MATSUE

笑顔で自分らしく

プリエール情報誌 特別号

＊プリエールとは松江市男女共同参画センターの愛称です。
フランス語で願い・祈りの意味を持ち公募によって決まりました。

吉岡佐和子さん

大塚敬子さん

成瀬明子さん

あなたの Happy が 大きなチカラに

山下慶子さん(中央)

林 みちこさん

大塚真理子さん

奥井美代子さん

川井香織さん

漢東 愛さん

ー今を素敵に生きる女性を紹介ー

座談会〈テーマ〉

笑顔で「自分らしく」いるには？
～「女性が輝く社会」を考える

◆出席者
♡大塚真理子さん
特定社会保険労務士
・大塚真理子行政書士会保険労務士事務所長

♡奥井美代子さん
農業

♡川井香織さん
川井香織建築設計事務所一級建築士

♡司会・男女共同参画センター

すべての経験があって、今の自分がある

■司会―大塚さんは開業して17年だそうですが、現在のお仕事に就いたきっかけは何ですか。
■大塚―勤めはしていたものの明確な目標もなく、30 歳を前に生き方にすごく迷っていました。その頃、父に「何か資格を取ったら」と言われ、勧められるがままにまず、行政書士の資格を取りました。何もない自分が社会で生きていくには国家資格しかないと思って。
■司会―奥井さんはなぜ農家に。

■奥井―小学生の頃は給食のおばちゃんになりたくて。大学卒業後、調理関係の職場に入りました。会社の環境や人間関係が嫌で３年で辞め、同じく調理の仕事を見つけたのですが、結局、就職はやめて 26 歳半ばから実家にいました。農家にはならないと思っていたけれど、母が体調を崩し、私が母の畑を受け継ぐことにしたんです。専業農家になることに父は最初、反対しましたが、一人で始めました。３年になります。
■司会―川井さんは小さい頃からの夢をかなえたんですよね。

■川井―小学４年生で自分の部屋をもらってインテリアに興味を持ったのがきっかけです。工業高校の建築科を出て工務店に就職しました。同期で女子は私一人。女性は中で仕事をしていればいいという感じで、私だけ作業服をもらえなかったのですが、社長に「作業服を下さい。現場に出して下さい」と直訴して。３年間、現場監督を経験し、設計事務所に移りました。24 歳で結婚、翌年に出産して、家事や子育てをしながら働いて、１級建築士の資格を 29 歳の時に取って独立しました。来年、10 年です。

大切にしたい 家族や友人、地域のつながり

■司会―それぞれ、今の自分にたどり着くまでに色んな困難があったと思いますが、どう克服してきましたか。
■大塚―この業界はベテランが多く、男性社会でしたから、まず早く表に出なければと思い、資格を取ってすぐ開業したんです。何も知らなくて、最初は仕事も収入もなくて、何度も落ち込みました。そんな時に出会った業界の先輩が、仕事のこと、心の持ち方など、親身にたくさんのヒントをくれました。その人のおかげで前に進めて、少しずつ顧客や仕事の種類を増やしてきました。現在では正社員を雇い、日々仕事に励んでいます。

トラクターで作業する奥井美代子さん

■奥井―畑もトラクターも母のを受け継いで、恵まれたスタートでした。農繁期は３カ月休みなし、朝５時から夜まで仕事です。草取りは面倒だし、道具は重いし、臭うものも扱うし大変なことはたくさんあるけれど、私の作った野菜がいいと言ってくれる人がいることが一番の支えです。母の野菜を買ってくれていた方で、娘の私の野菜を買い続けて下さる人もいます。農家の女性たちはみんな強くて芯があって、見習う部分が多いですね。母の畑だから、周囲の農家も子どもの頃からの知り合いで、おじさん、おばさん達が皆、大切にしてくれます。

■川井―困難はあったのかもしれないけれど、ずっと楽しかったですね。壁にぶつかっても気付かなかったのかも。いつの間にか蹴飛ばして進んできたような。現場が好きだったし、髪振り乱して独立まで頑張れたのも、若かったからかな。建設業界は女性が少なく、家庭と仕事を両立させているようなモデルとなる女性の先輩もいませんでしたが、やってできないことはないって思っていました。３年前に島根県内の建設業で働く女性の会を作ったのですが、やはり会社でモデルになる女性がいなくて将来に不安を感じていたり、圧倒的に男性が多い世界で、更衣室やトイレがないとか、つながってみると、いろんな悩みがあるのだと知りました。

住宅設計のアドバイスをする川井香織さん

生き方や働き方など自分で選択できる社会に

■司会―女性が輝く社会とはどんな社会だと思いますか。

■大塚―いま言われているのは、働くこと、結婚して家庭を持つことが前提になっている気がします。いまの社会では女性は夫や家族、生活が仕事に影響しやすい。「女性が輝く」だけでは解決しないし、女性は盛り上がれないかもしれない。

■奥井―友人には専業主婦、家庭と仕事の両立に悩む人、独身の人、子どもができない人などいろんな人がいます。みんなすごく頑張っているのに、少子化と言われて肩身の狭い思いをしたり、サポートも十分じゃない。そんな中で「女性が輝く」と掲げて同じ方向を向きなさいと言われると「無理」という人が出ても仕方ない。でも、その人たちを置き去りにしたら、意味がないですよね。

■川井―女性の活躍推進などと言われていますが、役職をつけるだけじゃなくて、その人が本当に働きたいのか、子どもが小さいうちはそばにいたいと思っているのか、生き方や働き方をもっと自分で選択できる社会になるといいと思います。「活躍」って、働くことだけじゃない。いろんな活躍があると思います。

今しかできないこともある
できることを一生懸命取り組めば、それが自然と力になり未来に反映される！

事務所で仕事に取り組む大塚真理子さん

■司会―同じ時代を生きる女性たちへ一言。

■大塚―どんな状況にあっても目標を持つことが大事だと思います。働く女性に限定すると、「働いている時はその道のプロになってほしい」。仕事は３時間でも５時間でも全身全霊で。真剣に一歩ずつキャリアを積んで、自分ができることを積みかさねていくことが大切だと思います。あと、時には落ち込むこともありますが、長くは続かないし、いつか上昇するから。長い人生の中でそういう堪え忍ぶ時期というのもあっていいと思います。

■奥井―やりたいことをやってみる。会社を辞めるとき、いざこざがあってすごく嫌だったけれど、一歩、何かをなぎ倒す勢いでやってみたら案外、できた。昨年、結婚したのですが、もし子どもができたら産む直前までトラクターに乗っていたいですね。身近にモデルになる人がいないので自分が前例となってもいいと思う。

■川井―困難はあまりなかったように言いましたが、私もたぶん、いろいろあったはずなんですよね。その時その時の自分を、いい自分も悪い自分も受け入れる事ができていたんだと思います。女性が輝くためには、男女ともに働きやすい、生きやすい社会になるといいなと思います。

■司会―女性の数だけ考えや立場もあります。ぶつかったり転んだりしながらも、楽しそうに、ニコニコして頑張っている女性たちがいるというのは、それだけでも励みになります。自分らしくいられる工夫や努力を楽しんでいる姿は活き活きと輝いて周囲まで明るく元気にしてくれます。ハッピーな笑顔は家庭、職場、地域のなかで大きなチカラになることでしょう。

私達の可能性は無限大！

吉岡 佐和子（よしおか さわこ）さん

株式会社山陰合同銀行古志原支店
支店長

松江では初めての女性支店長。女性も自信を持って一歩踏み出せるような環境づくりを目指している。

充実感を得られる働き方を提供

支店長になり責任も増えましたが、女性の視点からお取引先様にご提案したりする機会もあり、お客様のお役にたてるよう日々勉強中です。支店長になるということは、ある意味自分の理想とする「気持ちよく働く環境」を作ることができるわけです。一緒に働く仲間にとって、明るく、楽しく、ドラマティックな勤務時間を提供することが私の役割だと思っています。

自分を信じて　～まず、やってみる！

女性は男性よりも人生のターニングポイントが多く、結婚、出産、子育て、介護等、いろいろな場面で人生の選択がありますが、現在は仕事を続けるという選択も当たり前になっています。その選択肢の先には、管理職への登用など、新しいステージも用意されていて、自分の可能性も広がっています。

せっかく可能性は広がっているのに、その前に係替えや新しい業務に対し、「無理です、できません。」と放棄せず、あるがままに受け入れて、いろいろな状況、変化に対応できる訓練をしておくことが大切です。

その積み重ねが活躍につながると思います。

あなたの笑顔の源は何ですか？

お客様と行員の笑顔

＊私が笑顔になれる瞬間は、お客様に様々な角度から“ありがとう”と言っていただくことです。仕事を通したHappyの連鎖はお客様や行員の笑顔からもらいます。

子育て中でも堂々と胸をはって飛び込める社会へ

漢東 愛（かんとう あい）さん

株式会社　ベルシステム24
ブランチマネジメント本部
松江ソリューションセンター
ＦＨＲグループ　人事担当

仕事と子育ての両立で悩んだことも。働き方を変え乗り越えた経験が自信となっている。

ワーク・ライフ・バランス

現在八〇〇名の従業員を抱えるコールセンターの人事部門に所属し、採用戦略や人材運用の企画をしています。

今、ようやく家庭と仕事とのバランスがうまくとれるようになったところです。

入社当時は家庭に一番重きを置いておりましたが、次第に任される仕事が増え、仕事を抱え込んでしまった事から、入社5年目頃家庭と仕事のバランスがうまく取れなくなって悩んだ時期がありました。やはりバランスを取らなければ長く勤めていくことはできないと感じ、仕事の効率化を進め、メンバーを信頼して仕事をドンドン任せていきました。

子育て中でも堂々と胸を張って飛び込める社会へ

やはり大きなライフイベント（結婚・出産）があると、働き続けることに不安を感じます。しかし、会社が理解を示しながら働ける環境を提供することで、女性は力を発揮していくことができることをベルシステム24で勤めている女性を見ていて強く感じます。

企業側が、そこで働く人のバックヤードの理解とワークライフバランスの重要性を理解すれば、男女を問わず企業への貢献度が高くなると思います。まだまだ力を秘めた女性はたくさん潜んでいます。是非その力が十分発揮できる社会となるように、ベルシステム24もその一端を担っていけるように尽力してまいります。

あなたの笑顔の源は何ですか？

笑顔で働いている姿

＊面接を担当させていただいた方が、笑顔で楽しく働いている姿を見ると本当にうれしくなります。１人でも多くの方にベルシステム24で働くのが楽しいと感じていただきたいです！

頼って乗り切る

林 みちこ（はやし みちこ）さん

島根大学嘱託講師

松江にUターンし2013年2月 子育て環境の充実を支援する住友生命の「未来を強くする子育てプロジェクト」で女性研究者の支援を受賞

キャリアを活かせる松江に

地方都市でのスローライフを送っていることについては満足しています。しかし、年齢が高くなれば会社や役所への正規雇用ということは難しく、今後の生計に不安を抱いています。「年齢制限を設けない都市」というのは日本には存在しないのでしょうか？U・Iターンを促進するなら、年齢制限がある公的機関正規職員の応募を思いきって50歳まで引き上げるなど、キャリアを積んだ人を呼び戻すほうが得策では？と感じます。年齢制限もジェンダーも、あらゆるダイバーシティ（多様性）を許容する。実現したら大変な話題になりますね。

頑張りすぎない

両立している人は、頑張り過ぎず周りの人の協力をありがたく受け、大事な時期を乗り切っていただきたいです。一方で「今は子どもと共に過ごしたい」と家庭に入るお母さんがいても良いと思います。

あなたの笑顔の源は何ですか？

好きな音楽と筋トレ

＊元気な男の子の子育ては体力勝負。ということで最近、ジムでの筋トレとスピニングバイクに熱中しています。好きな音楽を聴きながらのトレーニングは無心になれる唯一の時間であり、代謝も心拍数も上がって体調がよくなり、笑顔が増えました。

一人で抱え込まないで

成瀬 明子（なるせ あきこ）さん

NGO団体職員

看護師歴10年、CAPスペシャリスト歴10年親子リズムサークルサポーター歴14年東京生まれ埼玉育ち。家族は名字の違う夫、子ども5人、猫1匹。2012年、長い間続けてこられた子育て支援の活動が身を結び、「こっころ」大賞を受賞。

親子のふれあいの場づくり

子育ては思い通りにいかないことの連続です。特に乳幼児期の子育ては親も初めてのことばかりで不安も大きく、怒ってばかりの自分に自己嫌悪になったり、子どもがかわいいと思えない自分に落ち込むこともよくありました。生活環境、経済状況、夫婦関係や理解者の有無などによって子どもに向かう気持ちが変化することも感じました。人によって抱えているものはさまざまです。でも、人は誰でも自分の問題を解決する力を持っていると信じています。親子リズムサークルのチラシを見て参加したママが「ここに来てなかったら、子どもと引きこもってどうなっていたかわからない」と笑って話してくれたときに、この活動をしていて本当によかったと思います。

もっと笑顔を増やしたい

子育て子育ちには、たてよこななめの人間関係が必要だといいます。ママたちの横の関係づくりだけでなく、大先輩のおばちゃんたちともつながって、ななめの関係づくりも楽しんでいきたいと思っています。

「2015年4月ニューヨークにて核廃絶行動」（中央）

あなたの笑顔の源は何ですか？

心が通うおしゃべり

＊世の中の事や子育ての悩みなども美味しいものを食べながら心が通うお喋りすると気持ちが軽くなって元気が出ます。

小さい頃からの夢を実現

山下 慶子（やました けいこ）さん

松江市消防本部/松江市北消防署
救急救命士

女性ならではの気づかいで人の気持ちに寄り添い患者さんにホッとしてもらえるような救命士をめざしている。

なりたい自分に！

高校生の時に救急救命士に出会い、興味を持つようになりました。初めは『救急救命士』ってなんだろう?と思っていたのですが、いつの間にか「なんだろう?」が「なりたい!」に変わっていました。

母は「自分で選んだことだから」と肯定的でしたが、父には「女には無理」だと反対されました。でも、自分がやりたいと思ったことなので、反対も気にせず自分のやりたい道を選びました。

市民の命を守る救急救命士

できる仕事・やりたい仕事が増えていく中で自分自身の成長とつながり、とてもやりがいがあって充実しています。患者さんなどの中には男性には話しにくい事を抱えておられる方もいらっしゃるので、女性隊員がもう少し増えてもいいと思います。私としては、人の気持ちに寄り添えるような、あなたに来てもらって良かったとホッとしてもらえるような救命士になっていきたいです。

一歩踏み出す勇気

人生は一度しかないので、いろいろと試してみてもいいと思います。やりたいことやなりたいものがあるならそれを持ち続けた方がいいと思います。中でも重要なことは【踏み出す勇気】だと思います。救急救命士になろうと決めて一歩を踏み出す時、ものすごい勇気が要りました。今振り返ってみると、あの時ちゃんと勇気を出して本当に良かったと思います。

あなたの笑顔の源は何ですか？

仲間や頼りに感じてくれる存在

＊私を支えてくれる仲間や家族、そして私を頼りに感じてくださる人たちの存在です。

「好き」なことが最大のチカラに

大塚敬子（おおつか けいこ）さん

カフェ経営

子どものころからお菓子作りに興味を持ち、ivi cafeカフェをオープン。2009年にはインテリアショップSPILAL DESIGNSTOREを併設させ馬潟町に移転オープンした。

お客様へのおもてなし

『ｉｖｉ』がイタリア語で「そこに。その時に。その場所に。」という意味があります。カフェがお客様それぞれの憩いの場所になればいいと思いこの名前にしました。

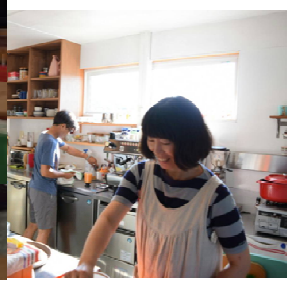
美味しい珈琲をお出しする、お料理を作る、心地よい空間を創ることを心がけています。

一瞬一瞬を大切に

大好きなことを毎日続けてゆけることが、何よりも有り難いです。今日は今日しかなく、今は今しかないと思うので、一瞬一瞬に気持ちを込めて大切に過ごしてゆこうと思っています。

お客様との出逢いや物との出逢い、例えば古い本やアンティークの器など、全てのことに感謝してやっていけたらいいと思っています。

■ivi cafeはご夫婦で



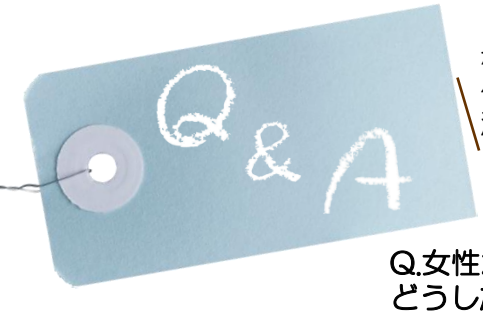
あなたの笑顔の源は何ですか？

この仕事をして喜びを感じる瞬間

＊お客様が、この空間を心地よく感じてくださって、お料理や珈琲を召し上がられて喜んでくださるのが本当にうれしいです。

■松江で活躍する女性紹介

詳しい記事はhttp://www1.city.matsue.shimane.jp/shiminsoudan/danjyo/katuyaku_womens.html



株式会社アイナロハ
代表取締役
渡辺 大地さんに聞きました

Q.女性がいきいきと暮らすには
どうしたらよいのでしょうか？

渡辺 大地さん

〖プロフィール〗

1980 年北海道札幌市生まれ。2011 年に株式会社アイナロハを設立し、2012 年より「産後サポート“ままのわ”事業を開始。年間 1000 人以上のご夫婦への父親学級講師をつとめる。
札幌市立大学非常勤講師。所沢市男女共同参画審議会委員(2013･2014 年度)
〈著書〉
『産後が始まった！』『お産とオッサン。-SANGO ON FIRE!-』
「産後手帳」シリーズなど

株式会社アイナロハ
http://www.ainaloha.com/

まずは自分がどうなりたいのか明確に言葉にしてみる

「女性が自分らしくいきいきと暮らす」というのが、いったいどういう暮らしや生き方を意味するのかをはっきり言葉にしないといけないと思います。
なぜなら、人によって、その意味が違ってくるため、仕事に情熱を燃やすのが自分らしいという人もいれば、子育てをするのが自分らしいという人もいるし、勉強をすること、趣味を持つこと、結婚しないこと、それぞれ自分らしさの定義が違います。

そんな中で、最近よく言われる「女性が輝く」という言葉は、どうやら「母親として、仕事と家庭を両立し、しかも夫をたてる」のを良しとしているように感じますが、それは果たして、女性全員の思いと合致しているでしょうか。

人にはそれぞれの生き方がある 他人と比較しないこと

まずは、女性が自分にとっての「自分らしくいきいきと暮らす」ということはどういう状態をいうのかを知ることと、それをパートナーがいる人はパートナーとシェアすることが最優先。社会は「自分らしくいきいきと暮らす」は百人百様であって、社会が決めることではない、という前提を持つことが重要です。

＼知りたい情報を知りたい人へ／

▸女性応援ポータルサイト
子育て、仕事、起業、健康など女性を応援する情報満載です。
http://www.gender.go.jp/policy/sokushin/ouen/index.html

あなたがあなたらしくあるために･･･
ひとりで悩まないで 話してみませんか

●女性相談（電話又は面談）
女性相談員があなたと一緒に考えます
《松江市男女共同参画センター》
相談専用☎0852-25-2602
《松江市家庭相談室》0852-55-5210
《島根県女性相談センター》0852-25-8071

松江市21世紀ウィメンズプロジェクト

matsue womens project

☆地域のために何かやってみたい、でも何をしたらいいのか、一人では…。
☆視野を広げたい、ネットワークを広げたい
☆自分に自信を持ちたいなどなど

あなた女性の一歩を応援します

〖学び・スキルアップ〗

プロジェクト会議

メンバーの情報交換やプロジェクト全体の活動について提案等をしています。

リーダー塾

キャリアデザインや企画力、プレゼン力など様々なスキルを身につけるための講座や行政課題やまちづくり等について学んでいます。

〖実践活動・交流〗

グループ活動

まちづくりとして取り組みたいテーマでグループをつくり、活動します。

〖これまでの活動紹介〗

nico＊cafe

素敵な女性の体験を聞きながら、参加者同士の“縁”を深めニコニコとなるロールモデルカフェです。

ゆかたdeまちあるき

浴衣はやっぱりいいですね♪普段見る景色まで変わって見えるようです。まちあるきを通じて松江の魅力発見＆発信をしていきます。

朝　活

写経やヨガなど朝に活動しております。松江に朝の文化ができればいいなと思いながら今後も活動していきます。

情報発信

「松江☆暮らしパーフェクトナビ」では松江の素敵なキラキラ女子を紹介するなど、情報発信をしています。

＊これまでの活動等、詳しくは、ホームページをご覧ください http://matsue-wp.com

随時募集しています！

〔対象〕市内在住・在勤・在学の満 18 歳からおおむね 40 歳までの女性　（高校生を除く）
〔申込先〕　松江市 21 世紀ウィメンズプロジェクト事務局（男女共同参画課内）
TEL0852-32-1196 fax0852-32-1191
mail matsue-wp@city.matsue.lg.jp
〒690-0061 白潟本町 43 番地　市民活動センター3 階

松江市は「男女共同参画」を推進します
能力　個性　活かせる社会へ

編集・発行〔平成 27 年 10 月〕
松江市男女共同参画センター
〒690-0061　松江市白潟本町 43 番地(スティックビル 3 階)　TEL 0852-32-1190　FAX 0852-32-1191
E-mail:danjo@city.matsue.lg.jp