

# @ MyLife vol.5

## 女性活躍推進をテーマにした人権推進課の事業

### 男女共同参画家事等実践講座「おとう飯を作ろう！」



「簡単に手間をかけず、多少見た目が悪くても美味しければ。」そんなおとう飯レシピを参考に料理教室を開催しました！

市管理栄養士と市食生活改善推進員のみなさんに教えてもらいながら、和気あいあいとした雰囲気ですべての料理を楽しむことができました。また、参加者からは、「今後も家庭で、できることからやってみよう」というお声がありました。



### あま市男女共同参画川柳かるたで遊んでみませんか？

市では、平成26年から平成30年までの5年間、「個性を認め思いやる心を持ち男女がともに輝けるまち」を目指し「あま市男女共同参画川柳」を募集しました。集まった川柳で名古屋造形大学の学生さんと一緒に「川柳かるた」を制作しました。貸出もできますので、この機会に、男女共同参画を懐かしの遊びで体験してみよう！



### 高校生と大人たち、あま市で暮らす市民記者が取材しました！

今年で5回目となる女性活躍情報誌の取材をして記事を書いたのは8人の市民記者のみなさん。五条高校、美和高校に通う高校生とあま市在住の大人たちがお話を聞きました。市民の皆さんが素敵だと感じた等身大の声で作られた情報誌です。

取材前にはプロの記者による講座を実施！



### ●取材の様子



### 専門知識を得るために留学

子育てにも一区切りついた頃のことです。友人に誘われて参加した不登校などの親の会がきっかけで、「依存症」に興味を持ちました。そんな時、米国カンザス州にあるK大学の依存症専門コースの話を聞き、若い頃から念願だったアメリカ留学へ。2年間、心理学と依存症を学びました。今の仕事へとつながる知識を得た経験です。

### 地元の学校で心のよりどころに

カウンセラーの資格を取得し、日本に戻ってきました。その後、ご縁をいただき、旧美和町時代から11年半、地元で親と子の相談員を勤めました。美和地区の小中学校では、スクールカウンセラーとして「ほっとほっと相談ルーム」に常駐。相談ポストに投函された相談をもとに、子どもたちや親御さんとも向き合ってきました。誰にも言えなかった気持ちをはき出せる場所、悩みや不安を解消できる場所にしたい。訪れてくださった人たちの表情がどんどん明るくなっていくことに、心の温かみの通い合うのを感じました。

### 解決する力を信じる

依存症については、今も学びを深め続けています。依存を「やめさせる」姿勢での対応ではなく、「やめられない」事象の奥の原因を見つけて、一緒に解決していく。相談者は「解決する力」を本来持っています。それを信じ、いつもそのまま受け入れる心で接しています。相手を信じて寄り添いながら、心のバランス調整の仕方を一緒に考え、心が楽になるお手伝いをしています。2021年の春に学校現場は離れましたが、今までに得た地域のつながりをより大切に、子育てや依存症など心の問題に関わっていきたくです。

【プロフィール】親と子の相談員、スクールカウンセラーとして旧美和町、あま市で長年勤務。現在、名古屋市に事務所「カウンセリングスペース はじめの一步」を構える。依存症や親子関係、生きづらさの相談を受ける、アディクションカウンセラーとして活動中。勉強会やワークショップを実施している。

撮影場所／正則小学校  
市民記者／加藤恵美、松下亜美

河合さんの元気のワンポイント

人間は変わることができる！！

心が軽くなるお手伝い  
河合清美さん

市民記者のヒトコト

『信じる』ことの大切さを改めて感じました





# 好奇心を指針に進む

あまの あつこ  
天野 淳子さん

## 消防団に挑戦したきっかけ

子育てがひと段落した頃、まちで消防団の団員募集のポスターを目にしました。興味を惹かれ、挑戦したい思いがフツフツと高まり、家族からの同意も得て、入団しようと決めました！消防団は男性のイメージが強いかもしれませんが、知識も経験もほぼゼロの女性の私にも、一から分かりやすく説明していただきました。

## 誰もが強みを活かせる場所に

現在は、あま市の消防団全体の副団長を務めています。力強さでは男性の団員に及ばない点もありますが、周りへの気配りなど、女性的な感覚を活かせる場面も少なくありません。一緒に活動する仲間たちは、年齢層も幅広い。各々の強みを活かした助け合いを大切にしています。性別や年齢に関係なく活躍できるように、誰でも温かく迎え入れられる環境にしていきたいです。

## まずは一步踏み出してみる

取り柄はフットワークの軽さです！体力維持のために週4日ジムへ行き、趣味の登山には家族と一緒に出かけしています。最近はバイクにも乗り始めました。心が動いた時に一步踏み出す勇気を持つと世界がグッと広がる。なにか始めたいと考えているあま市の女性のみなさんにも、ぜひ勇気を持ってチャレンジして欲しいです。

【プロフィール】子育てに区切りがついたのを機に消防団に入団。あま市消防団初の女性副団長に就任。消防団活動の他、日頃は仕事にも従事し、様々な趣味にも精を出す。

撮影場所／あま市美和グラウンド  
市民記者／五条高校 櫻井美羽、神保凱智、松岡美央梨

### 市民記者のヒトコト

すぐ行動する姿勢が、自分の人生をより楽しくする！



天野さんの元気のワンポイント

チャンスがあれば行動し、できるところまで楽しんでやってみる。

## あま市にも子ども食堂を

「子どもの心の拠り所となる“居場所”であり、コミュニティ形成の場にもなる子ども食堂をあま市にもつくりたい」と、学生ボランティア団体マトリカリアを立ち上げました。きっかけは、長久手市で子ども食堂のお手伝いをしたこと。子どもたちが楽しむ姿を見て、「自分の地元でもなにかができるのでは」と気持ちが高まりました。食材をいただいたり、会場にお寺をお借りしたり、私たちの思いを様々な方々が応援してくださって、子ども食堂を開催することができました。

## 困難も乗り越えて

活動を始めると、予想以上に大変なことがあり、周りの人たちの期待に応えられているかと考えもして、乗り越えるべき壁がいくつもあると実感しました。新型コロナウイルスの影響もあって、当初考えていたような、子どもたちと遊ぶ機会もなかなか作れませんでした。それでも、子ども食堂に来てくれる子どもの笑顔や保護者の方の優しい言葉に、どれだけ支えてもらったことか。「ありがとう」の声にいつもやる気が湧きました。

## 大切なものを得られる場所

栄養もしっかり摂りながら、笑顔になれる美味しい食事を提供したい。レクリエーションや勉強会を開き、子ども食堂での人との触れ合いを楽しんで欲しい。あれこれアイデアを出して、形にしてきました。強い意志を持って積極的に行動する。マトリカリアのメンバーにとっても大きな成長につながる機会になったと思います。

【プロフィール】代表の宮崎都寧さんは愛知県立大学看護学部に、献立担当の今井彩寧さんは愛知教育大学教育学部に在籍。ふたりともあま市出身。マトリカリアは、学生メンバー5人で、学業のかたわら2021年度に複数回、子ども食堂を企画・運営してきた。

撮影場所／實成寺  
市民記者／美和高校 横井祐紀、岸美月、野田茉友子

# 喜びが集まる場をあま市に

みやざき とね いまい あやね  
マトリカリア 宮崎 都寧さん 今井 彩寧さん

### 市民記者のヒトコト

ふたりの仲が良く、楽しそうな雰囲気が素敵だと思いました。



宮崎さん、今井さんの元気のワンポイント

子ども食堂へ来てくれた人の笑顔に感謝！