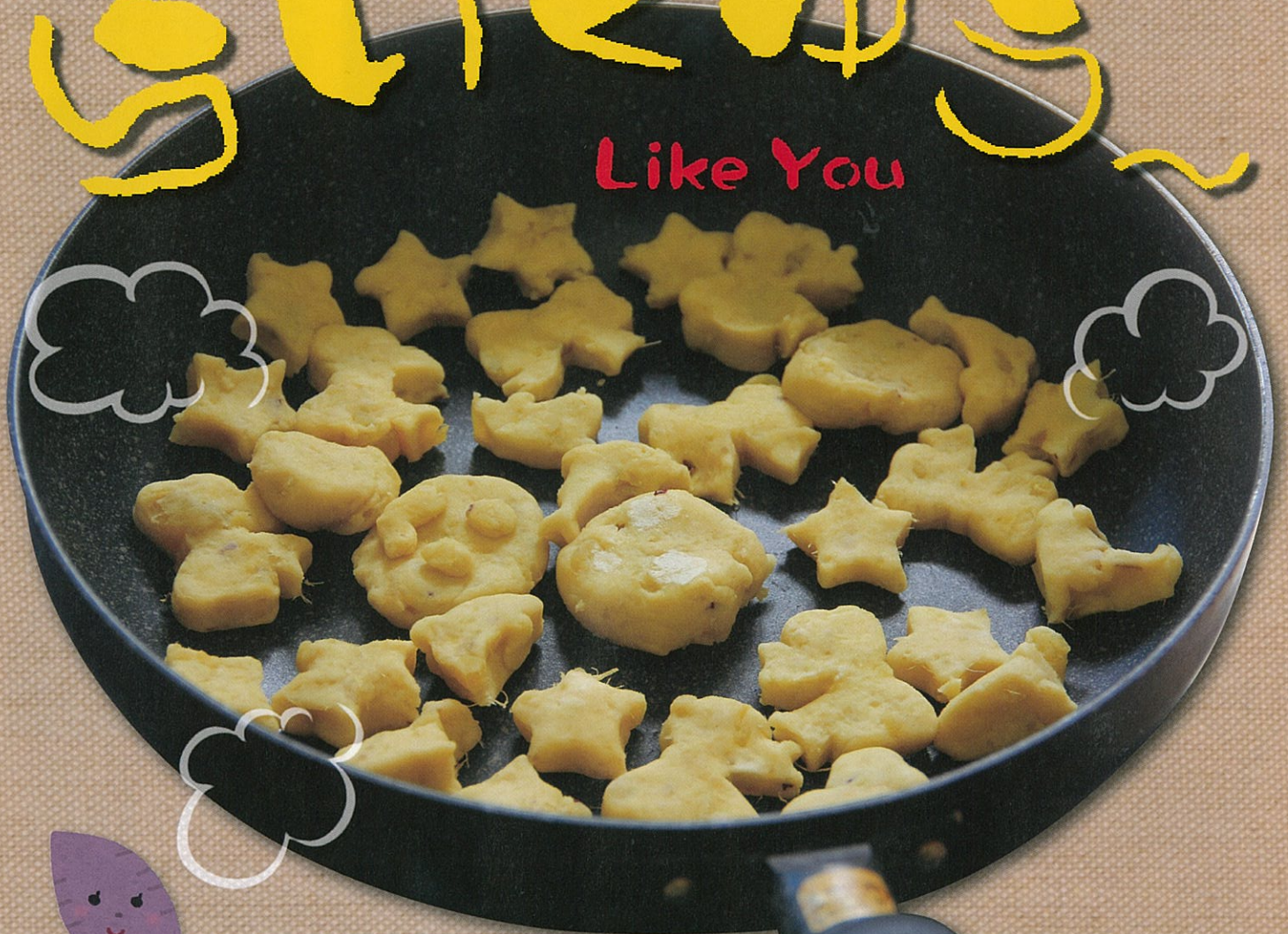




らいくゆう
Like You



五月晴れの空のもと、ふかふかのベッドに寝かされた私たちは、夏の猛暑、初秋の大雨など様々な困難を乗り越え、無事に皆さんに掘りおこしてもらえました。ごつごつの超ビックなおイモ、ひよろ長の細いおイモなど、個性豊かな私たち。ご飯と一緒に炊かれ、蒸して潰されお焼きやスイートポテトサラダになり、おいしく食べてもらえました。お料理が出来上がった時の「やったー！」っていう顔、自分で作ったものを食べて「おいしー！」っていう顔を見たとき、本当にうれしかったよ！
さつまいも子

上記の写真は、食育講座「親子で挑戦！サツマイモ苗植え・収穫・料理体験」で作った「サツマイモでもっちりお焼き」の写真です。親子で楽しみながら作ることができました。講座の様子は、P2で紹介しています。

「らいくゆう～第16号」では表紙の食育講座をはじめ、男女共同参画に関する各種講座の様子を特集しました。ご紹介できなかった講座も含め、さくら市でも毎年様々な講座が開催されています。講座や講演会等は広報さくらやホームページで随時お知らせしていますので、ぜひご参加ください。

食育講座

「親子で挑戦！ サツマイモ苗植え・収穫・料理体験」

(H27.12.5実施)



おイモはこうやって育つ
のだなと分かった。
土いじりが楽しかった。

家ではやらせたいと思っていても、忙しくて包丁を持たせたりすることがなかなかできなかったの
で、今回子どもと料理をする機会が持ててよかった。

食育講座参加者の声



サツマイモというと、お菓子に使うというイメージしかなかったけど、主食やおかずとして食べる方法もあるのだと知って、家でもやってみたいと思いました。



家族みんなで一緒に料理をする機会もなかなかなかったので、こういう機会に子どもと一緒に料理ができてよかった。

子どもと土いじりをするのもなかなかないので、参加してよかった。子どももたくさんサツマイモがとれて喜んでた。収穫したおイモは焼きイモや大学イモにして食べました。

楽しかった！



おイモご飯がおいしくて、おかわりしちゃったよ！栗ご飯みたい。



レシピコーナー

サツマイモごはん 材料(4~5人分)

- サツマイモ…1本(約300g)
- 米…2合 ●酒…大さじ2
- ごま塩…適宜



〈作り方〉

- ①米をとぎ、指示通りの水を加え、酒を入れてひと混ぜする。
- ②①の上に洗ったイモをまるごとのせ、炊飯器で炊く。
- ③炊き上がったら、しゃもじでサツマイモをくずし、全体を混ぜ蒸らす。
- ④できあがったら、茶碗に盛りお好みでごま塩をふる。

*他にも、ポテトサラダのサツマイモバージョンを作りました。(いつもの材料で、ジャガイモをサツマイモに変えて作ってください)

サツマイモでもっちもちお焼き 材料(4~5人分)

- サツマイモ…500~600g(皮をむいた状態で)
- 片栗粉…100g ●砂糖…30g ●牛乳…200cc
- コンソメ…キューブ1個
- ホットケーキミックス…100g



〈作り方〉

- ①コンソメを包丁で細かく刻む。
- ②①を牛乳に入れて温め溶かす。熱いので冷ましておく。
- ③サツマイモを切り、ふわっとラップをしてレンジで600W3分加熱(または蒸す)。やわらかくなったら、しっかりつぶす。
- ④③に片栗粉を入れて混ぜ、②の牛乳、ホットケーキミックス、砂糖も入れて混ぜる。耳たぶくらいの柔らかさにする。(牛乳と片栗粉で調整)
- ⑤好みの大きさに形を整えフライパンで焼く。(じっくり焼くともちもち感がでます)

男女共同参画
推進事業

フードバンク研修会 「もったいないから、ありがとうの食品に」

(H28.1.27実施)



氏家公民館ホールを会場にフードバンク研修会が行われました。

フードバンクが必要な背景には、貧困やDV・ひとり親家庭など女性や子どもの人権にも深いかかわりがあるとされています。

講師を務めてくださった認定NPO法人とちぎボランティアネットワーク(以下Vネット)の徳山篤氏からは、「支援の入り口は食べ物かもしれないが、フードバンクに助けを求めてくる人は、食べ物以外に多くの問題を抱えている人が多く、私たちの目的はこのことをきっかけとして根底にある問題を一緒に解決していくことです。」とのお話がありました。

Vネットでは、フードバンクに助けを求めてきた人が今ではボランティアとして活動し、仲間を見つけ、それが仕事をする意欲につながり自立に向かっていった事例もあるそうです。「居場所」「人とのつながり」などが本当の意味での自立への手助けとなるのだと感じました。

会場内では熱心に耳を傾けメモを取られる方や、講演終了後に質問をされる方など、こういった社会問題に関心を持っておられる方がたくさんいることがわかりました。

わたしたちが住むさくら市にも、様々な支援を必要としている人がいる現実もあります。特に、地域の宝である子ども達に手を差し伸べることは、わたしたち大人の責務です。一人ひとりができることを、人と人がつながることを今後も大切にしていけたらと思います。

当日は、来場者のみなさんにもたくさんの食料品をお持ちいただき、Vネットのフードバンクにお渡することができました。ご協力ありがとうございました。

※生活にお困りの方は、市民福祉課自立支援係(681-1160)までご相談ください。

エンゼル
育メンズ講座
(生涯学習課)

ほのぼのの広場

(H28.2.20実施)



「ほのぼのの広場」は、仕事をしているために平日に行われているエンゼル講座を受講することができない家庭を対象に行われています。特に、パパの育児を応援

するため、スキンシップや絵本の読み聞かせなどを家族で楽しく学びました。最後には、パパたちも腰痛予防ストレッチをして身体をほぐしました。

また、来年も実施予定です。ぜひ、ご参加ください。



パパの足をみつけよう!
ゲーム

* 講座参加者から、感想をいただきました *

パパより

普段息子が家族以外とどう接するか見ることができないのですが、人見知りすることなくいつもの笑顔で楽しく過ごしている様子を見て安心しました。

様々な人々と接して元気にこれからも成長して欲しいと思います。

ママより

パパと子どものスキンシップ講座ということで楽しみでした。パパはこのような機会がないので慣れなかったと思いますが、子どもと触れ合う姿は素敵でした。大好きなパパと朝から一緒なので子どもは大喜び!興奮していました。

パパとママの絆を深めるゲームをしてくれて、照れながらも楽しかったです。

新たなスキンシップの取り方を覚えられて良かったです。これからも家族と一緒に遊んで、思い出を増やしたいと思います。

男女共同参画の視点にたった防災の必要性

みんなが共に支え合う・男女共同参画の視点で取り組む

わたし・わが家・わがまちの

防災ハンドブック

今年は東日本大震災から5年目の年です。あの未曾有の災害の被災地では、多くの人々が避難所生活を余儀なくされました。大規模な災害発生時に開設される避難所ですが、この避難所で問題視されているのが、避難所を運営する責任者に女性が少なく女性が意見を言いづらいなど、男女共同参画の視点にたった避難所の運営ができていない点です。

例えば、女性の視点にたってみると下記のような実例があります。

(防災ハンドブックより一部抜粋)

- ・授乳や着替えをする場所がなく、布団の中で周りの目を気にしながら授乳や着替えをした。
- ・赤ちゃんの夜泣きがうるさいと言われ、避難所から自宅に戻った。
- ・女性専用の洗濯物干し場が無く、下着が干せない。汚れた下着をはき続けた。
- ・男性が女性用の下着を配布していたので、取りにいけなかった。
- ・避難所で目が覚めたら、知らない男性が横に寝ていた。
- ・がれきを処理する男性には日当が出るのに、炊き出し担当の女性には日当が出ない。

さくら市では、行政区単位で自主防災組織を作ろうとする動きがあります。さくら市の地域防災計画には「避難施設・場所の運営に男女共同参画」の視点が盛り込まれていますが、普段からこのような組織に女性が参画しやすくなれば、万が一にも避難所に避難しなければならない時、女性の立場にたった避難所の運営ができると思います。

男女共同参画の視点で取り組む「防災ハンドブック（栃木県・とちぎ男女共同参画財団発行）」が発刊されています。みなさんも、是非一度ご覧になってください。

※「防災ハンドブック」をご覧になりたい方は、企画政策課までお問合わせください。

わが家の避難所はどこ？
家族防災会議って何？

子どもや高齢者を連れての避難、
どうする？

おひとりさまの
防災対策は？



避難所生活で、
気をつけることは？

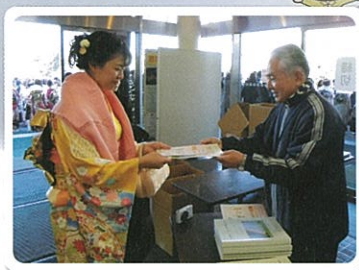
地域の防災対策は
どうなっている？

日頃の備えは？

ほくと一緒に
考えるま



県男女共同参画地域推進員による防災ハンドブックの配布（さくら市成人式にて）



コラム ～希望をもって～

平成19年3月に、「らいくゆう～第1号」が発行され、本号で16号になります。この間、男女共同参画推進事業は、差別のない社会をめざし、この「らいくゆう～」等を通し、情報を提供させていただきながら、ささやかではありますが活動を続けてまいりました。

この9年、社会情勢、経済情勢は大きく変革し、私たち地域社会の景色も随分変わりました。また、阪神淡路大震災、東日本大震災を始め、毎年大きな自然災害にみまわれています。世界でも災害や紛争が絶えることはありません。

さらに、未成年者の犯罪・事件、子どもの虐待等、胸が張り裂ける思いのする出来事が後を絶ちません。今社会では、LGBT（性的マイノリティ）が13人に1人、子どもの貧困が6人に1人、また、2012年文部科学省が全国の公立小学校約5万人を対象とした調査結果では、発達障がいの可能性のある児童生徒は少なくとも6.5%・・・といわれています。

一人ひとりの命の重みは等しく、皆それぞれの人生を生きていく権利があります。

アメリカの発達心理学者E・Hエリクソンは、大人とは「育成する人」と言っています。子どもを育成するだけでなく、職場で後輩を育成するとか、地域でのつながりを育成するという意味でもあります。

目的に向けて人間関係を築いていくためには、相手の立場に立って考えたり、理解する力が必要です。

私たち「大人」が「大人」にならなければならないのだと思います。

日本社会には、悪しき慣習ばかりではなく、「助け合う＝相互扶助」という誇れる精神があります。ひとりひとりが少しでも生きやすい社会であるために、男女共同参画推進事業をこれからもコツコツと進めていきたいと思ひます。

さくら市男女共同参画推進委員長 福田 敦子

新委員
募集

さくら市男女共同参画推進委員を随時募集しています。わたしたちと一緒に市の男女共同参画に向けた活動をおこなってみませんか？ イベントへの参加や情報紙の発行、また、あなたが考えた事業を行ったりと、より住みやすく明るいさくら市を目指して楽しみながら活動していきましょう！
申込み問合せは企画政策課(☎681-1113)まで