

男女共同参画推進センターふらっと使用ガイドライン

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、男女共同参画推進センターふらっと使用ガイドラインを定めました。
ふらっとをご使用の際には、ガイドラインを遵守していただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。



ふらっと使用ガイドライン（抜粋）

- ・接触や密接が起こる活動でないこと
- ・使用者全員の名簿を提出すること
- ・マスク着用、手洗い・手指消毒の徹底
- ・使用中は30分に1回程度換気すること
- ・来館前に検温を行い、発熱・咽頭痛等の症状がある場合等は使用を見合わせる

ふらっと女性相談

無料

女性のさまざまな悩みごとの解決のために、3つの相談事業を実施しています。パートナーとの関係、家族や職場のトラブル、体のこと、生き方など、お気軽にご相談ください。なお、相談時の託児（1歳～未就学児まで）を行っていますので、利用を希望される方は、予約の際にお申込みください。

電話相談	月・水・金・土曜日 第2・第4火曜日	午前10時～午後4時	(直通) 04-2921-2333
何でも聞きます相談	水曜日	午前10時～午後4時	事前予約が必要です。 (予約電話) 04-2921-2220
カウンセリング	第1・3・4火曜日	午前10時～午後4時	
	第2火曜日 第4金曜日	午後2時～午後8時 午前10時～午後4時	

カウンセリングの予約状況は、市のホームページでも確認できます。右のQRコードを読み取り →
または所沢市ホームページ内で「女性の生き方相談」と検索



新型コロナウイルス感染症に関わる偏見や差別を許さないために

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、感染された方やそのご家族などの身近な方、また医療機関等に従事する方などが、「未知のウイルスへの不安」から生じる配慮に欠けた言動を受けたり、根拠のないうわさをSNSで拡散されたりといった、偏見や差別が広がっているとの報道があります。

偏見や差別は決して許されるものではありません。

厳しい状況の中ではありますが、一人一人が相手の立場や気持ちを思いやり、おだやかな言動を心がけることが大切です。

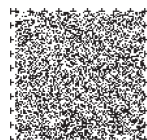
不当な偏見、差別等の人権問題についての相談は、法務省の人権擁護機関で受け付けています。

困ったときは、一人で悩まずご相談ください。



みんなの人権110番
電話：0570-003-110
平日 8時30分から17時15分

女性の人権ホットライン
電話：0570-070-810
平日 8時30分から17時15分



SUN

-VOL.59 2020.9-

所沢市男女共同参画情報誌

ふらっと講座に参加してみませんか!



ふらっと主催講座は、大好評なものばかり! 多彩な講座に加えて、今回は新しい講座も開催予定です! みなさまのご参加を、お待ちしております!

※ 新型コロナウイルス感染症対策を考慮した内容で実施。今後の情勢により、内容の変更・中止の可能性あり。



女性のための護身法ワークショップ

女性限定の護身法ワークショップ。講義と実技で護身法の基本を学ぶだけでなく、自分自身の大切さも学ぶことができます。自分の身は自分で守る!

【今後の開催予定】
10月7日(水) 午前10時から

メイクアップ講座

化粧品メーカーの講師による本格的なメイク講座。自分に合ったメイクを基礎から実戦で学びます。令和2年度のテーマは「マスク美人 目元メイクで-5歳」です!

【今後の開催予定】
第1回: 11月11日(水) 午前10時から
第2回: 11月30日(月) 午前10時から



多様な性の時代を生きるために

— ありのままに、自分らしく —

性的マイノリティへの理解を深める講座。ひとりひとりが尊重され、ありのままに、生き生きと活躍できる社会づくりを考えます。

【今後の開催予定】
11月25日(水) 午後2時から



その他の講座予定

- ◆ ママパパ防災講座 — 楽しく学び賢く備える — 【12月5日(土) 午前10時から】
- ◆ 家事シェア講座 (仮) 【2月開催予定】

情報を音声でも聞けます

右のコードは「音声コード」です。専用の「活字文書読み上げ装置」に読み込ませると、情報を音声で読み上げます。これにより、視覚障害者など文字で情報を得にくい方にも音声で情報を届けることができます。

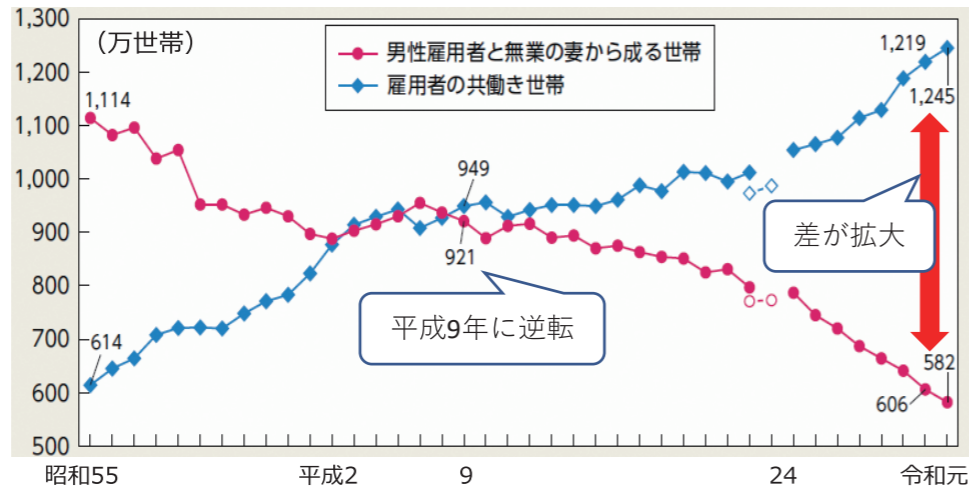
家族・育児・介護と仕事のバランスとれていますか？

近年では、「仕事」での働き過ぎの問題だけでなく、女性が「家事・育児・介護」の多くを担っている、家庭での働き過ぎの問題があることが現状です。

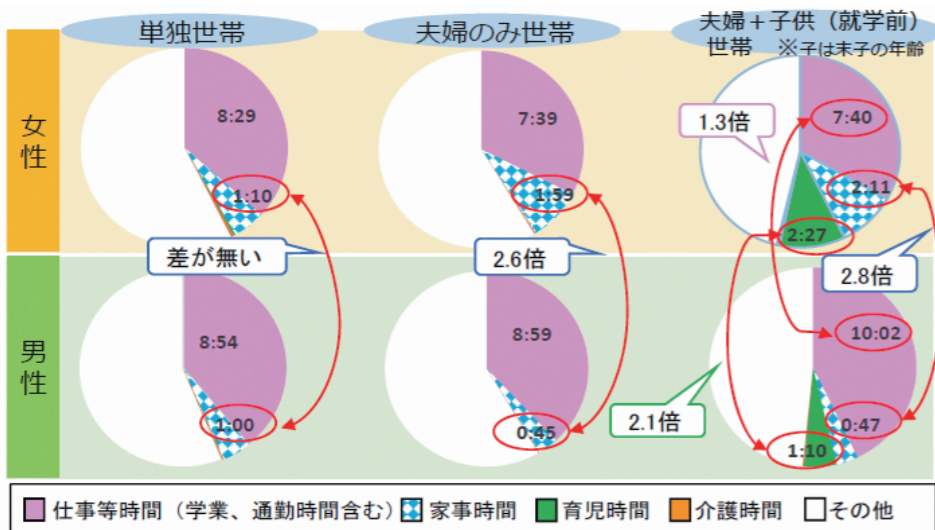
また、共働き世帯の増加など家族の在り方が変化する中で、「家事・育児・介護」で男性が主体的な役割を果たしていくことがますます重要になっています。

共働き等世帯数の推移

(出典：令和2年度版 男女共同参画白書)



1日当たりの家事等時間と仕事等時間(有業者：仕事のある日)



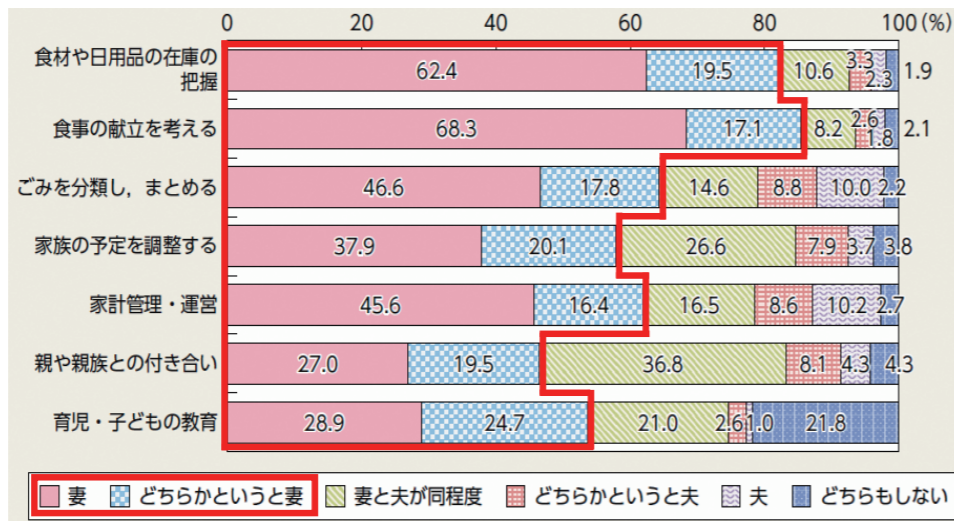
仕事をしている人の「仕事のある日」を見ると、女性の「家事時間」は世帯の種別によって大きく変わりますが、男性の場合はどの世帯の種別でも変わらない傾向があります。

単独世帯では男女差がほぼないですが、夫婦になると女性は男性の2倍以上になります。さらに「夫婦+子供(末子が就学前)世帯」では、女性の家事時間は男性の約3倍にもなります。

家事・家庭のマネジメントの分担

日々の家事のマネジメントをすることや日々の家庭生活をスムーズに送れるようにすること(見えない家事)は妻が多くを担っています。

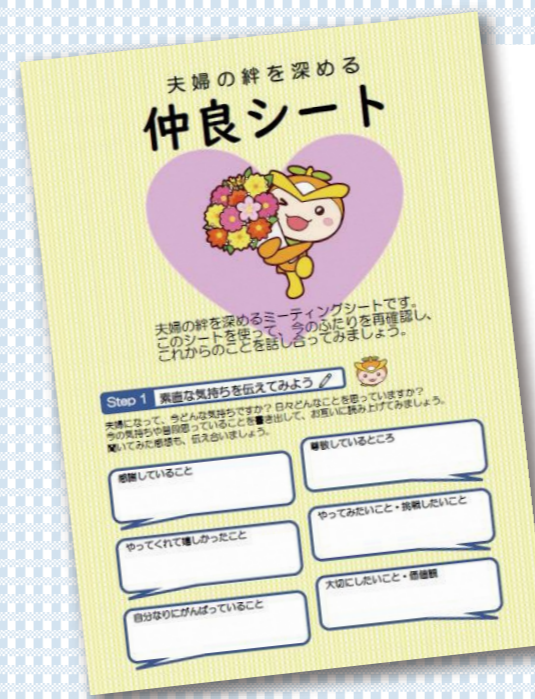
分担の状況は、「妻」「どちらかという妻」の回答がおおむね5割を超え、特に「食材や日用品の在庫の把握」「食事の献立を考える」では8割を超えています。



仕事をしている人で、仕事がある日の「家事・育児・介護」時間が長くなるほど、生活満足度が下がり、抑うつ・不安が強くなる傾向があります。家庭内での分担の見直しや、外部サービス等の活用も検討してみましょう。

より良いワーク・ライフ・バランスに向けて...

“夫婦の絆を深める 仲良シート”を作成しました!



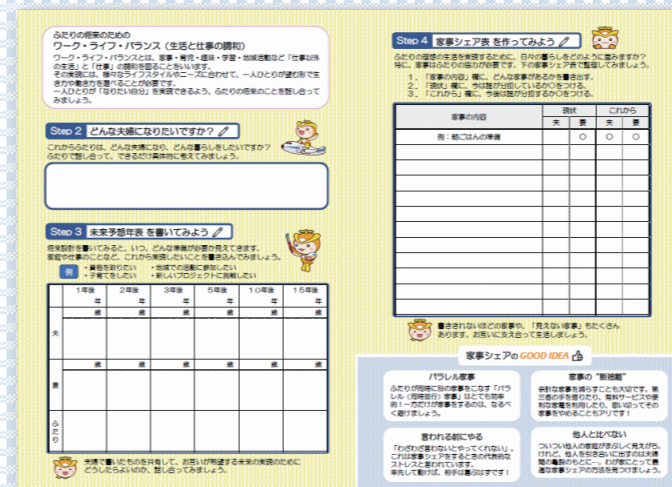
夫婦の絆を深める仲良しシート

夫婦で仲良く暮らしていくためには、ふたりで協力することが大切です。

このシートは、今のふたりの状況を確認し、これからどのような生活をしたいかを考えるためのコミュニケーションツールです。

Step1からStep4に沿って、ふたりで話し合いながら、シートを記入してみませんか?

「なりたい自分」、「なりたい家族」、「理想の暮らし」が見えてきて、夫婦の絆が深まるでしょう。



- Step1 素直な気持ちを伝えてみよう
- Step2 どんな夫婦になりたいですか?
- Step3 未来予想年表を書いてみよう
- Step4 家事シェア表を作ってみよう

その他、家事シェアのGOOD IDEAや「お片づけ」のコツもご紹介! 市ホームページからダウンロードできます。



ふらっと案内図



所沢市男女共同参画推進センターふらっと

所沢駅西口から徒歩10分
西所沢駅から徒歩20分

木曜
休館

※駐車場はありません。

■閉館時間：午前8時30分～午後9時30分

〒359-1122 所沢市寿町 27-7 コンサートタワー所沢 2F
TEL) 04-2921-2220 [FAX] 04-2921-2270
[URL] <http://www.city.tokorozawa.saitama.jp>
[E-Mail] b9212220@city.tokorozawa.lg.jp

市内企業・事業者の会議や研修会場としてもご利用いただけます。(営利目的の利用不可) 詳しくはふらっとまでお問い合わせください。

