

男女共同参画のための 広報紙

PalCato[※] パルカート

バックナンバー HPで公開
年1回発行
No. 46

こうとう区報
別冊



KOTO City & TOKYO
スポーツと人情が息いまち 江東区

2020年11月11日 発行
江東区

男女共同参画推進センター
(パルシティ江東内)

〒135-0011 江東区扇橋3-22-2

☎03-5683-0341 FAX03-5683-0340

https://www.city.koto.lg.jp/
kurashi/jinken/danjo/
palcato/index.html

※ PalCato 英語のpal(仲間、友だち)にちなんで【パルシティ江東/Palcity】とイタリア語で1音1音をはっきり演奏することを示す音楽用語【マルカート/Marcato】をあわせて、一人ひとりの生き方を認め、心豊かな社会を推進する広報紙名としました。

テレワークの導入が進む中で
新型コロナウイルスの感染拡大により、多くの企業で導入が進むテレワーク。企業における働き方改革の一助となるだけでなく、従業員にとってもワーク・ライフ・バランスの実現や育児の充実といった数多くのメリットがあります。厚生労働省が行ったアンケートにおいても、多くのテレワーク利用者が日常のさまざまな時間にゆとりが生まれたと回答しました。

家事の分担を見直すいい機会に
一方で、コロナ離婚[※]などという言葉も囁かれたように、一緒にいる時間が長くなることで心に摩擦が生じてしまうケースもあるようです。特に共働き夫婦の場合は「家にいるんだからもっと家事を手伝って!」といった妻からの不満も。総務省の調査[※]で、育児を含む家事の時間(週平均)が妻7時間34分、夫1時間23分と大きく異なることがわかっており、夫婦でテレ

家庭で心がけたい3つのポイント
家事の分担とともに忘れてはならないのが、日々のささやかな心づかいです。「親しき仲にも礼儀あり」という言葉があります。身近な存在だからこそ思いやりを持って接すること。それが快適なテレワーク、ひいて

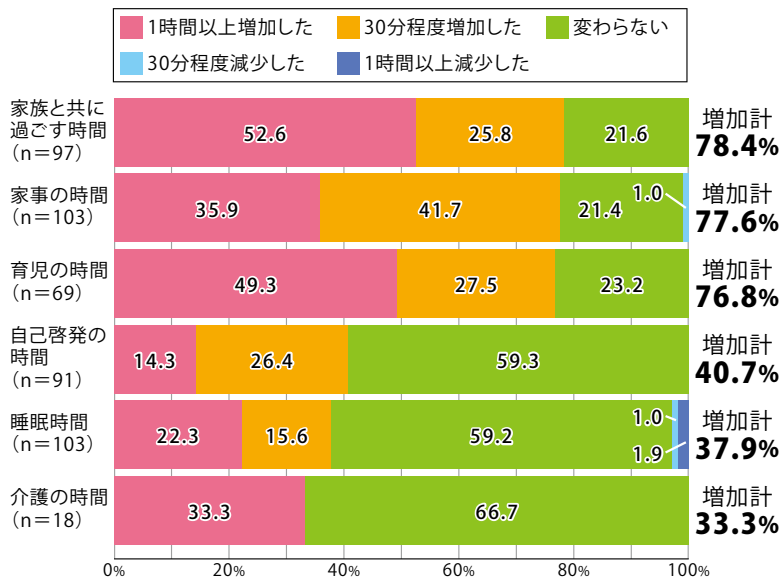
テレワークの導入が進む中で

家事の分担を見直すいい機会に

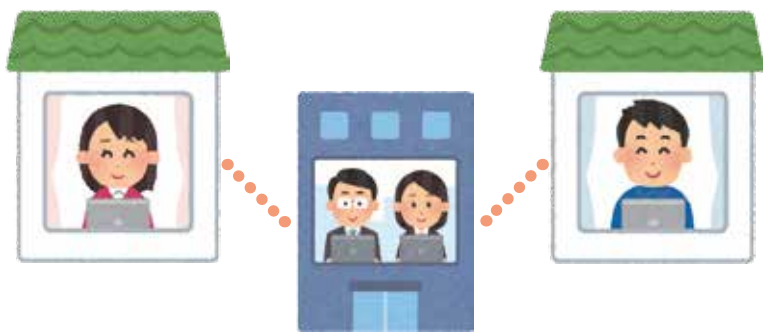
ワークを行なっている家庭は、家事の分担を見直すいい機会かもしれません。

● **思いやりの声がけを大切に**
「ありがとう」「ごめんね」「お疲れさま」——そんな当たり前の言葉のやりとりを、おざなりにしていませんか? あなたが言われてうれしい言葉は、きっと相手も喜んでくれるはずです。阿吽の呼吸も素敵かもしれません。コミュニケーションを心がけたいですね。

テレワークによって増減した時間(従業員)



※「わからない」「該当しない」は集計から除外しています。
※増加計:「1時間以上増加した」「30分程度増加した」を回答した割合の合計
出典:平成26年度厚生労働省テレワークモデル実証事業「従業員アンケート」



テレワークをもっと快適に!
ポイントはささやかな心づかい

は家庭円満につながります。誰もがストレスを感じやすい今だからこそ、相手を思いやり労う気持ちを大切にしましょう。

● **お互いに一人の時間をつくる**
どんなに親しい間柄でも、ずっと一緒にいることがストレスになってしまう場合もあります。相手がちょっと疲れているなど感じたときは「気分転換に散歩でもしてきませんか?」などと声をかけてあげましょう。大切なのは、ほんのひとときでも自分の時間を持つことです。「一人にしてあげるために自分が出て行こう」では意味がありません。

● **週に一度は夫が料理を**
例えば妻がキッチンの主役となっている家庭では、夫が家にいることで負担に感じることも多いようです。普段、料理をしていない方は、週に一度くらい料理してみたいかがでしょうか。どうしても苦手という方はパートナーのお手伝いをするだけでも相手の負担は軽減されるかもしれません。たまにはデリバリーやテイクアウトを利用するのも、家族みんなの気分転換になるでしょう。

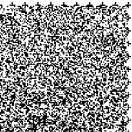
女性に対する暴力をなくす運動
毎年11月25日は「女性に対する暴力撤廃国際日」です。11月12日(日)～11月25日(水)の期間を以て「ライトアップ」が展開されます。江東区では、同運動のシンボルであるパープルリボン(紫)にふれあい橋をパープル(紫)にライトアップします。また男女共同参画推進センターでホワイトリボンやメッセージを飾っていただきます。女性への身体的・精神的暴力をなくす運動をしましょう。

ライトアップ
11月12日(日)～11月25日(水)
日没～23:00
ふれあい橋(電戸9-34先)
男女共同参画推進センター
男女共同参画担当
☎3647-1163
FAX5683-0340



CONTENTS

1面	◆ テレワークをもっと快適に! ポイントはささやかな心づかい
2面	◆ 女性に対する暴力をなくす運動
2面	◆ 江東区女性のなやみとDV相談より
3面	◆ 江東のひとくくメンパ地域活動に取り組む女性
3面	◆ 区内企業に見るワーク・ライフ・バランスの取り組み
4面	◆ 江東区男女共同参画推進センターNEWS



「パルカート」は「こうとう区報」と一緒にお届けしています

ご家庭・事務所等で配布が必要な場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00～19:00) ☎6868-4059へ

読み終わったパルカートは古紙回収へ