

蒲郡市男女共同参画情報紙

はばたき

特集●心とからだの健康について



「参画で 職場に活気 家庭にゆとり」

(平成18年度 男女共同参画週間標語)

第10号

2006.9

特集

心とからだの健康は 家族や地域のふれあいから

家庭内の男女共同参画は、心とからだの健康があってこそ成り立ちます。お互いを思いやり、心身ともに健やかに暮らすことが大切です。市では、健康でいきいきした生活を送るための目標として「健康がまごおり21」計画を策定し、推進しています。

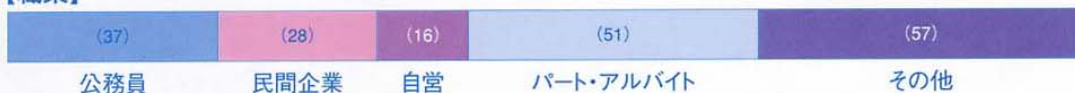
これに基づき今回は、特に家庭での「心と体の健康について」アンケートを行いました。

市内の男女197名（うち男性60名・女性137名）に協力していただきました。

【年齢層】

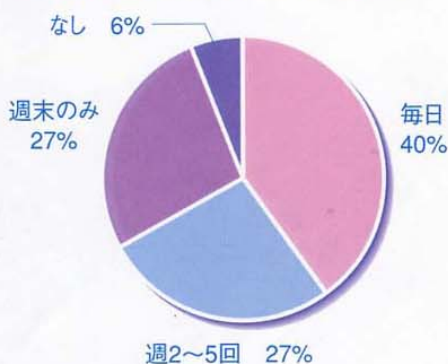


【職業】



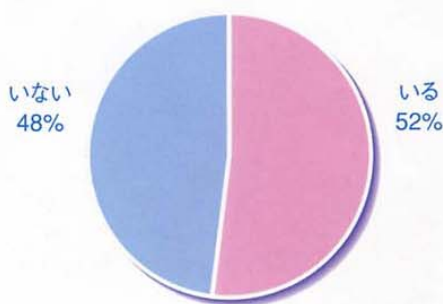
問

家族全員で食事をするのが週に何日ありますか？



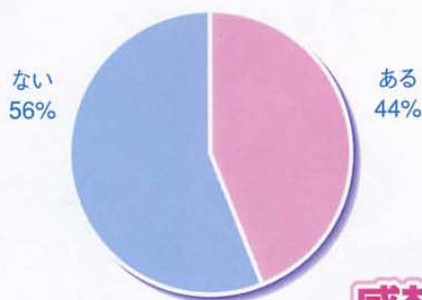
問

休みや休暇を心と体を休めるために使っていますか？



問

家族で分担している家事がありますか？



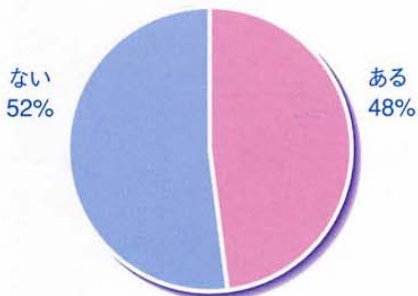
- 神・仏・墓のお守り（祖父母）
- 風呂掃除（子ども）
- アイロンかけ（夫）
- 子どもの入浴（夫）
- ご飯の支度&食器の上げ下げ（家族全員）
- 洗濯物を干す、たたむ（夫・子ども）
- ゴミ出し など

感想

家族で分担している家庭が意外に少ないことがわかりました。誰かに頼むより、自分でやってしまった方が早いということだと考えられます。分担というより、ゆっくりと家事をしながら、手順や手法を次世代に伝えてゆくのもよいですね。

問

仕事以外で汗をかきような運動をすることがありますか？



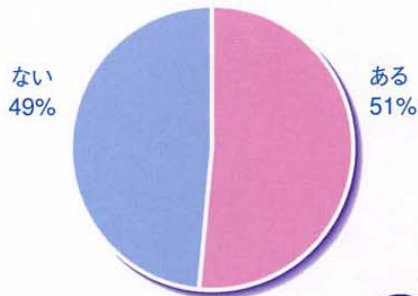
どんな運動をしますか？

- ・ウォーキング
- ・散歩
- ・ジョギング
- ・体操 など



問

家族と一緒に運動することは？



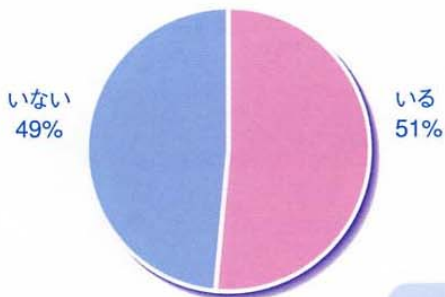
どんな運動をしますか？

- ・球技
- ・スイミング など



問

地域の行事に参加していますか？



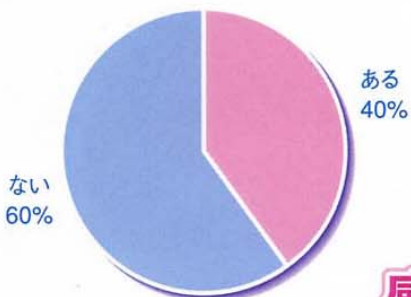
- ・お祭り
- ・子ども会、PTA活動
- ・防災訓練
- ・交通立ち番
- ・学区運動会
- ・公民館行事
- ・地域の役職 など

感想

お祭りを通して地域とふれ合う人が多いようです。機会があれば、地域の行事に進んで参加しましょう。

問

ボランティア活動に参加することはありますか？



- ・防犯パトロール
- ・草取り(公園など)
- ・市行事協力
- (福祉まつり・健康まつり・三河湾健康マラソン・50kハイクなど)
- ・観光案内
- ・子育て支援
- ・福祉施設支援
- ・国際交流
- ・スポーツ指導 など

感想

いろいろな情報(広報がまごおり・社協だよりなど)を参考に、自分に合ったボランティアが見つかるといいですね。

アンケートの結果から

- ★小さい子どものいる家庭は、普段の食事や育児、お手伝いなどで、家族がふれあう機会が多いようです。食事はどの年代でもできる交流術です。
- ★アンケートに記入することで家族間の認識が高まったという意見がありました。
- ★地域社会は、教育や、安全・福祉などの問題を解決する場として大きな役割を果たしています。住みよい町づくりを進めるためには、男女がともに積極的に地域活動などへ参画することが重要ではないでしょうか。互いに助け合える地域社会をつくるのが求められています。

仲良し 4世代家族

少し前までは、世代の違う家族との同居は当たり前でしたが、現在では、気を遣わないほうが暮らしやすいと、核家族の家庭が増えています。

しかし蒲郡市では、複数世代での同居家族が数多く暮らしています。

「家族は人数が多ければ多いほど楽しいよ」と、4世代で同居してみえるあたたかいご家庭を紹介します。



小林さんご家族

かねさん(90歳)、益巳さん(66歳)農業、綾子さん(65歳)農業
正幸さん(37歳)会社員、百合香さん(36歳)

千紗さん(小5年)、真朋くん(小3年)、敬汰くん(小1年)、令奈ちゃん(保育園年少)

小林家の大おばあちゃんは、90歳になる今も、ごみの日には家中のごみを前日にまとめておいて出しています。また、仏様のお守りもされています。

おじいちゃんおばあちゃんは、家業のみかん農家を営みながら、家庭の中での中心的な役割を果たしています。

3世代目の若夫婦は、勤めながら4人の子育てに励んでいます。

4人の曾孫さんは、お稽古事やクラブ活動をしながら、いやいやでなく当たり前のこととしてそれぞれ自分のできる仕事を任されています。



世代の違う9人家族では、お互いに意見の違うこともあるでしょうし、感じ方も違うと思います。でも小さな社会の中で譲り合って相手を思いやっていたら、小さな人たちが社会に出たときに、心優しく人に接することができるように思えます。

いろいろな事情から、子どもを持つことをためらう風潮にありますが、家族は多いほうがよいかな・・・と思いました。

これからも家族が元気で仲良く!

はばたき 第10号

2006.9

ご意見・ご感想をお寄せ下さい。

発行／蒲郡市 企画広報課

編集／「はばたき」編集委員

〒443-8601 蒲郡市旭町17-1

■TEL 0533-66-1145 ■FAX 0533-66-1190

■Eメール kikaku@city.gamagori.lg.jp

自分以外のことを思いやる心のゆとりは、からだ健康でなければ生まれません。一番身近な家庭の中で、よい食生活習慣を子どもたちに伝えていくのも大人の役割ではないでしょうか。日常生活の支え合いから、性別や年齢を超えての相互を認め合うやさしさが育まれると思います。

編集後記