

# 普段から、もしもの時を意識して！ ひとひと 女と男が輝く未来塾

テーマ「女性と防災（防災・復興）」



支援する人、される人が無理なく取り組めるように、細かい心づかいで知恵を出し合われるなど、工夫された活動内容の講演で、身近な地域の取り組みに大いに参考になりました。

地域の声を聞き、寄り添い、支え合うまちづくりをめざして、さまざまな取り組みがなされています。

普段から実施している取り組みがいざという時に役立つということで、各地区のお年寄りを対象にした出前サロン、各学校避難所部会、防災隊ボランティアのスキルアップ、避難支援訓練、若い世代を対象にした地域のつどい、防災勉強会などが実施され、救急情報カードや避難者カードなども、改善に改善を重ねて取り組まれています。

東日本大震災から早や2年が過ぎようとしています。復興も道半ばで、被災地ではまだ余震が発生しています。今回の未来塾では、もしもの時に何ができるのかを、普段から意識して生活していくことが大事だと再認識しました。

**災害に強いまちづくり**  
講師 岐阜市本荘はげいの協議会  
会長 井上 いほり氏



## かがやく女性

題字  
福井県知事 西川一誠  
第34号

発行者  
(公財)ふくい女性財団

**自助・共助・公助は…**

講師 岐阜市防災安全課

小池 幸弘氏  
岐阜市南地区防災協議会 加藤のふ子氏

昨年7月に発生した、越前市の水害。行政と被災住民の方から、当時の状況説明がありました。

越前市は平成16年7月の福井豪雨でも水害に遭っており、「災害は忘れた頃には



大規模な災害において被害を予防・軽減するには、

- ①自らが自らを守る「自助」
  - ②地域住民相互による「共助」
  - ③公的機関による救助・支援などの「公助」
- が有機的に行われることが大切ですが、特に災害の初期段階においては、地域のみなさんとお互いに協力して、「自分たちの地域は、自分たちで守る」ことが重要です。

は、忘れた頃にやってくる。忘れた所にやってくる。と、教訓として話されました。災害対策は、減災対策でもあり、お互いに助け合い協力し合って、取り組む課題だと話されました。

### 参加者の声

実際に災害に遭われた方やその支援に向かわれた方の話で大変参考になりました。日頃から考えておかねばと強く感じました。実際に体験できるような説明もあって大変よかったです。

人とのつながりがいろんな活動になっていてあたたかな気持ちになりました。いろいろなアイデアが活用されていることは、すばらしいと思いました。

### 高齢者・障害者への支援

講師 福井県福祉保健センター 五島 宏樹氏

災害時における車椅子による避難等について、説明していただきました。

最初に5種類の車椅子の使い方と高齢者・障害者の方の椅子への誘導方法について学びました。いざという時焦らず、安全・迅速に出来るだろうか？また、万が一の時に、体の不自由な方にどのような車椅子がよいのだろうか？坂道はどのようなように下ったら良いのか？など。短い時間でしたが有意義な時間を過ごせました。

車椅子にも色々なタイプがあり、普段から見て、触ってほしいとのことでした。

※地域包括支援センター

介護保険法で定められた、地域住民の保健・福祉・医療の向上、虐待防止、介護予防マネジメントなどを総合的に行う機関



# イバル 2012 奥越大会

開催日：2012年11月18日 会場：勝山市民会館他

## 記念講演 「女と男が輝くパートナーシップ」

講師 渥美 雅子氏 (弁護士)

弁護士生活 46 年、結婚生活 47 年の中で渥美先生が仕事を続けるために工夫されてきたことや、現在は仕事を続けてステップしていける法制度が整えられてきたこと、それでも諸外国と比較するとまだ遅れていることなどを、具体的データや事例で話されました。最後に、男女共同参画のいろはカルタを紹介して「みんなで男女共同参画のカルタをつくってほしい」と呼びかけられました。



### 働き続けるために工夫したこと

弁護士になった当時の女性弁護士の割合は全国の弁護士の1%でした。つわりのときは仕事に影響が出るので、特に法廷では苦労しました。保育園は遠かったため夫がベビシッターを探し回りました。

子どもが急病のときに判断を間違っただけなのではないかと思ひ、子どもの病気の初期症状を頭に叩き込んでいました。弁護士会の夜の会議に子どもを連れて行くこともありましたが、年配の弁護士さんが子どもを見てくれました。そういう方々に助けられて今日までやってきました。

仕事を休むこともできましたが、一度休むと自分に自信がなくなり、仕事の依頼人も離れていきますので、休みませんでした。

### データで見る日本の男女共同参画

日本の女性の年齢別労働力率は、30歳代で下がるM字型曲線を描いており、日本は子育てしながら働ける体制がまだできていません。子育て中の男性の家事時間は1時間、育児時間は30分と欧米諸国に比べて2分の1〜3分の1です。

### 整備されてきた法制度

かつて法律は家庭の問題に関して深く踏み込むことはありませんでしたが、男女共同参画社会基本法や男女雇用機会均等法、DV防止法なども整備されて、女性もステップアップして勤め続けられるようになってきました。しかし、違法の企業はまだたくさんありますし、女性の管理職の割合は課長クラスで7〜8%程度と少ない状況です。

### 男女共同参画をいろはカルタで

いい男仕事と家庭を両立し  
老老介護皆でやれば怖くない  
配偶者「主人」と「家内」はちよつと変?  
逃げないで地域の仕事と一緒に  
ほうれんそう(報告・連絡・相談)  
家庭の中でもほうれんそう  
変化する時代に沿ってふたりとも  
桃源郷にしようよ皆で勝山を



### 展示・特産市 など

### オープニング

会場いっぱいの約 450 人の参加者を魅了しました。



### 参加者の声

講演を聞いて元気が湧いてきました。

ワークショップの講師の話に、大変感動しました。

左義長ばやしは、かわいい子どもさんもしなやかに踊り、心打たれました。素晴らしいかったです。

講演は世界の状況、身の回りの状況等いろいろな話が聞けて、とても良かったです。

きらめきに参加して、男女共同参画は仕事の上でもこれからの人生に対する考え方でも、大切なことだと思いました。

# ふくいきらめきフェステ

男女共同参画啓発事業

## ワークショップ

男女が理解し合えるコミュニケーション



男には男の、女には女の事情がある。

それをしっかり「想像力」をはたらかせて理解しましょう。

ひとひと 女と男が幸せになる心の育て方

～ポートフォリオで長所を見つけ  
自分のことを大好きになろう～



自分を、相手を好きになろう！



フラワーアレンジ

地元の菊を使って作りました。



簡単、夕食解決術

奥越の素材を使って、スパゲティ・サラダを作りました。



竹田式体操

5本指靴下を履いて足先・指先まで伸ばし体操しました。

## 体験講座

体験にご参加いただき  
ありがとうございました。



手織りととはたや記念館見学



ツアー「大野市内」

## お知らせ

## ふくいきらめき フェスティバル2013

日時：平成25年6月22日（土）  
場所：生活学習館（ユー・アイふくい）

皆様のご協力、ご参加を  
宜しく申し上げます。

大会を終えて（企画委員）  
ふくいきらめきフェスティバル奥越大会が、勝山市・大野市の協力により大成功で終えることができました。  
当初はとても不安でしたが、企画運営委員会を重ねる中、全体の熱意が高まり、また委員相互の絆が深まっていきました。委員全員が「奥越らしさ」と真心で、皆様が本当に参加してよかったと感じていただける大会にしよう」との思いを持って取り組むことができました。  
今大会を終え、男女共同参画の推進と次期大会等への参加意識も深めることができました。参加いただきました皆様どうもありがとうございました。

# ファミリーサービスクラブ紹介



## こんなご依頼あります

日曜日、どうしても外せない仕事ができただが、夫もケガで入院。5ヶ月になる赤ちゃんをみてほしいと依頼。

**ベテラン支援会員が、依頼者の自宅で保育：9時～17時迄の支援**

費用は @ 800 円 × 8 時間 + 交通費

ですが、行政からの補助 @ 350 円 / 時間

がありました。結果、**3,600 円**と若干の交通費



## 他にも

病児保育の利用時間が18時までだが、残業で迎えに行けないので、迎えに行ってもらいたいと依頼。

**支援会員が病院にお迎え。その後支援スタッフ宅で預かり。**

※子育てに関しては、行政の補助がある場合がありますので、詳しくは行政やファミリーサービスクラブまで。

ファミリーサービスクラブの運営は、会員のみなさんからの会費と、援助活動による報酬の一部などでまかなっています。



## あなたの地域のファミリーサービスクラブ

**福井ファミリーサービスクラブ**  
〒910-0003  
福井市松本 4-8-4  
福井市生涯学習課分室内  
☎ (0776) 21-8179  
FAX (0776) 37-3160  
mail fs-fukui@mitene.or.jp

**敦賀ファミリーサービスクラブ**  
〒914-0062  
敦賀市相生町 7-6  
みなとつるが山車会館内  
☎ (0770) 21-2025  
FAX (0770) 21-2130  
mail fs-turug@mitene.or.jp

**小浜地域ファミリーサービスクラブ**  
〒917-0078  
小浜市大手町 4-1  
小浜市働く婦人の家 内  
☎ (0770) 52-7003

**勝山地域ファミリーサービスクラブ**  
〒911-0806  
勝山市本町 1-3-43  
勝山市民活動センター内  
☎ (0779) 87-2734

**鯖江地域ファミリーサービスクラブ**  
〒916-0021  
鯖江市三六町 2-2-40  
鯖江市三六武道館内  
☎ (0778) 51-9036  
FAX (0778) 51-9048  
mail fs-sabae@mitene.or.jp

**越前ファミリーサービスクラブ**  
〒915-0071  
越前市府中 1-11-2 アルプラザ平和堂 武生店 4 階  
越前市 男女共同参画センター内  
☎ (0778) 22-6023  
FAX (0778) 22-6023  
mail fs-echiz@mitene.or.jp  
ホームページ http://www.mitene.or.jp/fs-echiz/

**坂井地域ファミリーサービスクラブ**  
〒919-0463  
坂井市春江町江留上昭和 4-5  
春江女性の家 内  
☎ (0776) 58-0008  
FAX (0776) 58-0008  
mail yell@sakai-fsc.net  
ホームページ http://sakai-fsc.net/



みなさんこんな経験ありませんか？

残業で子どもを保育園にお迎えに行けない。

夫もその時間に帰ってこれないしどうしよう。

おばあちゃんの病院の日だけど、

どうしてもお休みが取れそうにないなあ。

どうしよう。 など

ちよっとの時間なのだけど…

あまり難しく考えずに、

あなたの地域のファミリーサービスクラブ

(有償ボランティア) に相談してみませんか？

ファミリーサービスクラブは、

「会員相互の助け合い」により、

仕事と育児の両立や社会参加を支援するため、

「ちよっと…だけれど、どうしよう…」

を手助けしてくれます。



## あれもこれも大変!!

平成 22 年度の県民意識調査において、「女性が長く働き続けるのを困難にしたり、障害になっていると思われることは何ですか」との質問に大半の県民が育児、老人や病人の世話、家事と回答しています。

「福井県の女性は忙しい」と女性だけでなく男性も感じています。周りの人の助けをかりて、無理をせずちょっと一呼吸おいて「ゆとり」を創ってみませんか。

○女性が長く働き続けるのを困難にしたり、障害になっていると思われること。

(複数回答)

|          | 男性    | 女性    |
|----------|-------|-------|
| 育児       | 73.5% | 74.5% |
| 老人や病人の世話 | 39.0% | 49.6% |
| 家事       | 39.0% | 38.6% |

平成 22 年度の県民意識調査 (抜粋)

※事務所の開設日時はクラブにより異なりますので、お問い合わせください。

## 今一度身の回り品を見直そう



### 「ローリングストック法」

大規模な災害が発生した場合、救援物資が届くまでには少なくとも3日分の準備が必要と言われています。

3日分の非常食を一度に買い置きしておくことは、賞味期限もありますし、経済的にも何かと負担になってしまいます。

そこで、普段家庭で  
使用している物を見直し、  
もしもの時に使えるものを  
少し多めに買っておく方法はいか  
がでしょうか。



4人家族の場合



36ℓ 3日分の量

これは「ローリング  
ストック法」といい、  
お米やパスタ、缶詰、

インスタント食品、レトルト食品、お菓子、飲料水など、通常の買い物時に多めの量を購入します。そして、普段の生活で消費しながら、消費した量だけまた購入して一定量を保っておきます。この方法だと賞味期限切れ等で無駄にすることなく、無理なく備蓄しておくことができます。

これらの材料を使って、いざ！という時こういったメニューが出来るか普段の食卓に取り入れてみてはいかがでしょうか。もし失敗してもそれを機に災害について家族で話しあってみてはいかがでしょうか。

## いちど作ってみませんか



～ ごはん編 ～

料理愛好家 深川季代氏



災害時には水がとても貴重になります。

普段ご飯を炊く時、米を洗う・水をはる等多くの水を使用します。一度、米を洗わずに、ペットボトルのお茶で、お米を炊いてみませんか。茶飯となり糠くさはそれほど感じません。

また、米を洗わずに塩昆布や梅干し、お茶漬けのものなどを入れてちょっと変わった炊き込みご飯にチャレンジ！意外とこれが美味しかったです。



テーマ「守ろう命」  
地域の絆を深めよう！  
内容は、「まちの防災研究会」代表松森和民氏の講演会や、防災グッズ抽選会等でした。

「防災」は誰かがやってくれる、と人任せにせず、女性、男性それぞれの視点を活かした防災の街づくりに積極的に関わることが大切です。今回のセミナーは地域の日常的な課題を知り絆を深めることを目的に開催されました。

今、各地で防災や、減災に向けた地域づくりが模索されていますが、そのプロセスに女性が参画して行かなければと強く感じました。



セミナーを通して、過去の災害を教訓に、不幸にも失われた生命の無念さを知り、防災と命を守り合う仕組みを、家族や地域で話し合う大切さを学びました。

平成24年12月8日 小浜市働く婦人の家

## 男女共同参画セミナー

## あなたも家族とチャレンジしてみよう！ 第3回



## 3月23日(土) 検定開始!!

クイズ感覚で、家事の基本的な内容について学ぶ検定です。  
夫婦、親子、家族みんなでやってみよう！男性大歓迎！！  
成績優秀者の方には、抽選で家事グッズをプレゼント！！

### 【受験方法】

- ① 検定問題をホームページで入手
- ② 回答用紙を6月末までに郵送
- ③ 80点以上で合格証を発行（7月上旬予定）
- ④ もっとやってみたいあなたには！実技試験実施

### 〈問題例〉

Q. 魚を煮るときに、生臭さをとるために、いっしょに入れるとよいものは、次のうちどれ？

- ① しょうが ② こんぶ ③ みょうが

福井県総務部男女参画・県民活動課

〒910-8580 福井市大手3丁目17-1 TEL 0776-20-0319

ホームページ

家事チャレンジ検定

検定

## 平成 24 年度 福井県「配偶者暴力防止等に関する民間団体との連携」委託事業 DV 家庭が子どもに与える影響 ～忘れられた被害者～

さばえ男女共同参画ネットワーク主催で、12月15日（土）鯖江市響陽会館にて、東京よりNPO法人レジリエンス副代表西山さつき氏を講師に迎え、DVの講演を行いました。

夫婦間では女性の3人に1人がDVを経験している。精神的な暴力のモラルハラスメントは被害者も気づきにくく、トラウマに陥りやすい。また女子高校生や女子大生の5人に1人が、デートDVの暴力にあっているとの現状にはとても驚きました。唯一救われたのは、近所の人の一言で「DV家庭に育った子どもが、また暴力を振るう」と言う連鎖を断ち切ることが出来る、ということを知り、言葉を掛け合うことの大切さを学びました。

初めて耳にする言葉も、たくさんあり、先生の貴重な体験もきかせていただき、心のケアの大切さや理解と支援の重要性を強く感じました。

講演後、会場いっぱいの皆さんから、「大変良い研修会でした。」「もっと勉強したい。」との前向きな声をいただき関心の高さと思いがけない反響に、DVに対する地域社会への啓発の必要性を改めて感じました。



福井家庭裁判所からのお知らせ

## 家庭内の紛争解決に家事調停の利用を

家庭裁判所では、離婚、離縁、夫婦間の生活費（婚姻費用）の分担、養育費の請求、遺産分割といった家庭内の争いを対象とした家事調停を行っています。

### 家事調停ってどんな手続？

家事調停は、調停委員会（裁判官と調停委員2人以上で構成）が当事者の言い分を聴き、当事者双方が納得の上で問題を解決できるように助言やあっせん、調停案の提示を行い、法的な観点を基本に置きつつ争いの実情に応じた柔軟な解決を図る手続です。

### 家事調停の特徴は？

- 訴訟に比べて申立てが簡単で費用が安く、手続が非公開で行われるため当事者のプライバシーが守られます。
- 調停が成立した場合、調停調書（話し合いの内容を記載した文書）が作られ、その内容によっては、合意を守らない相手に対して強制的に義務を履行させる手続を執ることもできます。

### 家事調停を利用するにはどうしたらいいの？

家事調停を利用するためには、家庭裁判所に対して申立てが必要です。

裁判所ウェブサイト（<http://www.courts.go.jp/>）の「裁判手続の案内」のページの「申立等で使う書式」の項目から定型の申立書をダウンロードすることができます。また、家庭裁判所の窓口には、定型の申立書を用意しておりますのでご利用ください。



### 申立てに必要なお金は？

- 家事調停の申立て手数料は、一件あたり、1,200円です（収入印紙で納めていただきます。）。
- 当事者等に対する書面の郵送等のため2,000円程度の郵便切手が必要です。

### 家事調停手続についてもっと詳しく知りたい！

家事調停手続について詳しくお知りになりたいという方は、裁判所ウェブサイトの「裁判手続の案内」のページをご覧ください。

裁判所ウェブサイトは、  で検索できます。

また、福井家庭裁判所家事書記官室（☎ 0776-91-5091）までお問い合わせください。

## いま輝いています

加盟団体活動紹介

JA福井県女性組織  
協議会

本協議会は、農業協同組合運動を通じ農業経営と生活の合理化を促進し、女性の地位向上を図り、明るい社会の建設の推進力となることを目的として、立ち上がった組織です。

女性のさらなる運営参画を図るため、女性組織の活性化や拡充へ向けた取り組みとして、年代別の部会を設置し仲間づくりなどの活動に取り組んでいます。



また、女性視点によるJA事業活動を通して、「組合員加入運動」「食と農」「エコライフ運動」等に取り組む、安心・安全で心豊かに生活を送るための様々な情報や知恵が備わっている頼もしい組織であり、また私たちが主役となつて活動できる組織であります。



県下12組織が、輝く女性として仲間と共に魅力ある活動を通じ、安心で安全な地域社会づくりを目指しています。

小浜地域ファミリー  
サービスクラブ

小浜地域ファミリーサービスクラブは、今年で21年目を迎えます。

発足当初より、会員相互の助け合いをモットーに活動しております。

最近では、高齢者や障害者の買い物のお手伝いや、病気の方の介助なども行っています。また、他の地域から来られて支援してもらえなくて困っておられる方の援助や、若いお母さんが三人目のお子様を出産されたときの、上のお子様の幼稚園の送迎・退院後の家事援助・離乳食作りの間の預かり、研修会や音楽会での子供の預かり、父子家庭への家事援助など様々に要望されるようになっていきます。

社会の情勢に合わせ少しでも対応できるよう、会員の増強をはかりながら、活動を進めてまいりたいと思っております。

さかい男女共同参画  
ネットワーク

平成18年に丸岡町、春江町、坂井町、三国町の4つの町が合併し坂井市となり、当会が発足しました。

現在、16団体が加入しており、会員数3170名で構成されるネットワークです。



平成24年度の主な事業は、男女共同参画都市宣言への意識を高めよつと7月20日にSimu議会（模擬議会）を開催しました。本田実行委員長のもと、49名が事前学習会を重ね、代表8人が質問し、政策・方針決定の場へ女性が参画することの意義をアピールしました。市長、教育長をはじめとする関係各位の御協力のもと市議場で開催することができました。



## 坂井市男女共同参画宣言都市記念式典

平成24年11月17日 坂井市男女共同参画宣言都市記念式典が、ハートピア春江大ホールで開催されました。

参加いただいた750人の皆様とともに、宣言文を読み上げ「男女が共に尊重し合う」ことを誓いました。感動的な群読に胸が熱くなりました。



## 国際ゾンタ

## 福井ゾンタクラブから寄付

平成24年12月5日に国際ゾンタ福井ゾンタクラブの第26回チャリティパーティーが開かれ、DV被害者の自立支援の一助とする目的で当財団に寄付をいただきました。心からお礼申し上げます。



## いきいきウーマン

パン＆カフェ、たねと、はつば。  
後藤ひろみ氏を訪ねて



福井市松城町にある民家を改造した懐かしい木の温もりのある店内。フローリングの床に小さな椅子。子育てママの憩いの空間だ。「ワンコインでゆっくりしてもらえるようなお店にしたかった。」というオーナーの後藤ひろみさんを訪ねた。

Q たねと、はつば。起業のきっかけは？

A 会社員時代に趣味でパン、製菓の免許取得、子育てのかたわら教室を始め、台所パン屋さんからスタートして、今年で10年です。

Q 女性起業団体「ふくむすび会」を立ち上げ、初代会長をされたそうですね。

A 平成21年から2年間務めました。現在は顧問をしています。今も交流会や勉強会を続けています。10年以上県外で生活



し、福井に戻って来たとき、地域の温かさを実感しました。福井がふるさとで良かった、福井が大好きだから恩返しをしたいと思いました。

Q 今、挑戦していることは。

A ふたまんプロジェクトです！

越前市産のふくいポークを使った「ふくポーマン」、池田町で販売されるイノシシを使った「うりぽーまん」など。北陸新幹線開業に向け、全国一の生産量を誇る六条大産を産地に練り込み、具材も福井のおいしいものを使って福井の味覚をどんどん発信し、県内外の人に福井の良さを味わってほしいと思っています。

歴女でもある後藤さん、目をキラキラさせながら、福井の良い所を一生懸命話してくれました。福井の元気のもとはこの人だと感じました。



## 平成25年度 主な財団事業

今年度は次のような事業を行います。財団行事への積極的参加、お知らせへの広報、各種事業の十分な活用をお願いします。

## ① 仕事と家庭の両立支援事業

## ・チャイルドルーム運営

生活学習館チャイルドルームで小学校就学前のお子さんを保育士が預かります。

（1回のお預かりは300円！）

## ・ファミリーサービスクラブ事業

子どもの預りや高齢者の世話などを会員同士で行う「ファミリーサービスクラブ」の活動を支援します。

## ② 意識啓発および文化活動事業

## ・ふくいきらめきフェスティバル

日時：平成25年6月22日（土）

## 会場：県生活学習館

その他：皆さんの負担軽減に向け、県大会または地域大会のみの実施に変更します。

※ 本年度は県大会を開催します。

※ 未来塾等研修事業は一旦休止とします。

※ 生活学習館の講座が、現在大変充実した内容となっています。ちらし等でご案内しますのでご利用ください！（講座への要望があればお知らせください）

## ③ 情報収集・提供事業

## ・機関紙「かがやく女性」…9、3月発行

・ポータルサイト運用 財団ホームページのチャレンジサイトにアクセスしてみてください。

## ④ 女性団体活動支援事業（新規）

・皆さんの組織の強化や活動を応援するため、新たに「組織強化」「啓発活動」などへ助成をはじめます！

対象：講演会、交流会等開催、会員増のためのチラシ作成、組織内勉強会開催など

## ⑤ 配偶者暴力（いわゆるDV）の防止と被害者支援

加盟団体のソナタクラブさんからいただいた寄付を活用し、DV被害者支援を行います。

## お知らせ

●みなさんの声をお待ちしています  
編集についてのご意見、お気づきの点や質問等、お気軽にお寄せください。

●かがやく女性定期購読を募集します  
かがやく女性は、年2回（9月、3月）の発行です。定期購読（無料）をご希望の方は（公財）ふくい女性財団までお申込みください。



## 編集後記

知っていると思えるような情報をこれからも、発信していきたいと思っています。家庭、職場、地域で自分らしく生きることが出来る男女共同参画社会を目指し、これまでの考え方にとらわれず、気づいたことから少しずつ意識を変え行動していきましょう。

発行者 （公財）ふくい女性財団

〒918-8135 福井市下六条町14-1  
福井県生活学習館（ユニー・アイふくい）2階  
TEL: 0776-41-4254 FAX: 0776-41-4260  
E-mail: fujho-zai@iaa.itkeeper.ne.jp  
URL: http://www.f-jhosei.or.jp