

4. 男女共同参画を推進するコツはあるの？

「ハラスメント」に過敏にならないようにしましょう！

最近、セクハラ、パワハラ、モラハラ、マタハラなど、「〇ハラメント」という言葉があふれています。

人が不快になったり傷つくことを言ったり、行ったりすることは良くないことです。しかし、なんでもハラスメントだと言ってしまうと、かかわりを持つことが困難になります。「ハラスメント」と思われたいためには、お互いの良好な関係性を作っておく必要がありますし、「親しき仲にも礼儀あり」ということで、お互いの立場や気持ちを考え、かかわっていくことが大切です。



「ありがとう」は魔法の言葉

「ありがとう」と言われれば、うれしくなり、次も頑張ろうという気持ちになります。例え「やって当たり前」のことで、「ありがとう」の言葉がけは、次につながる魔法です。ですから、「言わなくても通じる」ものではなく、口頭で、時には文章で、伝えましょう。

職場でも、時短勤務や有休を使うことは、「職員の権利」かもしれませんが、「権利を使うのは当然」という気持ちではなく、「ありがとう」という気持ちを職場で伝えることで、みんなが気持ちよく仕事に取り組みます。家庭や地域でも、お互いを認め合い、親しい関係があっても「ありがとう」と言葉にすることが、スムーズな人間関係を築きます。「ありがとう」の魔法を使ってみませんか？



ひとりでがんばりすぎない! おたがいさまの気持ちがパートナーシップを育てる!

誰もが人とかかわりあいの中で生きています。ひとりで全部がんばりすぎたのではなく、困った時にはおたがいさまで、誰かの助けを借りてもよいのではないのでしょうか。

困った時にすぐに相談できる人や頼りにできる場がありますか？相談することによって、自分の問題解決ができるだけでなく、もしもその困りごとが世間の多くの人が感じていることならば、社会問題を解決する糸口になることさえあるのです。悩んだり困ったりしているのは、みんな同じかもしれません。だからこそ、時にはひとりでがんばりすぎないで、誰かに相談してみることもおすすめします。頼ったり頼られたりする思いやりの連鎖が、地域や社会の助け合いとなり、お互いの立場を考え認め合うことが男女共同参画社会につながります。



5. あなたが実現したい男女共同参画のカタチは、どんなカタチ？

◆あなたが実現したいこと

◆実現するために自分ができること

◆実現するために必要な家庭・職場・地域などの変化

6. 浜松市男女共同参画・文化芸術活動推進センター(あいホール)は、男女共同参画社会づくりのための拠点施設です。

～ひとりで悩んでいるあなたへ～

あいホール相談室を活用してください。

電話：053-412-0352

※ご相談内容に関する秘密は厳守いたします。安心してご相談下さい。相談は、電話または面談(託児有)にて行います



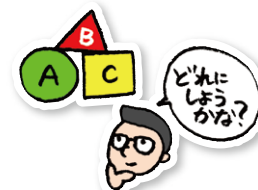
あいホール 検索

7. 男女共同参画社会実現へのステップ

①固定観念を打ち砕く



②選択の自由がある



③お互いを認め合う

