

ジェンダー平等推進だより

編集・発行/川西市人権推進多文化共生課
〒666-8501 川西市中央町12-1
TEL 072-740-1150
FAX 072-740-1151

あなたの家庭の「名もなき家事」 誰がやっていますか？



はつきりと名前がついていない家事のことを「名もなき家事」と言います。
積み重なれば、大きな負担になります。
「献立を考える」「トイレトペーパーを補充する」「シャンプーを補充する」「玄関の靴を片付ける」「新しいゴミ袋をセットする」「畳んだ洗濯物をそれぞれの場所にしまう」などがその一例です。
「やってもなかなか気づいてもらえない家事」「やってもらうと地味に助かる家事」とも言えます。
誰か一人に「名もなき家事」を任せることが、当たり前になっていませんか？

「家事シェア」でより良い暮らしを見つけましょう！

「家事シェア」は「手伝う」のではなく、家族が一つのチームになり、状況に合わせて各自が積極的に家事をすることです。家事シェアをすることで、主として家事を担っている人の負担が軽減されるだけでなく、家族みんなの生活スキルが上がり、もしもの時にはみんなでカバーし合うことができます。

家族間のコミュニケーションが自然と取れ、不満の解消にもつながります。

家事シェアのポイント！

「名もなき家事」に目を向ける

家庭に合うやり方でやる

お互いに支え合う意識を持つ

“言われる前にやる”で信頼は急上昇！

「わざわざ言わないとやらない」

家事シェアをする際の代表的なストレスとも言われています。

率先して動くだけで信頼は急上昇！

例え小さな家事でも、その心遣いに相手は救われます。

また、言わないと相手が知らない家事があることもあります。



ストレスなく家事シェアをしていくためには、お互いの考え方を知ろうとすることが大切です。

時には、自分の意識を変えていくことも必要です。

自分のために、家族のために、あなたの家庭でも「家事シェア」をはじめませんか。

知っていますか？アンコンシャス・バイアス

アンコンシャス・バイアスとは、日本語で「無意識の偏ったモノの見方」という意味です。

「無意識の思い込み」や「無意識の偏見」などと表現されることもあります。

アンコンシャス・バイアスは、誰もが持っているもので、本来、良い悪いというものではありません。しかし、本人に自覚がないため、偏見や思い込みが存在していることに気づきにくいという特徴があります。

価値観が多様化している今、無意識の偏見から発した言葉や行動が誰かを傷つけたり、相手はこうだと決めつけてしまって、その人らしさに気づかないこともあるかも知れません。

無意識がゆえに、完全になくすことはできないものの、「アンコンシャス・バイアスに気づこう」と意識することで、モノの見方やとらえ方が変わったり、他の可能性を考えてみようと思えたり、一歩踏み出してみる、または踏みとどまってみることができたりと、さまざまな変化がおとずれます。

そう思う？

そう
思わない？

無意識の思い込みチェック！

職場

- 仕事より育児を優先する男性は仕事へのやる気が低い
- 男性なら残業や休日出勤するのは当たり前だ
- 同じくらいの実力なら、まず男性から昇進させるべきだ
- 子育て中の女性には重要な仕事は任せられない
- 女性は仕事において男性ほど成果を出さなくても評価される
- 大きな商談や大事な交渉事は男性がやる方がいい
- 掃除や片付けは女性が気づいてやるべきだ

家庭

- 子どもが小さいうちは、父親ではなく母親がそばにいてあげるべきだ
- 実の親、義理の親に関わらず、親の介護は女性がするべきだ
- 男性は結婚して家庭をもって一人前だ
- 共働きでも、男性は仕事を優先するべきだ

地域

- 地域の集まりで食事の準備や片付けをするのは女性だ
- 自治会長は男性がするべきだ
- PTAには女性が参加するべきだ

学校

- 女の子は理系ではなく文系に進んだ方がよい
- 生徒会長は男子が、副会長は女子が向いている
- 名簿や整列の順番は男子が先の方がよい

その他

- 男性が人前で泣くのは恥ずかしい
- 女性には女性らしい感性がある
- 女性は感情的になりやすい

「アンコンシャス・バイアスがかかっているかも」と気づくことが大切です！

ワーク・ライフ・バランスって？



こんなふうに思っていないですか？

ワーク・ライフ・バランス
って若い世代のため
なんだよね



女性のための
子育て支援
でしょ



自社では
ワーク・ライフ・バランス
なんて無理



仕事半分、家庭半分
ってこと？



男性も女性も、子育て中の人だけでなく、あらゆる世代のために

一人ひとりがやりがいや充実感を感じながら働き、仕事上の責任を果たすとともに、家庭や地域生活などにおいても、子育て期、中高年期といった人生の各段階に応じて多様な生き方が選択・実現できるものです。

言い換えれば、個人の様々な活動を、自分の希望するバランスで実現することです。

具体的にどうすればいいの？

- ★仕事 効率よく計画的に、定時退社を心がけましょう。
- ★家庭生活 「家事・育児・介護」等は、家族全員で協力しましょう。
- ★地域活動 地域活動やボランティアに積極的に参加しましょう。
- ★健康・休養 十分な睡眠、栄養バランスの取れた食事、適度な運動などを心がけましょう。
- ★趣味・学習 趣味の時間でリフレッシュし、スキルアップのための自己投資をしましょう。

ワーク・ライフ・バランスが実現すると？

コスト削減につながった！
従業員が辞めなくなった！

資格を取って
キャリアアップしたい！

職場環境が改善され、
会社のイメージが
よくなった！

働く意欲が
沸いてきた！

結婚・出産・介護
などで働くことを
諦めなくていい！

早く帰って、
家族との時間を
大切にしたい！

自社も取り組んでみよう！

企業のメリット

優秀な人材の確保・定着、生産性向上、仕事の効率化、会社のイメージアップなど

個人のメリット

充実した人生、心身の健康保持、仕事へのモチベーションアップなど

知っていますか？ 男性育休

育児休業法(現：育児・介護休業法)が施行されてから30年以上が経ち、男性の育児休業取得率は年々上昇しています。

厚生労働省が毎年行っている調査では、企業で働く男性の令和5年度の育児休業取得率は、前の年から13ポイント増えて30.1%と過去最高になりました。取得率の上昇幅もこれまでで最も多くなっています。

女性の取得率は84.1%で、3.9ポイントの上昇となりました。

企業の規模別に男性の育休取得率を見ると、従業員が500人以上では34.2%、100人から500人未満で31.1%となっている一方、5人から30人未満では26.2%と企業規模が小さい方が取得率が低い傾向にあります。

育休の取得期間については、女性は9割以上が6カ月以上の期間となっている一方で、男性はおよそ4割(37.7%)が2週間未満にとどまっています。



ここが変わるよ！
変わったよ！

「育児・介護休業法」改正のポイント

「子の看護休暇」の取得事由や対象者の拡大

既存の「子の看護休暇」の対象範囲を小学生3年生終了までに拡大し、行事参加の場合も含めて休暇を取れるようになります。

令和7年
4月～

残業免除の対象を、小学校就学前の子の養育者に拡大

所定外労働の制限(残業免除)の対象は、現行の子どもが「3歳になるまで」から「小学校就学前」の子どもをもつ従業員へと拡大されます。

令和7年
4月～

産後パパ育休(出生時育児休業)の設置

子どもの出生後8週間以内に最長4週間休めます。2週間前までの申請で取得できます。

令和4年
10月～

育休の分割取得が可能に

「産後パパ育休」と子どもが1歳になるまでの育休は、それぞれ2回まで分割でき、最大4回まで取得できます。ママの産休・育休と組み合わせながら、より柔軟な働き方が選択できます。

令和4年
10月～

企業は育休取得の推進が義務に

子どもが生まれる予定のある男性従業員に対し、企業は産休・育休の制度があることを個別に知らせ、取得するように働きかけることが義務づけられました。

令和4年
4月～

※このほか、育児・介護休業法改正で、令和5年4月より、常時雇用従業員1,000人超の企業で男性労働者の育児休業取得率の公表が義務化されました。この義務が、令和7年4月の施行で常時雇用従業員300人超の企業へと対象が拡大されます。

※詳しくは、厚生労働省のホームページをご確認ください。



講師 瀧井 智美さん

プロフィール

株式会社 ICB 代表取締役。
NPO 法人アーチ・キャリア理事。
甲南女子大学リーダーシップ開発
科目担当。専門はワーク・ライフ・
バランス、ダイバーシティ。その
活動が評価され、平成 27 年ひょう
ご女性未来・縹（はなだ）賞受賞。

テーマ

ワーク・ライフ・バランスで 幸せな生き方、働き方へ

日時

令和 7 年 (2025 年)

3月18日(火)

午前 10 時～ 11 時 30 分
(開場：午前 9 時 30 分)

参加費
無料

一時保育あり
3月7日(金)
までに要予約
TEL 072-740-1150

場所

川西市役所 2階 202 会議室

対象：市民や事業者

定員：30 人

※市職員「ワーク・ライフ・バランス研修」と同時開催

【申込方法】

3月14日(金)までに電話か申し込みフォームで
お申し込みください。

【お問い合わせ・申し込み先】

川西市人権推進多文化共生課 (4階4番窓口)
TEL 072-740-1150



申し込み↑
フォーム

ジェンダー平等社会の実現をめざす 活動助成グループの紹介

ザ ベルベット ハウス

令和 6 年度のグループは、**The Velvet House** です。



第 1 弾



第 2 弾



第 3 弾

The Velvet House は、川西市におけるジェンダーとセクシュアリティ
の多様性についての啓発活動を目的に設立されたグループです。

【事業名】「ジェンダー平等ってなあに？」みんなのためのクィアフェミニズム

【事業内容】ジェンダーとセクシュアリティの多様性 (LGBTQ) について、啓発のための連続イベントを開催。

- (1) 第 1 弾 こどもと学ぶ。ジェンダーについての絵本の読み聞かせ。ワークショップ。
- (2) 第 2 弾 おとなの学び。クィア (LGBTQ) 映画から誰も排除しないフェミニズムを考える。映画『片袖の魚』上映会。
- (3) 第 3 弾 世界との連携。「ジェンダー平等とパレスチナ」パレスチナの女性たちの日々の暮らしやフェミニズム、クィア (LGBTQ)、文化・芸術について、パレスチナに心を寄せて活動する市民らのトークリレー。

【目的】(1) 親子で参加できるワークショップを通じてジェンダー平等の教育に触れる。

(2) 映画を通じてジェンダーの多様性への理解を深める。

(3) すべての人の平等を願う者としてパレスチナと連帯するということはどういうことなのか考えを深める。

【実施時期】(1) 令和 6 (2024) 年 8 月 24 日 (2) 令和 6 (2024) 年 11 月 3 日 (3) 令和 7 (2025) 年 1 月 11 日

【実施場所】川西市男女共同参画センター 【対象】川西市民及び周辺地域住民

川西市男女共同参画センター（市民活動センターと併設）で活動しませんか？

“パレットかわにし”の愛称で親しまれている「川西市男女共同参画センター」は男女共同参画社会の実現に向けた活動を支援する公共施設です。併設の市民活動センターと合わせ、現在、約100の市民グループが登録し、センターを拠点に活動しています。何かをはじめたい方、グループの活動に参加したい方、活動場所でお困りの方など、当センターで活動しませんか？グループづくりのお手伝いや活動の相談・支援も行っています。ぜひ、お気軽にお尋ねください。

ご利用にはこんな利便性があります

- ・Wi-Fi、タブレット、マイク、プロジェクター、ピアノ等をすべて無料で貸出できます
- ・情報収集や情報発信の機会が増えます
- ・安価で印刷（輪転機）やラミネートができます

さらに「利用登録」でこんな特典があります

- ・定期利用が可能になります
- ・ホームページや情報誌など発信の機会が増えます
- ・ロッカーを無料でご利用いただけます
- ・フェスタや交流会等にご参加いただけます

貸室の使用料（1区分あたり）

室名	定員	利用登録	一般利用
会議室 A	30人	330円	500円
会議室 B	19人	200円	310円
ワーキングルーム A	15人	150円	220円
ワーキングルーム B	15人	120円	180円
プレイルーム	20人	260円	390円

グループの主な活動ジャンル

男女共同参画・まちづくり・福祉・子育て支援・音楽・語学・健康づくり・文化教養・当事者の会・中間支援・その他

■女性のための相談ひとりで悩まないで…

女性がかかえるさまざまな悩みを相談員がともに受けとめ解決に向けてのお手伝いをします。秘密は守ります。（無料）

専門相談員による相談 <火・水・木曜日>

- 方法：面接または電話（要予約）
- 時間：① 12:00～12:50
② 13:00～13:50
③ 14:00～14:50
- 予約：759-1856（平日の9:00～17:00まで）



カウンセリングボランティアによる相談 <月・金曜日>

- 方法：電話 759-1857（予約不要）
- 時間：10:00～12:00（ひとり50分）

■女性のためのチャレンジ相談

再就職、起業、在宅ワーク、キャリアプラン、ライフプランなどさまざまなチャレンジを応援する個別相談（無料・県と共催）

キャリアカウンセラーによる相談 <第4火曜日>

- 方法：面談（事前申込み）
 - 時間：① 13:00～13:50
② 14:00～14:50
③ 15:00～15:50
 - 予約：759-1856
 - 保育：無料/1歳半～就学前/1週間前までに要予約
- ※令和7年（2025）年度は、6月より年に6回程度実施予定



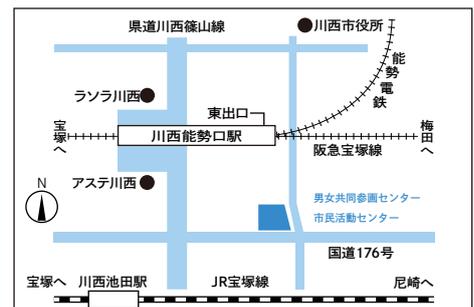
川西市男女共同参画センター・市民活動センター（パレットかわにし内）

- 住所 〒666-0015 川西市小花1丁目8-1
- 電話 072-759-1856/072-759-1826
- FAX 072-759-1891
- MAIL info@gesca-kawanishi.jp
- ホームページ <https://gesca-kawanishi.jp>

ホームページは
こちらから↓



- 【利用時間】 平日9:00～20:00/土日祝9:00～17:00
- 【休館日】 第4日曜日・年末年始12月29日-1月3日
- 指定管理者 特定非営利活動法人市民事務局かわにし及び株式会社ジョイン川西グループ



阪急電鉄・能勢電鉄「川西能勢口」
東改札から南へ100m
JR「川西池田」から東へ500m

あっぱれぱれっとさん

100年先に…の巻
by あやこ



男女格差

日本は118位 (146カ国中)

順位	国名	前年からの順位変動
1	アイスランド	→
2	フィンランド	↑1
3	ノルウェー	↓1
4	ニュージーランド	→
5	スウェーデン	→
6	ニカラグア	↑1
7	ドイツ	↓1
8	ナミビア	→
9	アイルランド	↑2
10	スペイン	↑8
14	英国	↑1
43	米国	→
65	タイ	↑9
72	ベトナム	→
94	韓国	↑11
100	インドネシア	↓13
106	中国	↑1
117	ネパール	↓1
118	日本	↑7
119	コモロ連合	↓5
142	ギニア	↓5
143	イラン	→
144	チャド	↑1
145	パキスタン	↓3
146	スーダン	—

世界経済フォーラム (WEF) が2024年6月21日、各国における男女格差を測るジェンダー・ギャップ指数を発表しました。この指数は、「経済」「教育」「健康」「政治」の4つの分野のデータから作成され、2024年の日本の総合スコアは0.663、順位は146か国中118位 (前回は146か国中125位) でした。

G7 (主要7カ国) をみると、ドイツ (7位)、英国 (14位)、フランス (22位)、カナダ (36位)、米国 (43位)、イタリア (87位) と続き、日本は最下位でした。

今回、日本が順位を上げた要因は、政治分野において、2023年9月の内閣改造で女性閣僚が過去最多に並ぶ5人になったことがスコア上昇につながりました。しかし、日本の国会議員 (衆議院) に占める女性の割合が低い状況も、女性首相が一人も出ていない状況も変わっていません。

分野別の順位をみると、「政治」は113位 (前年139位) で順位を上げましたが、「経済」は120位 (前年123位)、「健康」は58位 (前年59位) と、前年と比較してほぼ横ばいです。「教育」は、識字率と中等教育就学率は1位でしたが、高等教育就学率は107位で大きく順位を落とし72位 (前年47位) でした。

WEFの報告書では、「現在のペースでは、完全なジェンダー公正を達成するまでにあと134年かかる。これは、5世代分に相当する」と指摘しています。

ジェンダーギャップ指数が低い国には、南アジアや中東、北アフリカ、サハラ以南のアフリカなど途上国などが含まれています。最下位は、長引く紛争により混乱状態が続いているスーダンです。ジェンダーギャップ指数が低い国は、男女間で教育格差や賃金格差が生まれ、社会進出や政治参加への制限がかかったりしがちです。

クイズ???

次の空欄 (○の中) を埋めてください。

- かわにしし○んじょきょうどうさんかくせんたー
(川西市男女共同参画センター)
- すと○すなくかじしえあ
(ストレスなく家事シェア)
- むいしき○おもいこみ (アンコンシャスバイアス)
(無意識の思い込み) (アンコンシャスバイアス)
- じえんだーびょうどうしゃかいをめざす○つどう
じょせいぐるーぷ (ジェンダー平等社会の実現をめざす活動助成グループ)
- えんだーぎゃつぷしすうらんきんぐ118い
(ジェンダーギャップ指数ランキング118位)

クイズ正解者の中から、厳正なる抽選により5人の方に図書カード (1,000円) を進呈いたします。発表は、図書カードの発送をもってかえさせていただきます。

【応募方法】 ……………
はがきに①クイズの答え、②ジェンダー平等推進だよりの記事の中から興味のある記事や感想、③郵便番号、④住所、⑤氏名、⑥年齢、⑦電話番号を必ずご記入のうえ、下記までお送りください。

【あて先】 ……………
〒666-8501 川西市中央町12-1
川西市人権推進多文化共生課
ジェンダー平等推進クイズ係

【締め切り】 ……………
令和7 (2025) 年3月21日 (金) 消印有効