ハートフルかみす

Sep.2016
Vol.26

パパ遊んでくれて
ありがとう！

＊ contents ＊

- 特集　災害に備えて ～防災と男女共同～　P 2～3
- 輝く女男（ひと）たち　P 4
- 紹介します　神栖市の女性起業家　P 5
- パパ遊んでくれてありがとう！ ～ファミリーデー～　P 6
- 講座案内・おすすめの本　他　P 7

災害に備えて

茨城県内の魅力を伝える"電子書籍"ポータルサイト「イバラキイーブックス」
ibaraki ebooks
スマートフォンやタブレットで「ハートフルかみす」が閲覧できるようになりました。
今すぐアプリをダウンロードしよう！

特集

災害に備えて

防災と男女共同

一人掛けの椅子がトイレに大変身
乳幼児用に、おまるもあったらいいのにな

いつ起こるかわからない地震や津波等の災害に対する神栖中央公園の防災への取り組みについて、公園で遊んでいたママやパパ、子どもたちと一緒に施設管理課の職員にお話を伺いました。

神栖中央公園は、約19ヘクタールもの広大な敷地の中に、市の備蓄の中心となる備蓄倉庫・飲料水を確保する耐震性貯水槽・防災トイレ・かまどベンチなどの防災機能を備えた地域の防災拠点となる公園です。一時避難所として、約6万人が避難可能であり約1万2000人分の3日分の飲料水・食糧などが蓄えられています。

また、トイレを囲うためのテントや女性や子育て家庭への配慮として、女性用品・粉ミルクの備蓄をしており、災害時は更衣室や授乳室として使えるプライベートルームの設置も予定しているそうです。

子どもたちが走りまわる下には
耐震性貯水タンクがあるんだって！

ベンチが「かまど」になるよ

神栖中央公園や市内の避難所の安全性については、新耐震設計基準に基づき建築された建物、もしくは耐震補強実施済みの建物を指定することを原則とし、周辺に山崩れや危険物の貯蔵庫等、危険箇所がないか確認しています。また、避難所での女性のプライバシーを守るためのきめ細やかな配慮や知恵が必要不可欠です。

生活用水の貯留槽もあるよ

災害時の水源として備えられている
手押し式防災用井戸を体験

標高15mのつき山（ふれあいの丘）は、
見晴らしもよく公園を一望できるね

防災パーゴラは、災害時にテントを
張って救護室としてつかうよ

災害時の避難所では、性別・年齢・障害の有無・国籍等々にかかわらず、被災者一人ひとりの人権が守られ、安全・安心な生活ができることが大切です。そのためには、平常時から男女共同参画や多様な視点からの防災・減災の取り組みについて理解を深め、実践することが大切だと思います。

今回、お話をきいて勉強になりました。いろいろとお友達にも教えてあげたいなと思いました。そして、つき山の上に望遠鏡があったら災害時でも遠くの状況がわかっていいのになぁ～。

普段、何気なく座っているベンチが、かまどになることに私も子どもたちもびっくり。また、備蓄倉庫にはサイズが豊富なおむつ・粉ミルクや女性用品などもあって安心しました！

◆防災インフォメーション

普段から非常時に備えて、各家庭で市内に設置されている**避難場所**を確認し合うなどの準備と心構えが必要です。

津波から緊急的に身を守るための一時的に避難できる建物には、**津波避難ビルステッカー**が掲示してありますのでこちらも避難場所と合わせて確認しておきましょう。

AED（自動体外式除細動器）**の取り扱い**方法を含めた**普通救命講習**については最寄りの消防署へお問い合わせください。

神栖市津波ハザードマップは、市民の皆さんに津波の危険度や地域的傾向を把握していただき、津波による被害の軽減につなげることを目的に作成されました。

防災情報をより確実に伝達できるように昨年から防災行政無線の放送内容を受信できる**防災ラジオ**の提供を開始。市内に住所を有する世帯主・事業所を有する事業主むけに有料にて配布。1台につき月額80円（税別）の使用料金がかかります。申し込みは、防災安全課（神栖市役所）市民生活課（波崎総合支所）まで。

外国人のための**防災ガイドブック**は、地震と津波から身を守るために必要な情報が英語・タイ語・中国語表記でまとめられています。

4ページに
女性防災士さんを
紹介してるよ

災害時において地域の防災リーダーとして**「防災士」**が注目されています。市では補助金を交付することで防災士の資格取得を支援しています。補助金交付申請書は防災安全課（神栖市役所）市民生活課（波崎総合支所）まで。

※これを身につけている方をみかけたら音声情報のサポートをお願いします。手話ができなくてもメモに書く・携帯電話に文字を入力するなどの方法もあります。

耳が聞こえない方のために**災害用バンダナ**を配布しています。聴覚障害は外見だけではわかりにくいためバンダナを身につけることで障害があることを周知することができます。対象は、市民で耳が聞こえない方や手話ができる方。申請は、障がい福祉課（神栖市役所）まで。

◆用意しておきたい避難グッズ

基本的な防災グッズ	赤ちゃん・子ども用防災グッズ	その他あると便利なもの
３日分の非常食	防災頭巾・ヘルメット・帽子	サランラップ
懐中電灯・ラジオ・電池	抱っこ紐	スーパーの袋
ヘルメット・帽子	おむつ・パンツ	ホイッスル
毛布・タオル	おしりふき（体ふきにも使用可）	ブルーシート
マスク・軍手	ミルク・哺乳瓶	使い捨てカイロ
薬・救急用具	紙コップ・ストロー	
衣料品	毛布・タオル	
生理用品	子ども用マスク・軍手	
ティッシュ・ウェットティッシュ	衣料品	
貴重品（印鑑・カード・保険証等）	レインコート	

9月1日は防災の日・9月９日は救急の日
突然起こる予想もしていないアクシデントに備えて、防災・救急について改めてご家庭で話し合ってみるのはいかがでしょうか。

平成31年6月に（仮称）神栖中央公園防災アリーナがオープンします。災害時は避難所や救援救護スペース等になる防災拠点施設として、また平常時は、スポーツや各種イベント等の開催で多くの市民が集い、にぎわいをつくる施設として使われます。

輝く女男（ひと）たち

災害弱者の方たちのお役に立ちたくて！
防災士　菅谷　美知子さん

菅谷美知子さん
（深芝南在住）

日本防災士機構の認証

■ 防災士とは

自助・共助・協働を原則として、社会のさまざまな場で防災力を高める活動が期待され、そのための十分な意識と一定の知識・技能を修得したことを、日本防災士機構が認証した人です。

■ 日本防災士機構

阪神・淡路大震災の教訓の伝承と市民による新しい防災への取り組みを推進するため、平成 15 年に創設されました。数多くの防災士が社会の安全と安心のために、全国の地域や職場などで活躍することを、国民運動の領域に高めようとの目的で活動しています。そして平成 27 年 11 月、防災士の数は 10 万人の大台に到達しました。

«防災士に認証»

菅谷さんは看護師として、神栖市の医療機関で働いていた。生命の誕生に感動し、２児の母となった 29 歳のとき、助産師の資格を取得。また、災害医療も意識し、仕事中に地震が起きた場合などは、率先して見回り、患者さんに安心してもらうようにしていた。

自宅をはじめ地域が被災した東日本大震災後、何かの役に立ちたいと思っていたところ、市の広報の防災士募集の記事を見て申し込む。2013 年に東海村で４日間の研修を受け、試験に合格して、11 月に防災士に認証された。

今後、防災士として学んだ知識を生かし、活動していきたいと考えている。

現在神栖市には、防災士が８９名、うち女性が１８名いる。

«弱者の方たちが孤立しないように支援»

災害弱者といわれる高齢者、障害者、妊婦、産後間もない女性、新生児、乳幼児などの手助けをしたいと思っている。所属している茨城県看護協会の災害医療グループワークでは、行政と医療など関係機関がコミュニケーションを取り、弱者の方たちが孤立しないような支援の必要性についての意見が多い。特に妊産婦や乳幼児などが、まとまれる避難場所を指定できれば、支援物資も用意しやすいなどの話し合いを行い、意識を高めている。

«地域の自警団に»

地域でも役立ちたいと思っていたところ、今年の春、地区回覧で自警団員の募集を見つけ、すぐ加入した。毎月第２日曜日に安全の腕章をつけて、地域の危険な箇所の確認をする見回りに参加している。

また、子育てサポーターとして、子育て家庭の育児の援助活動もしている。

☆「夫や4人の子どもたちの支えがあり、こうして仕事や活動ができます。」と、嬉しそうに語ってくれた菅谷さんは、とても輝いていました。

Woman Entrepreneurs
紹介します
神栖市の女性起業家

美容室　CLOVER代表
大塚　真理子さん

起業したきっかけ

美容師として勤めていたときは、休みや勤務時間も自由にならず、子どもといられる時間が少なかったんです。そんな中、家を建てようと思ったときに子育てをしながら自宅で働けるようにと、主人に相談したら後押ししてくれたのがきっかけとなりました。

今思っていることは？

常に前向きに、お客様一人ひとりがくつろげる空間づくりを心掛け、日頃の疲れを癒せるようなお店にしたいです。また、将来の夢に向かって成長していく子どもたちのお手本の一つになれたらうれしいです。

これからしたいことは？

経営の勉強や講習会へ参加して、自分の技術を高め、お客様に提供できるようになりたいです。また、英会話にも通いたいと思っています。そして、たくさんのお客様とコミュニケーションを取りながら客層を広げていきたいです。

家族の協力（サポート）は？

私の仕事は、サービス業で、土日・祝日は忙しく、週末等の子どもの予定は、ほとんど主人が協力してくれています。

また、主人、子どもにも「ありがとう」という言葉を言い続けています。

子どもが、サッカー少年団に入りたいと言ったとき、やらせてあげたいのは山々だけどと迷っていたら、主人が「自分ができる限りのことはやるからサッカーをやらせてあげてくれ」と言ってくれたんです。主人もきっと、勇気を絞って言った言葉だったんじゃないかなぁと思うと、胸が熱くなりました。そのおかげで子どもも私たちも交友の場が増えましたし、たくさんの人の手を借りながらですが、育児と仕事を頑張ってこられて、本当に良かったと思っています。応援してくれる家族、お客様がいてくれるから頑張る意欲が湧いてきます。

休日にお父さんと遊ぶ子どもたち

これから起業を考えている方へ

一番は自分のやりたいようにすることだと思います。独立してからは、どんなふうに仕事をしていきたいのかが大切だと思っています。自分の思いが強ければ強いほど周囲の方々も助けてくれます。人と人はどこかでつながっているからこそ、互いに支えあい、時に励ましてくれます。不安になることも多々あると思いますが、そんなときは我慢せず周囲の協力を得ることも必要です。これから、起業されたいと検討している方に少しでも参考にしていただけたら幸いです。

美容室　CLOVER
〒314-0112
神栖市知手中央6 - 16 - 11
TEL　0299 - 96 - 7744

パパ遊んでくれてありがとう！
～ファミリーデー～

6月19日㈰、うずも児童館では、お父さんを対象にしたファミリーデーを開催しました。この日は14組の家族が集まり、5組のお父さんが初めての利用でした。

以前からお父さんが集まるきっかけ作りをしたかったと話す大本美香先生。普段、お母さんたちがどんなことをして子どもと遊んでいるかを知ってもらうために、あえて特別なことはせず、平日の午前中と同じようなプログラムにしたそうです。

始めは緊張気味のお父さんたち。歌を歌ったり、子どもが引いたカードに描いてある動物の親子になったり、折り紙を折ったりと、お父さんたちも楽しんでいました。

今日のイベント内容

月　日　曜日　日直

10:30　大好きなアンパンマンの歌に合わせて行進
10:40　パパの膝の上でむすんでひらいて
10:50　パパのバスに乗ってゴーゴー！
　　パパと動物に変身！
11:10　折り紙製作〔歯ブラシとコップ〕
　　エプロンシアター〔歯磨きかばさん〕
11:20　パパと一緒におやつを食べる

パパ、一生懸命歯ブラシ
折ってくれてありがとう♪

パパと一緒に
折り紙頑張るぞ！

ぞうさんに変身！
ぶーらんぶーらん♪
パパにおんぶしてもらって
キリンさんに変身！

うずも児童館
〒314-0112
神栖市知手中央3-10-32
TEL　0299-96-5069
開館日　年末年始以外
　　9:00 ～ 17:30

お父さんの声

- 夫婦ともに地元ではないですが、妻はよく利用しています。平日は難しいですが、こういう場があれば利用したいです。
- どんなことをやっているのかわからなかったので、体験できて良かったです。普段お父さんたちが少ないので、もっとお父さん同士で話ができればうれしいです。
- 一緒に遊べて楽しかったです。また来たいです。
- 大勢の中で遊んでいる子どもの姿を見る機会がなかなかないので、見られて良かったです。

平成２８年度　茨城県女性プラザ　講座案内

«男女共同参画ネットワーク講座»

“みんなで学び、みんなで考える”男女共同参画。
男女共同参画社会の実現を目指します。

「私の選んだ女優の道」

講師：　女優　市原 悦子
日時：　10月22日(土)　14：00 ～ 15：30　**公開講座：**３００人
＊レイクエコーフェスティバル・女性プラザフェスタ同日開催

«子育て世代のワーク・ライフ・バランス講座»

“くらす、そだてる、はたらく”を考える。
ワーク・ライフ・バランスで調和のとれた生活を。

「妻が僕を支えた日
～ともに認めあい、ともに支え合う生き方へ～」

講師：　中央大学法学部　教授　広岡 守穂
日時：　9月21日(水)　14：00 ～ 15：30　**公開講座：**３００人

「眞中秀幸シェフに学ぶ　～心を育てる食育～」

講師：　イタリアンレストランオーナーシェフ　眞中 秀幸（いばらき大使／水郷いたこ大使）
日時：　11月18日(金)　10：30 ～ 12：00　**公開講座：**３００人

◆会場：レイクエコー
◆申し込み・問合先：
　茨城県女性プラザ
　TEL 0299-73-2300
　　9：00 ～ 21：00
　　月曜日を除く
　FAX 0299-73-3925
◆託児：
　希望する方は、実施日の
　10日前までに連絡

女性総合相談

家庭や職場、地域などで女性が直面するさまざまな問題について、専門の女性相談員が解決に向けてともに考えます。〈例：夫婦、恋人、家族、子育て、近所、職場、学校、身体や性に関することなど〉

悩んでいることを、誰かに聞いてもらうだけで、心が軽くなるかもしれません。

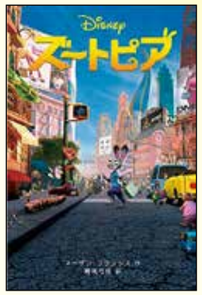
※ひとり 1時間程度、相談無料、秘密厳守
（匿名でも相談できます。）

･･･ひとりで悩まず、相談してください･･･

面接相談（13:00 ～ 16:00）
◆神栖地域　　第１、3、4、5火曜日
◆波崎地域　　第2火曜日
※要予約　　0299-90-1171【市民協働課】
年末年始除く　平日8:30 ～ 17:00
※会場は、予約の際お問い合わせください。

電話相談（13:00 ～ 16:00）
◆専用電話　0299-91-1236（第1、3、4、5火曜日）

おすすめの本



「ズートピア」
スーザン・フランシス　作
橋高 弓枝 訳
(偕成社)

ズートピアは、あらゆる種類の動物たちが平和に共存する理想の大都会だ。モットーは「だれもが夢をかなえられる街。」その楽園で動物たちが次々に姿を消す事件が発生。だが、事件の背後には、動物たちの楽園ズートピアをねらう陰謀が隠されていた…。ディズニーが贈る、ファンタジー・アドベンチャー。

「あおくんときいろちゃん」
レオ・レオーニ　作
藤田 圭雄 訳
(至光社)

あおくんときいろちゃんは一番の仲良しです。ある日、あおくんはきいろちゃんと遊びたくなって・・・。

丸くちぎっただけの色紙が本当の子どものように生きて動いて見えます。形のおもしろさ、色の美しさがお話の中に十分に生かされています。

＊風景＊　１０００人画廊

南浜にある防波堤の壁面に「１０００人画廊」としてたくさんの絵が描かれています。

毎年、公募で参加者を募り、市民の方々が独自の原画で描かれたものです。

とても見ごたえのある絵ばかりで、楽しめるスポットだと思います。

ぜひ、皆さんも一度足を運ばれてみてはいかがでしょうか。

波崎柳川高校
イラスト同好会の皆さん

完成作品「彼女の夏」

＊編 集 会 議＊

今年度より新メンバーも加わりました。
人と出会い、新たな発見に感動したハートをお届けできるよう頑張っていきたいと思います。

「編集委員もフレッシュなメンバーとなり、ハートフルな情報をお届けします。」（S．H）
「むずかしいことを、“やさしく・みやすく”伝えられたらいいなと思っています。」（M．K）
「男女共同参画のことと神栖市の良い所をたくさん伝えられるように頑張ります！」（Y．K）
「男女共同参画とは？の資料を読んだり、学習したり、初めての編集作業ですが、一生懸命頑張りたいと思います。」（S．K）

＊表 紙 写 真＊
♡　シャンプーをする美容室CLOVER　大塚真理子さん
♡　ファミリーデーで楽しそうにおやつを食べる仲良し家族
♡　神栖中央公園で簡易トイレを組み立てている様子

★皆さまからのご意見をお待ちしています★
女性と男性が共に手を取りあって、新しい地域づくりに活躍されている方やグループ、また、取りあげてほしいニュースなどお寄せください。

【 編集／発行 】ハートフルかみす　Sep.2016 Vol.26
神栖市男女共同参画情報誌編集委員／企画部 市民協働課　〒 314-0192 茨城県神栖市溝口 4991-5
TEL 0299-90-1171　FAX 0299-90-1112　E-mail kyodo@city.kamisu.ibaraki.jp

「ハートフルかみす」は、
男女共同参画社会を
めざすための情報誌です

男女共同参画