

いきいき男女共同参画

自分らしい働き方

ワーク・ライフ・バランスの視点で

あなたと私の共同参画講座第4回は、シニア産業カウンセラーの古越真佐子さんを講師に開催しました。要旨は次のとおりです。



△やさしい口調の古越さん

本当の意味のワーク・ライフ・バランスは、仕事もその人の人生もその人なりにバランスが取れて充実した人生をいかに送れるかですが、日本の場合は裏に少子化という問題が隠されています。子育て制度の環境が整ってきませんが、働き方の環境の変化が少子化と結びついていて、それは女性だけの問題ではなく、社会全体考えていかなくてはならないテーマです。

キャリアとは、仕事、役職だけでなく、個人の生活、人生の生き方すべてを含めて

考えていきます。そのすべてのバランスが取れていることが、自分の生きがいにつながります。人生のライフステージ、各段階によってもワーク・ライフ・バランスは変わります。年代に応じてどう人生をつくっていくかです。いろいろなキャリアを築いていく上で、大事なスキルは3つあります。

- ①どんな仕事でもその仕事を頑張つて、努力する。
 - ②コミュニケーション力を磨き、人間関係を円滑に進める。
 - ③自分はどんなふうか。人生を生きたいか。理念、考えを持っていると自分の課題に向かって努力できます。
- パワフルに頑張っている人は、何よりも柔軟で創造的な発想ができます。マイナス思考よりは「ま、いいか」という

うポジティブな発想のほうがいいと楽にできます。仕事も地域活動も家庭生活もすべて社会貢献していると言えます。だから人のために役に立っている価値ある存在という見方が必要です。

Only one life たった一つの人生と訳します。誰もが大切な自分の人生を生きています。人のためではなく、自分のためにより良い人生を生きる。そのためには若干のスキルアップを目指して頑張るのも大事だけど、疲れた時は“この頃疲れちゃった”と本音をぶつける相手がいることも、人生無理なく健康で生き残るためには大事なことです。

コミュニケーターを募集します

一緒に地域で語りあいませんか！

地域と行政のパイプ役として現在5名の方が、区長会や公民館主催の集落学習会に出向き、家庭や地域で身近に感じていることを地域の方と語り合いながら、啓発推進活動をしています。今回2年の任期が、満了しますので新たなコミュニケーターを募集します。コミュニケーターとして、誰もが自分らしく生きられるために、ゆったり、楽しく、みんなと一緒に活動していきませんか。ぜひあなたの力をお貸しください。

【募集要項】

- 募集対象 男女共同参画に理解や関心があり積極的に協力していただける方
- 募集人員 若干名
- 締切日 3月15日(木)
- 任期 2年間(平成24年4月～)
- 申し込み・問い合わせ先 人権政策課男女共同参画係 ☎62-3111(内線371)



© 段丹映子 無断転用を禁ず

お互いのできる時にできる人がずくを出して、思いやれたらいいですね。

利用団体紹介

やさしい色遣いに、個性が輝く

ちよつといい感じの絵

「パステルアート由雅」

代表 川中 直美



△熱心に取り組む受講生

パステルアートとは、パステルという画材を削って粉にして指でクルクルしながら描くという技法を使って、ぬりえ感覚で楽しめるものです。同じ絵でも、色合いがとても美しく、人それぞれが違う色合いで描いているので、個性豊かな作品に仕上がります。描いているうちに心も穏やかになり、とても癒されています。

サークルメンバーとは、わいわいと話しながら、それについて手元には集中して活動しています。それぞれが自分たちのペースで描き、先生もその人のペースに合わせて教えてくださるので焦らずに進めていくことが出来ます。作品は、時節に合わせて考えてくださるので、出来上がるとすぐに飾っています。またこの先、上達したら、友達へのプレゼントにもしたいなと思っています。



▷個性豊かな受講生の力作

「パステルアート由雅」は、現在、12名の会員で楽しく活動中だそうです。パステルアートの色合いを、紙面に載せられないのが残念ですが、とてもほんわかやさしい色遣いに心が癒されます。春はまだまだ遠いですが、描く手法も珍しく、新しく何か初めてみたい方におすすめて。見学してみたいなど、興味のある方は、いよいよ女性センター未来(☎0543)までお問い合わせください。

お知らせ!



女性センター未来の利用団体「雛の会」の皆さんが制作したつるし雛が、2/11からの本町商店街のひな街道と2/18からのふるさと館のひなまつり展に色とりどりのかわいらしいつるし雛が展示されています。総合学習センターフェスティバル未来文化祭にも展示していただきましたが、新作も展示されています。ぜひご覧ください。

いよいよ女性センター未来を

利用してみませんか!

いよいよ女性センター未来は、女性労働者の福祉の増進及び地位の向上を図るための活動をおこなっています。その事業の中にグループ活動等の育成、指導及び各種相談に関する活動があります。施設の利用は飯山市内に在住または勤務されている女性を中心に、5人以上のグループをつくり、定期的に女性センター未来を利用するための登録をし、利用者団体連絡会に加盟し、運営にご協力頂ける場合は、1年間使用料が減免となります。1年で更新となるため、これまで登録されていた団体も新たに登録していただく必要があります。

詳しくは、いよいよ女性センター未来(☎0543)までお問い合わせください。