

すくらむ

vol.50
2015.2

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



2015年2月15日(日)は“すくらむ21まつり”

インタビュー

活動を育てる

～必要としている人たちに必要な支援を届ける取組み～

西本 竜子さん・仮屋 美弥乃さん(パソコンサポートまうすなび)

特集

課題を解決していく人たちを
サポートしていきたい

～男女共同参画センターのこれから～

かわさを舞台にしなやかに、かろやかに、いきいきと活躍されている、魅力あふれる方を紹介します。

活動を育てる

～必要としている人たちに
必要な支援を届ける取組み～

パソコンサポートまうすなび

(代表) 西本 竜子さん
(副代表) 仮屋 美弥乃さん

オフィシャルサイト <http://mousnavi.jimdo.com/>

すくらむ21では、性や性別に基づき生じるさまざまな課題を解決する個人や団体の主体的な活動をサポートしています。講座を通じて関心事を同じくする仲間と出会い、活動を始めた人は少なくありません。今回は、すくらむ21との関わりから団体を設立し、外部の助成金を申請し活動するまでに至った、パソコンで女性の再就職を後押しする団体「パソコンサポートまうすなび」代表の西本竜子さんと副代表の仮屋美弥乃さんに、活動の立ち上げから充実、女性の視点を持ったことによる活動の広がりについてお話をうかがいました。これから何かを始めたいと考えている方々の参考になればと思います。

思いがけないきっかけと人のつながり

活動のきっかけは8年前でした。当時すくらむ21で開催されていたパソコン講座の講師が、直前に急病になり、代替講師が必要になったのです。その頃私(西本さん)は、横浜市などでパソコンを教えていました。その受講生がすくらむ21の講座企画担当の方と知り合いで、その縁から講師依頼を受けました。

当時、パソコン講座は初級のみで、受講生は中級編の開催も期待していませんでしたが、そこまでは開催されていなかったんです。開催に至ったのは、その2年後でした。すくらむ21の共催事業として、私たちは中級編を含めて企画・運営をすることになりました。当時はまだ団体もなく、高校の同級生でパソコンインストラクターをしていた仮屋さんをはじめ、友だち同士で講座を運営していました。

協働事業で洗練された活動

しばらくそのように開催していましたが、次第に自分たちで働く場を確保していこうと思うようになりました。年齢を重ね、働く場を探すのが段々と大変になってきていたからです。先々まだ働きたい、でも探すのが大変、であれば自分たちで働く場所をつくろうと考えました。何らかのかたちで社会貢献をしたい、社会とつながりたいという思いもありました。そうして2011年6月「パソコンサポートまうすなび」の前身となるグループを立ちあげました。メンバー4人は親の介護や家庭、兼業などの事情を抱えていたので、皆が働きやすい場所をつくろうと考えました。そしてすくらむ21ま



副代表の仮屋さん(左)と代表の西本さん(右)

りに参加し、親子で名前シールをつくるワークショップをしたり、2012年度には経済的に困難な状況にある女性たちのためのパソコン講座を30回ほど開催し、延べ180人の方にご参加いただきました。

2013年には「パソコンサポートまうすなび」を正式に設立しました。そんなある日、すくらむ21の方が「市民団体の主体的な取組みを応援する『男女共同参画協働事業』がある」と教えてくれました。活動のステップアップになると思いその年協働事業に初申請しました。選考プレゼンテーションで、委員の方に「民間のパソコン教室とどう違うのか」と質問されました。すくらむ21でパソコン講座を行う意義を問われたんですね。ハッとしました。私たちはパソコンインストラクターのスキルを社会に活かしていきたいという強い思いはありましたが、すくらむ21で講座を行うことの



意義を確かなものにできていなかったのです。そのことに気づけたことは大きなことでした。その年は未熟さもあり協働事業に採択されませんでした。それを機にスタッフと何度も議論をしました。すくらむ21の情報提供室で全国女性会館協議会発行の「パソコン講座ガイドブック」を読み込み、対象を限定すべきか、参加費を無料にすることで受講者は本当に就職までモチベーションを維持できるのかななどを議論しました。そうして対象を「女性の再就職のための」と絞り込み、すくらむ21の保育や減免制度の活用、相談や講座との連携を強みとした講座にしようとする方向性を整理していきました。

助成金申請と活動の充実

2014年度は協働事業に無事採択され、「再就職を希望する女性のためのパソコン講座」を開催しています。すくらむ21からは広報と会場提供の協力を、そして資金はかわさき市民活動センターの助成金に申請し、初めての交付を受けています。講座内容は、ワード、エクセル、パワーポイントを、初級・中級・ビジネス活用編と学べる体系的なカリキュラムに加え、技術の定着を目的としたフォローアップ講座の開催、履歴書に記載できる資格の取得をめざしたパソコン検定3級対策講座を行っています。

スタッフ全員がインストラクターなので、受講生が技術を習得する時につまづきやすいポイントを心得て、きめ細かなサポートができるのは強みだと思います。また、ワード、エクセル、パワーポイントを単に学んだだけでは身につかないスキル、たとえば共有フォルダの意味や保存方法、そのための効果的なデータ整理法など、実際に就職した後でも身につけたスキルで操作の勘所を押さえ、自分で解決していけるよう、総合力をつけることも意識しています。



このような実践的なスキルが身につくと、自信がついて「こうしたらできるかも」と前向きに考えられるようになっていきます。それはとてもうれしいことです。事実、心と体の不調が減ったとおっしゃる方や、「ここがわかりません」と質問できるほど意欲的になった方もいます。現在講座に参加している皆さんも知り合いになり、ランチに行ったり互いの就職活動の状況を話し合う姿も見られます。受講者の方からは「講座に参加して自分から積極的に学ぶようになった」「MOS(Microsoft Office Specialist:ワード、エクセル、パワーポイント等の利用スキルを証明する資格)を受験した」「就職につながった」などの感想をいただき、パソコン検定3級合格者も徐々に出てきています。

地域活動を通じて育ち合う

地域で活動し、さまざまな人と出会うことを通じて、物事への関心も高まりました。特にキャリアについては高い関心を持つようになりました。社会が求める人材像や、給料をもらって働くことの厳しさ、甘い考えでは務まらないのだといった働く者としての立場を意識するようになりました。また、女性の貧困や、地域にはさまざまな立場や状況の人がいるということも見逃せない関心事となりました。私たちが経験したことのないつらい経験してきたために、物事への意欲が削がれ、意見を素直に受け取れない人もいるのだと、その人の気持ちや過去に少し思いを馳せられるようになりました。

人との関わりに教えられることは多く、私たちも皆さんに育てられているのだと感じます。大変なこともありませんが、そのような方がパソコンを使えるようになり、意欲的になっていく姿は本当に頼もしく、うれしいものです。この活動を通じて私たちもできるだけ長く働き続け、パソコンスキルを本当に必要としている人たちに必要な支援を届けていけるよう、これからも地域に根ざし活動を充実させていきたいと考えています。

参加者募集中

再就職・スキルアップしたい女性を応援! パソコン講座@すくらむ21

パソコンサポートまうすなびでは、2～3月にExcelを中心とした講座を開催します。この期間に限り初級講座は無料です。ぜひ始めてみませんか。詳細は当団体ホームページをご覧ください。

ホームページ <http://mousnavi.jimdo.com/>

申込み mousnavi@gmail.comか045-974-0988(TEL&FAX)へ

難易度	日時	参加費/テキスト代
初級	2/25(水)、27(金)9:30～12:00 ※連続講座	参加費/無料 テキスト代/1,200円(税別)
中級	3/4(水)、6(金)9:30～12:00 ※連続講座	参加費/4,000円 テキスト代/1,200円(税別) ※初級テキストと同じ
活用I	3/11(水)9:30～15:30	参加費/4,000円 テキスト代/100円
活用II	3/13(金)9:30～15:30	参加費/4,000円 テキスト代/100円
フォローアップ	3/14(土)9:30～12:00	参加費/2,000円

※保育(有料)、参加費免除制度あり。詳しくはすくらむ21(TEL:044-813-0808)まで。

課題を解決していく人たちのサポートしていきたい

～男女共同参画センターのこれから～

川崎市男女共同参画センター（すくらむ21）は昨年9月、開館15周年を迎えました。発行している情報誌である本誌「すくらむ」も、当初の「すくらむ21通信」から数え今号で50号を迎えます。そこで、すくらむ21のこれまでのあゆみを振り返りながら、男女共同参画センターが地域でどのような意味をもつ施設なのか、男女共同参画を進めるにあたっての課題を解決する「場」として大切にしていること、取り組んでいることをお伝えしていきたいと思ひます。

はじめに

すくらむ21は、男女共同参画社会基本法が施行された1999年に開館しました。市民公募で決まったすくらむ21という愛称には、男女が手を取り、肩を組み、助け合いながら、男女共同参画社会の実現をめざして活動の輪を広げていこう、21世紀において一層発展していこうという願いがこめられています。

種まきのころ

開館当初は、男女が抱える様々な問題について学び、考えるための講座を開いたり、セクシュアル・ハラスメントの啓発冊子等を発行するなど、市民の皆様へ情報や学習機会を提供することを中心に事業を展開していました。女性のための総合相談を設けたり、女性のための就業支援セミナー、パソコン講座、起業家育成セミナー、男女共同参画に関する講座等を開催し、市民グループによる調査研究を支援するなど、男女共同参画センターとしての基盤作りを進めていきました。

咲き始めのころ

しばらくすると、講座での学びを活かし就職する方、NPOを立ち上げたり個人事業主として起業する方、すくらむ21の事業企画に携わってくださる市民スタッフの方ができました。そこで、それらの事業をさらによいものに変えていくとともに、今度は、男女平等社会の実現のためにより大きな流れを作っていきたい、種をまいて花が咲き、実が実って、また新しい種が運ばれていくように、参加者の皆様が咲かせる花が次の花につながっていくような支援を模索し始めました。2001年に川崎市は「男女平等かわさき条例」を制定し、自由・平等・快適をキーワードとした「男女平等のまち・かわさき」の実現をめざしていました。また、必要な施策を体系化した行動計画では、市、市民、事業者が連携・協働して男女平等を進めていくことが提唱され、男女平等施策の推進拠点であるすくらむ21でも、そのためのコーディネートの役割を担い、地域において男女平等を推進する人々を育てていくような支援のあり方を考えていくようになりました。

男女共同参画に関わる講座を受け、知識を得ても、学んだ

ことを暮らしに根ざす男女平等に関する問題の解決に活かしていなければ、理想と現実のギャップは埋まらないままです。また、せっかく芽生えた熱い思いも、一人で維持するのは難しいものです。たとえば、男性のワーク・ライフ・バランスの講座を受け、働き方を見直してパートナーと育児をし始めても、時に孤独を感じたり意欲がしぼんでしまう方もいるかもしれません。また、防災のシンポジウムに参加し、防災には女性の視点が必要だと学んでも、実際に自分の町に帰ったら、どのように地域の防災に参加していったらよいか分からないということもあるでしょう。

すくらむ21の講座やイベントには、同じ関心や意欲を持つ人が参加しています。参加の機会を一度きりの出会いに終わらせず、その方たちが仲間となって励まし合ったり考えを深めたり、グループを立ち上げたり、ひいては同じ関心を持つ地域の人々を支援していきける、そのような「場」として、継続的にサポートしていきたいと考えています。

花畑をめざして

つながりを大切に、地域のセンターならではの支援として、市民の主体的な活動を応援していきたい。一昨年より始まったイクメン研究所*1では、今年度、市内の男性子育て



イクメン研究所のパパたちは、おまつりでダンスをして活動をPR

また、「女性の視点でつくるかわさき防災プロジェクト（通称JKB）」では、市民公募で集まった川崎の女性たちが、すくらむ21の学習研修及び男女共同参画協働事業*2へと発展しながら、川崎市総合防災訓練に参加したり、近隣の女性団体の教えを受けたりして地域に必要な防災について考えを深め、災害時のトイレ事情を一つの切り口として地域の防災を出前講座に仕立て、市内で開催するなど、活躍の場を広げています。



出張防災講座で説明をするJKBのメンバー

また、新規事業を立ち上げるだけでなく、日頃から市内の他の施設や市民団体、NPO、事業所等の皆様と連携・協働しながら、それぞれの得意分野を活かした男女共同参画に取り組み、関心の輪を広げていきたいと思っています。たとえば、DV被害者に相談先の情報を届けられるようにパープルリボンをあしらったしおりを作成して市内に配架した時には、市役所や市民館はもとより、タクシー協会川崎支部に所属する全てのタクシーや書店、商業施設など公的な施設以外の皆様にもご協力いただいたり、毎年夏期に募集・実施しているすくらむ21インターンシップに参加した大学生がデザ

インしたすくらむ21パープルリボン普及キャラクターが図書館をまわってPRするなど、市内の様々な方々に参加協力をいただくことで、広くDV防止を普及することができました。

また、開館時より続いている調査事業についても、調査結果だけでなく、調査の過程でも当事者の課題解決や地域支援につなげることをめざしています。日本に暮らす外国籍女性と子どもたちの支援を行う市民団体カラカサンとともに「フィリピン人シングルマザーの就労実態と支援にかんする調査」を行った際は、グループインタビューを取り入れて当事者が仲間と励まし合える場を設けたり、個別インタビューでもこれまでの経緯を共感を持ってお聞きし、将来の職業上の夢やその実現にむけて必要なことを考えていただくなど、調査の過程においても当事者のエンパワメントにつながる働きかけを行いました。

このほか、男女がともに自立し、平等で快適に暮らしている世の中を作るために、より幅広い世代の多様な方々に関心を持っていただけるよう、気軽に立ち寄り、共感される、身近な施設でありたいとの願いから、すくらむ21まつり等の様々なイベントも開催しています。地域の人々、すくらむ21まつりも、この2月で10周年を迎えます。第10回のテーマは「ひろがる、つながる、もう一歩先へ」。地域の皆様にとって親しみやすく、それぞれの方が関心のある分野で男女共同参画を進めていけるセンターとして常に一歩先をめざしていきたいと考えています。

*1 イクメンとは、地域で「イク」活きと活躍する男性（メンズ）のこと
*2 市民グループ・団体、NPO、事業所等の提案に基づき、普段活動されている分野での経験を活かしていただきながら、すくらむ21と協働で講座やワークショップ、調査等を行い、様々な分野で男女共同参画を進めていく事業。毎年2-3月に募集しており、2014年度には上記のJKBや巻頭インタビューのパソコンサポートまうすなびなどが活動している。



つながる ふくらむ ふかまる

すくらむ21スタッフがオススメする、本、映画、アートなどを紹介します。

Comics 『ペコロスの母の玉手箱』



岡野雄一(著) / 朝日新聞出版 / 2014年

長崎在住、グループホームで暮らす91歳・認知症の母(2014年逝去)と、遺暦を過ぎた漫画家の息子の何気ない日常を綴ったコミックエッセイ。「母ちゃん、俺(おい)誰(だい)しょ?」と聞いても息子かどうか分からない。「さっき父ちゃんが来とんだぞ」と、亡き夫がここにいたかのように時折つぶやく。そんな切ないエピソードがユーモアをもって描かれています。「ペコロス」は西洋玉ねぎ

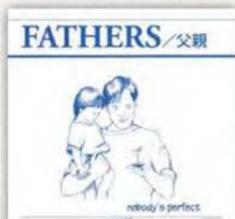
の意味で、髪の毛の薄さをなぞらえたもの。風船と間違え、母が息子の頭をパシッと叩く面白エピソードも出てきます。近年息子(男性)による親の介護も増えつつあります。仕事と介護の両立が難しく経済的な不安を抱えたり、家事に慣れず生活不安に陥ったり、弱音を吐けずに孤立してしまう傾向があるといえます。でもこの漫画を読むと、残された時間をどう過ごすか、自分のしてきた介護への納得感も代わるのだと気づかされます。ああしてあげばよかったという後悔も、読めばちょっと勇気になる一冊です。

BOOKS 『Nobody's Perfect: FATHERS / 父親』

この本はカナダ発祥の子育て中の親を支援するプログラム『Nobody's Perfect』の別冊として作成されたものです。プログラム自体は、悩みや経験を出し合いながら一人ひとりに適した子育て方法を学ぶもので、この本はそのテキストとして位置づけられています。

父親編は、父親自身が意見を出し合い作られた点が魅力です。関心の高い課題への対処法を当事者視点でまとめています。家族を経済的に支える負担感や子育てへの過剰な期待と束縛、子どもの育ちの理解しにくさ、関連しての不安・ストレス、自身の怒りの対処方法、パートナーとの関わりなどが具体的に書かれています。子育てに「べき論」はない、私たちにできるのは最善を尽くすとともに、時には助けをもらうことだと伝えています。父親だけでなくパートナーにもぜひ読んでほしい一冊です。

◆Nobody's Perfect Japan(HP)
http://homepage3.nifty.com/NP-Japan/



伊志嶺美津子(編) / 向田久美子(訳) / ドメス出版 / 2002年

すくらむこらむ 性的対象というまなざし

「わたし」はいつだって「わたし」なのに。大学時代もそんな思いに駆られました。恋愛を通じてのことです。当時、就職活動用の資料請求ハガキというものがあつた。主に就職情報等を提供する企業からダンボール箱で送られてきたものでした。女性より男性の方が多く送られてくるのでエントリーのチャンスに格差が生じると知り愕然とした私は、資格試験の勉強で就職活動をしない男友だちからダンボールを譲り受けるため、色々な友だちの家定期的に取りに行っていました。しかしある日男性にこう言われたのです。「男性の家にひとりで行くということは『OK』したことと同義だ」「男性は女性のことを性的対象として見るものだと自覚的にすべきだ」と。●衝撃でした。「男性が女性を性的対象として見るのは魅力を感じるからわけだから、自分の魅力が証明されたら受け止め喜ぶべきだ」「いつかは見られなくなるのだから性的対象として見られるうちが華だ」と考える人もいましたが、私はこの考えに与することができませんでした。親愛なる友だ

ちとして関わっていただけなのです。「厄介だ」と思いました。私はいつだって私なのに、性的対象というまなざしが加わると、この人は一体何をみて私を「いい」と言っているのかと疑心暗鬼になること自体が厄介でした。●どこまで自意識過剰なのかと今でこそ笑い話です。しかし「見られるうちが華」という考え方の背景には、女性は若い方が性的対象として魅力的であるという見られる性としての固定的なイメージが潜んでいます。それらを自身の魅力の中心においてしまうと、どうしたって後が辛くなってきます。であるならば、「個性」を魅力として磨き続けていく方がいいのではないかなと思うようになりました。●人を好きになるときはいつも、強く逞しいなどの男性らしさに基づく魅力より個人としての魅力の方が大事でした。そうして人を好きになる私自身もまた、自分の女性性を意識して接してはいませんでした。人としてどう魅力的か、それだけでいいのではないかな——性的対象として見られるということは、私にはむしろ自由を阻まれる窮屈なものでした。



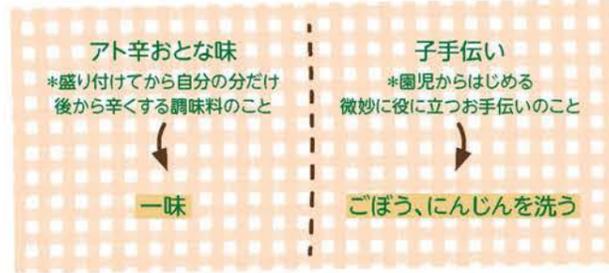
にんにく、ごぼうで作る きんぴらゴボウ



とにかく、働くパパたちの特技が「早食い」と言えるぐらい、よく噛まずに食事をする習慣がついているように思います。特に昼ごはん。時間がない中、早食いするなら一食抜く方が健康には良いという意見もあるほどです。

「よく噛む」ことによって、唾液の分泌が高まり、消化が促進され、胃腸の負担が減り、栄養吸収もよくなります。胃腸の酷使が、疲労の蓄積、免疫力の低下につながっているのです。よく噛むことで腹八分目になるうえ、体調維持にもつながります。

メリットは他にも。小食でも腹もちがよくなり、食べる量が減りダイエットに繋がります。噛む習慣をつけるには、きんぴらごぼうなど、硬いものを食べることを。料理して、よく噛んで、健康的ですてきなパパになりましょう。



パパレシピ(4人分・20分)

(材料)	
ごぼう……………1本	A
にんにく……………2かけ	しょうゆ……………大さじ2
にんじん……………1本	本みりん……………大さじ2
ごま油……………大さじ1.5	料理用清酒……………大さじ2
	てんさい糖……………大さじ1
	白ごま……………小さじ1

(作り方)

- ①ごぼう、にんじんは洗って皮のまま斜め薄切りにして千切り。にんにくは薄切り。
- ②フライパンに火をかけ熱くなったら油を入れてなじんだら、にんにくを加えて香りたったらすぐにごぼうを入れて炒め合わせる。火が通ってきたらにんじんを加えて炒める。混ぜ合わせたAを回しかけて汁けが飛ぶまでしっかり炒めて、すりつぶしたごまをかけて出来上がり。

今月のパパポイント

「野菜は皮ごと調理して食べる」

- 野菜の皮やその周りに栄養があるので、しっかり洗って皮ごと切って調理します。
- あくも野菜の栄養の一部。水にさらすことなくごぼうは炒めましょう。
- 同じ大きさに切りそろえること。均一に火が通り、食感もよくなります。



【記事作成】 滝村 雅晴さん(パパ料理研究家)

株式会社ビストロパパ 代表取締役 http://www.bistropapa.jp/、大正大学 客員教授、内閣府食育推進会議 専門委員、日本パパ料理協会 会長、NHK ラジオ第一「すっぴん!」毎週水曜日 料理コーナーレギュラー コメンテーター



「パパ料理や親子料理で、家庭の食卓を笑顔にする」活動をしている料理研究家。

日本で唯一の「パパ料理研究家」として、料理教室やセミナーの開催、TV・ラジオ番組出演、各種メディアでの連載など、パパ料理の普及・啓蒙活動を行う。「ビストロパパ〜パパ料理のスズメ〜」(http://www.bistropapa.jp/blog/)は、3000日以上毎日連続更新中。

主な著書：レシピ本「ママと子どもに作ってあげたい パパごはん」マガジンハウス、単行本「パパ料理のスズメ」赤ちゃんとママ社、「新しいパパの教科書」学研(執筆協力)、川崎市立小学校PTA会長、京都府出身、神奈川県川崎市在住。

「女性のための総合相談」面接相談日が変わります!

平成27年3月まで
第2木曜 10時-14時



平成27年4月から
第4金曜 16時-20時

6/23~29 川崎市 男女平等推進週間

女性たちがつくる手作りマルシェ

つながる、広がる、
活躍の場!

～手作り雑貨の販売、起業家の飲食、物販、サービス
避難している女性たちの復興応援グッズ販売など～

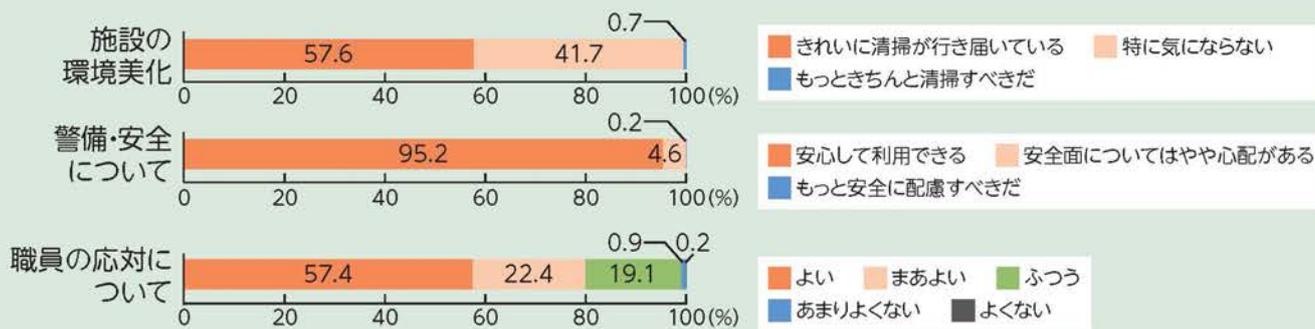
6/27(土) *シングルファーザー生活実態調査報告会
*映画「何を怖れる～フェミニズムを生きた女たち～」

6/28(日) *たかつサマーコンサート
～1人でも、親子でも、一緒に楽しめる～

平成27年2月時点の予定であり、変更になる場合がございます。詳しくはすくらむ21HPをご覧ください。

よりご利用 頂きやすい施設に —皆様の声への対応について—

川崎市男女共同参画センターでは、利用者の皆様により安心して快適に当施設をご利用頂くために、日頃の講座等開催時だけでなく、毎年1回、施設の全利用者の方を対象にアンケートを実施しております。昨年11月に1ヶ月間にわたり実施したアンケートでは、計503名のご利用の皆様にご回答をお寄せ頂きました。ご協力、誠にありがとうございました。ご回答頂いた施設利用者様アンケートの結果の一部をご紹介します。



「はじめて駅から歩いてきたが、
分かりにくかった」

ホームページ上に、駅からの道順について動画による説明を設けました。

その他にもお気づきの点があれば、アンケート実施時期に関わらずお知らせください。

「駐車場の角スペースに中木の
垣根が伸びていて止めにくい」

ご意見を頂いた直後、11月の休館日に植栽業者により剪定いたしました。

「トイレに台拭き用ふきんが1枚あ
ると、飛び散った水を拭けて良い」

衛生面からふきんを常備することはできかねますが、受付にて貸出し・対応をいたしますので、お気軽にお申し付けください。

「保育時の災害対応について
簡単な説明がほしい」

講座前のアナウンス時に、一時保育をご利用の方に向けての避難方法について説明を加えることといたしました。