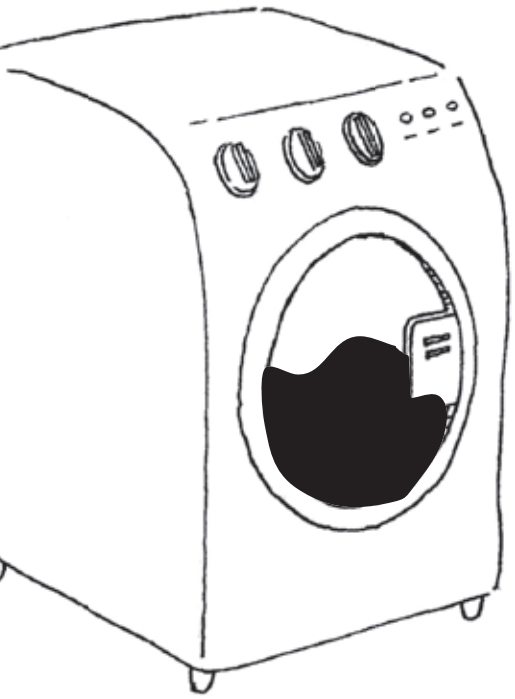
vol.
39
2010.3

福島県男女共生センター広報誌

未来館 NEWS



特集

福島県男女共生センター10年の取り組み

**～ローカル・ナショナル・インターナショナル。
そして人間の生き方を考えるセンターへ～**

特集

福島県男女共生センター10年の取り組み
～ローカル・ナショナル・インターナショナル。そして人間の生き方を考えるセンターへ～

平成13年1月18日にオープンした福島県男女共生センター「女と男の未来館」は、本年1月に開館10年目を迎えました。そこで、これまでの10年の取り組みを振り返り、また、「女も男も、子供も大人も、老いも若きも、全ての人々がより幸せになる社会」を目指し次の10年をどのように取り組んでいくのかについて、下村館長から皆さんへ向けてメッセージをお送りします。

私が福島県男女共生センターの館長に就任して、平成22年で10年目になります。この10年は長かったようでもあり、また、あっという間だったような気もします。

就任当時の話に遡りますと、私は東京に住んでおりますので、館長就任時には、「なぜ、下村が…」とお思いになられた方もいらっしゃったと思います。私自身も、ジャーナリストとして、また経営者として多くの仕事を抱えていましたので、とても館長の職は務まらないと考えていました。しかし、父が二本松市の出身で、今でもこちらに自宅がありますし、母も福島市の出身です。3人兄弟の中では私だけが実際に、戦後間もない頃二本松の祖母にあずけられ、二年間ほど地元の小学校に通いました。そんなわけで、福島には非常に縁が深いこと、さらに、父方の祖母は、飯坂の出身ですが、15歳ぐらいで結婚して大変苦労し、また、母方の祖母も、日本女子大で学んだのですが、お姑さんに「生意気な女だ」といじめられ30代半ばで亡くなるというつらい一生をおくりましたので、母からも「他の仕事は断っても、福島県の女性の地位向上の役に立つような仕事を引き受けて」と懇願され、館長をお引き受けすることにし、オープンの1年ほど前から準備に携わってきました。

しかし、実際には、館長就任前にもセンターの愛称選考の選考委員長に選任されておりまして、今考えてみますと、もしかしたら館長就任への布石のための策略だったのかもしれませんが（笑）、私だけが東京から選考委員会に参加していました。

そこでは、三千通以上の応募から「未来館」が選ばれたのですが、ただの「未来館」ではちょっと宇宙センター的なイメージもあるので、「女と男」を付けてみてはと提案し、最終的には、投票により「女と男の未来館」という愛称に決定されました。「男と女」ではなく、「女と男」としましたので、当時は、「女」が前につく名前を「なぜだ？」と思う人も多くいて、県議会などでも議論となり新聞にも取り上げられるというようなことがありました。私は別に、男性より女性が偉いと言いたかったわけではありませんし、本当の男女共同参画社会とは、女性と男性が横並びになることだと思っていますが、女は三歩下がってとか、男性のアシスタントだとかというように、二流市民的に扱われていた女性たちの背中を押してあげるという意味と、ユーモアを交えて、あえて「女」を先に出したのですが、なかなか理解していただけなかったようでした。

このようにして平成13年1月18日に、福島県男女共生センター「女と男の未来館」はオープンしましたが、館長をさせていただくに当たり大変ありがたく思ったのは、当時の知事が私を信頼して、センターの大きな基礎づくりと方向性の決定を任せてくださったことでした。

オープン直後にスタッフと県民の皆さんに、私が考えたいくつかの方針を申し上げました。その一つ目は、「ローカル・ナショナル・インターナショナル」というキーワードでした。朝日新聞のニューヨーク特派員などの海外の経験もあり、国際報道に貢献したジャーナリストに与えられる「ボーン・上田国際記者賞」を女性で初めて受賞し、国際的な視点を持ったジャーナリストであると自負していますので、私が館長をさせていただく以上は、「ローカル・ナショナル・インターナショナル」な視点で運営したいと考えました。

ローカルというのは、当然のことながら県民の皆さんにフルにご利用していただき、福島県の男女共同参画社会の実現のために貢献できるセンターにしていくということです。でも、福島県の施設だからといってローカルの部分だけで終わってしまいたくない。それではもったいないので、ナショナルというのは、センターのプロジェクトや情報を全国に発信しても恥ずかしくない高いレベルのものにする、むしろ女性だけではなく全国の方たちにとっても面白くて役に立ち、かつ、レベルの高い一流の取組であることを目指し、実践すべきだと考えました。そして、インターナショナルな視点の必要性は、世界で起こっているすべての事柄が、即日本にも影響してくる現代においては、それらの知識や意識を持たずしては、よりよい地域社会の形成や男女共同参画社会の形成はできないと感じていたからです。

方針の二つ目は、このセンターが県民の皆さんの税金で作られたものなのですから、皆さんに気軽に気持ちよく使っていただき、親しんでいただけるよう、サービス精神を持って運営すべきであるということです。つまり、民間人である私が館長になったということは、「民」の意識を導入すべき必要があると思ったからです。私は10年前からいずれ必ず地方にも「事業仕分け」のような波がくるであろうことを予測して、「民」的で、無駄のない運営の必要性を感じていましたし、将来的には、このセンターを県民の皆さんが自ら参加して自ら運営するようなセンターにすることが本来の姿だと申し上げたことを覚えています。

方針の三つ目は、男女共同参画という言葉を狭い意味ではなく、できるだけ広い意味に捉えた上でセンターを運営していきたいということでした。男女共同参画やジェンダーについての学習はもちろん大変重要ですが、それをどうやって日常生活で実践するか、それにはあまりむつかしい理屈ばかり言っていてもしょうがない、誰もが普通に家庭や職場、地域において「こういう生き方でもいいんだ」とか、「これも男女共同参画なの？」と考えることができるような機会を提供することを大事にしたいということでした。

また、センターの機能も充実したものにしたいと考えましたので、そこにも触れておきますと、一つ目は、「情報機能」があります。広い意味での男女共同参画に関する本を充実させ、誰でも気軽に利用できる図書室がありますし、センター独自に、男女共同参画における世界レベルの研究に助成を行い、その研究成果を県内はもとより、全国、世界に発信しています。二つ目は、「自立促進機能」です。講座や講演会、シンポジウムなどを開催し、気づきや考える機会を提供しているほか、女性の就業援助に関する相談、健康や法律などのさまざまな悩みに対応する相談窓口も設置しています。三つ目は、「交流機能」です。講演を聞くだけという受け身にとどまらず、皆さんに交流の場、自発的活動の場として自由に使っていただくための場所を提供し、相互交流の支援も行っています。

こうした方針のもと、これまでの10年で、さまざまなイベントを開催してきました。その一部を御紹介しますと、筑紫哲也さんや赤松良子さん、岸井成格さん、吉川まゆみさん、中森じゅあんさん、舛添要一さん、香山リカさんなど多くの方々と、21世紀の男女の在り方や、一人ひとりが男女にかかわりなく、自分の人生を選択し、いきいきと生きていくための方法について対談やシンポジウムを行いましたし、樋口恵子さんや初代の内閣府男女共同参画局長だった坂東眞理子さんに、男女共同参画社会の実現による未来について講演をいただきました。また、日本を代表する女性経営者たちのシンポジウムも開催しました。女性センターの全国大会においては、「館長サミット」として、樋口恵子さん、有馬真喜子さん、加賀美幸子さん、三隅佳子さんといった方々と女性センターの役割や抱えている問題について話し合いました。他にも、「ベアテの贈り物」、「いつも二人」、「受験のシンデレラ」という素晴らしい映画を上映し、

特集

福島県男女共生センター 10 年の取り組み
～ローカル・ナショナル・インターナショナル。そして人間の生き方を考えるセンターへ～

それぞれの監督の皆さんと映画の内容や、男女共生をテーマにトークも行いました。

センターに来ることができない方々のために、出前講座として県内各地で「館長トークサロン」を開催し、30 人から 50 人程度の少人数の方々と活発に議論しましましたが、同じ県内でも地域の差があることを考えさせられる質問もたくさんあり、本当に勉強になりました。

インターナショナルなものとしては、アメリカの女性リーダーをお招きしてＤＶと高齢者の問題について話し合ったり、日本に駐在している外国特派員の方と、特派員から見た日本の男女、女性の地位、家族などについてのシンポジウムを開催しました。中国の女性たちを招いてのシンポジウムも、おもしろかったです。また、2 年ほど前からは、毎年、各国の女性大使を含む数名の大使をお招きして、世界でもあまり知られていないと思われる国々について、県民の皆さんに御紹介すると同時に、大使の方々にも「地方にこそ日本の本来の姿がある」ということを見ていただきたいと考え、「未来館国際シンポジウム」を開催しています。

とにかく、本当にたくさんのイベントを開催しており、この場では全てを御紹介しきれませんが、どのイベントも参加された皆さんからは、大変な好評をいただいていると自負しています。

そういった場において、私は常々皆さんに、「男女共同参画とは何であるか」というお話を簡単な言葉で説明してきました。それは、「女性と男性が対等な関係でお互いに意見を出し合って、女性にとっても、男性にとっても、子どもにとっても、高齢者にとっても、より幸せな社会を創っていくために共に協力しあう。」ということです。ですから、男女共同参画社会の実現のためには、自分の人生をこのようにしたいと思った時に、女性であることが障害となって、自分の夢を追求できないという社会はなくさなければなりません。そういう意味では、法的、制度的な改革は必要です。そういった社会になった後は、それぞれが自由に選択すればよいので、例えば、自分の意志で専業主婦を選択するなら、それは立派なことです。その代わり、堂々と誇りを持って専業主婦をすればいい、自分が納得するような選択をしていくことが重要で、もし、現在の状況に不満があるのであれば、自分で変えていけばいいわけです。

しかし、こういったことは何も女性だけに言えることではありません。例えば男性でも、学歴で差別される場面もありますので、女性も男性も一人の人間として、自分の人生をいかに生きるかの選択を自らできる社会にすることが大事だと思います。その代わり、結果的に失敗しても、誰のせいにもできません。自分についての責任は自分で負うという強い覚悟がなければなりません。また、日本社会の一番の欠点は、一度”×（バツ）“のついた人は、再チャレンジが難しい社会であるということです。敗者復活の許される社会になるような意識の改革、文化の改革も必要です。それも含めて本当の意味で、個人が自由に選択できる社会を実現することが必要なのです。

そのためには、まず、法律や制度、組織といったインフラ整備が必要ですが、インフラが整備されたからといって、すぐに実現するわけではありません。日本国憲法に「男女平等」と明記されていても、実際はいまだに実現していないことがその証拠です。さらに、意識を変えることが実は一番やっかいで、意識とは、結局文化、価値観でもあるので、それを変えるには長い戦いが必要になります。また、インフラの整備をするにしても、意識の変化、文化の変革には、全員で取り組む必要があります。これが足りない、あれが足りないといって、与えられるのを受け身で待つのではなく、「自分たちで掴み取る」というパワーとエネルギー、アクションを起こすための情熱のようなものも必要であると私は思っています。

初めの頃は、男女共同参画社会基本法を一生懸命勉強しましたが、いつまでも勉強ばかりでは意味がありません。みんなが研究者になるわけではないし、具体的なアクションにはなかなか繋がらないからです。5 年目ぐらいからは、「評論家は必要ないので、アクションを起こしてください。」とか「地域や家庭、学校や職場で、男女共同参画を推進するどんな小さなことでもよいので、自分が出来ることを行動に移してください。」と申し上げてきましたし、「自分の家庭内を説得できなくてどうして男女共同参画が実現できますか。小さな一歩はそこからなんですよ。」などと刺激的な言葉でけしかけてもきました。

しかし、実際に 10 年を迎えますと、次の 10 年をどうするか、というのが私達の大きな課題になってきます。時代も世代も、意識も刻々と変わっていくので、同

じことを繰り返していても仕方がない。男女共同参画は人々の生き方全てに関わる、非常に幅広いもので、個人やカップルがその生き方でハッピーならば、限度はありますが、誰もとやかくいう必要はありません。選択の自由が許され、何をどう選択するかは個人の判断です。最終的に自分は何をしたいのか、どういう人生を過ごしたいのかが大切なのです。ジェンダーフリーという言葉は不適切であるとされていますが、ジェンダーフリーという言葉を使う必要がないような社会にしていく必要があります。本来、人間は初めから“ジェンダーフリー”で、自分を男である、女であると決めつけているからそうなってしまうのであって、基本的には、女性も男性も、全員人間で、たまたま女で、たまたま男だったというだけのことです。まず、「人間である」という点では、ジェンダーフリーです。

そのため、男女共生センターは、最終的に「人間の生き方を考えるセンター」であるべきだと思っています。これまで「男は外、女は内」という固定観念で分けられたジェンダー意識を壊して、21 世紀の新しい女の生き方、男の生き方を追究し、人間としてどう社会に貢献するのかを考え、一人の人間として、自分の足で立つことができる人間を創っていく場として、今後もあるべきだと考えています。しかも、生き方、人間の直面する問題は、子供の時、学生の時、成人した時、仕事、結婚、出産、子育て、退職などライフステージによって変わってきます。生まれてから死ぬまで、一生の問題です。そんな壮大な課題に取り組むのが、「女と男の未来館」なのです。

※　編集部注
全国女性会館協議会　北海道・東北ブロック研修での講演を基に作成しました。

下村　満子（しもむら　みつこ）

福島県男女共生センター「女と男の未来館」館長

慶応義塾大学経済学部卒。ニューヨーク大学大学院修士課程修了。朝日新聞ニューヨーク特派員。ハーバード大学ニーマン特別研究員、「朝日ジャーナル」編集長、朝日新聞編集委員などを経て、フリーのジャーナリストに。同時に㈶東京顕微鏡院及び、医療法人社団「こころとからだの元氣プラザ」理事長、経済同友会副代表幹事（現幹事）を長年務め、現在福島県男女共生センター「女と男の未来館」館長のほかに、㈶東京顕微鏡院特別顧問、㈱ルネサンス取締役、医療法人財団花椿会理事、㈶資生堂社会福祉事業財団評議員など、役職多数。ボーン上田国際記者賞を女性として初めて受賞、その他コロンビア大学医学部アテナ国際賞、日本翻訳出版文化賞などを受賞。「Made in Japan」「下村満子の大好奇心」ほか著書多数。

The 10th ANNIVERSARY

未来館誕生10年記念メッセージ

福島県男女共生センター「女と男の未来館」は、平成23年1月に開館10周年の節目を迎えます。そこで、平成22年1月からの1年間を「未来館誕生10年目」とし、この間、様々な記念事業を実施予定です。

10年記念事業に対し、未来館に深く関係する方々をはじめ、各界からお祝いのコメントが寄せられていますので、そのうちの一部をご紹介いたします。

センターボランティア
（元石川町男女共同参画プラン策定委員）
菊地 隆夫 様

福島県男女共生センター「女と男の未来館」誕生10年目を迎えおめでとうございます。

戦後、昭和50年頃から国連中心に婦人の地位向上が叫ばれ、以来、国内法の改正、県内でも婦人の地位と福祉向上計画の検討が進み、平成11年男女共同参画社会基本法が成立ー21世紀の我が国社会の最重要課題ー公民館の現代的課題であると認識しました。

平成12年県男女共同参画養成講座、男女参画概論講座等に参加、町男女共同参画プラン策定委員に委嘱された。未来館の国際的に著名な講師の講演、下村館長の対談、広報誌未来館NEWS、県内各地での未来館館長トーク等々、未来館は名実ともに日本一と賞賛、県民の誇り、そして感謝。男性主導社会の変革は男性が変わらなければ。男女対等の社会参画、家庭参画のため、

未来館で女と男語り合おう！

日頃より、未来館の運営・活動
未来館NEWSに寄せてメッセージを

福島県女性団体
連絡協議会会長
山崎 捷子 様

「連携の大切さ」～　わが県に男女共生センターが出来た。喜び勇んで雪の坂道を展示するパネルなどを積み込み四苦八苦して運び込んだこと、各国大使の講演をいくつも聞けたこと、下村館長から激しいほどの男女共同参画に対する思いを聞いたこと、各地域のグループの活動に目を見張ったことなど走馬灯のように10年を思い浮かべる。

これからも各団体や個人と手を携え、県人権男女共生課や共生センターと共に男女平等社会の実現に向けて連携し、実践していきたいと思う。このセンターがあることで個人個人が暮らしやすい社会を作るために手をつなぎ合っていきたい。

この節目は次のステップのためにある。おめでとうございます。

ここでは、2月27日に開催された
国際シンポジウムにおいてご紹介い
なお、福島みずほ内閣府特命担当
寄せられ 、シンポジウム会場で読み

内閣総理大臣夫人
鳩山　幸 様

このたびは、「福島県男女共生センター」10周年をお迎えになられましたこと、心よりお祝いを申し上げます。立ち上げ前よりご努力をされてこられました下村満子先輩にとりましては嬉しさもひとしおと存じます。また本日は、各国大使の方々、そして知事様をはじめ多くのご来賓の方々をお迎えしてのオープニングシンポジウム、心よりお喜びを申し上げます。

私と下村様とは、もう10年近くお付き合いをいただいております。スワンシスターズでのジャズの仲間、またある時は強力なアドバイザー、と色々な面でお世話になっております。世界を股に掛け、飛びまわっていらっしゃるお姿と正反対の私が申し上げるのも失礼なのですが、少女のようにいつまでも愛らしく魅力的な方でいらっしゃいます。どうぞ今後とも、福島のため、日本の、いえ世界のために、お力を発揮いただきますように、お願い申し上げます。

本日の「未来館国際シンポジウム」のご成功を、心からお祈りいたします。本日はおめでとうございます。

を深く支えてくださる方々から、
いただきましたので、ご紹介いたします。

福島大学行政政策学類
准教授
高橋　準 様

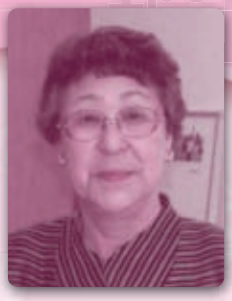
早いもので、もう十年ですね。

“ひと”に対してなら「おめでとうございます」「お疲れさまでした」と言うところです。なぜなら、仕事には定年があったり、任期があったりするからです。でも、センターは違います。

また、男女共生センターの仕事には、おそらく終わりはありません。時代が変われば状況が変化します。新しい問題も“発見”されます。1970年代には「セクシュアル・ハラスメント」も「DV」ということばも、ありませんでした。問題は存在したけど、ひとの目には見えていなかったのです。これからも、たぶんそういうことはあるでしょう。

自分の短い人生でも、十年間同じことを続けるのは、一つの区切りではありました。でも、改めて考えてみると、そこから本当に真価を問われるようになったといえるかもしれません。(「ケッコン」なんかもそうかも？)

これからも地域で、息の長い活動を続けていただきたいと思います。およばずながら、本当に微力ではありますが、　お手伝いは続けさせていただきます。



センター相談室
スーパーバイザー
黒須 敦子 様

男女共生センター・相談室に係わる者として、いまだに性差別が社会に深く現存していることを痛感させられています。

日本社会の性を人権として捉える基盤の弱さが、性差別、性暴力、性搾取を生み出しています。「女はかくあるべき」ではなく、「女性がいつも自己である」ためには、男の社会がつくった論理ではなく、女の社会がつくった論理が大切です。

女と男の未来館の10年のあゆみは、まさに、「女が変わる」「男が変わる」「社会が変わる」、両性の人権確立、男女共同参画社会形成の大きな原動力でありました。今後、社会の変化とともに、置かれる状況も一層多様化していくと思います。女と男の未来館に期待し、一層のご指導をお願い致します。

未来館誕生10年記念事業”第1弾”未来館
たしましたメッセージを掲載します。
大臣(男女共同参画)からもメッセージが
上げ、掲示等によりご紹介いたしました。

参議院議員・元外務大臣
川口　順子 様

未来館誕生10周年おめでとうございます。

また、本日は、トルコ大使様、ベトナム大使様、ポーランド大使様を招かれての国際シンポジウムご開催、誠におめでとうございます。私は、男女共生の問題を考える際に、国際的視点が重要だという下村さんの姿勢を高く評価しています。

下村さんとは、数十年来の親友ですが、彼女の視野の広さに、いつも触発され、尊敬しております。

本日の会のご盛会と、お集まりの皆様のご多幸を、心より、祈念いたします。

福島県生活環境部
人権男女共生課長　## 堀切　豊 様

福島県男女共生センターは、平成13年1月に開館し、10年目を迎えました。

この間、県では、平成13年に「ふくしま男女共同参画プラン」を策定、翌14年には、「福島県男女平等を実現し男女が個人として尊重される社会を形成するための男女共同参画の推進に関する条例」を制定し、各種施策を積極的に展開してまいりました。

県では平成21年度に、少子高齢化や雇用環境の悪化などの社会経済情勢の変化に的確に対応するため、家庭や地域における男女共同参画の実践の拡大や、仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)などの取組みを盛り込んだ、新しいプランの策定作業を進め、本年4月からスタートします。

県といたしましては、今後とも、男女共生センターを実践的な活動拠点として、すべての人が性別にかかわりなく、自らの意思に基づいて、一人ひとりが持てる力を最大限に発揮できる男女共同参画社会づくりを推進してまいりますので、県民の皆様の御支援・御協力をよろしくお願いいたします。

男の介護 シリーズ②

Man who looks after

少子高齢化の進行する現代では、年齢や男女に関係なく、誰もが家族を介護する立場になる可能性があります。

そこで、前号に続き、シリーズで現在増えつつある男性の介護について特集します。

第２回は、「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」代表として、妻と息子の介護の経験をもとに、介護に悩む男性を支える活動を積極的に行っている荒川不二夫さんのお話です。

平成 21 年度男女共同参画基礎講座「男性のための介護セミナー～いつかは介護する人、される人」の講演を基に作成しています。

荒川 不二夫（あらかわ ふじお） さん

「いつかは介護する人、される人」

皆さんこんにちは。

私はお隣の栃木県の出身で、戦後は東京に出て働いてきましたが、妻が病気で倒れ、８年間介護をしました。また、一昨年には、息子がやはり病気になり、私が介護をしています。そこで、本日は、私の体験をもとに『いずれは介護をする人、される人』というテーマでお話をいたします。

▶介護について

介護とは、喜怒哀楽に満ちた日々の繰り返しであり、また、間口が広く、奥行きが深いものです。病状によって、介護の難しさは異なりますが、介護の悩みと辛さはみんな共通です。

介護には、「希望が持てる介護」と「朽ちていく介護」のふた通りがあります。「希望が持てる介護」とは、今日できなかったことが明日にはできるというように、未来に希望がもて、時として、大きな感激を味わうことができる介護のことですが、「朽ちていく介護」、つまり記憶が失われていくような病気や、今日できたことが明日にはできなくなる、相手が日々衰えていくような病気の介護の場合、他の人には分からない辛さ、悩みや苦しみが日々積み重なっていくものです。私も長年介護をしてきて、随分と喜怒哀楽を感じましたし、辛い体験もしました。

在宅で介護をする場合には、まず、バリアフリーの問題があります。病人が転倒すれば大きな事故に繋がる可能性がありますので、家の中の段差の解消や、廊下やトイレ、お風呂場などに手すりを付けるなどの対応が必要です。病人の状態を把握しながら、家の中を病人が動きやすく、介護しやすい動線にすることも配慮しなければなりません。また、在宅介護の場合、ヘルパーさんが家庭の中に入ってくることへの不満をよく聞きます。それぞれの家庭にはそれぞれのやり方があると思いますが、例えば、掃除の仕方などに多少不満があっても、お願いする以上は我慢して表に出さない方が上手くいくのではないかと思います。それは、家人にしてみればそんなに綺麗じゃなくてもいいと思っていたとしても、ヘルパーさんは、スムーズに生活できるようにと、環境の整備等にも気を遣ってくれているからであり、そういった気遣いも理解し、折り合いを付けていく方がよいのかと思うからです。

また、介護における虐待の問題も避けては通れません。虐待には、身体的な虐待、心理的な虐待、性的な虐待、経済的な虐待、介護の放棄といったものがあります。

統計上、介護をしていて一番困ることには、「経済的な不安」が上げられていますが、例えば、お金がなくて思うような介護ができないときに、それを理解できない病人がいろいろとうるさく要求をしてくると、腹が立って、つい手をあげたくなるような場合があります。しかし、そんなときでも、一呼吸おいて、“自分は健康だけれども、相手は自分では何もできない”のだということを思い出し、我慢しなければなりません。そういう私も、我慢できずにつねったりしたことがありましたが、後で「どうして我慢できなかったのだろうか」と本当に後悔しました。悔いのない介護のためには、こういった相手を虐げないという心がけも必要になってきます。

さらに、介護と仕事の両立も難しい問題です。私も妻の介護をしながら建築の仕事を続けてきましたが、「家内の具合が悪いので、打ち合わせはこの辺で…」というようなことを言えば信用問題にも関わりますので、お客さんにはそういった事情を伏せて仕事をしてきました。例えば、大企業のサラリーマンであれば、「在宅介護のために早く帰りたい」と申し出れば、有給休暇などの対応をしてもらえるかもしれませんが、中小零細企業では、そういった対応をしてもらうのは難しいと思うので、実態として、介護と仕事の両立はまだまだ難しいと思います。

▶介護の心構え

では将来、介護する立場になった場合に備えて、今からできることは何かというと、例えば、いろいろな介護研修会等に参加して介護の方法を研究したり、いつ介護をする立場になっても苦労がないよう、男性も、日頃女性に任せている家事などを一通りできるようにしておこうという心の準備が必要だろうと思います。私が東京に出てきた時には、手洗いで洗濯し、繕い物や自炊もしましたが、こういった経験を全くせずに介護することになったとしたら、本当に大変だっただろうと思いました。ですから、男性の皆さんも日頃から奥さんを大事にして、進んで色々な家事のノウハウを教えてもらっておけば、いざというときに慌てなくても済むのではないでしょうか。

また、介護はお金では解決できませんが、介護をしていて経済的に行き詰ってくることが本当に辛いという話をよく聞きます。日頃から、少しずつでもいいので、蓄えをしておいて、なるべく老後にはお金の心配のないような介護が出来れば、ベターなのではないかとも思います。

介護をされる立場の人は、ややもするとわがままになります。また、表情には出しませんが、親身になって尽くしてもらいたいという気持ちが心の底にあります。誰でも、自分が介護される立場になれば親身になって介護してもらいたいと考えるのではないでしょうか。だから、「自分が介護される立場であれば･･･」ということを常に意識し、相手の気持ちを汲み取ってあげていけば、相手を満足させられることにつながると思うのです。介護をしていると、相手から「ありがとう」と言われることが本当にうれしいです。ですから、いずれ介護される立場になった場合にも、わがままを言わずに、素直な気持ちで「ありがとう」

Man who looks after

プロフィール

男性介護者と支援者の全国ネットワーク代表
荒川区男性介護者の会「オヤジの会」代表
小山市豊田生まれ。終戦後、大学進学を機に上京。
その後、20人近くの職人を抱える建設会社を起こした。
59歳の時に妻が脳内出血で倒れたことで生活が一変。それまでは、仕事一筋で炊事洗濯などの家事全般が未経験だったが、以来、8年にわたり妻を在宅介護した。妻を看取った翌年の1994年、介護仲間とともに、「荒川区男性介護者の会」（通称「オヤジの会」）を立ち上げ、2009年3月には「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」代表に就任。現在は病気の次男(47)と二人暮らし。

と感謝の意思表示ができるように、今から心がけておくことも大事なことだと思います。

▶妻の介護

妻は 49 歳のときに階段で転落して脳内出血を起こしました。ＣＴがない時代だったので、頭が割れるように痛いといって暴れても、病気の理由がなかなか分からず、手遅れの状態になりました。手術の前に医師からも、「助かっても意識が戻るかどうかわからないし、１年の命だよ」と宣告されました。

しかし、１年の命であれば、後悔しないように介護しようと思った私は、安静だと言われても、妻の足腰が弱ってしまわないように妻の手をひいて歩かせたりもしましたし、その後は妻を在宅で介護しました。

一番悩んだことは下の世話でしたが、汚れ物の手洗いなども、途中からは汚いものだとは考えないようにして、イソジンを用意して素手で洗ったりもしました。料理の方も、妻は何でも「美味しい」と言ってくれましたが、気を遣って言ってくれていることが分かっていましたので、勉強もしたし、本人が好きなものを記録しておいて食べさせるようにもしました。介護しやすいように、自分で部屋の中を改造したり、ベッドを購入したりと様々な工夫をしましたが、病人がいると、家の中が暗くなりますから、できるだけ暗くならないように、朗らかな介護をするようにも心がけました。

介護をしていくうえで、一番心配だったのは“床ずれ”でした。妻を看取った時には、本当はもっとあれこれできたのではと思い悩みましたが、体位の交換を頻繁にして、時間を決めて効率よくオムツを交換するよう工夫したので、医師からは「床ずれもないし、奥さんがこんなに長生きできたのは介護が良かったからだね」というお褒めの言葉をいただくことができました。

▶息子の介護

今も介護をしている息子のことについてお話しします。一昨年の11月に、癲癇（てんかん）が原因で倒れて歩けなくなり、医師からは、「お正月までは持たないだろう」と言われました。「妻と長男に逝かれて、今度は次男もか…」と思い、人知れず泣いたこともありましたが、精一杯悔いのないように介護しようと決めました。

その後、身体は歩けるまでに回復しましたが、昨年３月には若年認知症を発症しました。メキメキと丈夫になり、話もできて、どこまでが認知症なんだか私にも理解するのが難しいことがありますが、やはり病人なので、時々訳の分らないこと言ったり、逆らったり、頑固になったりします。思わず手を挙げたりしそうになることもありますが、さっと逃げて「オヤジ、病人に暴力はいけませんよ」って言うから、まるで漫才のようです。寝たきりで口もきけないでいるよりはいいのかと諦めてはいますが、家出をしたりお金を持たずに買い物をしたりしたこともあり、介護は本当に難しく、認知症の家族の介護の辛さを日々感じています。

認知症の人は、症状が進行すると自分の身内も分からなくなり、話もできなくなりますので、そうした人を介護する家族の方は本当に辛いだろうと思います。ですが、私としては、仕事などの事情があったり、本当に在宅介護に限界がきたりしない限りは、辛くてもなるべく施設に預けないで在宅で介護することが、相手を慈しみ、人間の尊厳を大切にすることではないかなと思っています。

先程も「希望の持てる介護」と「朽ちていく介護」の二通りがあるとお話ししましたが、息子の場合は希望が持てる方なのかなと思っています。先の見えない難病には変わりはありませんが、一時でも自分の心が癒されて、介護の喜びや感激の気持ちがあるならば、辛い気持ちを顔に出さないで…顔に出さないというのは正直、本当に難しいのですが、後悔しない介護をしたいと思います。

介護疲れからくる虐待という話を聞くと、ときどき納得することもありますが、介護で疲れてしまわないように、時々はカラオケやお酒でストレスを発散したり、花を飾って気分転換をすれば、家の中はいつも明るくなるのではないでしょうか。我が家も日頃から、家の中だけはできるだけ明るくしようと思って、朝起きたら親子でも「おはよう」とあいさつをしています。

▶男の介護について

男性が介護していくにはどうすればいいのでしょう。男というのは、皆プライドが高くて、ちょっとしたことでは弱音を吐きません。最初に男性が集まった時には、会社の重役や社長という面々ばかりだったからなおさらでした。そこで、お酒の席を設け、アルコールの勢いを借りて、自分が妻を介護した時の苦労話などをしていくうちに、お互いに気心が知れ、自分の介護の話や、介護のノウハウなどの情報交換をしていくようになりました。そこで聞いた話を、後に続く男性介護者につなげていこうとしたことをきっかけに「男性介護者と支援者の全国ネットワーク」を立ち上げることになりました。

介護は辛いですし、介護の方法は千差万別なので、手探りしながらやっていかなければなりません。しかし、介護で一番大事なことは、相手を慈しみ、誠意と愛情を持って接すること、そして、後悔をしない介護をすることだと思います。介護する人は男女を問いませんし、介護をされる人も親や連れ合いの方、子どもなどいろいろですが、できれば相手の気持ちになって、相手を尊重して介護し、後々「こうしていれば」とか「ああしていれば」などいうような悔いのない介護をしていくことが本当に大切だと思います。

未来館国際シンポジウム

今回で３回目の開催となる「未来館国際シンポジウム」は、2010 年 2 月 27 日（土）に、トルコ共和国、ポーランド共和国、ベトナム社会主義共和国の大使をお招きし、それぞれの国の文化や生活、社会における女性の地位など大使から見た日本観についてお話しいただきました。

また、パネルディスカッションでは、教育や各国のワークライフバランスの現状、日本女性の社会進出などについて、意見交換を行いました。

※各国大使のお話やパネルディスカッションの内容、県内視察の模様は、「未来館誕生 10 年記念特集号」に掲載予定です。

各国紹介パネル展示

館内エントランスには、３カ国の政治、経済、文化などを紹介する写真やパネル、民族衣装などが展示されました。

トルコ共和国

ポーランド共和国

ベトナム社会主義共和国

大使からのメッセージ

※このメッセージは、「未来館国際シンポジウム・プログラム」に掲載したものです。

トルコ共和国

駐日トルコ共和国　特命全権大使
セリム・セルメット・アタジャンル閣下

今回、「未来館国際シンポジウム」に参加できることを大変嬉しく思います。120 年前に和歌山県串本町沖でトルコ軍艦エルトゥール号が座礁したことから始まったトルコ日本の友好関係は大変、強固なものです。2010 年は「トルコにおける日本年」と称し、トルコ国内において日本を紹介する様々な活動が行われます。同様にこのシンポジウムが福島県の皆様にトルコのことをより知ってもらう機会となり、両国民の相互理解がますます発展することを期待しております。

ポーランド共和国

駐日ポーランド共和国　特命全権大使
ヤドヴィガ・ロドヴィッチ閣下

この度は福島県を訪れ、「未来館国際シンポジウム」に参加できることを、心から嬉しく思います。この機会に、是非とも美しい自然に恵まれた福島県民の皆様に、私の国ポーランドを身近に感じていただきたいと思います。昨年は、日本・ポーランド国交 90 周年にあたり、日本全国で様々な記念事業が開催されました。更にショパン年にあたる今年は、日本で普遍の人気を誇るポーランドの作曲家、フリデリック・ショパンの音楽とその魅力を広くご紹介したいと存じます。一方、ポーランド人に、真の日本を発見することのできる福島の魅力をお伝えできればと存じます。福島県民の皆様に心よりご挨拶申し上げます。

ベトナム社会主義共和国

駐日ベトナム社会主義共和国　特命全権大使
グエン・フー・ビン閣下

福島県の皆さん、こんにちは！この度は「未来館国際シンポジウム」に参加して、福島県民の皆さんと交流することができ、嬉しく思っております。そして、この機会を与えてくださる福島男女共生センターの館長を始め、皆さんに感謝申し上げます。日本とベトナムはすでに「戦略的なパートナーシップ」である関係になりました。現在、政治、経済、文化、教育、科学技術のあらゆる分野において両国関係が発展しています。その発展に、ベトナムと日本の国民がお互いのことを知るための交流が大事だと思っております。そのため、この未来館シンポジウムに対して高く評価したいと考えております。

写真左から
セリム・セルメット・アタジャンル閣下、下村館長、ヤドヴィガ・ロドヴィッチ閣下、グエン・フー・ビン閣下

女と男の未来館は気軽で便利

二本松市の霞ケ城を望む
福島県男女共生センターは、
どなたでも
気軽に利用できる施設です。

研修会や会議、各種教室、ご宿泊などにご利用ください。
スタッフ一同、皆様のご来館をお待ちしています。

●企業研修会からグループの打ち合わせまで

さまざまな目的に応じたご会合に利用できます。

少人数で利用できる和室や工作室、110名まで対応できる研修室や会議室があり、ビデオプロジェクターなどの設備も充実。壁面鏡がある多目的研修室では軽運動も楽しめます。

第2研修室

多目的研修室
ご利用例:フラダンス教室、バレエ教室、日舞教室、よさこい など

●400人収容の研修ホール

講演会やコンサート、イベントに大活躍。

ビデオプロジェクターも備えており、講演会や発表会などさまざまなイベントに対応できます。

ご利用例:ダンスパーティ、各種展示会 など

研修ホール

●お手頃な料金でご宿泊

レストラン「未来」

ご宿泊だけの利用も可能です。

お手頃な料金でご利用いただけることが一番の特徴。施設利用の方だけでなく、ビジネスやレジャーで二本松を訪れた方もお気軽にどうぞ。洋室19室、和室3室があり、車いす対応の洋室も完備しています。お食事は、霞ケ城を展望できるレストラン「未来」でとることができます。ご注文に応じて宴会も承ります。

宿泊室ツインルーム

宿泊室和室

福島県男女共生センター広報誌
未来館NEWS
"自分らしさ"を生かした未来へ
vol. 39 2010.3

■編集・発行
(財)福島県青少年育成・男女共生推進機構　福島県男女共生センター(女と男の未来館)
〒964-0904 福島県二本松市郭内一丁目196-1
TEL(0243)23-8301(代)　FAX(0243)23-8314
ホームページアドレス　http://www.f-miraikan.or.jp
メールアドレス　mirai@f-miraikan.or.jp
女と男の未来館　検索