

女性活躍推進法が成立しました！

平成27年8月、「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律（女性活躍推進法）」が成立しました。

国では、2020年までに指導的地位に占める女性の割合を30%程度とする目標の達成に向け、さまざまな積極的改善措置（ポジティブ・アクション）をたてており、これまでも女性の継続就業や再就職支援等の取組みに努めてきました。一方、各事業主におけるポジティブ・アクションは、自主的取組みとして位置づけられてきました。

女性活躍推進法は、事業主の自主的取組みに委ねられてきたポジティブ・アクションの実効性をさらに高めるため、女性の活躍の場の提供主体である事業主に対し、女性の活躍に関する状況の把握や課題の分析、行動計画の策定、情報公表を義務づけるものです。

Q 対象は？

A 国や地方公共団体、従業員301人以上の大企業は、行動計画の策定、届出、社内周知、公表が義務。300人以下の中小企業は努力義務です。

Q 行動計画とは？

A 採用者に占める女性比率、勤続年数の男女差、労働時間の状況、管理職に占める女性比率などについて把握、課題分析した上で作成する女性の活躍推進に向けた行動計画です。計画期間、数値目標、取組内容、取組の実施時期を盛り込みます。

Q いつまでに？

A 法の施行日である平成28年4月1日までに行動計画を策定し、公表します。

第4次男女共同参画基本計画が策定されました！

国では、男女共同参画社会基本法に基づき、男女共同参画基本計画を策定し、男女共同参画社会の形成の促進に関する施策を総合的・計画的に推進しています。

平成27年12月に、「第4次男女共同参画基本計画」が閣議決定されました。計画の内容についてご紹介します。

◆目指すべき社会

- ① 男女が自らの意思に基づき、**個性と能力を十分に発揮できる、多様性に富んだ豊かで活力ある社会**
- ② 男女の**人権が尊重**され、尊厳を持って個人が生きることのできる社会
- ③ **男性中心型労働慣行等の変革等**を通じ、**仕事と生活の調和**が図られ、男女が共に充実した職業生活、その他の社会生活及び家庭生活を送ることができる社会
- ④ 男女共同参画を我が国における最重要課題として位置づけ、**国際的な評価**を得られる社会

◆4次計画で改めて強調している視点

- ①女性の活躍推進のためにも男性の働き方・暮らし方の見直しが必要不可欠なことから、**男性中心型労働慣行等を変革し**、職場・地域・家庭等あらゆる場面における施策を充実
- ②**あらゆる分野における女性の参画拡大**に向けた、女性活躍推進法の着実な施行やポジティブ・アクションの実行等による**女性採用・登用**の推進、加えて**将来指導的地位**

へ成長していく人材の層を厚くするための取組みの推進

- ③**困難な状況に置かれている女性**の実情に応じたきめ細かな支援等による女性が安心して暮らせるための環境整備
- ④**東日本大震災の経験と教訓**を踏まえ、男女共同参画の視点からの**防災・復興**対策・ノウハウを施策に活用
- ⑤女性に対する暴力の状況の多様化に対応しつつ、**女性に対する暴力の根絶に向けた取組みを強化**
- ⑥**国際的な規範・基準の尊重**に努めるとともに、国際社会への積極的な貢献、我が国の存在感及び評価の向上
- ⑦地域の実情を踏まえた主体的な取組みが展開されるための**地域における推進体制の強化**

◆数値目標

4つの政策領域（「あらゆる分野における女性の活躍」「安全・安心な暮らしの実現」「男女共同参画社会の実現に向けた基盤の整備」「推進体制の整備・強化」）ごとに数値目標を定めており、例えば、男性の育児休業取得率を、国家公務員、地方公務員、民間企業いずれも、平成32年に13%としています。

仕事と子育てで忙しい毎日、
おいしいコーヒーをいれて
ゆっくりしよう！

おいしいコーヒーをいれてみませんか

石井康雄さんを講師にお招きして、おいしいコーヒーのいれ方を
教えていただきました。
今回は、酸味があるエチオピア、コクと甘みがあるグアテマラの
2種類のコーヒーをいれました。



講師の石井康雄さん
(Mighty steps coffee stop オーナー)



**1 豆を量る
同時にお湯
を沸かす**
コーヒーの分量は
100cc で10g
200cc では20g



2 豆を挽く
削ると酸化が始まるので飲
む直前に削る。挽くスピー
ドは速すぎなければ良い



**3 ドリッパーに紙の
フィルターをセットする**



**4 ピッチャーに
お湯をいれる**
ポットからピッチャー
に移すことで100度か
ら93度へ下がる
88～93度が美味しい
コーヒーになる



**5 ペーパーを
少し濡らす**
お湯が落ちきる前に
粉を入れてならず



**6 お湯を
数回に分けていれる**
最初は120ccまで注ぎ、以降水位が1/3下
がったら50ccまで注ぐを繰り返す。最後
まで落としきらないようにする
それぞれの工程は概ね30秒、全体通して
2分でいれるのが雑味のない美味しいコー
ヒーの目安



7 コップに注ぐ
注ぐ前にサーバーを回し
て濃さをならす

中央区では
育児・家事をする男性を
応援しています

イクメン講座は、子育て中のパパを対象に年3回土曜日の午前中に開催しています。
これまで、「ベビーダンス」「子どもの事故防止」「離乳食づくり」「スマホで撮る写真のコツ」
などさまざまなテーマをとりあげてきました。
これからも子育てや家事の参考になる楽しい講座を企画していきます。ぜひご参加ください！



ベビーダンス

パパと赤ちゃんのベビーダンス・タイム
平成26年7月19日(土)
講師：篠崎菜穂子さん
(ベビーダンス協会認定インストラクター)



子どもの事故防止

いざという時にあわてないための
「子どもの事故防止と蘇生術の知識」
平成26年9月20日(土)
講師：草川功さん(聖路加国際病院小児科医長)



離乳食づくり

パパもチャレンジ！
離乳食づくり
平成27年2月7日(土)
講師：藤井遊子さん(中央区保健所管理栄養士)

報告 女性のための再就労支援講座
キャリア講座（充実コース）

10月7日(火)、8日(水)に、キャリア講座のひとつとして、日浦敬子さんを講師にお迎えし、パソコンスキルを学ぶ回が開催されました。会場は京華スクエアにある中央区ハイテクセンターのパソコン研修室です。

「ブーケ21」では、10年以上にわたり、再就労を希望する女性を支援するため、さまざまなテーマで講座を開催してきました。参加者から、事務で求められるパソコンスキルを学びたいといった声が多くあり、今年度はワードやエクセルなどビジネスで使用するパソコンソフトの使い方を学ぶ内容を初めて取り入れ開催することになりました。

1日目の基礎編は、ワードやエクセルの活用方法や知っている便利なショートカットキーの使い方などを学び、2日目は応用編ということで、ビジネスメールの書き方、ワードの変更履歴の機能やエクセルの関数などを学びました。

初めて開催する内容でしたが、大変反響が大きく、受付を開始してすぐに定員に達しました。今後もパソコンスキル習得に向けた内容を取り入れて講座を開催していきたいと考えています。



日浦敬子さん

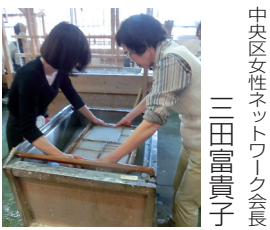


報告 平成27年度 中央区男女共同参画
リーダー研修「小川町」

10月14日(水)、中央区との共催で男女共同参画リーダー研修が行われました。研修先は、昨年11月にユネスコ無形文化遺産に登録された、細川紙の里、埼玉県小川町。爽やかな秋晴れのの下、参加者を乗せたバスは午前8時30分に中央区役所を出発し、最初の訪問地である久保昌太郎和紙工房へ。女性の立場で和紙作りに携わってこられた久保みどりさんから和紙の原料や道具について、また伝統工芸を守っていくための苦労や課題などを興味深く伺うことができました。

午後は埼玉伝統工芸会館で和紙作りについてのビデオ鑑賞、施設見学、そして世界でたったひとつの「my和紙」に挑戦した紙漉き体験。童心に戻り、賑やかな楽しい体験教室でした。

小津和紙の西本幸宏さんから「和紙の歴史について」学んだ事前研修、またその後の事後研修と3回の研修にも関わらず真摯に取り組む参加者の皆さんと有意義な時間を共有できたことは、大きな収穫だったと思います。



中央区女性ネットワーク会長 三田富貴子

報告 男女共同参画セミナー
**働く女性のキャリアアップ
 ～仕事で輝くための意識と働き方～**

10月19日(月)、20日(火)に東京都労働相談情報センターとの共催で、公益財団法人21世紀職業財団客員講師の林久美子さんを講師にお迎えし、男女共同参画セミナーが開催されました。

講座はワークを中心に進められ、1日目は「ライフイベントとキャリア形成」のシートに自分や家族の年齢と出産、子育て、介護などのライフイベントを書き込む作業をしました。2日目は、職務経歴書をつくり、これまでの仕事や習得したことの中から現在の自分に影響したことなどを確認しました。さらにキャリアの価値分析を行い自分が大切にしている価値を確認した上で、初日のシートに将来の目標とそれを実現するためのプランを記入していききました。女性はライフイベントが多いため、それらと目標達成を両立する手立てを事前に考えておくことが大切だということです。

計4時間という短い時間でしたが、参加者の皆さんは作業を通して自分にとっての価値やライフイベントを見据えながら、自分らしい生き方、働き方を描いていました。



林久美子さん

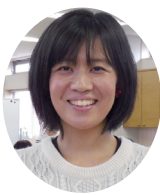


報告 ほっと一息 私らの時間
**素敵な時間の過ごし方
 ～水引で季節を感じ新しい年を迎える準備を～**

奇数月の第3水曜日の午前中に開催する、「ほっと一息私らの時間」。11月は、EzumiKigiriさんをリーダーにお迎えし、これからの時季に何かと出番の多い「水引」を使ったポチ袋を作りました。最初に、見本を何点か見せていただきました。その作品が実に可愛らしくて皆さん興味津々です。その後、「あわじ結び」や「梅結び」の組み方などについて教えていただきました。

さて、いよいよ作品づくりです。水引の色やポチ袋の柄もそれぞれ選び、個性的です。皆さん、真剣に取り組んでいて、一時、部屋中がシーンとなり、託児中のお子さんたちの泣き声も気にならなくなっているようでした。

出来上がった作品はどれもセンス良く器用に仕上がっていて、お互いに見せ合って楽しんでいました。小さいながらも日本的な作品に、お母さんたちからは「短時間で心のこもったものが手作りで出来てうれしい」と感想がありました。子育て真っ最中のお母さんのいい息抜きになったのではないのでしょうか。



mizuhikigirl さん



事業協カスタッフ 橋谷信代



右 小谷津光子さん
左 荒木美都子さん



11月18日(水)に、仕事や子育て・介護など生活のさまざまな場面で役立つ「傾聴」を学ぶ講座が開催されました。講師にはNPO法人PLAの小谷津光子さんと荒木美都子さんをお迎えしました。

傾聴とは、心を込めて相手に寄り添い、耳を傾けて気持ちを聴くことです。傾聴するための態度には、相手のありのままを受け入れる「受容」と相手との気持ちを共有する「共感的理解」が大切です。また、日常会話とは違うということを意識する必要があります。例えば、会話をするうえで理性的なもう一人の自分を傍らに置いて、自分自身の感情が上下しないようにするのも一つの方法です。

傾聴を続けていくと、聴く側は自分を抑えて話をするためストレスが溜まってしまうので、それを発散する場などをもった方が良いとのことでした。

最後に参加者同士ペアになって「傾聴に興味をもったきっかけ」をテーマに「話す人」「聴く人」の両方を体験し、感想を全員でシェアしました。

報告
男女共同参画講座
「聴く」ではじまる会話力
〜生活に役立つ傾聴講座〜



澤田忍さん



12月9日(水)、日本アンガーマネジメント協会ファシリテーターの澤田忍さんを講師にお迎えして、怒りの感情のコントロールについて学ぶ講座が開催されました。

仕事や子育て、介護など日常生活でイライラすることは誰にでもあることですが、怒りの感情は、必要のあることには上手に怒り、必要のないことには怒らないようにコントロールできるそうです。「コントロールの秘訣は3つ。1つ目は怒りの感情のピークは6秒であることから、まずは6秒をやりやすことです。2つ目は怒りは相手との価値観のギャップからくることから、自分と異なる価値観でも許容範囲を広げる努力をすること。3つ目は怒りの原因について自分の力で変えられること変えられないこと、自分にとって重要であることないことを見極め、行動をコントロールすることです。」

怒りは伝染しやすく、力の強い人から弱い人へ、立場が上の人から下の人へと連鎖すること。怒りをコントロールして自分のイライラを減らし、怒りの連鎖を断ち切りたいものです。

報告
男女共同参画講座
「イライラ」とうまく向き合おう
〜怒りの感情をコントロールする秘訣とは〜

平成 28 年 2 月・3 月の講座ご案内

*会場は男女共同参画セミナーは中央区役所、その他は女性センター「ブーケ21」です。
*募集は広報紙「区のおしらせ中央」発行後です。詳しくは広報紙「区のおしらせ中央」をご覧ください。

講座名	日時	講師	内容	対象など	区のお知らせ掲載号
男女共同参画セミナー 「派遣法改正でなにが変わる？ これからのハケンの働き方」 主催：中央区 東京都労働相談情報センター	2月8日(月) 午後6時30分から 8時30分	石渡豊正さん (弁護士)	「派遣労働の基本と新しい期間制限を理解しよう!」 ・労働者派遣法の概要 ・労働者派遣の期間制限の見直し	勤労者・その他テーマに関心のある方・各回60名(先着順)・無料	1月11日号
	2月9日(火) 午後6時30分から 8時30分		「新しい制度を積極的に活用しよう!」 ・労働契約申込みみなし制度 ・雇用の安定とキャリアアップの措置 ・均等待遇の推進		
男女共同参画講座 仕事に差がつくスキル、 プレゼン力を高めよう! 「分かりやすく相手に伝える! 説明力アップ講座」	2月25日(木) 午後6時30分から 8時30分	池田絵里さん (一般社団法人教育コミュニケーション協会認定講師)	説明力を身につけて、職場でのコミュニケーション力や、仕事の効率アップを図りましょう。	主に就業中の女性で関心のある方(区内在住・在勤・在学者優先)・30名(先着順)・無料	1月21日号
ひなまつり ロビーコンサート	3月3日(木) 正午から午後1時	女性センター「ブーケ21」利用者団体などが出演	女性ネットワーク会員及び女性センター利用者が演奏を披露するほか、雛祭りに合わせたさまざまな作品で1階ロビーを飾ります。	どなたでもご覧いただけます・無料	掲載なし
キャリア相談 <small>託児 定員あり</small>	① 2月18日(木) ② 3月10日(木) 午前9時30分・10時・10時30分・11時(午前10時・10時30分は託児優先)(各回1名)	栗原知女さん (キャリア・コンサルタント、シニア産業カウンセラー)	一人ひとりの状況に応じた個別相談をキャリア・コンサルタントが担当します。	結婚、出産・育児、介護等のため退職した方など、就職を希望する女性(先着順)・無料	12月21日号

*講座の申込みは電話またはファクスで受け付けます。電子申請で申込み場合は区のホームページからお申込みください。http://www.city.chuo.lg.jp/ 申込・連絡先：女性センター「ブーケ21」 TEL 5543-0651 FAX 5543-0652

募集

事業協力スタッフ養成講座企画

男女共同参画講座・講演会のご案内



今年度、「ブーケ21」では事業協力スタッフ養成講座を実施しています。

今回、その集大成として養成講座参加者の企画による講座・講演会を開催します。ぜひご参加ください！

タイトル	講座 スウェーデンの女性活躍に学ぶ、日本のこれから	講座 「時間がない！」から抜け出そう ～プロから学ぶ！人生の満足度を 上げる時間管理テクニック！～	講演会 子どもたちの「声」 聞こえていますか？
日時	2月18日(木) 午後7時～8時30分	2月21日(日) 午後2時～4時	2月26日(金) 午後6時30分～8時30分
内容	「スウェーデンから見た日本」をサロン形式でお話いただきます。 女性の社会進出、それを支える男性の役割や子育てへの参加など…日本でいう「イクメン」についてもお話をいただきます。 	1日24時間、誰にでも平等に「時」は過ぎていきます。仕事や育児でも役立つテクニックを知ることによってタイムマネジメント力を磨き、「ゆとり」を取り戻しませんか？ 	今、家庭や学校に自分の居場所を見つけれない子どもたちが増えています。子どもたちのSOSに気づいていますか？私たちにできることはないか？地域の皆さんで考えていきましょう。 
講師	アダム・ベイェさん (スウェーデン大使館 広報文化担当)	滝井いづみさん (オフィス・フォントナ代表)	仁藤夢乃さん (女子高校生サポートセンター colabo 代表)
会場	女性センター「ブーケ21」		
対象	区のお知らせ1月11日号をご覧ください	区のお知らせ1月21日号をご覧ください	区のお知らせ2月1日号をご覧ください

館長雑記

歳月の中の男女共同参画

▶この情報誌が発行されると間もなく、東日本大震災から5年の歳月が流れることとなります。少しずつではあっても「復興」が具体的な形として目に見えてきたまちもようやく出てきました。移転先の住宅の完成、防災拠点や防潮堤の竣工など、まちは大きく変わりつつあります。▶被災後の5年間を乗り切り、「復興」を推進するために、「男女共同参画」が大きな力を与えていること、特に女性の持つ力が大きな役割を果たしていることは、すでにこの欄でも記してきました。「家族の生活」だけでなく、「産業復興」の場面にも、漁村のコミュニティで女性たちを中心に自力で作った加工場や流通のしくみがあり、そのよい例になるでしょう。▶避難所の毎日、仮設住宅の日々、産業復興、新天地での新生活、どれをとっても、「非日常的」だった筈のありようがこの5年の間に「日常的」になってしまいたい。いま、「男女共同参画」の精神こそ、日常に根づくことが期待されるのです。(松川淳子)

「ブーケ21」女性相談をご利用ください

配偶者や恋人からの暴力(DV)をはじめ、仕事や家庭、生き方など、女性のさまざまな悩み専門相談員がお応えします。ひとりで悩まず、お気軽にご相談ください。

相談・予約電話番号 03-5543-0653 (相談無料、秘密厳守)

電話相談(予約不要) 毎週月曜日 10:00～16:00 (ただし祝日、年末年始を除く)

面談相談(予約制) 毎月第1・5水曜日 第4火曜日 10:00～16:00
毎月第2火曜日 第3水曜日 15:30～20:30
(ただし祝日、年末年始を除く) *託児付(要予約)
上記以外の時間でも、女性センター開館時は予約を受け付けます。

女性センター「ブーケ21」へ来てみませんか？

「ブーケ21」は男女共同参画を推進し、一人ひとりが自分らしく生きることができる地域社会をめざす拠点施設です。女性、男性どなたでもお気軽にお越しください。

〒104-0043 東京都中央区湊一丁目1番1号
電話番号 03-5543-0651
ホームページ <http://bouquet21.genki365.net/>
◆開館時間 午前9時～午後9時(12月28日から1月4日までと臨時休館日を除く)

- 東京メトロ日比谷線・JR京葉線 八丁堀駅下車 A2・B3出口徒歩3分
- 都バス「東15」(深川車庫前～東京駅八重洲口/豊洲駅前・明石町経由) 鉄砲洲下車 徒歩3分
- 江戸バス「南循環」鉄砲洲下車 徒歩3分
- 入船三丁目下車 徒歩3分
- 「北循環」八丁堀駅下車 徒歩3分

