



ワーク・ライフ・バランス (仕事と生活の調和)

「ワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)」とれていますか？

「ワーク・ライフ・バランス」という言葉を耳にしたことがある方も多いと思います。

仕事は私達の日々の暮らしを支える大切なものですが、もし仕事が生活の中心になってしまったら、心身ともに疲れて健康を害してしまったり、家事や育児、介護との両立ができずに仕事と家庭生活のバランスが崩れてしまうかもしれません。

育児期の女性ばかりでなく、老若男女すべての人が、家事や育児、介護などの家庭生活と仕事や地域活動などのバランスを自ら決め、その人が希望するバランスの取れた豊かで充実した生活を送るためにも仕事と生活の調和(ワーク・ライフ・バランス)の実現が必要となっています。

ワーク・ライフ・バランスを実現するためには、本人のみならず職場など周りの人の理解も必要なので、「男は仕事、女は家庭」といった性別による固定的な役割分担意識を見直していくなど、一人ひとりの意識を変えていくことも重要です。

ひとりひとりのワーク・ライフ・バランスをみつけよう！ イクメンが家族を変える、社会が動く

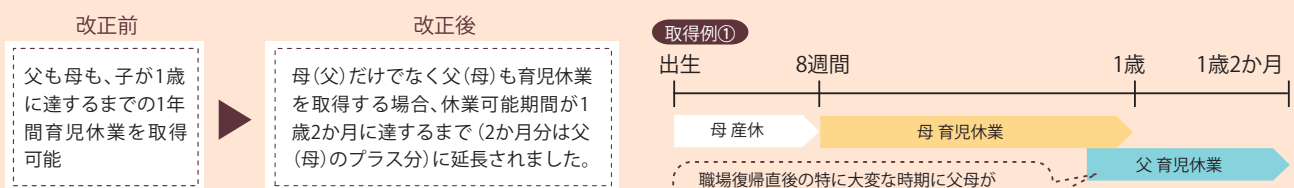
最近「イクメン(子育てを楽しみ、自分自身も成長する男性、または、将来そんな人生を送ろうと考えている男性のこと)」という言葉に代表されるように、子育てに意欲的な父親も増えてきました。

夫の平日の家事・育児時間が長くなるほど妻が出産後も同じ仕事を続ける割合が高くなり、また夫の休日の家事・育児時間が長くなるほど、第2子以降が生まれる割合が高くなる傾向にあるとの調査結果があります。(厚生労働省「第6回21世紀成年者縦断調査」<http://www.mhlw.go.jp/toukei/list/28-6.html>)

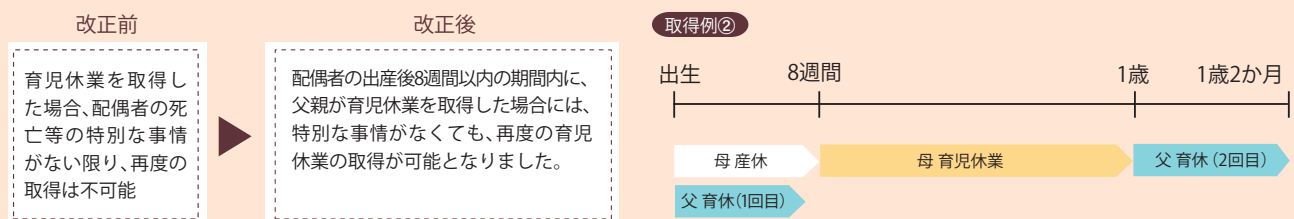
少子化の流れを変え、男女ともに子育てや介護をしながら働き続けることができる社会を目指して、育児・介護休業法が改正されるとともに、厚生労働省では平成22年6月「イクメンプロジェクト」を発足し、男性の育児を応援しています。

改正育児・介護休業法の一例

① パパ・ママ育休プラス(両親ともに育児休業を取得する場合の休業可能期間の延長)



② 出産後8週間以内の父親の育児休業取得の促進



まずは子どもと遊ぶことから始めましょう

父親が家事や育児をすることによって母親は育児不安やストレスを抱え込むこともなくなり、母親に偏りがちな負担を解消することができれば母親の心にも余裕が生まれます。

そして母親に余裕ができれば、夫婦関係ももっとよくなり充実した生活が送れるようになります。

子育てを楽しむことで、自分と家族の関係をよりよいものにしてみませんか？

- ・育児・介護休業法の改正について
(厚生労働省ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp/general/seido/koyou/ryouritu/>)
- ・イクメンプロジェクトホームページ
(厚生労働省雇用均等・児童家庭局委託事業
<http://www.ikumen-project.jp/>)

父親の子育てを応援するハンドブック

父親が仕事も子育ても楽しむための子育て体験談や育児休業の取り方、気になる経済的な問題などがわかりやすく書かれたハンドブックです。

妊娠中から産後の妻への接し方、育児の注意点などがすぐわかるので、とても役立ちます。ぜひご覧ください。



- ・「父親のワーク・ライフ・バランスへ応援します！仕事と子育て両立パパ」ハンドブック
(厚生労働省ホームページ
<http://www.mhlw.go.jp/topics/2008/12/tp1201-5.html>)

編集／高崎市 市民部 人権男女共同参画課

〒370-8501 群馬県高崎市高松町35-1 TEL027-321-1228

(直通) FAX027-326-3873

編集委員／坂本祐子・竹内由利子 発行／平成23年3月15日

Eメール／jinkendanjo@city.takasaki.gunma.jp



この印刷にはアメリカ大豆組合認定の大豆油インキを使用しています。



高崎市男女共同参画広報紙

バモス 第13号

Vamos 特集「DV」「デートDV」ってなんだろう？

あなたも気付かないうちに

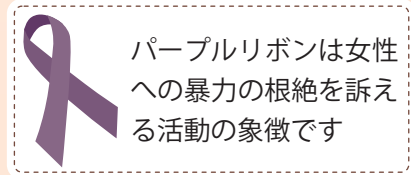
DV デートDVの 被害者になっていませんか？

あなたにお聞きします。

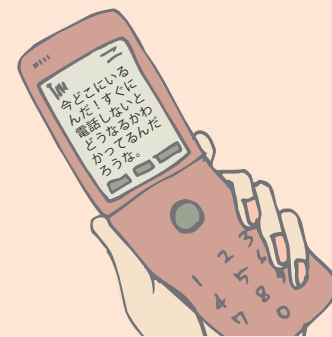
Q.1 日常生活の中で、他人と自分との間に何か問題が起こったとき、あなたは暴力をふるう・暴言を吐く・脅迫するなどしてでも相手をねじふせ、問題を解決しようと思いますか？

Q.2 あなたがもし、他人から本当にささいなことが原因で、または理由もなく、いきなりなぐる、けるの暴行を受けたり、あなたの人格を否定されるような非常に傷つくことを言われたらどうしますか？

Q.3 あなたは親密な関係にある人と一緒にいると、とても楽しくて幸せですか？それとも一緒にいるとき、相手に恐怖を感じたり、自分がいやなことを「いや」と言えずに相手の言いなりになってしまうことがありますか？



パープルリボンは女性への暴力の根絶を訴える活動の象徴です



日常生活の中で、他人と自分との間に何らかの問題が起こったとき、暴力をふるう、暴言を吐く、脅迫するなどして問題を解決しようとする人はほとんどいません。

多くの人が相手と冷静に話し合っ問題解決しようとするでしょう。刑法には傷害罪や暴行罪、名誉毀損や人を侮辱したことに対する罰則規定があります。

他人に行えば犯罪行為になるのに、親しい間柄ならばどんな暴力をふるっても、どんな暴言を吐いても犯罪にならないのでしょうか。

女性と男性は対等です。

暴力や脅迫などの手段を使って一方が支配し、もう一方が支配されるという関係は明らかにおかしいのです。

もし、あなたの心がパートナーや恋人から心ない言葉で傷つけられたり、暴力を受けるなどして恐怖を感じたりしているのなら、それは対等で正常な関係とは言えません。

「DV」は犯罪行為をも含む重大な人権侵害です。

「DV」なんて自分には関係ない、他人ごとだと思っている方へ。あなたが「DV」の被害者にならないために、またあなたの身近な人を「DV」で苦しませないために「DV」のことを知ってください。

「DV」「デートDV」ってなんだろう？

「DV」とは英語のドメスティック・バイオレンスの頭文字を取って略したものです。

一般的には配偶者や恋人など親密な関係にある(または親密な関係にあった)人からふるわれる、さまざまな「暴力」のことです。また、「デートDV」とは交際中のカップル間に起こるDVのことです。

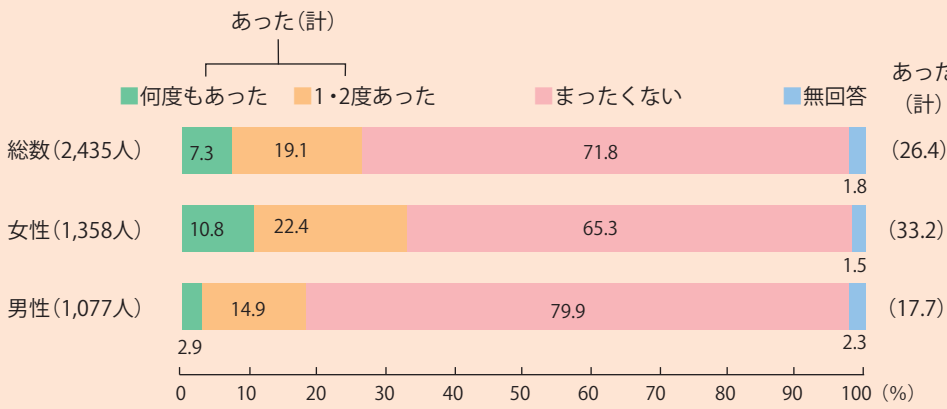
男女共同参画社会とは・・・ 男女の人権が等しく尊重され、対等な協力関係で築き上げるバランスのとれた社会です

深刻なDV被害の現状

平成20年度に内閣府で行った「男女間における暴力に関する調査」によると、DV被害経験が「何度もあった」女性の比率は全体の10.8%、「1、2度あった」人を含めると33.2%、3人に1人の女性がDV被害にあっている状況がわかります。

配偶者からの被害経験(性別) ※「配偶者」には事実婚や別居中の夫婦、元配偶者も含む

「身体的暴行」「心理的攻撃」「性的強要」のいずれかを1つでも受けたことがある



DVの「暴力」ってどんなこと？

一口に「暴力」といっても多種多様で、多くの被害者が一つの暴力だけではなく、何種類かの暴力を重ねて受けています。自分にあてはまることがないかチェックしてみましょう。

身体的暴力

なぐる、身体を傷つけるものでたく、ける、つねる、つきとばす、首をしめる、腕をねじる、物をなげつける、やけどをさせる(熱湯をかける、たばこの火を押しつけるなど)、水をかける、階段からつき落とす、縛る、かみつく、刃物でおどす、引きずり回す、髪の毛をひっぱる など

精神的暴力

大声でどなる、傷つくようなひどいことを言う、人前でばかにする、自分が悪いのに「おまえが悪い」と責める、何を言っても無視して口をきかない、「誰のおかげで生活できるんだ」「かいしょうなし」などに見下して言う、大切にしている物をこわしたり捨てたりする、ペットに危害を加える、なぐるそぶりや物をなげつけるふりをする、「家に火をつける」「親を殺す」「おまえを殺す」「別れたら死ぬ」などと言っておどす など

経済的暴力

生活費を渡さない、働くことを邪魔したり仕事をやめさせたりする、お金の使い方を細かくチェックする、家庭の収入について一切知らせず手をつけさせない、パートナーの給料や預金を勝手に使う、借金をさせてお金を取り上げる、交際する中でお金をだまらせておいて返さない など

性的暴力

避妊に協力しない、見たくないのにポルノビデオやポルノ雑誌を見せる、いやがっているのにキスや性行為を強要する、中絶の強要をする など

社会的暴力

実家や友人と付き合うのを制限・監視、禁止したりする、電話や手紙、電子メール、外出や持ち物等を細かくチェックする、一緒にいないときは今どこにいるのか、何をしているかを絶えずチェックし、携帯電話などにメール(電話)したらどんな状況でもすぐ返信(連絡)しろなどと強要する など

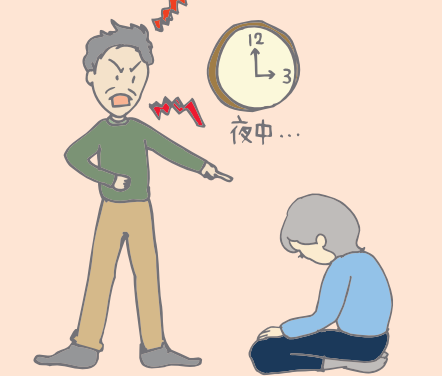
子どもを利用した暴力

子どもに暴力を加えたり、わざと危険な目にあわせる、子どもに暴力をふるっているところを見せる、子どもにパートナーを非難させたり、中傷するようなことを言わせる、子どもに危害を加えると言っておどす、女性から子どもを取り上げる など

職場では



家では



ひとりで悩まず相談しましょう

どんな理由があっても暴力をふるったり、人権を踏みこむような暴言を吐くこと、脅迫して相手を支配することなどは絶対許されない、犯罪行為をも含む重大な人権侵害です。

「おまえが怒らせるから悪いんだ。」「言うとおりにしないからこうするんだ。」と加害者は言うかもしれませんが、これは単なる言い訳であって、パートナーに暴力をふるってもいいという理由にはなりません。

悪いのは明らかに暴力をふるう側なのです。

「自分がされていること…これってもしかして…DV?」と思ったら、ひとりで抱え込まず、どんな小さなことでも相談機関に相談しましょう。

DVで悩んでいる人が周囲にいたら

あなたの周囲にいる人がDVで悩んでいたら、絶対にその人を批判せず、話を聞いてあげましょう。

話を聞くときは「あなたが我慢すればいいのよ。」「そうされるあなたにも悪いところがあるんじゃない?」「そんなにいやなら別れればいいじゃない。」などと絶対言わないでください。

被害者は世間体を気にしていたり、別れたら生活していけないなどの経済的な問題があって我慢しているのかもしれない。

また、逃げたら殺されるかもしれないという恐怖感や、いつか相手が変わってくれるのではないかなど、思いがあったり、暴力を受け続けることによって無力感にとらわれ、冷静な判断ができなくなっている場合も多いのです。

相談を受けたら「あなたは悪くない。」と伝えて、暴力相談窓口を教えてあげましょう。



DVに悩んでいる方の相談窓口

あなたと一緒に考えてくれる人がいます。話を聞いて、信じてくれます。まずは、連絡してみましょう。

相談機関

群馬県女性相談センター(配偶者暴力相談支援センター)
電話 027-224-4480 FAX 027-224-4514
高崎市こども家庭課(高崎市役所1階)
電話 027-321-1315 FAX 027-324-1849

群馬県警察本部 警察安全相談室(群馬県警察本部の総合相談窓口)

24時間受付(ただし夜間、土日祝日は宿日直勤務員が相談に応じます)
電話 027-224-8080 FAX 027-224-8888

女性の人権ホットライン

DV、セクハラ、ストーカー行為といった女性をめぐる様々な人権問題についての相談を受け付ける専用電話相談窓口で、法務局職員または人権擁護委員が相談をお受けします。
電話 0570-070-810

職場におけるセクシュアル・ハラスメント、職場の男女の均等な取り扱いについての相談

群馬労働局雇用均等室
電話 027-210-5009 FAX 027-210-5104



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク