくらむ 21 までお問合せください。（報告書は無料。送付希望の場合、送料はご負担ください。）

発行：
川崎市男女共同参画センター／
シングルファーザー生活実態
インタビュー調査プロジェクト

ひとり親家庭のトータルな像を伝えたい

ひとり親家庭のイメージと実像

ひとり親家庭の貧困や困っていることなどがメディアで取り上げられるようになり、何か手を差し伸べたいという気持ちを持ってくださる方が増えてきたように思います。私たちの団体にも寄付したいと申し出てくださる方もいます。ただ、「今困っている」というと手を差し伸べてはいただけるのですが、「いろいろな家族のあり方があってもいい」との考え方はなかなか広がっていかない、広がる速度が遅いなという印象です。

一方では、「そもそも離婚が間違いだ」という考え方をお持ちの方もおり、「離婚を防止しろ」というお話も来ます。私たちは相談を受けるなかで、離婚するかを迷っている方に離婚を勧めるような話は決してしません。離婚を決断すれば応援しますが、ご自身の決断ですし、皆さん不幸になりたくて選択しているわけではなく、自身のため、子どものために、良く生きたいと選択している。そうしたことの理解が世の中に浸透していくにはまだ時間がかかりそうだなと感じています。本来は、多様な家族があって、どんな家族であっても子どもたちが困らないような支援があれば、みんながもっと楽に生きられる、そういう支援に行きつきたいのですが …。

シングルマザーと一口にいいますが、収入階層にも差があります。年収でいえば 400 ～ 500 万円あれば子どもの教育費もまあまあ出せるだろうし、200 万円～ 300 万円程度と低めでも工夫し安定している人たちもいます。しかし 100 万円前後であれば、かなり生活は厳しい。もちろん親族援助のあるなしでも違っていますが、どうしてもメディアは「貧困」という切り口で取り上げがちなので、がんばり続けているシングルマザーにとっては「貧困」と見られたくない、と反発する気持ちも起きてしまいます。全体として見れば、日本のシングルマザーの相対的貧困率が高いのは紛れもない事実なのですが。貧困のアプローチというのは支援のあり方や声の上げ方が、すごく難しい。今は、ひとり親家庭のトータルな像を伝えないといけないという気がしています。

家庭全体が子育てをしやすい環境に

昨年 12 月にひとり親の第 2 子以降の児童扶養手当について、第 2 子はこれまでの 5,000 円から 1 万円に、第 3 子以降は 3,000 円から 6,000 円に増額されることになりました。私も国に対して働きかけをするなかで、児童扶養手当増額のために「貧困」という言葉を使いました。使うことにより、（貧困と見られたくない）シングルマザーたちにとってはつらいことかもしれないと思っていたけれど、何十年ぶりの現金給付の増額のメリットのほうが大きいと考えました。

これまで、ひとり親への支援はあまりに周縁に追いやられていて、社会に声を届けるパイプも全部つまってしまっていて声が届かずにいたんですよね。もう少しそのパイプをきれいにして、理解してもらい、根拠に基づき効果的な支援ができる体制づくりがしたいと思っています。

“しんぐるまざあず・ふぉーらむ”は 2002 年に NPO 法人になり、10 年以上かけて、少しずつ社会に訴えられるように、声を上げられるようになってきたので、当事者の声をうまく周りに反映してつながっていけるような中継点になれれば良いと思います。また、今のところ、いったん厳しい状況になった方が再び浮上して社会に戻っていくプロセスを支援できているところは全国的にもほとんどないと思うので、そのプログラムをつくり、全国で実践できるシステムができれば、ひとり親に限らず、幼い子どもを育てている家庭全体が子育てをしやすい環境になっていくのではないかと考えています。

何か自分たちにやれることはないかと思っていらっしゃる方もいると思いますが、ファミリーサポートの登録会員になることでも子育て支援になるし、子ども食堂を作るのもいい。いろんなやり方があるので、工夫して一緒にちょっと手を出すことでもいいと思います。地域につながりをもっておくことは、老後に向け自分のためになると思います。

支援の方法はいろいろ。
「ちょっと手を差し出す」
ことでいい

ひとり親家庭　市内相談窓口のご案内

区役所の窓口　母子家庭・父子家庭の皆様への各種制度をご案内します。

区役所・支所担当名		電話番号	区役所・支所担当名		電話番号
川崎区役所	児童家庭課	044-201-3287	高津区役所	児童家庭課	044-861-3251
大師地区	健康福祉ステーション	044-271-0150	宮前区役所	児童家庭課	044-856-3258
田島地区	健康福祉ステーション	044-322-1999	多摩区役所	児童家庭課	044-935-3297
幸区役所	児童家庭課	044-556-6688	麻生区役所	児童家庭課	044-965-5158
中原区役所	児童家庭課	044-744-3263			

※ 時間 8:30 ～ 12:00、13:00 ～ 17:00

母子･父子福祉センター サンライヴ

ひとり親家庭の生活の安定と向上を目的として、各種の相談に応じるとともに、研修会・講習会の開催、広報誌による情報の提供など、各種事業を実施しています。また、ひとり親家庭の地域施設として、研修室・会議室の貸出しを行っています。

時間／ 9:00 ～ 17:00（水・金曜 21:00 まで）
休所／月曜・第 2、4 日曜・祝日・年末年始
就業・生活相談をされる方は、9:30 ～ 16:00（水・金曜 20:00 まで）の間にご連絡ください。
電話 044-733-1166　http://kawasaki-boshicenter.com/

川崎市ひとり親家庭のための情報　川崎市　ひとり親　検 索

NPO 法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ

http://www.single-mama.com/

TEL・FAX：03-3263-1519
メール：info@single-mama.com

1980 年に発足、2002 年にＮＰＯ法人格取得。
「ママが元気になれば子どももしあわせに！」をビジョンに、当事者が中心となり、シングルマザーが子どもといっしょに生き生き楽しく生きられるように、ママを勇気づけ、社会で活躍できる支援を行っています。

（発行）しんぐるまざあず・ふぉーらむ、2015年

（著）赤石千衣子、（発行）岩波書店、2014年

募 集

しんぐるまざあず・ふぉーらむでは、会員のほか、賛助会員、ボランティア、サポーターなど、活動を支援してくださる方を募集しています。詳しくは、上記連絡先よりしんぐるまざあず・ふぉーらむへお問合せください。

すくらむ ひろば

市民やグループの方が、さまざまなトピックを
持ち寄ってつくる広場です。

わたしたちはともに「ワイルド・サイド」を歩いているか？

大学の文化人類学講座の授業の題材でミュージシャンのプロモーションビデオ (PV) を扱かおうと試みたことがあります。それはアメリカのアーティスト、ルー・リードが 1972 年に発表した「ワイルド・サイドを歩け」(Walk on the Wild Side) の PV を題材にしたものです。

この曲はアメリカ各地からニューヨークにやってきてそこに生きる男娼たちの生き様を歌詞に盛り込んだものであり、ルーの代表曲かつ、最大のヒット曲です。けだるく暗いメロディに乗せて「合州国をヒッチハイクで横断しながら　道すがら眉毛を引っこ抜き　足を脱毛して「彼」から「彼女」になった　彼女は言う、ねえあんた、危ない方を歩かない？　可愛いキミ、ヤバい道を歩いてごらんよ」とルーは歌います。この対訳における「ヤバい道」こそが男娼たちの生きる「裏街道（ワイルド・サイド）」の世界なのです。PV では彼女たち本人も登場します。なかには芸術家アンディ・ウォーホルのモデルも務める者も登場しカメラに向かって次々とポーズを決めたり、豪華に着飾ってパーティーに行くといった、彼女たちの生き生きとした姿が映し出されています。

学生に自らが身に着けている「固定観念の色眼鏡」を自覚してもらうことが、この PV を題材とした試みのねらいでした。ワイルド・サイドに生きる人たちの生き生きとした姿に触れることは、男娼や同性愛が「異常」「社会問題」、異性愛が「あたりまえ」「ふつう」という「常識」を疑い、覆す契機となるからであり、またそうした新しい視点を人々に提示するのが、セクシュアリティを扱う文化人類学研究の目的でもあるからです。40 年以上も前にロックという文脈で主張したルーの功績は大きいと思います。

2016 年の現在、セクシャル・マイノリティの声は「常識」に住まう人々のもとに届いているでしょうか。われわれはいかにしてセクシャル・マイノリティの声を聞き、その世界観により近づくことができるのでしょうか。ルーがセクシャル・マイノリティあるいはセックス・ワーカーの世界について曲にこめたメッセージ、そしてその PV ひとつをとっても、わたしたちが「ワイルド・サイド」を生きる人々に迫るきっかけにもなり、ともによりよく住まう世界を検討することは可能だと思います。

【参考】
Lou Reed / Walk on the Wild Side
https://www.youtube.com/watch?v=RsVLIiI8Vfo
「弱い文明」ワイルド・サイドを歩け―ルー・リード追悼の続き 2
http://blog.goo.ne.jp/civil_faible/e/df9170f7e92a4deb50813bab2609fe9e
田中雅一、中谷文美（共著・編）『ジェンダーで学ぶ文化人類学』世界思想社、2005 年

佐藤 敦 さん (大学非常勤講師／すくらむ 21 市民講師)
専門は文化人類学。開発援助批判、呪術、通過儀礼を中心に西アフリカを対象に研究

連載 vol.2 女性の視点で考える 防災の知恵袋

今回は、いつも私たちが地域の防災訓練や出前講座で展示している「枕元セット」をご紹介します。この枕元セットは、もしもの時にこれがないと困るというものを、枕元に大判ハンカチやバンダナに準備しておくというものです。災害時に慌てて逃げる際にも、サッとその大判ハンカチごと握って避難することも可能です。

場合によっては、停電し真っ暗になり、地震の大きな揺れで周りに置いているものが移動したり散らばったりする可能性もあります。そこで、私たちは大きめの鈴を2つつけました。鈴があれば暗闇でも触ると鈴が鳴るので見つけやすく、目印にもなります。また、居場所を知らせる笛を吹くのは空気を吸う時より力が要りますが、鈴は少し揺らすだけで鳴ります。ちなみに私は阪神・淡路大震災で瓦礫の上を裸足で歩きケガをした経験から、厚手の靴下もセットにいれています。

避難生活を送るなかでは、いつも飲んでいる薬が手に入らない、非常食には固いものもあるので食べることができないなど、日頃不自由でないことが一瞬にしてとても不自由になることもあり得ます。皆さんもご自分が必要な枕元セットをご準備してはいかがでしょうか。

女性の視点で考えるかわさき防災プロジェクト（通称：JKB）三村英子 さん

シニア世代向け枕元セット例

- 常用している薬：災害時には薬はすぐに手に入りません。
- 携帯電話（スマートフォン）：ＳＮＳでも情報収集ができます。
- メガネ：自分に合った予備のメガネを準備しておくと良いです。
- 入れ歯：長期避難等になった際には安心して食事ができます。

左：枕元セット一例
右：こんな感じでさっと持ち出すことができます。
鈴がついているので暗闇でも手さぐりで見つけることが可能です。

すくらむこらむ　マイナンバーの受取りで想定されていない「私」

秋から各自治体でマイナンバーの通知が始まり、勤務先で通知カードの写しの提出依頼が求められている。今回マイナンバーを受け取る過程で何度も何度もつまづいた。◆エピソードその 1。秋頃だったか。ある日郵便ポストに不在通知が入っていた。不在通知が入るたび“困ったな”と思う。パートナー共々受け取れる時間にほぼ家にいないからだ。◆「不在通知が来ていたよ」。早く帰れた方が先に電話して受け取ることもあるが、どちらかといえば我が家は自分のものは自分で受け取るのが原則だ。◆郵便物はパートナーあての重要書類だった。「仕事のかも。早めに受け取る方がいいね」、「そうだね電話しておく」。そう言いつつも、ふたりの帰宅は連日 22 時過ぎ。結局受け取りそびれた。◆それがマイナンバーだった。通知カードは世帯主あてに送られるのか。自分あての郵便物じゃないので受け取りそびれたというわけだ。自分の名前なら間違いなく受け取っていた。◆エピソードその 2。その通知カードの受取りについて。勤め先から通知カードの写しを求められ、受取り方法を区役所に電話した時のことだ。◆受取るには本人確認が必要と言われた。でも郵便物は世帯主に届いている。「世帯主あてに届いているのに私の本人確認でカード受取れるんですか」。「え、誰が取りに？」「え？私です、妻です（の場合もあるじゃん）」。「少々お待ちください……大丈夫だそうです」――さすがにこれには驚いた。デフォルトはいつも夫なんだな。私はどこだ？◆とまあ書きましたが、最初からちゃんと受け取ろうという話です。（し）

つながる ふくらむ ふかまる

すくらむ 21 スタッフ、市民講師がオススメする、本、映画、アートなどを紹介します。

スタッフおすすめ　BOOK

『EMAC（エマック）』

20 年後の社会をよりよくするために、さまざまな社会問題の解決に取組む第一線の人物、企業、団体を取り上げるインタビューマガジン。女性、サブカルチャーなどテーマも毎号さまざま。今号は「あたり前を疑え」。衣食住における身近な“モノ”に焦点をあて、それらが世に出る背景に潜む社会問題を取り上げています。ごみゼロのまちに生まれたブルワリー（醸造所）におけるリサイクルの取組み、2008 年洞爺湖サミットでふるまわれたワインを通じた障がい者雇用の取組み、女性の視点での商品開発、農業女子の活躍を社会に発信する取組み、LGBT（セクシャルマイノリティ；性的少数者）を支援するキャンペーンや採用・労働環境における不平等をなくす某化粧品ブランドの取組み等を掲載。皆さんが「社会にイイこと」に関わるキッカケになりますように。取材力（学生！）も圧巻な一冊です。
http://gakuvo.jp/emac/

2015 年 12 月発行
（発行）日本財団学生ボランティアセンター（Gakuvo）
500 円（+税）

『オトナ女子の不調をなくす カラダにいいこと大全』

長時間パソコン作業をしていると肩こりで頭痛になる。座り仕事や外出続きで足がパンパンにむくむ。体調を崩しそうになると薬を飲み続けて乗り切ってしまう。疲れがたまり過ぎて眠ってもからだのだるさが抜けない……。こうした、病院の世話になるほどではない“なんとなくの不調”を、日々の生活のちょっとした習慣で改善できたらいいですよね。この本は、そんな女性たち向けに、ココロとカラダの滞りを解消する数々のコツを紹介しています。からだを芯から温めるコツやバランスのよい食事をとるためのコツ、取り入れやすい身近なグッズなども紹介しています。今すぐできることが多く、気負わず始められるのも魅力的。漢方やアロマテラピー、フラワーエッセンスなどの取り入れ方にも触れています。自分のカラダは自分しか守れないので、上手に選んで心地よい毎日を送りたいものですね。

2015 年 10 月発行
（監修）小池弘人
（発行）サンクチュアリ出版
1,300 円（+ 税）

スタッフおすすめ　DVD

『ストロベリーショートケイクス』

魚喃（ななん）キリコのコミック『strawberry shortcakes』を映画化した作品。都会で懸命に生きる 4 人の女性たちの姿を描いています。大失恋を乗り越えて逞しく生きる女性。叶わない恋を貫くためにあることを心に決めている女性。プライドから過食と嘔吐を繰り返す女性。男性に愛されることでしか自分の存在を確認できない女性。彼女たちは職業もキャラクターもまったく異なります。でも共通しているのは、仕事や恋愛がうまくいっていなくても、自分と向き合い、精一杯生きようとしているところ。その繊細な描写が甘く切なくて、まさにストロベリーショートケーキのよう。そんな彼女たちに起きる奇跡は、映画を観てからのお楽しみ。都会に潜む人たちが織りなす心模様や何気ない日常の風景も本当にリアルで、彼女たちに思わず共感してしまう部分も、ちらほら。幸せになってほしい、そうエールを送りたくなる作品です。

2006 年公開／日本／ 127 分／ R-15 指定　DVD 発売中 価格：4,700 円（+ 税）（販売元）ハピネット
© 2006 ストロベリーショートケイクス・パートナーズ

イキメン研究所 パパ料理部
RECIPE

牛乳パックで ミートローフ

ミートローフとは、四角いハンバーグのような食べ物です。
手で形を整える必要がなく、型崩れもしないので、
簡単に作れます。
クリスマスなどの行事や友人家族を招いたときなどに作ると、
きっと喜ばれますよ。

材料（牛乳パック 1L の焼き型 1 つ分）

合い挽き肉…… 500 グラム
（牛肉と豚肉のミンチ）
タマネギ…… 1個
にんじん……1/2 個
粒コーン …… 1/2 カップ
パン粉…… 1 カップ
牛乳…… 1/3 カップ
ケチャップ、塩、こしょう

子どものお好みの材料を入れて！

牛乳パック
クッキングシート
包丁、まな板
ボール

つくり方

① タマネギ、にんじんを子どもの好みにあわせてみじん切りにします。

② ボールの中で合い挽き肉に塩・こしょうを振って軽く混ぜあわせ、①のタマネギとにんじん、粒コーン、パン粉、牛乳を入れてよくこねておきます。（ここまでは、ハンバーグの作り方と一緒です）。

③ 牛乳パックに②を入れます。（よく押さえて固めながら詰めておくと、できあがった後に切り分けやすくなります。）

④ オーブンを 210 度に設定して 30 分焼きます。（牛乳パックの下にもクッキングシートを敷くと、後片付けが楽です。）

⑤ 牛乳パックの中に肉汁がたくさん溜まるので、肉によく吸わせるように冷まします。

⑥ 冷めてから切ると切り分けやすいです。ケチャップをつけてお召し上がりください。

Point あまった肉汁でおいしいソースができます。

- ケチャップだけでもおいしいですが、⑤で残った肉汁とケチャップ、中濃ソースを混ぜ合わせたものをかけるとよりおいしいです。また、レタスなどの葉野菜を添えると、彩りも良くなります。
- 材料をこねるところは、子どもにも手伝ってもらうことができます。ビニール手袋を使うと手も汚れずに楽です。
- 使った調理器具などは、必ず自分で洗って片づけましょう。

レシピ提供
おくだけんじ
奥田憲司さん
（中原区在住　イキメン研究所　パパ料理部）

イキメン研究所 パパ料理部の Facebook ページができました。コンテンツはまだまだこれからですが、パパ料理のレシピ・ヒント・イベントなどを掲載していきますので、ご意見・ご感想をお寄せください。
https://www.facebook.com/ikimen.cooking/

「ほっとはっとシアター」を開催しました！

昨年 12 月 19 日（土）に“すくらむ 21 ホール”にて、ミュージカル「ブレーメンの音楽隊」、映画「マララ～教育を求めて闘う少女」を開催しました。当日は天候にも恵まれ、近隣をはじめ、市内外から計 564 名もの方がご来場くださいました。

親子で一緒にミュージカルを楽しんでいただき、また世界にはまだまだ性別によって教育が制限されている国もあることを知っていただく機会になったのでしたら大変幸いです。

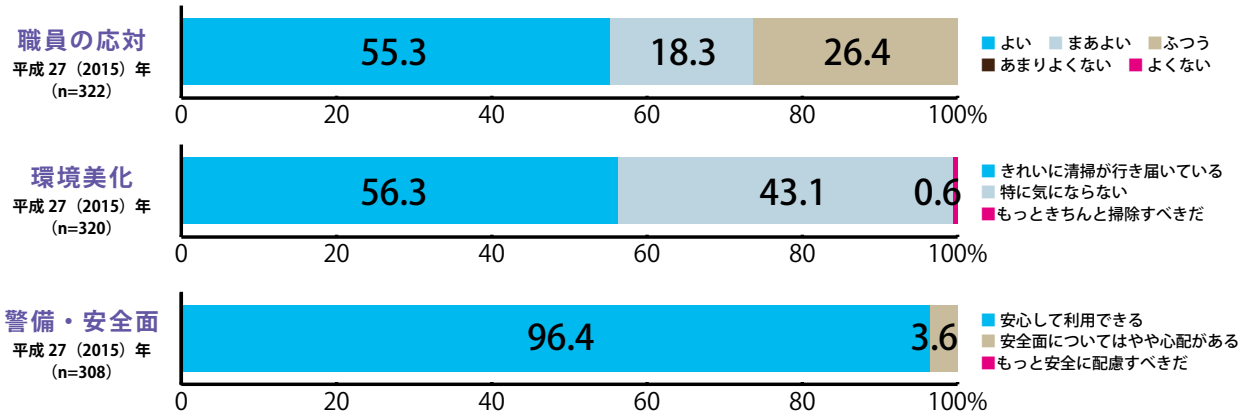
みなさまから頂きましたミュージカル入場料の一部をユニセフを通じて自然災害、紛争で被災した子ども達への支援金としてで寄付致しました。ここに慎んでご報告するとともに、深く御礼を申し上げます。

劇団「みるき～うぇい」によるミュージカル「ブレーメンの音楽隊」

館長挨拶

より安心・安全・快適な施設のために～施設利用向上アンケート報告

毎年恒例の、利用者のみなさまへの施設利用向上アンケート調査へのご協力、誠にありがとうございました。寄せられたご要望と回答の一部をご紹介いたします。



自由意見 抜粋

【ご要望】楽屋の予約を、10 日前から 2 週間前にしてほしい。

【回　答】第1楽屋・第2楽屋ともにホールに付随するお部屋のため、ホールご利用者様の催事当日の楽屋利用有無が確定する期日をふまえ、10 日前より承ることとさせていただいております。ご理解いただけますと幸いです。

【ご要望】男性用トイレに1人ずつしか入れない。もう少し大きければいいなとよく思う。

【回　答】ご不便をおかけいたします。 1～4階に男性用・女性用トイレ、1 階・4 階には多目的トイレもございますので、混雑時には他階も併せてご利用くださいますようお願い申し上げます。

かわさきの男女共同参画情報誌
すくらむ

発行年月日　平成 28（2016）年　2 月
編集・発行　川崎市男女共同参画センター（愛称：すくらむ 21）
所　在　地　〒 213-0001 川崎市高津区溝口 2 丁目 20 番 1 号
ホームページ　http://www.scrum21.or.jp/
電　話　044-813-0808
FAX　044-813-0864

古紙パルプ配合率70％再生紙を使用
この冊子は、古紙パルプ配合率 70%の再生紙を使用しています。このマークは、3R 活動推進フォーラムが定めた表示方法に則って自主的に表示しています。

VEGETABLE OIL INK
植物油インキ（植物油、または植物油を原料としたエステルを一定の割合以上含まれたインキ（インク））を使用しています。