

# ハートパル

2013年  
1月  
128号



あけまして おめでとうございます

今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

男女共同参画推進に向けて、今年も皆さま方と共にいろいろな取組を実施してまいります。楽しい企画も計画中です。乞うご期待！！



報告

## 父親を 楽しもう

～仕事と育児のハッピーバランス～



昨年の12月9日に、女と男いきいき講演会がコミセン大会議室で開催されました。

この日の講師は、お父さん達の応援団ともいえるNPO法人ファザーリング・ジャパン副代表の安藤哲也氏さん。

講演会のテーマも「父親を楽しもう」ということで、会場はいつになく若いお父さん達の姿が目立ちました。

3人のお子さんを育てられる中で、地域にもネットワークを広げて活動され、「よい父親」ではなく「笑っている父親」になろうと提唱されている安藤先生ですが、男性が育児休暇を取るということは、単にその家族の問題だけではなく、世の中を変えていく行為だというお話に深くうなずきました。

男性が育児休暇を取ろうとした時、職場の理解や給与の問題などいろいろあろうかと思ひます。

でも、子どもが生まれたら、まずは100日間（約3カ月）休みを取って毎日、天使と過ごしてみませんか。

父親がそばにいてくれることで母親も安心し、そのゆったりと安心した気持が赤ちゃんにも伝わる。

とても素晴らしいことではないでしょうか！

自治体の長や雇用主の決断も必要です。

「大村では、子どもが生まれたら父親は100日間休みを取ることができる、ではなく、休みを取らなくてはいけない」

そういう町になったらいいな、と新年早々夢見しています。

夢を現実に！！

(センター運営協力員 K. I記)

## ストレスコントロール講座

～ストレスを栄養にして輝いて生きる～



12月5日に心身健康アドバイザーの田口善弘先生をお迎えし、ストレスとの付き合い方について学びました。

ストレスは人生においての達成感を与えてくれる“スパイス”のようなもので、多過ぎてても少な過ぎてても良くない。適量なストレスは必要だということでした。

また、人生を坂道と車輪に例えて、どんなデコボコがあっても転がれる車輪を作ることが大切だと話されました。

# DV (ドメスティック・バイオレンス)

## 基礎知識講座

～お互いを尊重しあえる関係を築くために～

日時：2月7日（木）13:30～15:30

場所：市コミセン

講師：NPO 法人 DV 防止ながさき

代表 中田慶子 氏

※託児あり（対象：1歳～未就学児）

※申込期限は2月4日（月）です。

NPO 法人 DV 防止ながさき については下記のホームページをご覧ください。

[http://www.geocities.jp/dv\\_greentomato/index.html](http://www.geocities.jp/dv_greentomato/index.html)

## 相談室

のご案内



無 料  
秘密厳守

- ・電話相談
  - ・面接相談（できれば事前にお電話を。）
  - ・月曜～金曜 午前9時～午後5時
- ※ 電話番号は下記のとおり

《 連絡先・問合せ先 》 大村市男女共同参画推進センター「ハートパル」

〒856-0825

大村市西三城町8番地 総合福祉センター3階

TEL：0957-54-8715 Fax：0957-54-8700

Eメール：danjyo@city.omura.lg.jp

利用時間 9:00～22:00

問合せ時間 8:30～17:30

（年末年始は休館）