

啓発推進員募集

私たちと一緒に“パレット”を作りませんか？

“男女共同参画”って言葉、なんだか難しそうですね。でも実は皆さんも、様々な場面で考えたり行動していることなんです。パレットは市民の皆さんにわかりやすく男女共同参画の大切さをお伝えする情報紙。毎回、和気あいあいと話しながら記事を作成しています。小さいお子さんのいる方でも託児があるので安心。人と会うのが好きな人、文章を書くのが好きな人、何より『性別にとらわれず、いきいきと自分らしく暮らせる社会』を望んでいる老若男女の皆さん、一緒に活動しませんか？

任期：平成31年4月から2年間  
編集会議：年10回程度・託児あり  
お問合わせは島田市協働推進課へ 電話 36-7121

まずは気軽に見学に来てね！



イベント報告

育休中のママ・パパが参加！

初開催！ 女子きらっ☆メンターカフェ@島田

11月18日、これまで静岡市で開催してきたメンターカフェが島田市で初開催されました。テーマは『私と家族が幸せになる「チーム育児」でスムーズな職場復帰』。育休復帰したメンターさん2名から、夫婦で具体的に役割分担を相談すること、恐れずとにかくやってみることを聞くことで、これからの“育児＆働く”を前向きに考えるきっかけとなる講座でした。

パパ・フレババも参加



新人紹介

平成30年11月加入 松浦 優子

県外から島田市に引っ越してきて7年目。7歳児と5歳児の子育てをしながら子育て支援活動や産後ケア事業の運営をしています。子育てや活動をするなかで、子どもの貧困や人権問題に関心を持つようになりました。女性議会にも登壇した経験がありますが、男女共同参画についてまだまだ勉強したい！と思い、この度、男女共同参画啓発推進員になることを希望しました。『パレット』編集に携わることで勉強しながら、“性別も世代も関係なく生きやすい社会”についてみなさんと一緒に考えていけたらと思っています。どうぞよろしくお願いたします。



島田市女性相談

家族や夫婦の問題、仕事の悩み、自分の生き方など、ひとりで悩まないで相談してみませんか。専門の女性相談員と一緒に解決の糸口を探しましょう。  
相談日：毎月第1・第3金曜日  
時間：13時～16時30分のうち60分間  
会場：プラザおおりの会議室  
託児あり・要予約。

ご予約は 島田市協働推進課へ 電話36-7121



編集コラム

幼稚園年中の息子が、初めて泥んこの体操着で帰ってきた！私と夫は、その姿が嬉しくて「ゴシゴシ洗って綺麗にするから思いっきり遊んで汚していいんだよ！」と褒めた翌日…。今度は着ていた体操着に自分の名前や絵を描いて帰ってきたのです。その日はあいにくの雨。泥んこ遊びができなかった息子が思いついた予想外の行動に私も夫も大笑い！パパとママを喜ばせる“体操着汚し大作戦”は見事大成功！これからは夫婦一緒に真っ直ぐな息子の成長を見守っていきたいです。(大村)

編集：島田市男女共同参画啓発推進員／大村敦子・北川有香・杉本章子・蛭田ひとみ・松浦優子  
事務局：島田市協働推進課 TEL:36-7121 FAX:34-1425 E-mail:kyodosuishin@city.shimada.lg.jp

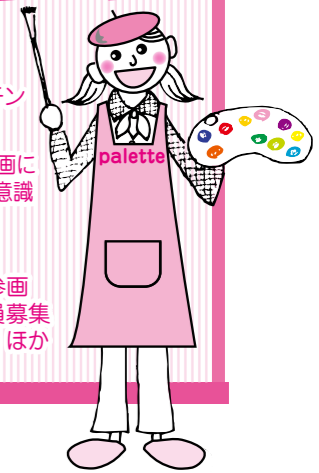


島田市男女共同参画啓発情報紙

パレット 35号

メニュー

- P.1 俺's キッチン
- P.2~3 男女共同参画に関する市民意識調査報告
- P.4 男女共同参画啓発推進員募集 女性相談 ほか

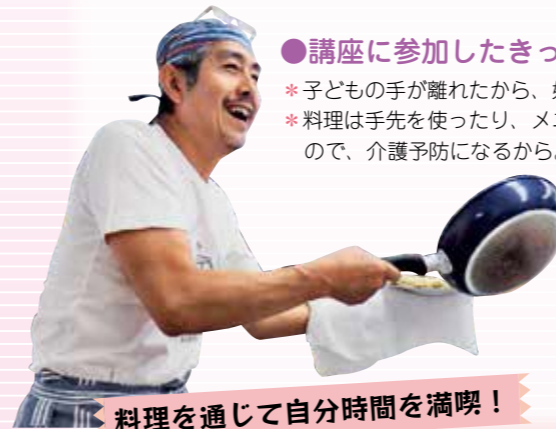


2019年1月15日 発行

俺's キッチン

一男の料理教室 in 六合公民館

六合公民館主催の講座「男の料理教室」を取材してきました。受講生は、何年も通っている人から初めての人など22名が参加。あけぼの健康グループが講師となり、5品を作りました。



料理を通じて自分時間を満喫！

料理教室は月に1度、同じ趣味を持つ人たちと触れ合える楽しい時間。平日の昼間に、仕事の合間をぬって学びに来る人、退職後の生活を有意義に過ごす人など様々でした。エプロンと三角巾をつけ、気合い十分で調理スタート！野菜を切る表情は皆さん真剣でした。ネギ1本を交代で切ったり、味見をしながら調味料をたしたり、包んだ餃子を見せ合い笑い声が聞こえることも…受講生の中には、「(夫婦は)どちらが先に死ぬかわからない、料理や洗濯も男女が協力してやらないと。」という意見も。妻へのお土産に作った料理をタッパーに詰めて持ち帰る足取りは、どこか軽やかに見えました。

●講座に参加したきっかけは？

- \*子どもの手が離れたから、好きなことをやりたい。
- \*料理は手先を使ったり、メニューを考えたりするので、介護予防になるから。
- \*今まで妻に全部任せていたから、自分でもやってみようと思った。

●講座に参加して良かったこと

- \*同じ趣味の人と出会えた。
- \*講座をきっかけに他の場所で会っても声を掛け合えるのが嬉しい。
- \*家では作らないけど、この時間が楽しい。

●料理をして感じたことは？

- \*包丁を握れるようになった。
- \*今まで生きてきた中で一番楽しい！味は保証しないけど(笑)
- \*料理ができる人の切り方を見たり、教えてもらったり勉強になる。



チャーハン・餃子・中華スープ・サラダ・お団子



\*チャーハンの材料\* (5人前)

- ・ごはん ……600g
- ・焼き豚 ……200g
- ・人参 ……100g
- ・干しいたけ 15g
- ・むきえび ……200g
- ・卵 ……6個
- ・グリーンピース…適宜
- ・油 ……大さじ4
- ・酒 ……大さじ4
- ・醤油 ……大さじ1
- ・塩、こしょう… 各適宜

<作り方>

- ①焼き豚・戻しいたけ・人参は5mm角に切る。
- ②人参は茹でておき、えびは軽く塩もみし、水洗いして水気をとる。
- ③グリーンピースは塩ひとつまみで湯がいて水気をとる。
- ④フライパンに油を熱し、しいたけ、えびの順によく炒めたら人参、焼き豚を加え、調味料を加えて火を止める。
- ⑤中華鍋に油をひき、割りほぐした卵を入れ、半熟になったらごはん、④を加えて混ぜ、最後にグリーンピースを飾る。