

ワクワク・ライフ・バランスで
 いい時間の使い方、そしていい人生を

総務省では毎年6月23日～29日を「男女共同参画週間」とし、市でも男女共同参画の理解を深めようと取り組んでいます。今年のキャッチフレーズは「そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。」[ワクワク・ライフ・バランス]の2つです。



男性にとっての「男女共同参画社会」とは

「男女共同参画」というと、言葉から固いイメージを持つかもしれません。しかしその目的は、これまでの固定的な性別役割分業の意識から自由になり、一人一人が自分らしく生きるための柔軟な考え方を持つことです。

周囲が期待する「男らしさ」を気にして、弱みを見せることができないなどの意識が重荷になり、生きづらさを感じることはないでしょうか。

「男性は仕事」「女性は家事や育児」という性別役割分業は、男性が地域生活で孤立し、家庭生活で身の回りの状況を理解できないことにもつながります。

全ての人が「男らしさ」「女らしさ」の重荷から解放され、誰もが、幸せに暮らすために協力し合いながら、より生きやすい社会づくりに取り組んでいきましょう。



教室に入りたい気分 (前編)

わたしが出会った一人の少女のお話です。
 小学2年生の後半から、こゆきさん(仮名)は教室に入れなくなり、残されて食べることはなかった。彼女は担任に決まらなかった春休み、私は担任に会いに行きました。医師は設問に答えた彼女から繰り返し出てくる給食へのマイナスイメージに触れました。「時間内に食べきれずにみんながごちそうさまをした後、残されて食べることは彼女には辛かったのかもしれない。先生はどういうやり方をしますか」と尋ねられました。私が「時間がきたら、給食が残っていてもそこで終わりです」と答えると、「それはいいですね」と笑みを返されました。

4月、始業式後の担任発表を聞いて、こゆきさんは日記に「わたしはやったあとに思いました。はじめての男の先生だから、ちょっときんちょうじです」と書いてくれました。久しぶりの登校から3日間、午前中を保健室で過ごしました。彼女なりに新たな学年で自分を奮

い立たせていたのでしよう。その後欠席が続く、私は授業のプリントを持って家庭訪問を続けました。玄関を開けるとその日使う予定だったリコーダーが赤いランドセルからのぞいていました。今朝も行く準備をしていたのです。学習を済ませ、私が帰るときはお母さんと玄関を出て見送ってくれるこゆきさんでしたが、続けての訪問はストレスになるかもしれないと思い、1日空けるようにしました。

5月に入り、彼女は週2日という目標を立て、保健室登校を再開しました。給食はかなり少なめに用意しましたが、まったく手を付けようとはしませんでした。そのうち一緒に食べたいという子どもたちが出てきたので、本人の了解を得て保健室で給食時間を過ごすようになりました。表情から緊張が取れ始めた頃、「もう給食を見てもお腹痛くなかる」と話しかけると、こゆきさんは笑顔でうなずきました。保健室を出て図書室にも友だちと行くようになりました。けれど、教室棟には決して足を踏み入れようとはしませんでした。(次号後編へ続く)

新型コロナウイルス対策と称したなりすましなどの詐欺にご注意を

事例 「〇〇市コロナ対策室です。市では、お子さま1人当たり3万円の助成金をお配りしています。銀行口座に振り込みますので番号を教えてください」と電話がかかってきた。(女性)

アドバイス

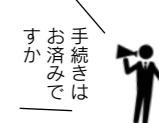
新型コロナウイルス対策を悪用し、市役所などの公的機関や携帯電話会社などになりすまして、個人情報や口座情報を詐取しようとする事例が見られます。「助成金があるので個人情報や口座情報を教えてほしい」などと電話やメールで連絡がきたら詐欺です。



冷静に対応しよう
 対応せず、絶対に口座情報や暗証番号を教えたり、キャッシュカードなどを渡したりしないでください。

相談は 消費生活センター ☎33-8277 へ

手続きを忘れると…
 早めが肝心！ 国民年金



手続きしないと、年金の受取金額が減少したり、受け取れなくなったりすることがあります。

被保険者は3種類

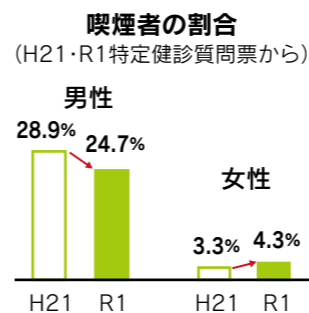
- ① 第1号…日本に住所がある20歳以上60歳未満で、②・③でない人
- ② 第2号…原則65歳未満で厚生年金の被保険者
- ③ 第3号…②の配偶者で、その②に生計を維持されている20歳以上60歳未満の人

こんなときにはこんな手続きが必要

- ・20歳になった → ①の資格取得
- ・退職した → ①の資格取得(扶養する配偶者も)
- ・配偶者である②の扶養から外れた → ③から①へ種別変更(厚生年金加入は職場で②へ変更)
- ・海外に居住する → 任意で①の継続加入

※手続きは年金事務所や市役所・支所へ

たばこと生活習慣病



左図を見ると、10年間で市の男性の喫煙者は減少しているものの依然4人に1人程度は喫煙しており、女性の喫煙者は増加傾向にあります。たばこ関係がある病気は、肺がんなどのがん以外にも COPD(慢性閉塞性肺疾患)、心臓病、脳卒中、

歯周病などの生活習慣病があります。特に COPD は、長期間にわたる喫煙が原因で肺に炎症が起り、肺の中の空気の流れが悪くなる病気ですが、WHO(世界保健機関)では「予防や治療ができる病気」ともいわれています。

COPDの進行を食い止めるために

COPDは右図のように進行します。その予防と治療は禁煙です。禁煙治療には健康保険が適用される場合があります。禁煙が難しいと感じている人は、禁煙外来のある医療機関へ相談してみましょう。

