

「男女共同参画社会とは」 男性と女性が対等な立場にある社会のことで、それぞれの体の特性を無視して全てを平等にするという意味ではありません。男女が不平等な役割分担に縛られることなく互いに尊重し、個々の能力を十分に発揮し、活躍できる社会を指しています。

### ☆女性起業家☆ インタビュー

2013年2月に店舗『HOKU LOA (ホクロア)』を開業された  
市内在住の池田陽子さんと協力者でもある友人代表の伊藤さんにお話を伺いました。

### ☆事業の内容や特色は？☆

◇ 内容 飲食部門…食品卸 食品販売 コンサルタント業務

カルチャー部門…アロマテラピー カウンセリング 天然石 モダンバレエ 石鹸に関する講座

物販部門…タオル 服飾小物 天然石 アロマ雑貨 輸入雑貨 化粧品

◇ 特色 「愛を与えれば必ず戻ってくる 怒りに生命は宿らない」をモットーに人間の自然治癒力を活かすと感じている食品や香り、講座、カウンセリングを通して現代社会の癒しを提案しています。



### ☆起業のきっかけは？☆

21歳の時、営業職に就いていましたが、不規則な生活から肌荒れがひどくなり、肌に良いと言われている商品を試したり、受診したりもしましたが改善しませんでした。そんな時知り合いに勧められたアロマテラピーを試したところ、自分の身体に浸透していくことを実感(^\*)。香りによって気持ちがウキウキし、精神的に落ち着くことがわかりました。自身で100%天然の素材を使用した化粧品を作り、使い始めたところ、悩まされていた肌荒れが解消され、以前よりも潤ってきたのです。友人にも化粧水やクリームをプレゼントしたところ、『私の肌にもあっているみたい』『使い続けたい』『また作って』と笑顔になってくれたのがうれしくて♪もっと体や心によいものを皆に伝えたい、広めていきたいと思い起業しました。

### ☆起業してよかったことは？☆

人間関係に疲れて仕事を辞めようと思ったこともありましたが、日々の生活を送りながら、人を避けることが心の安定にはならない、自分を支え励ましてくれたのは、今まで出会ってきた『人』だと気づきました。身近な友人や知人が、私が選んだ品物や、作った商品を手にとって『また癒されにくるね』と笑顔で帰られた時に喜びを感じます。皆さんの笑顔をパワーに変えて、より多くの方に幸せになっていただけたら嬉しいな…と思っています。

### ☆子育てとの両立について心掛けていることは？☆

子どもとの時間を何よりも大切にしています。  
“毎日必ず会話をする” “抱きしめる”  
子どもの笑顔が、自分のエネルギーとなっています。子どもが自主的に手伝ってくれた時に失敗しても叱らない。どうしたら良かったのか一緒に会話をしながら考える…それだけで子どもは十分に学んでいきます。



### ☆今後の展開やビジョンは？☆

近年は「見ず知らずの人と話してはいけない」と教育され、大人を警戒する子どもが多い気がします。お店で出会う思春期の子どもは、大人を拒絶しているように見えて、実は関わりを求めている、そんな印象を受けます。心地よい香りやきれいな物に触れ、五感が満たされた穏やかな時、打ち解ける瞬間を感じます。主張する力が未熟で思うように伝えられない子ども達のために、安心して集え、話を聞いてもらえる“居場所”を創出する事業『子どもカフェ』を創るのが夢です。



☆インタビューを終えて☆  
イキイキと輝いているお二人のお話を聞き、起業の過程は苦労も多けれど、その苦労に勝る達成感を味わえることが伝わってきました。今後のご活躍を期待しています。

✦ 起業などの情報は、「内閣府男女共同参画局 女性いきいき応援ナビ」で紹介しています。

☆詳しくは [女性いきいき応援ナビ](#) で

検索

# 男女共同参画講座 \*参加者の声\*

平成26年度は、全部で5回の男女共同参画講座を行いました。第1回講座は6月26日、萩原なつ子氏（立教大学大学院21世紀社会デザイン研究科教授）による「災害に強い地域づくりー男女共同参画の視点からー」を開催しました。

災害に強い地域づくりの基本は人づくりであり、その中に女性の視点を取り入れることや自主防災組織等の地域コミュニティを活性化させることなどが大切であり、これからの地域防災は多様な組織、世代が繋がっていくことが必要であることをお話いただきました。



寄稿 参加者 <sup>いしい みなこ</sup> 石井 皆子 さん

自主防災組織「南街・桜が丘地域防災協議会」女性班「たんぽぽ」の活動の中で、今年度始めた「スマイルセミナー」に被災地支援体験のある助産師さんをお招きし、災害時の性暴力・性被害についてリアルなお話を伺いました。子育て中の女性、リタイア組、現役世代を問わず男性からも新鮮な反応があり驚きました。「子どもへの性教育」「誰もが尊重し合える男女関係作り」「学校でも助産師さんに話をしてもらいたい」など発展した感想が寄せられました。

萩原先生が引用されている内閣府の指針には「平常時から、男女共同参画の視点からの災害対応について、関係者が理解しておくことが重要」とあります。

災害時には、どんなに準備していても想定外の事態が起こりうると思います。行政はマイナスの結果が最小限になるように万全を期し、市民は気づいた人から縁づくり（ノットワーキング=結び目づくり）をして備えるということなのかなと思います。地域に複数の人の縁ができていて、仮に何かあったとしても素早く対応できるのではないのでしょうか。つまり、自助・共助・公助は切り離されているのではなく、相互の連携・関係づくりが大切であることを改めて感じました。

食事の準備も避難所に集まっている方の特性を考慮し、お年寄りや赤ちゃんに食べやすい非常食を工夫することもできます。それに気づくのは女性とは限りません。子どもの時からそんな感性が育まれるような社会環境をつくりたいものです。今年は防災組織に女性班をつくろう！と呼びかけます。


## 非常食を使ったトマトリゾット ～子どもやお年寄り向けにやさしくアレンジ～


①アルファ化米に水を入れてごはんを作る。  
※アルミ箔のフィルムによって包装されたアルファ化米は、包装容器に熱湯または冷水を注ぐだけで米飯ができる保存食。

②①のご飯に水を加え15分煮ておかゆを作る。

③②のおかゆにレトルトのトマトスープを入れて煮込む。


④おいしいトマトリゾットのできあがり





第2回講座は、7月18日に「自分の本音を伝える技術 アサーティブ・コミュニケーション」のテーマで行いました。

寄稿 参加者 <sup>むらやま みつまさ</sup> 村山 光正 さん



「アサーティブ・コミュニケーション」という耳慣れない言葉の説明から始まり、講師岩船展子(いわふねのぶこ)さんの巧みなリードで講座は展開しました。

アサーティブ・コミュニケーションのめざすものは「自分も相手も大切にしている関係の持ち方」ということです。

ところが、「和・協調性」を重んじる日本の文化社会の中では、「智に働けば角が立つ。情に棹(さお)させば流される。意地を通せば窮屈だ。」「草枕」の言葉を引用するまでもなく、「兎角(とかく)人の世は住みにくい。」が、おおかたの実感ではないでしょうか。「自分も」「相手も」「大切にしている」ことの難しさを日常誰もが体験していることではないでしょうか。

講師は、参加者に具体的な事例を通してYES/NOでチェックしてもらい、参加者自身の心理の中に潜む考え方に気付かせながら、「自分も相手も大切にしている関係」を解き明かしていきます。

「言う自由」と「言わない自由」を身につけること。人への気づかいと自分への気づかい、そのバランスと距離感を重視すること。そして「自分の人生の主人公は自分である」ということに気付かされます。

「男女共同参画」事業の一環としての「アサーティブ・コミュニケーション」大変楽しい講座でした。

また、講座には耳の不自由な方と手話通訳者が参加していました。「人の世は住みにくい」ばかりではない。そう、人はみな、様々なネットワーク・連携プレーの中で支えあって生きている。そんなことを感じさせてくれる講座でもありました。「民主主義」「基本的人権」そして「自立」に関わる\*テーマが講座の底流にあることを感じながら、同時に、それらのテーマとは真逆な、昨今のDV、ストーカー、依存症、いじめ、通り魔的殺人---等々様々な社会病理現象を想像するにつけ、すべての人が言葉の最も強い意味での人間としての尊厳を有し、一人ひとりが価値ある存在であることを深く理解しあえる成熟社会の到来を切に願わずにはいられませんでした。

\*テーマ…①定立②基本的な方向や形態などを定めた方針

☆27年度も男女共同参画に関する講座を開催する予定です。市報などでご案内しますので、皆さまのご参加をお待ちしています。

◇◆編集後記◆◇  
インタビューを引き受けていただいたり、講座に参加した感想をお寄せいただいたり、市民の皆さまにご協力いただき、本号を発行することができました。感謝申し上げます。今後も、男女共同参画の推進に向けて取り組んでまいります。