

Together

たじみ男女共同参画情報紙

2025年3・4月

第39号

共に生き、共に歩む



「たじみ男女共同参画情報紙 Together」は、みなさまに男女共同参画に関する情報提供をすると共に、一緒に考え、作っていくみんなの情報紙を目指しています。あなたらしさ、わたしらしさ、個性が発揮できる社会、男女共同参画社会の実現に向け一緒に考えていきましょう。

開催
しました！



男女共同参画講演会

フィンランドに学ぶ心地いい暮らしとは？

2月9日(日)、パロー文化ホール2階大会議室で、ライターの堀内都喜子さんをお招きし、講演会を開催しました。堀内さんは、『フィンランド人はなぜ午後4時に仕事が終わるのか』などの著書があり、現在はフィンランド大使館にお勤めされています。フィンランドの紹介や、働き方、大切にしている考え方など、盛りだくさんのお話をいただき、自分らしい生き方のヒントを得ることができました。講演の内容を一部紹介します。

「残業なし」があたりまえ

仕事は、生産性と効率を重視しています。どうしたら効率よくできるかを職場でもよく話し合います。上下関係を作らず、極力取捨選択をし、無駄を省いています。仮に残業があった時には、他の日に短時間勤務をするなど、週の労働時間が、大体同じになるよう調整します。

休みがあってこそ頑張れる

フィンランド人も仕事熱心ですが、プライベートも大事にしていて、そのバランスが整っています。夏休みは4週間取り、休み明けはものすごい勢いで働きます。ゆっくり休むことが必要だと認識されています。仕事中にコーヒー休憩や体操休憩をとるなど、「ON」と「OFF」の切り替えが上手です。

おとなになっても 学び続ける

「人が一番の資源」という考えのもと、おとなになっても学び続け、成長できる機会があります。勉強に限らず趣味やスポーツに取り組む人も多いです。養豚業から学びなおして薬剤師になったり、理学療法士からプログラミングを学んでさらに教員免許を取るなど、学んだことを転職にも生かす人もいます。

「ウェルビーイング」とは？

「ウェルビーイング」とは、心も体も、社会生活も充足した状態のことです。フィンランドの経済方針の中にも、ウェルビーイングの向上と成長という内容が入っています。皆が充足した状態にあることで、アイデアややる気も生まれ、経済成長にもつながると考えられています。

幸せの秘訣は 「自分で選択する」こと

幸せとを感じるには、誰かに強制されるのではなく、何がしたいのか、どうしたいのか、人生を自分で選択できることが大切です。日本も自由ではあるけれど、お金がないと何もできないイメージがあったり、女性はこうあるべきとかもう年だから、とかバイアスが強い傾向がありますが、フィンランドでは、足かせが少ないと感じます。

フィンランドあれこれ

赤ちゃんのお昼寝は、冬でも-10℃くらいまでは、厚着させ寝袋に入れベビーカーに乗せて家の外の軒下で。親は室内から見守ります。外の方が空気が良く、ぐっすり眠れるそうです。

国会議員の女性比率は4割超。医師は男女半々くらい。子どもが病気の時に仕事を休むのは4割が父親…etc 性別にとらわれないロールモデルが目に見えて、身近に存在しています。

サウナは、基本的にどの家にもあります。会社にもサウナがあり、サウナで交流をすることも。なんと国会議事堂や刑務所にもサウナがあります。

開催
しました!!

男女共同参画学習講座

女性のための護身術 セルフディフェンス



1月19日(日) ヤマカまなびパークにて、「女性のための護身術 セルフディフェンス」と題した講座を行いました。

講師は、名古屋YWCAセルフディフェンストレーナーの増井さとみさんです。

まず、自分を守るための心構えとして、「私は悪くない」、「逃げるため」、「私はできる」の3つを教わりました。

そして、自分を守らなければならない状況や対応策をグループで話し合い、さらに講師から対処のポイントをお聞きしました。最後に、二人一組になり、腕をつかまれたときに相手の手を離す方法を何度も実践しました。

参加者からは、「対処法とともに、マインドを教えてもらえてよかった」、「私は悪くない!が心に響きました」という感想が聞かれました。

市では毎年、男女共同参画に関する講演会や講座を開催しています。広報などでお知らせしますので、令和7年度もぜひご参加ください。



相談窓口のご案内

つらいことや心配ごとがあったら、ひとりで抱え込まず勇気を持って安心できる誰かに話したり、相談窓口を利用したりしましょう。また、身近な人が不安や悩みを抱えているかもしれないと思ったら、声をかけてください。

- ◆ 多治見市女性相談（多治見市役所子ども支援課） 電話：0572-23-5609
【まずはお電話ください】 平日9:00~16:00（年末年始を除く）
- ◆ 岐阜県女性相談支援センター 電話：058-213-2131
【電話相談】 平日9:00~18:00（年末年始を除く）
【面接相談】 平日9:00~17:00 ※事前に電話で予約を
- ◆ 岐阜県DV専用ダイヤル 電話：058-201-5610
【電話相談】 毎日9:00~24:00
- ◆ 岐阜県男女共同参画・女性の活躍支援センター 電話：058-278-0858
【一般電話相談】 月~木曜日、第1・3土曜日9:00~17:00（祝日、年末年始を除く）
【男性専門電話相談】 第2・4金曜日17:00~20:00（祝日を除く）
【LGBT専門電話相談】 第3金曜日17:00~20:00（祝日を除く）
- ◆ 女性の人権ホットライン（法務省人権擁護局） 電話0570-070-810（全国共通）
【電話相談】 平日8:30~17:15



発行：多治見市役所環境文化部暮らし人権課 人権グループ
〒507-8703 多治見市日ノ出町2丁目15番地
電話 0572-22-1128（直通） FAX 0572-25-7233
E-mail：kurashi-jinken@city.tajimi.lg.jp