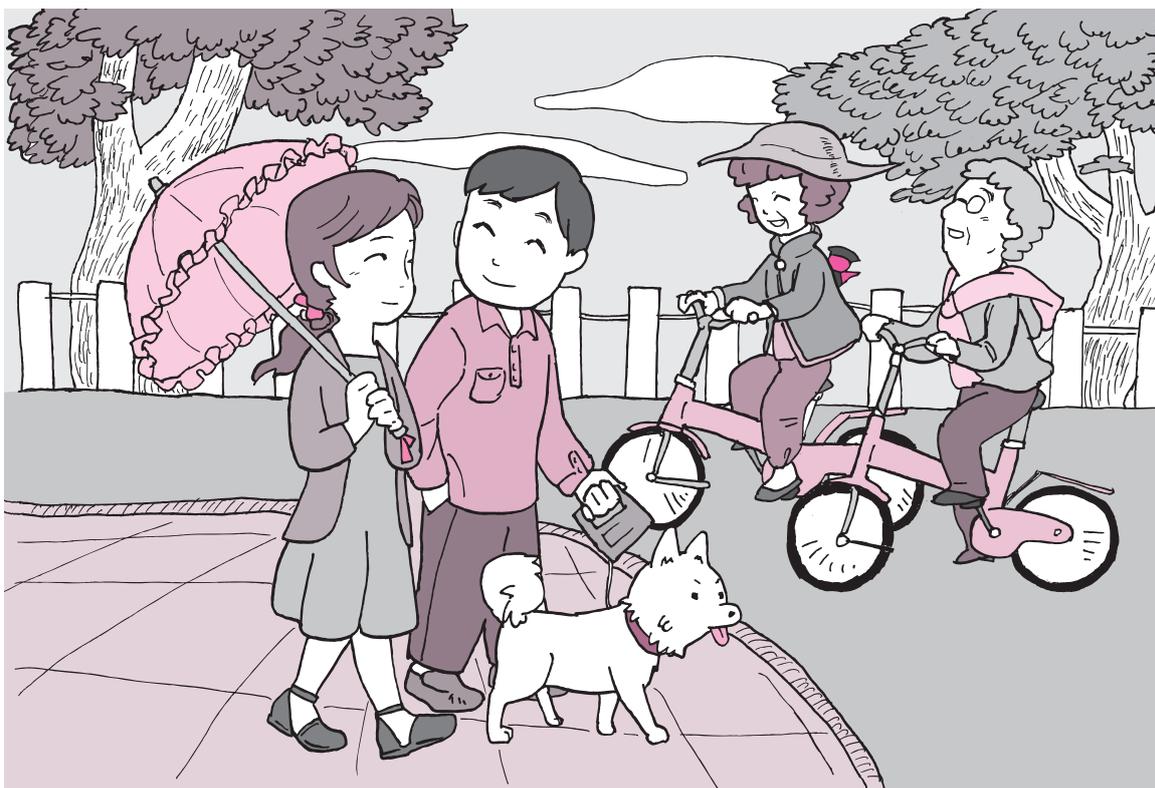


# 新しい風

2009年9月 高山市

No.36



今号の特集は「健康のために夫婦で取り組んでいること」と題して、編集委員自ら、市民のみなさんにインタビューを行いました。

「男女共同参画」と関係あるの？と思われる方もあるかもしれませんが…、きっかけは、外国暮らし経験のある方の、「日本では夫婦あるいはパートナーと共に何かに参加する機会が少ない」というお話からでした。また、YOU&MEサロンぱれっとの参加者の方々に、「次回はどんな講座に参加したいですか？」というアンケートを行ったところ、「夫婦で参加できる講座」という回答も毎回たくさん寄せられます。

『男女共同参画』というと、女性の権利獲得・向上を声高に主張する「過激なフェミニズム」との混同から様々な誤解が生じている部分もあるようですが…。

・「男女」が「だれもがみんな」

・「共同」で「いっしょに」

・「参画」する↓事業などの計画に加わる(つ)

つまり、社会生活を営む上での基礎となる、「いっしょに当たり前のことなのです」。

そして、社会の最少単位となるのが、「家族」。

そこで、「家族」「夫婦」で共通の目的(健康・ダイエットなど)に向けて、何かにいっしょに取り組んでみえる方々にお話しを伺ったところ、当初の目的以外の気付きや収穫があったというご回答が多くありました。

家族から範囲を拡大して、社会の様々な場面でも、今まで男性・女性の関わることの少なかったところに、いろんな人が関わることで、新たな気づき・収穫があるかもしれませんね。

また、見方を変えてみると日本の旧来の慣習や考え方は、「女性の権利を抑圧し制限してきた」だけでなく、「男性」に責任や義務を任せきりにしてきた」とも言えます。…：案外、男性も苦しんできたのかもしれない。

今こそ、「性別による役割の決め付け」から、少しずつ男女とも解放しあい、それぞれの役割の幅を広げて、個性を活かした新たな役割分担により、誰もが輝ける、みんなが暮らしやすい、そんな社会を目指していきたいですね。

## インタビュー 結果報告!!



# ために夫婦で取り組んでいること

「なにから始めるといってもなあ…」なんて思っていないか。

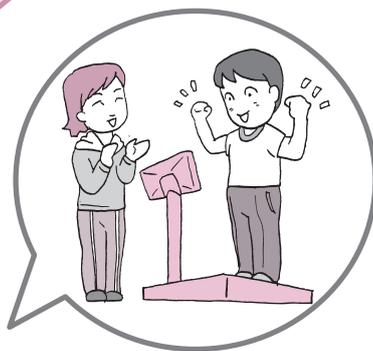
「たきかけだったのです。あなたのお隣さんはこんなこと、始めていますよ。」

### 50代夫婦】

夫婦で簡単に取り組めるので、体に負担の少ない水泳を始めました。体の調子もよくなり、ストレス解消になっています。始めてから家事の分担もするようになったんですよ。相手がいるからがんばれる”んでしょね

### 【30代夫婦】

運動不足の解消・ダイエットのために、夫婦で散歩をしています。近頃はビールを飲んでも太りませんし、二人の会話が増えました。



### 【60代夫婦】

二人の共通の趣味で、登山に行きます。さまざまな人々との交流の中で友人の輪が広まりましたし、相手に対する気持ちが優しくなったように思います。

【食と健康のセンサス 2005】より～(首都圏在住の40～60代の夫婦150組から面接調査)】

### 夫と妻で微妙なギャップあり～

症状をあげてもらったところ、夫婦の年代が上がるにつれて、気になる症状も変化すると同時に、夫と妻では症状の出現率で見ると、40代夫婦の夫は疲れやすさや肥満、体脂肪、中性脂肪などが気になり始めるのに対し、妻は気になる症状は夫よりも気になっていますが、夫が腰痛・関節痛などが気になるのに対し、妻はこの年代になって肥満や疲れやすさなどを感じて60代夫婦になると、夫は血圧や内臓機能などの症状が現れ、妻も一気に腰痛・関節痛、コレステロール、目の疲れなどを感じます。

### 【管理については「妻唱夫随」?～

「何を気遣ってあげたい、気をつけてあげたいと思われませんか。」という問いに対し、妻の方は「健康管理」70%、「食事メニューを減らす」35%と続くのに対し、夫の方は「思いやりを持って接する」36%、「旅行や外食などによるリフレッシュ」35%、「ストレスをためない」30%などとなっています。食や健康に関しては、「妻唱夫随」の傾向があるようです。

「変化には個人差があるようです。お互いに気遣い理解しあえるといいですね。」

## ★YOU & MEサロンぱれっと★

### 飛驒の女性たち②～明治後期編～

6月に第1回を開催し、大好評をいただいた企画の第2弾です！今回は、明治後期を中心に、当時の人々の暮らしや地域の文化など、身近な内容を貴重なスライド写真で振り返ります。

男性・女性関係なく多くの世代の方に聴いていただきたい内容です。

- 日時 9月24日(木)  
午後1時30分～3時30分
- 場所 市役所 201・202会議室
- 申込 市民活動推進課へ TEL・FAX

### フィットセラピー講演会&体験講座

『フィットセラピー』とは、植物の力を利用して心とからだの健康をサポートすることです。「癒すのでも、癒されるのでもなく、自分自身で癒える＝自癒」。植物は、人間を「自癒」に向かわせるステキな力を秘めています。フィットセラピスト養成校校長の池田明子さんを講師にお迎えし、ご自身の体験を交えたわかりやすい講演会と実際に癒しを体験していただく講座を開催します。

- 日時 10月2日(金)
  - ①講演会 午後12時30分～2時  
※整理券配布…市役所1Fインフォメーション・各支所地域振興課
  - ②体験講座 午後2時15分～2時45分
- 場所 市役所 地下市民ホール
- 参加費 無料
- 託児 定員20人 ※9/25までに申込必要
- 申込 市民活動推進課へ TEL・FAX

申込・問合せ先 市民活動推進課  
☎35-3412 fax35-3414

## 健康のため

「今更、夫婦で  
皆さん、ちょっとし



### 【50代夫婦】

共通の趣味を持って心の健康！陶芸やそば打ちなど、ストレスをためないようにやっています。共通の友達が増えますし、会話も多くなりました。

退職したら毎日一緒にのんびりしたいです。



参考 【出典：アサヒビールお客様生活文化研究所「食と健康」】  
夫婦の「健康・食意識」の年代変化 ～夫婦の年代、

自分の健康について、夫と妻それぞれが気になるようになる時期に微妙な差があることがわかりました。年代別がまだあまりありません。50代夫婦の場合、老眼は夫を気にするようになり、更年期障害も出てきます。それ、肩こりなど、多くの症状が気になりだすようです。  
夫婦の「食と健康」についての力関係 ～「食と健康」

また、あなたは妻・夫に対して、今後どのようなコミュニケーションや栄養バランス」53%、「思いやりを持って接す」31%、「なるべく文句を言わない」31%、  
一緒に生活し、年を重ねながらも、心身に現れる影

高山市 全町内会アンケート

男女共同参画専門部会、地域グループでは平成20年10月に全町内会役員の男女各1名に、町内会の役員や集会などへの出席についてのアンケートを行いました。その結果の一部をご紹介します。

『町内会長の選出方法別にみた町内会数』

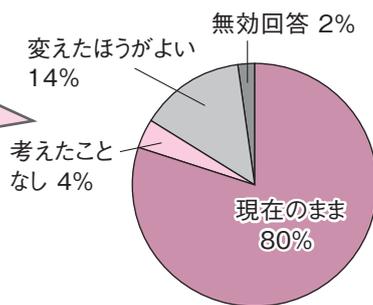
	選挙	持ち回り	持ち上がり	話し合い	推薦	会長等指名	その他
高山	39	80	22	29	15	5	11
丹生川	21	5	2	1	2	0	1
清見	18	0	0	2	1	0	0
荘川	14	1	2	5	1	0	0
一之宮	0	7	0	0	0	0	0
久々野	12	10	11	2	0	0	0
朝日	7	11	0	6	1	0	0
高根	2	0	8	5	0	0	0
国府	17	1	23	1	0	0	1
上宝	14	5	10	1	0	0	2
合計	144	120	78	52	20	5	15

■町内会長の選出方法について

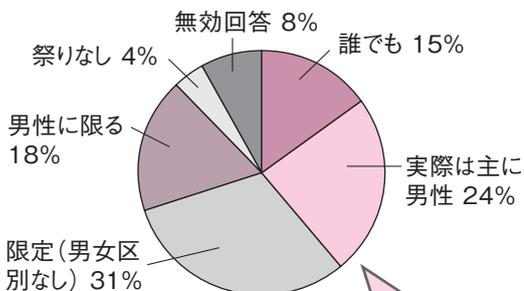
地域ごとに選出方法をまとめてみたところ、最も多いのは選挙によるものであることが分かりました。ただ、高山地域、一之宮地域、朝日地域では持ち回りが最も多く、高根地域、国府地域では持ち上がりが最も多くなっており、地域ごとの特徴が表れています。

■選出方法について

「現状維持」とする考えが8割となりました。変えた方がよいとする人のうち、最も望まれる選出方法は持ち回りとなっています。



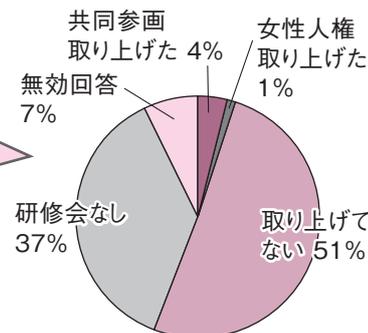
■祭りの運営への参加について



祭りなどの行事への参加について聞いたところ、「実際は主に男性がやっている」「限られた人のうち、ほとんど男性が行っている」ところが多いようです。変えた方がよいか、という問いに対しては「誰でも参加できるように」とする意見が最も多くなっていました。男女ともに参加する祭りが求められているようです。

■男女共同参画の研修会について

男女共同参画の研修会を行ったことがあるかどうかの問いに対しては、「取り上げていない」ところが大多数となりました。男女共同参画の無料の出前講座もあるので、今後は是非取り上げてもらいたいところです。



■自由意見の中から

少子高齢化により町内会の運営が難しくなっていることをうかがわせる意見が多くみられました。性別にかかわらず、すべての人の参加が求められてきているようです。

編集後記

インタビュアーをしてみて

30〜40代の夫婦にも何組かインタビュアーを依頼しましたが、健康に関してあまり意識が向いてないように感じました。体力もあり、さほど不安もなく、それよりも目の前の生活や育児でいっぱい…というのが実情ではないでしょうか。

対して、50〜60代層では子供も独立し、二人の生活に入って新しいことを始める、という形が多いように思います。

定年を待たずに退職した50代の女性は夫と二人の為に老後の準備をはじめられたそうです。ゆつくり、のんびりを一人で心がけているとのこと。夫の退職後の二人の生活を、家族の人たちとともに楽しみにしていました。

また別のご夫婦は「夫唱婦随が基本」とは言いながらも、うまくバランスを取ってみえるようでした。「男にしかできないこと、女にしかできないことがある」ということを大切に感じているように思いました。

インタビュアーの中では、「男女共同参画とはなんですか」と逆に問われる場面もありました。

男女共同参画とは特別なことではないのです。

例えば、家庭の中で「あなたと私がいることで心豊かな生活ができる」とこと。それにはお互いに尊重し相手を認めることが必要です。

そのとりかかりとして、二人の健康のことを一緒に考えることは身近なものではないでしょうか？

ハスタッフV：志多吉雄・関西恭子・杉山ひろ美・瀧根大樹・洞谷和子（公募により、市民編集委員をお願いしています）

YOU&ME プラン21 は、みなさんと一緒に進める男女共同参画の基本計画です。

発行：高山市市民部市民活動推進課  
〒506-8555 高山市花岡町2丁目18番地  
TEL0577-35-3412 FAX0577-35-3414  
編集：市民編集スタッフ イラスト：関西 恭子

E-mail shisui@city.takayama.lg.jp  
ホームページ http://www.city.takayama.lg.jp/shisui/josei/index.html  
○この情報誌について、ご意見等をお寄せください