

わたしの未来はわたしが創る

ありーて

2023.3
22号

特集

自分らしく生きる……………p2

～仕事と介護の両立を考える～

■高岡市男女平等推進プラン(第2次)後期事業計画…p5

■高岡市DV対策基本計画(第3次)……………p6

■セピア色の写真から/加茂 なぎさん……………p7

■センター活動登録団体紹介 ほか……………p8



「ありーて」は自分の力で問題を解決していくイギリスの童話「ありーて姫の冒険」の主人公の名前です。



自分らしく生きる

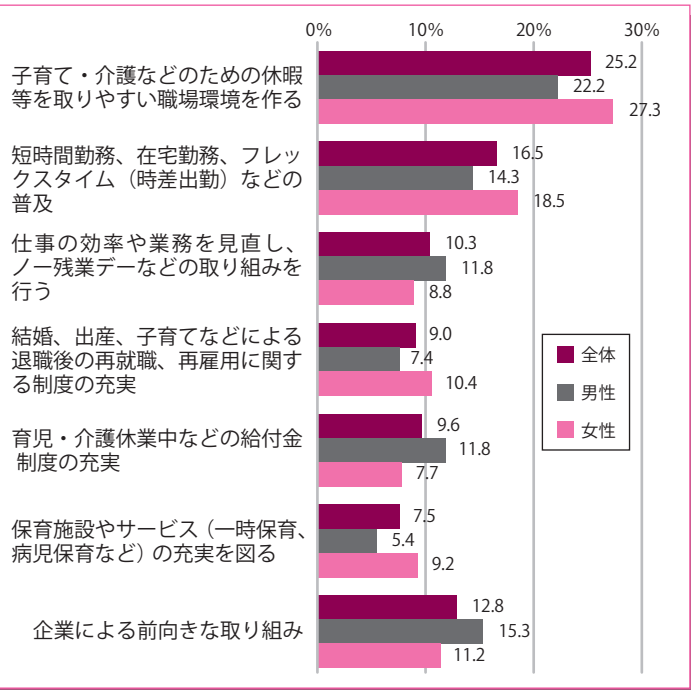
～仕事と介護の両立を考える～

高岡市では、高岡市男女平等推進プラン（第2次）後期事業計画の重点的な取り組みの一つに「仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）の推進」を掲げ、市民、地域、事業者が協力し合い、全ての人々がいきいきと暮らすことができる社会を目指し取り組みを進めています。

企業に向けた働きかけとして、ワーク・ライフ・バランスの推進に積極的に取り組む事業所を「ワーク・ライフ・バランス推進事業所」として認定し、事業所の取り組みを支援しています。

推進事業所では勤務体制や休暇制度等を見直すなど、従業員がやりがいをもって働き、また充実した生活が送れるよう、職場環境の整備に努めておられます。

【仕事と生活の調和の実現に必要なこと】



令和3年度に高岡市が実施した、男女平等・共同参画に関する市民への意識実態調査の結果では、仕事と生活の調和の実現に必要なことの問題に対して「子育て・介護などのための休暇等を取りやすい職場環境を作る」が全体の回答のうち25.2%、「短時間勤務、在宅勤務、フレックスタイムなどの普及」16.5%、「企業による前向きな取り組み」12.8%の順となっています。

仕事と生活の調和の実現に必要なこととして、働きやすい職場環境の整備が求められていることがうかがえます。

現在、高齢者人口の増加とともに、介護を必要とする方も増えています。家族の介護に直面した際には、仕事との両立が難しく離職せざるを得ない状況になることがあります。家族に介護が必要になっても、自分自身が望む形で働き自分らしく生きることができるよう、仕事と生活の両立について考えてみませんか。

仕事と介護が両立できるよう働きやすい職場づくりに積極的に取り組んでいるワーク・ライフ・バランス推進事業所と働きながら家族を介護している方にお話を伺いました。

高岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所認定事業

「高岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所」認定制度では、以下の4つの認定要件の区分のうち3つ以上の区分を実施している事業所を認定しています。

- ① 働く意欲がわく職場づくり
- ② 心と体の健康づくり
- ③ 家庭と仕事のバランスづくり
- ④ ワーク・ライフ・バランスを実現するための独自の取り組み



ワーク・ライフ・バランス推進事業所は、これまでに72事業所が認定されています。（令和5年2月末日現在）
取り組み内容は、高岡市のホームページでご覧いただけます。

ワーク・ライフ・バランス 推進事業所



丸進商事株式会社
代表取締役
塚田 高史さん

丸進商事株式会社では介護用品の卸売りや工場の管理請負、人材派遣などの事業を展開し、地域の活性化に向けた活動にも積極的に取り組んでいます。

従業員の働きやすい職場環境を大切に行っている塚田社長にお話を伺いました。

■働きやすい職場づくりに心がけていることは

従業員の生活に合わせて働けるよう出来るだけ柔軟な勤務体制に取り組んでいます。家族を介護する従業員についても介護休暇の制度を設け、半日単位や時間単位で休暇が取得できるようにしています。状況に応じて介護休業も取得可能で、60日間取得した従業員もいます。

休暇の取得だけでなく勤務時間の短縮や始業時間、終業時間の繰り上げ、繰り下げなど柔軟に対応し、仕事と介護が両立できるように

しています。従業員から、突然休暇の申し出があった場合にも対応できるように、普段から情報共有を行うこと、また従業員の配置に配慮することも必要だと考えています。

これまでも、家族を介護する従業員から希望を聞いて勤務時間を変更したり、事前にわかれば残業にならないよう配慮してきました。また、従業員本人が入院した際には、職場復帰にむけてその従業員と配属部署と双方の希望を聞いたうえで配置換えをしました。従業員の配置換えは、他の業務を覚えるきっかけにもなり、従業員のスキルアップにも繋がるので前向きに捉えています。

最近、新型コロナウイルスの濃厚接触者となった従業員がリモートワークを行いました。従業員で家族の介護が必要になった場合にもリモートワークを活かすことも考えていきたいと思っています。

また、当社は、福祉関係の会社でもあるので、従業員の介護に関する悩みはよく共感でき、それが職場環境の整備にも繋がっていると思います。従業員へは、介護に関する制度や関係機関などの情報を提供するなど適切に対応しています。

■ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて

会社として地域活動に積極的に参加したいと考えています。従業員に伏木曳山祭「けんか山」や富山マラソン、福祉施設の行事への参加を促しています。

また、従業員もそれぞれ趣味をもっているので、働き方を工夫することでプライベートの時間も充実していくものと思います。

家庭の生活が楽しく充実していないと、仕事にも影響があると考えています。従業員には「仕事を楽しく」その根幹として「家庭も楽しく」を大切にしてほしいと思っています。

ワーク・ライフ・バランス 推進事業所



社会福祉法人くるみ
理事長
岡本 久子さん

社会福祉法人くるみでは、乳幼児から児童までの発達支援や放課後デイサービス、生活介護、生活相談など利用者とその家族に寄り添い支援に努めています。

職員が、利用者の方々により良い支援ができるよう職員間のコミュニケーションを大切に、働きやすい職場づくりに取り組んでいる岡本理事長にお話を伺いました。

■働きやすい職場づくりに心がけていることは

「くるみ」では、利用者の幸せだけではなく、職員の働き方もとても大切に思っています。たとえば、1時間単位で休暇が取得できるようにしていますが、職員が休暇を取っても職場がまわるようにしないと、休暇を取得しにくくなってしまつため、職員は基準より多く採用しています。

また、社会保険労務士からの社会保険などに関する情報を職員に周知し、職員間の情報共有も密にするようにしています。

情報を共有することで職場の風通しが良くなり、職員の急な休暇に対しても他のスタッフ間で補いやすくなります。さらには、必要時は、すぐにお知らせを出し早めの適切な情報提供で、利用者にも風通しのよい職場環境であると感じてもらおうように努めています。なぜそのような環境を重視しているのかというと、お互いの思いを共有することで、信頼関係を築いていくことができると思うからです。

■利用者やその家族には、どのような思いで利用してほしいですか

利用者は主に「障がい」という診断を受けた人たちですが、障がいに対する地域等の理解は、残念ながら、まだ進んでいないと感じています。

理解不足は二次障がいを引き起こしたり、不登校になる子どももいます。周囲の理解が得られないのではという不安から、周囲に助けを求めることが出来ない保護者もいます。

また、障がいの兄弟児の中には、このような環境にあるのは自分だけではないかと思いついてしまう子どももいます。そんなときにも施設を利用することで、自分と似た境遇の家族の存在を知ることができます。

障がい児の育児のため、離職する母親もいます。社会と分断され自分らしい生き方を諦めてしまうことがないよう、くろみではそのような状況を変えていきたいと思っています。



■地域の方々との関わり方は

こども食堂、地域の方も参加できるイベントを開催して、地域との交流を大切にしています。

利用者の中には、障がいの特性から集団行動が苦手だったり、大きな音などにも敏感だったりする人がいます。そのような方は災害時の避難場所がとて大きなストレスとなることがあるので、当施設が災害時避難場所としての役割も担えるよう非常用電源の確保もしています。

障がいをもつ子どもが大人になっても、第三者のサポートを受けながら、その人らしく生きていけるよう伴走者としての役割を担っていきたくと思っています。

私の介護

体験記



戸佐 雅子さん

仕事と介護のバランスをとりにながら日々時間をやりくりしている戸佐さん。現在の生活の様子や気持ちをお話しくれました。

■仕事と介護の両立

6年前、県外に一人で暮らしていた実家の母の体調の異変に気づき、家族の了解を得て同居をはじめました。

現在は、要介護2の母と夫、息子と娘（専門学生・中学生）、私の5人暮らしです。

私の仕事は週5日間で勤務時間は平日午前9時から午後2時半までです。母は、週4日デイサービスをj利用しています。母が自宅に一人で過ごす時間をなるべくつくりたくないよう、デイサービスの利用時間と勤務時間が重なるよう工夫しています。

また、急な休暇の取得にも対応してもらえるように勤務先に母の介護をしていることを伝えていきます。

現在は、勤務先の介護支援の制度を利用することなく、自分で短時間の仕事を選んでいきます。

■家族の助けや近所のつながり

いつも母は、デイサービスで入浴していますが、デイサービスのない日は私と娘で入浴の介助をしています。夫や息子も気が付いたことを手伝ってくれます。

また、県外の大学へ通う娘も帰省した時は、世話をしてくれるなど

家族全員で協力しながら母を見守っています。私も一人で抱え込まず、家族に相談し頼ることで気持ちに余裕が生まれています。

近所の方々にも現在の我が家の状況をオープンに話しています。母のことを心に留めて、折々に声をかけてくださいます。日常の挨拶やたわいない会話を通してコミュニケーションが生まれ、自然な見守りにつながっていることに感謝しています。

また、自分のリフレッシュも大切です。月に1度、休暇を取り友達と会っておしゃべりするランチの時間をつくっています。最近のことですが、子どもたちに母のことを任せて、夫との一泊旅行も行ってきました。

職場や地域（近所）の理解、家族の協力によって、仕事と母の介護の両立ができていくように感じています。

インタビューを終えて

介護は、家族や周りの方の支えが大切だと感じました。

ひとりで抱え込まず、周りの方の理解と協力を得ることで、仕事と生活の両立ができ、自分らしく生きることが繋がるのではないのでしょうか。

高岡市男女平等推進プラン(第2次)

後期事業計画

～男女が一緒になって活躍できる社会を目指して～

高岡市では、高岡市男女平等推進プラン(第2次)後期事業計画に基づき、「男女が一緒になって活躍できる社会」を目指して、4つの基本目標、11の重点課題、24の施策の方向から取り組みを進めています。

計画期間 令和4年度～令和8年度

施策の体系

基本目標Ⅰ

あらゆる分野において、
男女が平等に参画できる環境づくり

重点課題1

政策・方針決定過程への男女平等・共同参画の推進

- 市の施策・方針決定過程への共同参画の促進
- あらゆる分野での方針決定過程への共同参画の促進

重点課題2

固定的な性別役割分担意識等による慣行等の解消

- あらゆる場における男女平等・共同参画の視点・気運の醸成や配慮
- 多様な選択を可能にする教育、学習等の充実

重点課題3

地域活動の場での協働や男女平等・共同参画の推進

- 市民の参画への支援
- 参画とまちづくりの総合的な連携の推進
- 地域防災における男女平等・共同参画の推進

基本目標Ⅲ

個人が尊重され、
能力が発揮できる環境づくり

重点課題7

あらゆる人に対する人権の尊重

- 人権尊重を進める教育・学習の推進
- 人権擁護体制の推進
- 困難な状況にある人に対する支援の整備・充実

重点課題8

あらゆる暴力的行為や虐待等の根絶

- 配偶者等からの暴力の防止
- 虐待や迷惑行為の防止

重点課題9

国際化社会における理解と交流

- 外国籍市民との共生
- 国際的な女性問題等への理解と国際交流の推進

重点課題10

男女の生涯を通じた健康支援

- 健康管理・保持増進のための支援
- 妊娠・出産等に関する健康支援

基本目標Ⅱ

仕事と生活の調和が保たれ、
男女がともに活躍できる環境づくり

重点課題4

仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の推進

- ワーク・ライフ・バランスの普及・啓発
- 子育て・介護支援の整備・充実

重点課題5

働く場における女性の活躍支援

- 新規採用・起業・再就職の支援
- 女性の能力開発・育成の促進
- 雇用の場における男女平等の視点の促進

重点課題6

家庭・地域活動における男女の相互協力の推進

- 男性の家事・育児・介護等への参加促進

基本目標Ⅳ

計画の総合的な推進

重点課題11

プランの総合的推進

- 男女平等・共同参画の理解・促進
- 推進体制の充実・強化

重点的に取り組む施策

【施策・方針決定過程の場での女性登用の促進】

- 市の審議会等の委員への女性の登用
- 家庭・地域などで残る男性主体の慣行を解消

【仕事と生活の調和の推進】

- ワーク・ライフ・バランス推進事業所と連携した啓発の推進

【地域活動での男女共同参画の推進】

- 地域組織での女性の登用、女性リーダーの育成
- 男女が参画できる環境の整備

【全ての人が活躍できる社会の構築】

- 多様な性のあり方などへの理解の促進

* 計画は、高岡市のホームページでご覧いただけます。

高岡市DV対策基本計画（第3次）

計画目標

被害者の立場に立った支援と暴力を生み出さない社会の実現に向けて

DV（ドメスティック・バイオレンス）は、決して許されるものではなく、重大な人権侵害です。DVは、家庭内で行われることが多いことから潜在化しやすく、周囲も気が付かないうちに暴力がエスカレートし、被害が深刻化しやすいという特性があります。また、被害者やその子どもの心身に深い傷を残します。

高岡市DV対策基本計画（第3次）に基づき、相談体制の充実や配偶者等からの暴力防止と被害者の自立支援等の取り組みを強化します。

計画期間 令和4年度～令和8年度

基本目標と主な取り組み

基本目標Ⅰ

暴力を生み出さない意識づくりの推進

- ▶ 幅広い年齢層を対象にDVに関する正しい理解の促進に努めます。
- ▶ 小・中・高校生などの若い世代へのデートDVなどの予防啓発を推進します。

基本目標Ⅱ

身近で安心して相談できる体制の充実

- ▶ 安心して相談できる窓口が身近にあることを、あらゆる機会を通じて周知していきます。
- ▶ 緊急に避難を必要とする被害者等が安全に一時保護されるまでの緊急避難場所を提供し、更なる安全の確保を図ります。

基本目標Ⅲ

被害者の自立を支援する体制の強化

- ▶ 住宅の支援や就業に関する情報提供など、被害者のニーズに応じた生活再建に向けた支援を行います。

基本目標Ⅳ

暴力を許さない高岡ネットワーク

- ▶ DV防止や被害者への適切な支援を行うため、警察や女性相談センター、児童相談所などの関係機関や民間支援団体との連携・協力を強化します。

暴力の種類

◆ 身体的暴力

- 平手でうつ • 足でける • 首を絞める など

◆ 性的暴力

- 性的行為を強要する • 避妊に協力しない など

◆ 精神的暴力

- 暴言を吐く • 無視する • 「別れるなら死ぬ」と脅す など

◆ 経済的暴力

- 生活費を渡さない • 仕事に就くことを許さない など

* 計画は、高岡市のホームページでご覧いただけます。

男女平等推進センター相談室（相談無料、秘密厳守）

専任の女性相談員がDVや家庭・職場の悩みごとなどについて、電話相談、面接相談に応じています。ひとりで悩まないで、安心してご相談ください。

【相談方法】 電話相談、面接相談（予約が必要です）

◆ 相談時間

月・火・水・金	9:30～16:30
木	14:00～20:00

※相談業務は電話・面接ともに、土曜、日曜、祝日、毎月第4月曜、年末年始は休み

【専用ダイヤル】 ☎ 0766-20-1811

セピア色の 写真から

せのため人のため、
自分も楽しんで！
スマートに90余年を生き抜く

加茂 なぎさん

(一九二九年)

高岡市横田町に生まれ、博労町に嫁ぐ。
趣味の踊りで高岡市の芸術文化の振興に尽力され、次々と依頼される会長職にも労を惜しまず、職務を全うする。世のため人のためになる活動を自らも楽しみながら続けてこられた加茂さん。波乱万丈の人生をスマートに生き抜く姿を紹介しよう。



【日舞との出会い】

加茂さんの人生の柱は日舞。正派若柳流師範名取 若柳香である。
小学3年生の時に踊りと出会い、

その場で習いたいと思ったという。

「私の父母は、子どもは人さんに育てていただく、月謝を払って社会の人(専門家)にお任せするという考え方でしたから、すぐにお稽古に通わせてくれました」と話す。

以来、中学生で名取となり、80余年もの時を踊りとともに生きてきた。その間、育てた弟子や孫弟子は数えきれない。

「みんな何十年と踊りを続けている。弟子に恵まれて、それが私の幸せ」と微笑む。

踊りを通して、加茂さんが高岡市の芸術文化の振興に努めた役割は大きい。中でも「万葉集全20巻朗唱の会」では、朗唱者の衣装を中心となつてプロデュース。デザインから必要な材料の調達、制作までの一切を行い、衣装は寄付している。

【博労小学校のためにを胸に…】

(博労校下連合婦人会会長)

初めて顔を出した博労町婦人会の会合で会長に選ばれ、右も左も分からないまま出席した校下の連合婦人会では、その場で会長選が行われ、「なぜか私が会長になっていった。突然選ばれて真っ青になった」と話す。そこから加茂さんの連合婦人会会長職がスタートした。

連合婦人会では「とにかく校下の婦人会だから、学校のためになることをしよう」と毎月定例会を開き、学校祭ではバザーを開催、住民運動

会ではフォークダンスを披露した。

「みんなで話し合つて、協力し合つて実行することは楽しかった。副会長がよく助けてくれたし、PTAの皆さんの協力が本当にありがたかった」と当時を振り返る。

【男女平等を意識するきっかけとなった日本銀行貯蓄推進委員会】

(同連絡協議会富山県会長)

昭和30年代のこと、日本銀行が全国に貯蓄推進委員会を設立。加茂さんは高岡市の依頼を受けて委員となる。

同会設立の目的は、人生生活設計という考え方を市民に浸透させることで、委員の役割はその考え方に於いて勉強し、啓蒙活動を行うことであつた。加茂さんは、その役割を担うために、東京で開催される研修会に参加することとなつたが、そこで初めて使うコンピュータに驚いて、真っ青になつた。

研修内容は、将来どんな暮らしをしたいか具体的な生活の計画を立て、それをコンピュータでシミュレーションするといったもので、加茂さんは、「大変興味深かった」と語る。

東京から帰ると、貯蓄推進委員会全国連絡協議会の富山県会長に推され、その時も驚いて真っ青になつた加茂さんは、「ダメです。私は一主婦ですよ」と強固に断つたが、担当者「これから教育しますから」の

言葉に負けて、しぶしぶ引き受けることになつた。

しかし、それからの加茂さんの活躍には目覚ましいものがある。地元博労町を皮切りに、県内全域を講演して回つた。

当時、女性で自分名義の通帳を持つていた人は少なかつたという。そこで加茂さんは、女性たちに自分名義の通帳を持ち、月に1000円でもいいから預金することを提案した。各講演会場では「いいことを聞いた」「主人とお金について話し合おうと思う」などの声がかれ、博労町では多くの女性が預金をスタートさせた。

加茂さんは「あれが私にとつての男女平等を意識したはじまりかな」と振り返る。こうした啓蒙活動が評価され、その後大蔵省(現財務省)と日本銀行から表彰された。「大変名誉なことであつた」と笑みをこぼす。

【踊りで培った対応力】

これまで様々な任務を全うしてこられた対応力は、どのように身に付けられたのだろうか。

「踊りのおかげ。あれができない、これができないではなく、どう立ち向かうかというものの考え方が鍛えられた」と加茂さんは凛とした表情で話した。



高岡市男女平等推進センター 活動登録団体紹介

高岡市倫理法人会

倫理法人会は、実行によって直ちに正しさが証明できる純粋倫理を基底に経営者の自己革新を図り、心の経営を目指す人々のネットワークを拡げ、共尊共生の精神に則った健全な繁栄を実現し、地域社会の発展と美しい世界づくりに貢献することを目的とした団体です。

倫理法人会は富山県内に7つの単会を有しており、高岡市は「高岡市倫理法人会」が活動しております。

毎週水曜日朝6時より、高岡市戸出町にある



「コドモとオヤのコミュニティ広場 ippo」にて経営者モーニングセミナーを開催しております。皆さまのご参加心よりお待ちしております。

高岡民主商工会婦人部

「民商婦人部」は敗戦の荒廃からの祖国再建、生活保護、重税反対の運動から全国の中小業者が力を集めて結成した全国商工団体連合会から生まれました。全商連婦人部協議会の中の「高岡民主商工会婦人部」なのです。自営業の家族従業員は経営を法人という会社経営にしない限り、正当な労賃が認められません。働き分を「人間の労働として認めよ」の要求を「業者婦人の地位向上」署名運動に結実させ、1990年には40万署名の力で「女性起業家に対する支援」「家族従業員の実態把握等」を男女共同参画プランに盛り込むことができました。1999年施行された「男女共同参画社会基本法」は業者婦人の希望となりました。集約された要求は税制の改正を要求する「所得税法第56条廃止」として全国各地の自治体、国会への請願運動を消費税減税、インボイス反対とともにがんばっています。

あなたの団体・グループも男女平等推進センターの活動登録団体に登録しませんか？

男女平等推進センターを拠点として、男女平等・共同参画を推進する市民団体・グループの活動を支援します。

高岡市のホームページで、登録方法や現在の登録団体・グループを紹介しています。

編集員 ひとことメッセージ

◎大川 昭子

『セピア色の写真から』の取材で加茂なぎさんのお話をうかがって、「目の前の出来事、課題に目をそむけず、やれることを精いっぱいやる。時にはチャレンジもして」と、これからの人生の目標ができました。編集の仕事は「出会いが魅力」と再確認もできました。出会いに感謝です。

◎加藤 洋子

争いや病など暗い報道が続く昨今ですが、この「ありて」が発行される頃は明るい展望が望める社会であってほしいとの願いを込めつつ、編集の一端を担いました。

◎中田 洋子

今年度のテーマは仕事と介護の両立。私もその道中に迷い込んでいる一人です。今回、自宅介護の方への取材がかない、共感できること多々ありました。久しぶりに読み返した本の冒頭の一節「今朝、目が覚めたとき あなたは今日という日にわくわくしましたか？」（世界がもし100人の村だったら）そうありがたいです。

◎師橋 定代

「ワーク・ライフ・バランス」や「働き方改革」という言葉をよく耳にするようになりましたが、お互いのワーク・ライフ・バランスを保つには先ず、お互いのことを知ることから。自分とは違う環境にある方の存在、取り巻く環境を知ることによって、今までの見方が少し広がる寛容な社会に繋がれば…そんな思いで取材をさせて頂きました。

高岡市男女平等推進プラン情報誌「ありて」は、男女平等・共同参画の推進を目的に、公募による市民編集員が企画・編集しています。

ありて キャラクターデザイン：山崎 可奈さん

発行／高岡市男女平等推進センター

〒933-0023 富山県高岡市末広町 1-7
(ウイング・ウイング高岡 6階)

電話／0766-20-1810 FAX／0766-20-1815

E-mail／gec@city.takaoka.lg.jp

ホームページ／

<http://www.city.takaoka.toyama.jp/gec/kurashi/kyodosankaku/center/index.html>

「ありて」の感想をお寄せください

- ◆ QRコードから
- ◆ E-mail／gec@city.takaoka.lg.jp
- ◆ FAX／0766-20-1815

いずれかの方法でお願いします。



「高岡市男女平等推進プラン情報誌 ありて」は、2024年3月発行号よりメールでの配信を開始します。メール配信をご希望の方は、件名に「ありて メール配信希望」とご記入のうえ高岡市男女平等推進センターEメールに空メールをお送りください。