

こうち男女共同参画センター「ソーレ」情報誌

自分らしい生き方、応援します！

Take
Free

第85号
2018.JULY

ソーレ・スコープ



イラスト：ヒビノケイコさん（4コママンガエッセイスト）

減災について考える

ローリング ストックの ススメ



ローリングストック法とは、日常的に非常食を食べ、食べたらいきなり買い足すという行為を繰り返し、常に家庭に新しい非常食を備蓄する方法です。

水・水分

必ず必要なのに、意外と備蓄されていなかったり備蓄していても量が少なかったりするの水です。水分をとらないと人間は生きていけません。飲み水として必要な量は一日に3リットルだと言われています。また、以前は3日分備蓄しておけばいいと言われていましたが、現在は1週間分の備蓄が望ましいと言われるようになりました。

一度にたくさん買って持ち帰るのは重くて大変なため、これから購入する場合は、例えば「毎月1本か2本購入」というふうにすれば、無理なく必要数が準備でき、また賞味期限も一度に切れることがないため管理しやすくなります。

また、水は飲むだけでなく、非常食の調理はもちろん、汚れた身体を拭いてさっぱりするのにも使えるため、賞味期限が過ぎた水も有効利用ができます。

ビタミンが補える野菜ジュースを買い置きするのもいいですね。



災害食

「うちには買い置きの食べ物がたくさんあるから大丈夫」なんて思っていないですか。改めて見たら、そのままでは食べられなかったり、温めないとおいしくないものも。

最近の災害食は、温めたり水戻ししなくても食べられるものも多く、味もずいぶん美味しくなっています。中には発火装置付きで、ひもを引くだけで温かく食べられるものもあります。また、非常時とはいえ同じ味ばかりでは飽きてしまいます。いろいろな味や種類を揃えておけば、備蓄も楽しく思えてくるかもしれません。

それでも、「購入してもあっと言う間に賞味期限が過ぎるから」とストック自体をためらわれている方もいるかもしれません。そんな方は、半年に一度くらい「防災食ディナーDay」を作って、買い置きした食品の賞味期限チェックを兼ねた味見をし、「美味しかったからこれは次も買おう!」というように、楽しく続けていける工夫をしてみたいはいかがでしょうか。

また、アレルギーのある方は対応したものを備えるなど、自分やご家族の好みや体質などに合わせたものを準備しておけば安心です。



その他、備えておけば便利なモノ

ローリングストックは水や食べ物だけとは限りません。例えば、ライトやラジオに使用する乾電池も使用推奨期限があり、長く置いておくと放電して残量が減ったり、セットしたままおいておくと液漏れして本体も使えなくなる恐れがあります。また、災害用の簡易トイレは、凝固剤が古くなると吸水力が落ちてきて、使用に支障が出ることもあります。そのため、いざというとき「使えない」などと慌てなくてもいいように、防災用備蓄品も定期的にチェックして、必要に応じて交換していくことが必要です。

また、身体を拭くのに湯が欲しいとか、温かい飲み物が欲しかった時などのために、余裕があれば、カセットコンロとガスボンベ(1本あたり強火で約1時間の使用が可能)も備えておきたいですね。ガスボンベで使えるボンベ式ストーブもありますので、備えておけば調理にも暖を取るのにも使用できて便利です。ただし、保管には十分気を付けてください。



「備えあれば憂いなし」です。自分や家族の状態や好みに合うものを今一度考えてみて、必要なものをしっかり備えておきましょう。



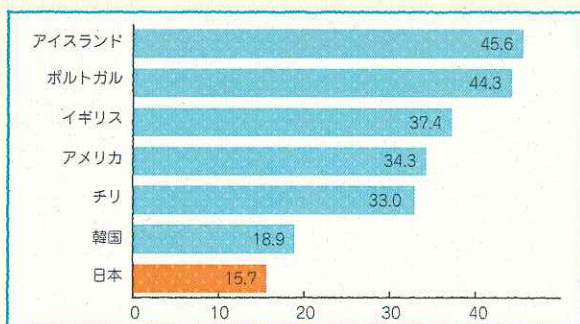
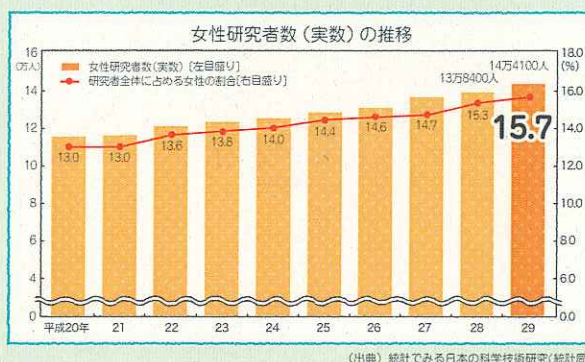
研究者に占める女性の割合

15.7%

総務省統計局 平成29年 科学技術研究調査結果より

● 女性研究者数は年々上昇中

平成29年3月現在の研究者数（実数）は、男性が77万3600人、女性が14万4100人です。グラフを見てもわかるように女性研究者数は年々上昇を続けており、平成28年度は前年に比べて4.1%増で、研究者全体に女性が占める割合も15.7%と過去最多となりました。しかし、世界から見ると日本の女性研究者数はずいぶん少ないことが下の表から分かります。



※各国の数値は、男女共同参画白書 平成29年度版のうち、表「1-5-7 研究者に占める女性の割合の国際比較」から抜粋（米国国立科学財団（National Science Foundation「NFS」）Science and Engineering Indicators 2016より作成）。数値はアイスランド・チリ・韓国は2015年度、ポルトガル・イギリス・アメリカは2014年度、日本の数値は総務省 平成29年度「科学技術研究調査」から2017年3月31日のもの。

● 女性研究者が少ない理由

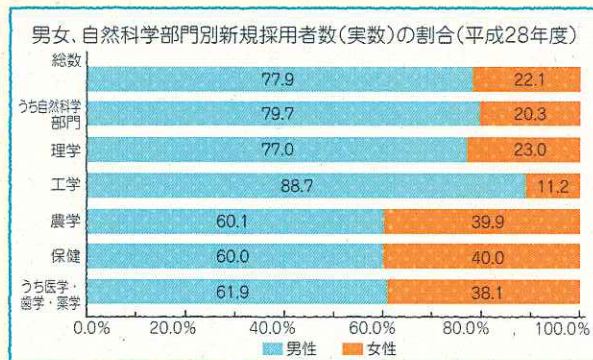
なぜ日本の女性研究者は諸外国と比べて少ないのでしょうか。その理由を男女共同参画学協会連絡会女性研究会が平成29年8月に発表した、「第四回 科学技術系専門職の男女共同参画実態調査の解析報告書」から考えてみます。

研究者に対して行った「女性研究者の比率がなぜ低いのか」という問いに対し、女性は「家庭と仕事の両立が困難」「育児介護期間後の復帰が困難」「男女の社会的分業」「評価者に男性を優先する意識がある」と回答した割合が高くなっています。一方、男性は「男女の能力の差」「男女の適性の差」と回答した割合が高く、男性の中に、理工系分野の研究職は男性が向いている、及び男性の仕事であるという考えが根深く残っていることが示されています。

また、「理想と実際の子ども数」の違いについての問いで、「子どもの数が理想より少ない理由」として、女性の回答が「育児とキャリア形成の両立（が困難）」「配偶者の育児への協力（不足）」であるのに対し、男性は「経済的理由」が一番多く、子どもを持つことに対する男女のとらえ方に大きな違いが表れています。このことは、子育てにおける「男性の役割は経済的支えであり、子育て自体は女性の役割」というジェンダー意識に男女共にとらわれていることがうかがわれます。

● 得意分野に男女差？

平成28年度に新規採用された研究者は、男性2万4,647人、女性6,972人で、これを部門別にみると、理学、工学では男性が80%を占め、農学、保健、医学、歯学・薬学では、女性が40%を占めるというように、専門分野によって男女差があることが見て取れます。



先出の実態調査に寄せられた自由意見の中には、「女性は理系が苦手という意識の改革が必要」、また「子供の頃から『男女の役割』に関する固定観念を植え付けないように、教育が最も重要」と、教育により理系文系を性別で分けて考えることを再考する意見が多く見られます。

平成27年8月には女性活躍推進法が成立し、国は、人口減少社会を迎える中、施策の一つとして、理工学部に進みたい女子学生のための「リコチャレ」といった取り組みも行っています。また、企業の中には年々女性の技術者や研究者を増やし、その結果、業績が上がっているというように、女性の力を上手に活かしているところも増えてきています。

しかし、大切なことは男女の違いで進路の選択肢が定められたり狭まったりすることなく、誰もが好きな道を自由に選ぶことができ、自分らしく生きていける社会にしていけることではないでしょうか。



ソーレ図書・情報資料室から

おすすめ 図書紹介



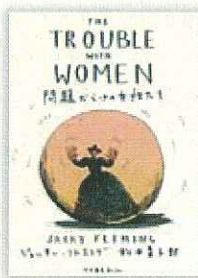
図書

誰も教えてくれなかった 子どものいない人生の 歩き方

367.1-ク

くどうみやこ 著
主婦の友社 2018年1月発行

「子どもがいる女性」と「子どもがいない女性」の両者にはどのような差が生じるのだろうか。子どものいない人生が確定した著者が、自身が感じたその疑問を解こうと50名以上のリアルな声を聞き、そのうち13名のロールモデルを紹介。その他に、未産女性への応援メッセージや彼女達に対して行った意識調査結果からの著者の思いも記されており、これからの人生を前向きにさせてくれるヒントがたくさん詰まっています。色々な生き方や考え方があること、また互いに分かりあえるために、子どもがいる方にも是非読んでいただきたい一冊です。



図書

問題だらけの女性たち

726.6-フ

ジャッキー・フレミング 著
松田 青子 訳
河出書房新社 2018年3月発行

女性に対する偏見を逆手にとって書かれた大人向けの絵本です。

19世紀イギリスの女性観を皮肉たっぷりに描いているユーモアに、怒るよりも笑ってしまいます。男性の偉人たちは名を残したが、「歴史の中に存在しない」とごみ箱に捨てられてきた女性たちが自ら這い出してきて、共に立ち上がっていく姿に女性の強さを見ることができます。

ソーレの図書・情報資料室には、12,600冊の本と約960本のビデオDVDがあります。

貸出カードを作っていただければ、どなたでもご利用いただくことができます。暑い夏、ソーレで涼しくゆっくり本を読んでみませんか？(DVDの観賞もできます)

利用時間 火曜～金曜 9:00～20:00

土・日・月 9:00～17:00

休館日 第2水曜・祝日・年末年始

貸出期間 (図書) 5冊まで2週間

(DVD) 2本まで1週間 ※高知市外在住の方は2週間



図書

忘れる女、 忘れられる女

914.6-サ

酒井 順子 著
講談社 2017年10月発行

アラフィフの著者が、自身の体験やニュースになった女性たちをユーモアたっぷりの視点で綴っています。特にバブル時代を生きた方達には、懐かしく思い出せる話もところどころにちりばめられています。一つのテーマが短いため、ちょっと空いた時間などを利用して、興味のある話からゆる～く読んでいくのにもピッタリな一冊。本書のどこかには高知県も登場しています。どこにあるのかは読んでみてのお楽しみ。



DVD

カノン

監督 雑賀 俊朗
株式会社KADOKAWA
2016年10月公開

高知出身の濱口典子さんが製作プロデューサーを務めた映画「カノン」。祖母に育てられた三姉妹が、祖母の死をきっかけに、亡くなったと聞かされていた母親の足跡をたどります。「あの母親に育てられたから」と自分を責め続けてきた姉妹が、協力し合いながら、それぞれの人生を力強く進もうとする場面はまさにカノンの三重奏。美しい音楽と登場人物たちの思いが、切ない余韻を残す物語です。

ご存知でしたか？

ソーレには、「どなたでも」「1時間単位」で借りられる貸室があります。

●多彩な貸室

少人数で利用できる研修室をはじめ、300人まで収容可能な大会議室の他、茶道具を備えた和室や調理実習室など、目的に合わせてお選びいただけます。

●低料金

研修室(定員30名)なら、平日1時間420円。土日利用でも510円、しかも夜間も同料金(営利団体や営利を目的とする利用の場合は、2倍になります)。また、空調やプロジェクターなどの備品は、全て無料。

●便利

目の前を路線バス・路面電車が通り、JR旭駅からもすぐの便利な場所にあります。

簡単な利用登録をすれば、
予約は電話でOK。
ぜひお気軽に
お問い合わせください。





ハーバリウム作品を飾って涼しさを演出

今回は、いろいろなハンドメイド作品を作られているJILLのやまなかさんに、最近大人気のハーバリウム作品についてお聞きしました。



この人に聞きました

「Jill rebirth of flowers」

やまなか ますみ さん 家 HP <http://www.jill.jp>

子どもの頃から家で花を育てていた母親の影響もあり、花に囲まれた生活を送ってこられたやまなかさんは、結婚を機に高知県に移り住み、現在はショップ経営の傍ら、2階のアトリエでハーバリウムの他、フラワーリースなどのハンドメイドレッスンも行っています。神戸でのOL時代には、高くても買えなかった大好きな花を、高知に来て市内あちこちで開かれている街路市で、安くたくさん手に入れられるのがとても新鮮で嬉しくて、すぐに家中を花でいっぱいにしたそうです。1999年に自分の店を持つことになり、店名を静岡のバラ農園がオリジナルで作った固有のバラからとって「ジル」と名付けました。やまなかさんいわく「シュッと野性っぽい」そのバラが大好きだそうです。

高知に来た当初は知り合いがいまいませんでしたが、花を通じて知り合いもでき、さらにショップを始めてからはもっと人の輪が広がり、現在は口コミでハンドメイドレッスンに来てくれる方も増えてきました。仲良し同士のグループレッスンも受付しています。

やまなかさんのショップの周りは、たくさんのハーブや花で囲まれています。



ハーバリウムとは

ハーバリウムのもともとの言葉の意味は「植物標本」です。例えば、植物をフレームなどに入れて「植物名：〇〇〇」と書かれていたら、それがもうハーバリウムとなります。でも、日本ではガラスボトルに入れ特殊オイルに浸すことで長時間きれいな状態で観賞できるようにした形のが「ハーバリウム」と呼ばれるようになっています。

ハーバリウムの魅力

ハーバリウムはフラワーリースとは世界が全然違ってきます。リースは花の集合体がひとつの作品になるため、小さな花だけだと作品の中で生きてこないのですが、ハーバリウムはごく小さな花や枝一つ一つが瓶の中で活かされています。例えば、スズランの小さな花、葉脈だけになったほおずき、バラの花が終わった後に残る花芯など、そういったものも瓶の中で主役になる、私はそれが魅力だと思います。

また、ドライフラワーではないため、湿度により花材が悪くなる心配もありません。制作するときは、日持ちが良くなるように瓶をよく消毒して雑菌が入らないようにも気を付けています。

生花と違って長持ちもしますから、お見舞いなどに使っていただくのもいいですね。

注意点

作品はとてもきれいなものですが、植物をオイル漬けにしたものであるということを常に頭におくようにしてください。使用しているオイルは常温では燃焼しません（引火点は315℃以上）が、取り扱う際には十分気を付けていただきたいです。ボトルからオイルが漏れたり、倒して床にこぼれたりするとつるつる滑るようになり、とても危ないですし掃除も大変です。

ハーバリウムは日持ちするものですが、紫外線が強く当たる場所に長時間置いたままにしていると、どうしても中の花の色があせてしまいます。家の照明でも十分きれいに見ることができます。

チャレンジされる場合は、オイルの取り扱いなどに気を付けて、自分が「これかわいい」と思えるような愛のある作品を自由に作っていただけたらいいと思います。

講座のご案内

無料託児付(6カ月～就学前児童・予約制)

無料 受講料無料

子育てが100倍! 楽しくなる♪ 夫婦のコミュニケーションセミナー

子育て中は、家事や育児、働き方などさまざまな場面でお互いの考え方がすれ違いがち。。。次々と持ちあがる問題を解決するには、日常でのコミュニケーションがとても大切です。夫婦で育児に向き合い、自分たちらしい家族作りをするためのコツがわかる講座です♡

日時 平成30年7月21日(土) 13:30~16:30
講師 小崎恭弘(NPO法人ファザーリング・ジャパン関西顧問)
参加費 1組 500円
対象 妊娠中の方や就学前のお子さんのいる夫婦
定員 15組(先着順)
申込 7/1(日)9時~受付開始 電話またはHP申込フォームにて

女性リーダー応援塾(全3回) 「先輩に学ぶキャリアの作り方」

日時 第1回 平成30年7月29日(日) 13:30~17:00
「発想する力」思考の幅を広げる『なるほど! 技あり!』
講師 川村晶子(土佐MBA講師)
森木房恵(ユニテッド航空客室乗務員)
高橋奈穂子(高知商工会議所)
対象 職業を持ちスキルアップを希望する女性
(できるだけ3回の受講をお願いします)
定員 30名
申込 受付中 電話またはHP申込フォームにて

《今後の予定》
第2回 11月11日(日) 13:30~17:00
「読み取る力」講師:廣井護(土佐中高等学校国語教師)
第3回 12月14日(金) 13:30~17:00
「伝える力」講師:川村晶子(土佐MBA講師)

就労支援パソコン講座 (3日で学ぶ! ワード基礎講座)

日時 平成30年7月21日(土)~7月23日(月)
10:00~16:00(全3回)
講師 竹島 由香(NPO法人 とさはちきんねっと)
参加費 3,500円(テキスト代込・初回にお支払いください)
対象 就職活動中または仕事をしている20~50代の女性
マウス操作と文字入力ができる方
定員 20名(先着順)
申込 6月22日(金)午前10時~ 電話にて
※Office2010を使用します
※本講座を受講すれば、「ワード検定対策講座」受講相当の力が付きます。
問い合わせ先: NPO法人とさはちきんねっと
電話 090-5712-2040
※この講座は、ひとり親家庭等就業・自立支援センターとの共催です。
母子家庭の方は(088-875-2500)にお申し込みください。

就労支援パソコン講座 (ワード検定対策講座)

日時 平成30年8月18日(土)、25日(土)、
9月1日(土)、15日(土)、22日(土) 10:00~16:00(全5回)
講師 横山 桂子(NPO法人 とさはちきんねっと)
参加費 8,000円(テキスト代3,000円込・初回にお支払いください)
対象 就職活動中、または仕事をしている20~50代の女性
ワードの基本操作ができる方
定員 20名(先着順)
申込 7月17日(火)午前10時~ 電話にて
※Office2010を使用します
※検定は講座最終日と、その後1日検定日を設けます。
※「3日で学ぶ! ワード基礎講座」を受講された方は、本講座受講相当の力が付きます。
問い合わせ先: NPO法人とさはちきんねっと
電話 090-5712-2040

- 詳しくは、ソーレホームページをご覧ください。
- お申し込み・お問い合わせはお電話でソーレまで
TEL(088)873-9100

☐ ソーレ・メールマガジン
「FROMソーレ」
購読無料!
講座情報を定期的にお届けします。



◀ こちらのQRコードから
登録画面に直接アクセスして
登録後、確認メールが届きます。
URLにアクセスして登録をして
ください。

施設利用のご案内



- 貸室利用時間
9:00~21:00(土・日・月曜日9:00~17:00)
- 休館日
第2水曜日・祝日・(年末年始)12月29日~1月3日
- 図書・情報資料室
9:00~20:00(土・日・月曜日9:00~17:00)
※ただし図書利用カード発行及び再発行の受付は、17:00まで
- 相談室
9:00~12:00、13:00~17:00
(専用電話/088-873-9555)
※第2水曜日、祝日、12月29日~1月3日は休室です

あなたの声をお聞かせください

紙面へのご感想、また主催事業や施設利用等に関する、あなたの声をお待ちしています。

- 電話 088-873-9100
- Fax 088-873-9292
- Eメール sole@sole-kochi.or.jp
- HP <http://www.sole-kochi.or.jp>
- Facebook こうち男女共同参画センター「ソーレ」

※ 発行 公益財団法人こうち男女共同参画社会づくり財団 ※ 発行日 平成30年7月10日



- 所在地
〒780-0935 高知市旭町3丁目115番地
- アクセス
電車...「旭町3丁目」下車100m
バス...「旭町3丁目」下車50~200m
JR...「旭駅」下車400m

駐車スペースが少ないため公共交通機関をご利用のうえ、ご来館ください。