

6月23日(土)～29日(金)は男女共同参画週間

男女が、認め合い、支え合う社会へ

男女共同参画というと「女性のためのもの」と感じるかもしれません。しかし男女共同参画の推進は、「男性が主に稼ぐべき」「男性は弱音を吐いてはならない」といった男性役割のプレッシャーを緩和し、男性にとって生きづらい環境を改善するための1つの方策として大変重要な視点であると考えます。



「男は仕事、女は家庭」って本当？

実際に男性に対する性別役割分担意識は変化してきています。内閣府男女共同参画局HPに新設された「男性にとっての男女共同参画」ページによると、「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」といった考え方について、国の調査では平成21年調査で初めて男女とも反対が賛成を上回ったことや、共働き世帯の増加傾向について報告されています。

また男性の家事・育児参加について、参加したい男性は多いが長時間労働は相変わらずである状況や、一方介護は男女ともに参加せざるを得ない時代になっていて、介護を理由に転職・離職した人数は、男女とも増加傾向にあること、さらには男性役割のプレッシャーが招く「心の病、命の危機」として、近年3万人を超える自殺者数の約7割を男性が占めている状況なども紹介されています。

パネル展ではこれらの詳細な内容を紹介しますので、足を運んでいただき、「男性だから」「女性だから」という意識が個人にとっても、社会全体にとっても重荷になっていることはないか考えてみませんか？



● 第2次石狩市男女共同参画計画

昨年の4月から第2次計画がスタートしています。計画の内容は市HP、市役所1階情報コーナーと市民図書館でご覧いただけるほか、ご希望の方には冊子を差し上げますので、お申し出ください。



関連行事

1 パネル展

期間 6月22日(金)～7月6日(金)
場所 市民図書館 エントランスホール
問合せ 協働推進・市民の声を聴く課

2 関連資料特集コーナー

期間 6月1日(金)～30日(土)
場所 市民図書館 閲覧室内
テーマ 男性の暮らしをもっと豊かに

3 シニアプラザ「はまなす学園」男女共同参画連携講座

日時 7月2日(月) 10:30～12:00
場所 花川北コミセン会議室
講師 北海道男性介護者と支援者のついで 小番 一弘 氏
テーマ 男性が介護者になった時
定員 20人 費用 100円
申込締切 6月25日(月)
申込・問合せ 市公民館 ☎74-2249

「夫は外で働き、妻は家庭を守るべきである」といった考え方について(性別)

年次	賛成 (%)	どちらかといえば賛成 (%)	分らない (%)	どちらかといえば反対 (%)	反対 (%)
昭和54年	31.8	40.8	7.1	16.1	4.3
平成14年	14.8	32.1	6.1	27.0	20.0
平成16年	12.7	32.5	5.9	27.4	21.5
平成19年	13.8	31.0	3.2	28.7	23.4
平成21年	10.6	30.7	3.6	31.3	23.8
平成21年内訳					
女性	9.5	27.8	4.0	32.0	26.6
男性	11.9	34.0	3.1	30.4	20.7

■ 賛成 ■ どちらかといえば賛成 ■ 分らない ■ どちらかといえば反対 ■ 反対

『男女共同参画白書 平成23年版』より



■虫歯になりやすいお菓子の分類

危険度	特に高い	ドロップ、ヌガー、トフィー、キャラメル
	高い	ビスケット、クッキー、チョコレート、カステラ、ビスケット
	やや高い	かりんとう、ウエハース、マドレーヌ、フルーツケーキなどのスポンジケーキ
	低い	バニラアイスクリーム、甘栗、砂糖無使用のビスケット
	特に低い	せんべい、クラッカー、ピーナッツ

松久保隆 指導者用テキスト「乳幼児の栄養と食生活」
全国保健センター連合会より改変引用

Q 3歳の孫の虫歯が気になります。食事で気をつけることはありますか？ (60代女性)

A 3歳はまだ乳歯ですが、とても大切なんです。なぜなら、その下には永久歯があるからです。乳歯は永久歯が生えてくるために場所を確保したり、永久歯が生える方向を正しく案内する役目を果たしています。ですから、乳歯が虫歯になって抜けてしまうと、永久歯の歯並びにも影響します。

もちろん、毎日の食事は虫歯にも影響しますので、次の3つの点に気をつけてみてください。

① だらだら食べ続けない

虫歯になるのは、虫歯菌が歯に付いた食べかすの糖分を分解して、歯の表面のエナメル質を溶かす酸をつくるからと言われています。食事をしたり、おやつを食べたりと、口の中は数分で酸が強くなります。つまり、いつまでもだらだら食べていると、それだけ口の中は虫歯になりやすい環境が続きます。食事やおやつの時間を決めて、生活リズムを整えることが大切です。また、食べた後は、できる限り歯磨きすることも忘れずに！ 特に寝る前の仕上げ磨きはぜひ、習慣にしてください。

② おやつは4番目の食事

保育園では、おやつに小さなおにぎりやおイモを用意することがあります。これはおやつが子どもにとって「4番目の食事」と考えるからです。食事では補いきれない部分を、おやつで補う役目があります。

おすすめは、乳製品や果物です。おやつというとチョコレートやあめ、ジュースを与えていませんか？ 小さなお子さんの場合には、できればこうした甘いものを控える、または甘いお菓子とジュースなどの組み合わせは避け、飲み物はお茶や牛乳にしてみましょう！

③ よくかんで食べる

虫歯菌は、糖分を分解して酸をつくりませんが、唾液には

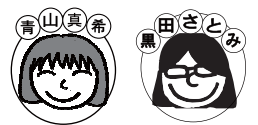
この酸を中和する働きがあります。よくかむと、唾液の分泌がよくなって虫歯予防になります。唾液は、歯や歯肉についた食べかすを洗い流す働きもあります。

よくかむためには、軟らかいものばかりではなく、かみごたえのある食材をメニューに取り入れるのも良いですね。また、丈夫な歯をつくるには、カルシウムやビタミンDといっ

た栄養素をしっかりと取り、バランスの良い食事を意識することも大切です。これら3つのことに気をつけて生活するだけで、ずいぶん虫歯は予防できると思います。お孫さんのためにもぜひ一緒に気をつけてみましょう！

* * *

ところで、私たちのこのコーナーは、実を言うと今回が最終回です。皆さん、これまで本当にお付き合いいただきましてありがとうございました！…と言いつつも、またいつか登場するかも(笑)。



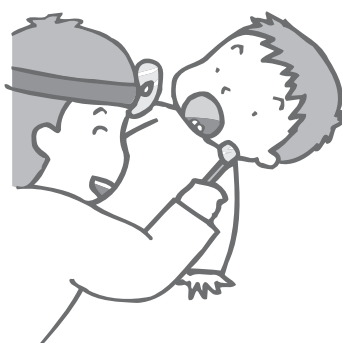
★気になる言葉

カルシウム

乳製品、小魚、大豆製品などに多く含まれる。

ビタミンD

魚類、きのこ類などに多く含まれる。



行ってみよう!!
0歳~4歳児対象の
「歯科検診・フッ素塗布」
→20ページ参照