



男女共同参画情報誌

# あなたとわたし

vol.47  
2015.2月号

性別や年齢、国籍などの違いを超え、平等にともに手を携える関係でありたいから

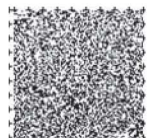
特集

## おとうさん、 いっしょに遊ぼう！



お父さん、最近子どもと遊んでいますか？  
平日は寝顔を見るだけ、というお父さんも、  
休日は子どもと楽しくふれあってほしい。  
そんな思いで昨年11月23日に開催された、  
公民館主催のイクメン講座「お父さんと遊ぼう！」。  
編集委員がレポートしました！

目の不自由な方への情報ツールとして開発された二次元シンボル「SPコード」を掲載しています。  
専用の読み取り装置を使って、今号の内容を要約した文字情報を音声で聞くことができます。  
専用の読み取り装置は市内の公共施設9か所に設置しています。くわしくは協働推進課へお問い合わせください。





編集委員が  
レポート!



# 身近なもので体力づくり お父さんの出番です!

中央体育館の多目的室で3回にわたって行われたイクメン講座。11月23日の第1回目には、10組のパパと子どもが参加しました。

タオル、縄跳び、マットを使って、簡単な運動をしながら親子でふれあう2時間。走る、つかまる、転がる、ジャンプするなど、一見単純な動きですが、全身の筋肉を使って、体の基礎をつくる運動です。タオルでお父さんが子どもを持ち上げたり、子どもがお父さんをひっぱったり。マット運動では、前転や後転を上手にするため

のお父さんの手の添え方も教えてもらいました。

子どもを見つめるパパの優しい目、パパといっしょで安心しきった子どもたちの笑顔が印象的でした。

「お父さんと遊ぼう!」の呼びかけに、福生のパパと子どもが集まりました。



ジャンプして  
タオルを  
キャッチしよう



お父さんと  
引っ張りっこ



タオルで  
ぶらぶら!



お父さんを  
引っ張ってみよう!



縄跳びにも  
挑戦



お父さんが  
手を  
添えて、

上手に回転!

「今の子供たちは外遊びの機会が少なく体力が落ちています。今回のような簡単な体操でも毎日続けることで継続力を養い、けがを防ぐ体づくりに役立ちます。「できる」ことよりもいっしょに体を動かす楽しさを共有してほしいですね。普段は仕事で忙しいお父さんも、遊びや会話を通して子どもとのスキンシップやコミュニケーションを深めてほしい。子どもと向き合う時間を持つことはとても大切なことですから。」

プロフィール 田中 伸英さん

東京YMCA社会体育保育専修学校を卒業後、幼稚園体育指導員、熊川地域体育館指導員を歴任。





## 「子ども目線でいっしょに楽しむ」

平日は仕事で忙しく、子育てに関心はあっても実際はあまり関わる事ができません。その分、休みの日は母親とはやらないような遊び、たとえば戦いごっこや体を動かす遊びをしています。一緒にいるときは、できるだけ子ども目線で見たり考えたりすることを意識しています。子どもとの時間を楽しんでます。



## 「成長過程に合わせた関わり方を」

娘は体を動かすことが大好きなので、時間があればとにかく一緒に遊んでいます。下の子はまだ小さくて一緒に遊べないけれど、これから楽しみです。子どもたちの成長過程に合わせた関わり方をしていきたいと思います。今とにかく一緒に遊ぶことです。自然とそういう風になりました。仕事は忙しいですが、子育てに関わる時間をもっと増やしたいですね。



## 「子どもと会話するよう心がけています」

6歳の娘と1歳の息子がいます。時間があるときは絵本の読み聞かせや縄跳びなど、できるだけ付き合うようしています。遊びを楽しむのと同じくらい人と接することの楽しさを感じてもらいたいので、休日には家族でキャンプに行ったりもします。そのせいか、この講座でも積極的に他の子と接したりして、楽しそうに参加していると感じました。



## 「おままごと以外の遊びを」

4歳の娘と生まれたばかりの子がいます。親戚で集まると皆は赤ちゃんに行くので、その間は娘と一緒にいて、淋しがらないよう心がけました。毎日帰りが遅いので、子ども達と顔を合わせるのは、朝食の時間くらい。せめて休日は、遊びだけの時間を長くとりたいです。今回、ままごと以外のパパならではの遊びを学べました。家の中や外で、早速実践できそうです。



## 「かけがえのない時間を大切に」

早起きをして散歩に行ったり、お風呂に入ったり、一緒に過ごす時間をできるだけ作っています。平日は仕事の都合でほとんど寝顔を見るだけですが、なんとか早く帰宅して、月に1、2回は私が寝かしつけています。子どもとふれあう時間は、楽しいし大事にしたいですね。生まれた時から決めていたことですが、親の気分次第で子どもへの接し方を変えないようにしています。



## 「休日は子どもと思う存分楽しむ」

子どもが起きる前に出勤します。帰宅したらもう寝ているので、いつも寝顔を見るだけです。その代わりに、休日は十分に遊びます。今日の講座のように、特に体を動かして楽しんでます。子育ては体力勝負です。抱っこや力が要ることなどはすすんで私がやるように心がけています。平日仕事で子どもとの時間がとれない分は、休日に解消しています。



## 「どの子どもバランスよく関わる」

うちは子どもが3人います。上から6歳、4歳、2歳で、それぞれに合わせた遊び方をするために参加しました。休日は家族全員で出かけることも多いですが、どうしても上の子中心になりがちです。真ん中の子と下の子にも目を向けて、愛情不足にならないよう気をつけています。休日の空いた時間に公園に連れていくなど、子ども達と接する時間をとって、一人ひとりと関わることを心がけています。



## 「子どもができてから地域との関わりもできました」

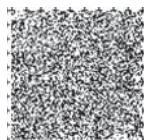
夜勤があり不規則な仕事ですが、朝食は家族で食べるように心がけています。家にいるときは、子どもたちをお風呂に入れたり、食後の皿洗いをしたりしています。子どもと遊ぶときは自分も子どもになったつもりで思い切り遊びます。各種イベントにも積極的に参加するようになって活動範囲が広がり、地域との関わりもできました。



## まとめ

福生のパパたちは、多忙な中、工夫しながら子どもと関わる時間を作っていることがわかりました。長時間労働の解消やワークライフバランスが進めば、今よりもっと育児に参加できて、子どもたちの笑顔も増えるかもしれませんね。

目の不自由な方への情報ツールとして開発された二次元シンボル「SPコード」を掲載しています。専用の読み取り装置を使って、今号の内容を要約した文字情報を音声で聞くことができます。専用の読み取り装置は市内の公共施設9か所に設置しています。くわしくは協働推進課へお問い合わせください。





# 男の生き方 女の生き方



福生市在住の方々に聞いた、それぞれの男性観、女性観！

## 男の生き方

80代 男性 加美平在住

貧しい月給取りの次男坊に生まれた私は、戦時下を負けじ魂を頼りに、戦火を逃れました。友を失い、失意のうちに敗戦を迎えましたが、私たちにとっては、これからは忘れられない食糧難の始まりでした。朝御飯はわずかばかりの米が入ったどんぶりいっぱいの雑炊です。育ち盛りの少年にとって、雑炊は一気に飲み干せる飲み物のようでした。瞬間にカラになった鍋をみて泣き叫ぶ弟を私も泣き泣き見ていました。晩御飯は、サツマイモを一本ずつ与えられるのみで、お腹が満たされることなく、空腹を忘れるために早寝は欠かせませんでした。

ある日の午後、私は庭に、母は縁側にいる時です、燃料屋さんが「薪が安いよ」と声を掛けてきました。母と燃料屋さんのやり取りを聞いていると、「値段もいいわね」と母の言葉にすかさず燃料屋さんは「この薪二、三本で充分ご飯は炊けますが、お札では何十枚燃やしても炊けませんよ」。その言葉に私は「なるほど」と商人魂に関心しました。それからは困難に立ち向かおうと、野菜作りなどの農作業に励みました。また、家族の負担軽減のために母の生家で住み込みで働き、生きるための術を身につけていきました。おかげで今は衣食住に困ることもなく、安定し充実した老後を楽しんでいます。

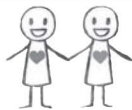
## 女の生き方

70代 女性 熊川在住

長男である夫の元に嫁いできたのは25歳のときでした。新婚当初は小さなアパートを借りて二人で生活を始めましたが、家業を継いでいたので、毎日朝から二人で実家へ通っていました。昼食、夕食は実家で食べるので食費は要らないだろうと、給料は家賃と光熱水費に充てるための現金だけでした。朝食だけは二人で食べるので、お米と実家で作っている野菜などをもらって帰るという生活が続きました。

大姑と夕食の支度をしているときでした。生活用品を買うお金が足りないと話すと、「かまどの灰までお前たちのものになるんだから我慢するんだよ」と言われました。そのときのなんとも表現しがたい気持ちは今でも忘れられません。また、1年たっても子どもができない私に厳しいことを言ったりもしました。家の繁栄を願う気持ちからの言葉でしょう。長男が産まれたときには役目を果たせたことに安堵しました。

戦争の影響もあったのでしょうか、幼い頃から「男は男らしく、女は女らしく」と育てられ、大姑の言葉も仕方ないこととっていました。時代は変わり今は女性も社会で活躍し、家事も子育ても夫婦でやる時代です。若い人には若い人たちなりの苦労があるのでしょうが子どもたちの生活を見ていると、家族仲むつまじく微笑ましく思います。



## ご存知ですか？ 男女共同参画情報コーナー

輝き市民サポートセンター(福生駅西口ブチギャラリー4階)に各区市町村の情報誌や男女共同参画に関する資料を備えています。ご利用ください。

問合せ: 輝き市民サポートセンター 電話 042-551-0166

## 市民編集員 募集中

「あなたとわたし」の編集員を募集しています。興味のある方は、協働推進課までご連絡ください。

ご意見・ご要望をお気軽にお寄せください

本誌は、市民がつくる市民のための情報誌です。感想をはじめ、特集で取り上げてほしいテーマなど、ご意見・ご要望をお気軽にお寄せください。市ホームページ(トップページ左側の市民のご意見箱)からもお送りいただけます。

## 広告を募集しています！ 次号は7月発行予定です(全戸配布)

「あなたとわたし」に掲載する広告を募集しています。

【規格】 4.5センチ×9センチ。各号2枠

【広告料】 1枠: 15,000円

※申込み用紙は市のホームページからダウンロードできます。内容により広告掲載できない場合がありますので、詳しくはお問い合わせください。

【問合せ】 福生市生活環境部協働推進課 TEL551-1590

市民編集員 ○田中直美 ○谷川由紀子 ○寺崎敏枝  
○濱原幸恵 ○山下光男

作製:(有)セイビ印刷所 協力:石井栄子(編集)、青木由佳(DTP)

## あなたとわたし vol.47 2015年2月号

発行: 福生市 生活環境部 協働推進課

〒197-8501 東京都福生市本町5番地 電話 042-551-1590

<http://www.city.fussa.tokyo.jp/>