

お気軽に
どうぞ

アルザにいがた「男性電話相談」

職場の人間関係、家族のこと、夫婦のこと、DV、生きかたなどについて男性の相談員が相談に応じます。

第4火曜日 18:30~21:00 電話:025-246-7800
(第4火曜日が祝日の場合はホームページでご確認ください。)

アルザにいがた主催講座のご案内

*アンコンシャスバイアスについて考える講座

講師:宮本 美穂さん (一社)アンコンシャスバイアス研究所認定トレーナー
日時:8月24日(土)10:00~12:00

会場:万代市民会館 4階 403・404大研修室

対象:どなたでも30人

保育:6人(生後6ヵ月から就学前まで)要申込

※対象、保育ともに応募多数の場合は抽選

申込:8月12日(月・祝)までに電話(025-246-7713)

または「新潟市オンライン申請システム e-NIIGATA」へ

※電話受付時間 8:30~17:30(土日及び祝休日は除く)

e-NIIGATA ↓



◇相談に携わる方のための講座

日時:9月7日(土)14:00~16:00

会場:万代市民会館 4階 403・404大研修室

対象:各種相談に携わっている方(優先)、関心のある方50人

◇女性の生き方講座

只今企画中です♪

ジェンダーの視点から女性の生き方について学びます。

10月開催予定です。

◇マークの講座は、詳細が決まり次第、アルザにいがたのホームページやメール配信「アルザ情報」等でお知らせします。

メール配信「アルザ情報」

講座情報等を月1回のペースで配信しています!ぜひご登録ください。

alza@city.niigata.lg.jp

←件名を「アルザ情報希望」としメールを送ってください♪

本文は不要です。受信後、確認の返信メールを送付します。

土日及び祝休日を除き、3日後までに届かない場合は、お手数ですがアルザにいがたままでご連絡ください。

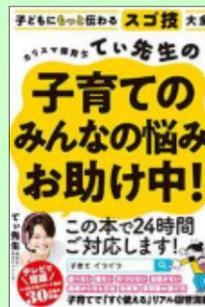


情報図書室より男性の子育てに関する本をご紹介します



やってよかった育児パパ -日本人のパパがスウェーデンでたどり着いた男女平等教育
谷沢 英夫/著 新評論

著者は50年以上スウェーデンで暮らし、自らの子育てを振り返ると男女平等が大きく影響を与えたと述べています。日本よりも男女平等が進んでいるスウェーデンの社会を学ぶことができ、幼児期から男女平等を教育することの重要性を説いています。



カリスマ保育士てい先生の子育てのみんなの悩み、お助け中!
てい先生/著 ダイヤモンド社

SNS や YouTube など膨大に寄せられる子育ての悩みに現役男性保育士が答える本です。生活習慣・しつけ、褒め方・叱り方などケースごとにまとめられていて読みやすく、経験と実践から導き出す的確な回答は子育てに悩む親の心に余裕が生まれる一冊です。



ポストイクメンの男性育児
妊娠初期から始まる育児のススメ
平野 翔大/著 中央公論新社

改正介護・育児休業法により男性の育児環境は大きく変化したが、仕事と育児の両立困難、産後うつになるなど男性が育児しやすい環境が整っていない現状を述べています。産業医・産婦人科医である著者は、今後の男性育児には「支援」が必要であり様々な解決策を提言しています。



男の子をダメな大人にしないために、親のぼくができること
「男らしさ」から自由になる子育て
アーロン・グーヴェイア/著、上田 勢子/訳 平凡社

「有害な男らしさ」とは「男なら我慢しろ」や「泣いてはいけない」といった男性を縛る性規範です。ジャーナリストで3人の男の子の父親である著者は、こうした性規範から解放し、個人の特性を生かして自分らしく生きるよう育てることが次世代の男性像を変えると述べています。



アルザにいがた情報図書室は、
新潟市図書館のカードで貸出ができます。

開室日時:月~金曜 10:00~17:30

休室日:土日および祝休日、第1水曜、第4月曜(第4月曜が休日の場合は翌日も)、年末年始(12/29~1/3)、蔵書点検期間

男女平等をともにすすめる情報紙



2024年7月 vol.59



特集:パパの子育て



アルザにいがた

発行/新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」
新潟市中央区東万代町 9-1 万代市民会館内
電話:025-246-7713 8:30~17:30 土日及び祝休日を除く
URL:https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/danjo/alza/
E-mail:alza@city.niigata.lg.jp

「アルザ」は、「志気を高める」、「高揚」という意味のスペイン語の「alza(アルサ)」が語源。開館5周年の公募で決定、センターが男女共同参画について意識を高める場であってほしいという願いが込められています。



アルザにいがた X (旧 Twitter)
講座情報や新着図書情報、職員が日常で感じたジェンダーに関することをつぶやいています。コメントやいいね、お待ちしております♪



情報紙のご意見・ご感想をEメールでお寄せください。



パパの子育て

◆子育て中の男性の声

イマドキのパパのリアルな声をご紹介します。

子育てにかかわっているパパほど子どもと行ける場所がネタ切れ
パパ同士で情報交換したいな

他のパパがどのような考えを持って、日々家事・育児をしているのかを知りたい

ママが助かることをしたい
ママをひとりにする時間を作ってあげたい

保育園の行事に参加したいけど、ママが参加することを前提とした内容が多い

子育てに一生懸命になると夫婦間のコミュニケーションが少なくなるような気がする

子どもにとって
パパは遊んでくれる人
ママはお世話してくれる人
になってないかな

※アルザいがた講座参加者・企画委員の声などより

◆パパの家事・育児参画の必要性

医療が進んだ現在でも出産は命がけで、個人差はあるものの、妊娠した女性は、妊娠中から様々な心身のトラブルに見舞われます。そして、出産時の身体へのダメージは交通事故に例えられることもあるほど非常に大きく、産後もそのダメージの後遺症を抱えながら育児を行うこととなります。また、妊娠中の女性の約10%、産後の女性の10~15%前後にうつ病のリスクがあるとの研究・報告があります。うつ病の要因は、妊娠・出産に伴う女性ホルモンの大きな変化のほかに、周囲のサポート不足、妊娠中の不安などが挙げられています。さらに、妊産婦の精神的に不安定な状態は、子どもの発育・成長にも大きく影響するとも言われています。

家族のかたちが変わり、妊娠・出産・子育てにあたり、かつては当たり前だった親やきょうだい、地域の手助けが少なくなっている現在、パパの家事・育児の参画が大切です。

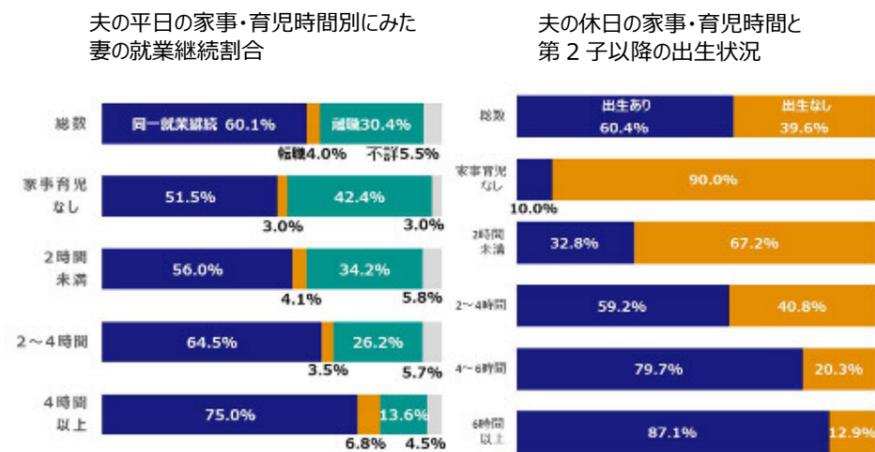
家事や育児はママがやるものと思いません、成長していく子どもの様子を間近で見られる育児時間を楽しみませんか。

◆パパの家事・育児時間は増えている？

令和3年の総務省の社会生活基本調査によれば、未就学児の子どもをもつ世帯における夫の家事関連時間（家事、育児、買い物等）は、土日を含む週全体の平均で1時間54分。前回調査（平成28年）と比較して31分増加しています。ただ、夫婦間の差は大きく、令和3年の妻の家事関連時間は7時間28分と、夫に比べて約4倍となっています。

背景には、**男性は仕事、女性は家庭という固定的な性別役割分担意識**のほか、男性は長時間労働になりがち、女性は家事や育児と両立しやすい非正規に偏りがちな働き方があります。

◆夫の家事・育児時間の長さは妻の就業継続割合や第2子以降の出生状況とも関連



（厚生労働省「第14回21世紀成年者縦断調査」(平成27年)より作成)

男性本人はもちろんのこと、家族、雇用する側、その他周囲の方にとっても、**男性の家事・育児の参画が当たり前**という社会となるよう、さらに機運を高めていきましょう。

9月にパパ講座を開催します！

～ 男性の生き方講座（子育て期）全3回 ～

パバスキル UP！幸せがふえる家事育児

①9月 1日（日）10:00～12:00 東地区公民館

「パパもできる！気軽に『作りおき』」

②9月 21日（土）10:00～12:00 万代市民会館

「暮らしを整え、心に余裕を～家事タスクの見える化と整理～」

③9月 27日（金）19:00～20:30 万代市民会館

「ぶっちゃけトーク パパの語り場」

※詳細・お申込みについてはホームページをご覧ください。

アルザいがた HP はこちら→



活躍する女性をご紹介します②4

今回は、助産師をはじめとした看護系専門職による女性の一生に寄り添う、出産育児サポートの会社を立ち上げた**横野朋恵**さんをご紹介します。

【PROFILE】



横浜市出身。新潟大学卒業後、佐渡総合病院・新潟医療センターにて助産師として勤務。2017年自身のふたご出産を機に、助産師でもふたご育てが壮絶であることと、地域の資源の課題を実感。ふたごでもラクに子育てできる社会づくりをしたい、と新潟大学大学院で女性の健康に関する学びを深め、母性看護専門看護師資格を取得。さらに、訪問看護や行政助産師も経験し、行政・病院サポートの限界を実感。枠組みに縛られることなく、とことん当事者目線で専門職が寄り添えるサポートをするには民間の力が必要！と

助産師・保健師・看護師・保育士が常駐する、女性支援の会社を設立した。

■ 出産育児サポートの会社を立ち上げたきっかけを教えてください。

最も大きなきっかけはやはり、自身のふたご育て経験です。さらに、ふたご、ひとり親、障がい児、医療ケア児などを含め、多くの当事者に会い、大変な状況にあるママやパパは自分で「たすけて」と言える状況にないと感じました。社会にもっと知ってもらわなければならない課題で、行政や医療福祉では補いきれていないのに、大変すぎて当事者は声を出す余力もない。と気づいたとき、だからこそ、社会に発信する代弁者が必要だと思いました。行政や医療からこぼれ落ちる当事者をサポートすることも、民間だからこそ自由に寄り添える！と会社設立に至りました。

■ 出産育児サポート事業の内容と大切にしていることを教えてください。

現在拠点ではママのためのデイクア&産後デイクアと居場所を中心に稼働しています。ほかにも一時預かりも可能で、24時間いつでも相談できるLINE相談と、顔を合わせたのオンライン相談、必要時は訪問サポートを行えます。フルオーダーメイドで、その人・その子が必要としているものを提供する、とことん寄り添うことを大切にしています。特にLINEは無料相談なので、助産師・看護師に聞きたいこと、吐き出したいこと、急な体調変化時に困ったときなど、いつでもどなたでも相談できるのがメリットです。思春期や更年期の相談・月経に関する相談などもお受けしています。

■ 夫婦で子育てする中で大切なことは何だと思えますか。

夫婦が同じ方向を向いて一緒に子育てができることです。ママもパパも対等に、同じ立場で子どもを迎え子どもの将来に向けて、「我が家の子育てで大切にすること」をそれぞれが常に意識して動けるようになること。そのためにはぜひ、妊娠中から具体的に子育てのことを夫婦と一緒に学び考えてください。入院出産の際に病院で過ごす時間があることでママとパパの経験差が大きくなると実感しています。でも、妊娠中にパパも赤ちゃんを感じ、産後の生活をイメージできていると、パパも一緒に考えて準備することができるので「同じ方向を向いて一緒に子育て」のスタートを切ることができます。今後は妊娠支援事業として、「自宅でおなかの赤ちゃんの様子を夫婦で感じられるサポート」や「出産準備個別クラス」も訪問でできれば自宅安静のお宅でも届けられるかな？と考えています。夫婦での子育てを全力で応援するので気軽にご相談してもらえたらうれしいです。