日本女性会議（男女共同参画）２０１３　あなん

「参加報告書」

江別市男女共同参画推進連絡協議会　　小中一子

■第1分科会 「介護と地域医療」　平成25年10月11日 （見能林公民館）
パネルディスカッション＆ワークショップ 「阿南から発信！男女で向かい合う「老後の楽園」」

当日は乗っていたバスが公民館前に付けることができず、１５分以上遅れての会場着となってしまいました。

＜基調講演＞
「人生90年時代（夕映え期の終活）」
春日キスヨ氏（臨床社会学者・前松山大学人文学部社会学科教授）

長寿化が進んでいるが、家族が高齢者を守れない時代である。家族がいてもお一人様。色々な準備ができないうちに独り暮らしになってしまう。急速な時代の変化と子世代の未婚率・離婚率の上昇、家族関係を組み替える「終活」が必要である。終活のストーリーを持って生きていけるか。例えば、独り暮らしのリスク。特に社会的な孤立は男性の高齢者にとって大きな課題であり、自分の終活をどうしたいのかという「エンディングノート」を持っておくべきだ。これからの時代は家族以外の人との関係を拓き、老いつつ輝いていけるように生きていかなければならない、とのお話しでした。

＜パネルディスカッション＞

①石川隆子氏（ねたきりになら連実行委員）
デイサービスグループホームを運営している石川さんは、阿波踊りを２０年続けているとのこと。心が動けば体が動く。車椅子のハンドルから伝わるものがあると話されていました。

②植松光江氏（農家民宿棚田の学校主宰）※スタッフが代理報告
最初は民宿のみの経営でしたが、ある時大変忙しかった時に宿泊客が見かねて手伝ってくださったのが楽しかったとのこと。また泊まりに来てくれた時に植え付け・収穫と楽しんだことから、今は好きな時に好きな日数を楽しんでもらっているとのことでした。

③勢井啓介氏（森田技研工業 KK 取締役）
自分が結腸ガンで３回手術したのがきっかけで、ガン患者のための情報交換と患者支援を目的に NPO 法人 AWA ガン対策募金を立ち上げ活動している、とのことでした。

④大下直樹氏（公益社団法人認知症の人と家族の会徳島県支部代表）

大学卒業後に別の職業に就いていましたが、弟さんが知的障害、妹さんにも障害があり、平成５年に社会福祉士となり、当事者家族の一人として代表を務めておられるとのことでした。

＜ワークショップ＞

パネルディスカッション報告の後、６名ずつのグループを作り、うち一人をホストに決めました。私のグループのホストは「阿南救急センター」に勤務する平松さんとし、徳島からの婦人部４名とともに意見交換を行いました。テーマは「今しあわせを実感していますか」。皆さんの意見はいろいろ出ましたが、「日々健康で働き続けることが幸せである」との意見集約でした。次にホストを残しテーブルを移動。このテーブルのホストは栃木から参加の女性リーダー、薬剤師の永倉さんで、テーマからは外れるが「男女共同参画が未だに理解されていない。」と話され、徳島の方々も共感されていました。再び元のテーブルに戻り、次のテーマは「明日からはどう生きるか」。話のまとめとしては、「明日からただ健康に働ければ良いだけではなく、色々な事業に積極的に参加していこう」と思いました。

■記念講演　平成25年10月12日（阿南市スポーツ総合センター）

「男女が織りなす食育　～作り手の心・いただく心～」
料理研究家　浜内千波氏

《講演概要》

私は徳島県生まれで１８歳の頃上京しました。当時は、料理研究家は認められていない時代で、ケーキ屋などいろいろなところで働きました。一時期は体重が１０６㎏にもなって、「これは大変」と思い毎日の食事に気を配るようになり現在は６２㎏を維持しています。

昭和５５年、２３歳の頃に料理研究家として「ファミリークッキングスクール」を開校、平成１７年には「クッキングスタジオ」を開設しました。平成１８年にはキッチングッズ“千波”ブランドを立ち上げ、健康第一に考えた料理を軸

にしたライフスタイルを提案し、幅広い年齢層の女性から支持されるようになりました。

料理を作るのは女性と決めつけないで欲しいです。また、料理を作る時は、「家族のために」と心を込めて作ると相手にも伝わると思います。そして、相手方にも「美味しいね、ありがとう」と感謝の気持ちを持って欲しいものです。

それから、男性も子どももぜひ料理を覚えていただきたい。買い物から作る手順を考えると、作る楽しさもわかるし、会話も弾むことになります。

そして、家族で食卓を囲む豊かさを持ってもらいたいと思います。特に、朝食の時間の会話が大事です。

料理は自己流でけっこうです。自信を持って作っていただきたいと思います。ただし、味付けしたら必ず味見が大切です。味見をせずに味の調和が取れた美味しい料理はできないと言って良いでしょう。それと、温かいものは温かく、冷たいものは冷たくが基本です。夏は冷たい水、冬は暖かいお湯を飲むようにするのが、お腹のためにも良いことです。

家庭料理は毎日続けて作っているうちに「その家の味」「母の味」になるのではないでしょうか。

その他に、浜内さんは「化学調味料を使わずに米ぬかの煎ったものを味噌汁のダシにする」「キャベツの外葉の捨ててしまう部分をミキサーに掛け冷凍してストックしておく」「玉葱の皮を煎じてスープに加える」「キャベツの葉脈を刻んで肉を漬け込むと肉が柔らかくなる」などの手法を教えてくださいました。

全体を通じて、「毎日の料理が暮らしを豊かにしていくのだ」と強調されていました。

■最後に

初めての日本女性会議に出席させていただいて、私のような年代ではなく、もっと若い世代の方に参加していただきたいと思いました。大会の参加者も多く、大勢の方たちとお目にかかり色々とお話しすることができ、それだけでも得るものがあるのではと思っています。私はたいへん勉強になり、出席させていただいたことに感謝いたしております。