

# WAM通信

でもあなたといっしょ  
平成25年7月  
43号  
WAM通信  
さいごさい

## INDEX

- 01 一人で頑張らなくても大丈夫
- 02 あなたも子どももみんな笑顔に
- 03 自分らしく生きてこそ響きあう
- 04 「男女共同参画」ってなんなの？
- 05 喫茶 ぱーとなーの三ツ星
- 06 Book Guide

## 特集 大切なあなたへ



■ WAM通信43号の題字について  
今回の題字(ロゴ)は、題字募集で入選された  
室山一丁目の加藤扶美子さんの作品です。

●地域のチカラと応援

# 一人で 頑張らなくても 大丈夫。



沢池公民館 主事  
清水 由美子 さん

抱きしめ、認められることが  
親にも子どもにも大切

一人で何でも抱えずに、もっと大らかな気持ちで子育てができるよう、何か手助けできたらと、いつも思われている清水さん。「地域の先人たちが大切なあなたの力になれるよう、公民館や子育て広場などで待っていますよ。」と力強くおっしゃっています。

地域に一歩踏み出す勇氣を持って、育児書にとられることなく、「いい子いい子」と子どもをほめたり、抱きしめたりして個性を伸ばしてあげてほしいと、アドバイスをいただきました。

「今しかできない子育てを楽しんで！」との言葉から、子育て奮闘中の「あなた」への深く熱いエールが感じられました。



おすすめ

- ★よちよちはいはいたのしく遊ぼう(6か月～1歳未満)
  - ★いっしょにたのしく遊ぼう(1歳～3歳未満)
  - ★みんなでたのしく遊ぼう(3歳～就学前)
  - ☆自分ひとりで本を楽しむ日(一時保育付・有料)
- 詳細は講座ガイド、広報を参照してください。

●勇気を出して一歩踏み出す  
そこにきっと新しい世界

# あなたも 子どもも

# みんな笑顔に。

ローズWAM セミナー講師  
韓 恵景さん



外の世界へ…  
その勇気が子育てを楽しく

生後2か月の愛娘の子育てをされながら、この度ローズWAM「はじめてみましょう」教室の講師に応募された韓さんは、「親子で家に閉じこもらないで、外に出てみるとういんですよ。人と接し、新しい世界に触れたら、私も子どもも笑顔がふえました。」と、自らの体験を振り返り、目を細めます。

「講座では、単なる語学学習ではなく、韓流ドラマなどの紹介を交え、楽しく異文化交流もしながら、みんなを笑顔で包みたいと思っています。」

私にとっても記念すべき一歩となりますが、お互いに勇気を出して良かったと言える一歩になれば最高にうれしいです。」



★「はじめてみましょう」教室のご案内  
8月から全12講座の新規受講生を募集予定。  
各講座には一時保育があります。(有料)  
詳細は、広報誌やWAMの講座ガイド等をご覧ください。

自分らしく  
生きてこそ

## 響きあう。

●家族のハーモニー



ハッピーキャリアアールトワン 代表  
中崎 郁子 さん

自分で作った  
「理想像」にとらわれないで

「自分ひとりの時間が欲しい。」

でも、家事も育児も手を抜くわけにはいかない。」

こんな風に「…しなくては」「…して当然」と理想の妻像、理想の母親像で、自分をがんじがらめに縛りつけていませんか。

やるべきこと、できたらいいなど思うことを数え上げればきりがありません。絶対に譲れないことはせいぜい三つに絞り、やるべきことの断捨離をしましょう。

家族ひとりひとりが自分らしく生きる。そして家族がお互いに響きあいその家らしいハーモニーが生まれる…。

そんなふうになれたら素敵ですね。



★専門家による女性の生き方・自立相談（ハッピーライフ相談）  
第2木曜日、午後1時～4時、一時保育があります。（有料）  
詳細は、広報誌やWAMの講座ガイド等をご覧ください。

第1回  
かしもと所長の  
の

ローズWAM  
所長  
榎本佳子



感じてみよう、自分らしく生きること

## 「男女共同参画」ってなんなの？

男だから、女だからにあまりこだわりすぎずに、自分がどんなふうにご過ぎていきたいか、男女がお互いを尊重しながら、対等に生きることです。参画というと積極的にかかわることなので、何かしなければと思いがちですが、何もしない自由もあります。

「男女共同参画」が広く生活に取り入れられるよう、茨木市でも昨年策定した「第2次男女共同参画計画」を基に、進めています。

ローズWAMは、赤ちゃんから熟年まで、いろいろな年代の方の「多様な生き方」に取り組んでいます。

その中で、今年は「防災」について注目し、防災のスペシャリストや被災地で活動されている人たちを招き、下記のとおり4回講座を予定しています。

危機を感じたときにお互いの関係が見えてくるとも言われています。この機会に自分とつなげて考えていただければと思います。

ぜひローズWAMへ「男女共同参画」、自分らしさとは何かを感じに来てください！

### 誰もが安心して暮らせる防災（全4回）

平成25年7月5日（金）午後1時30分～3時

#### ①女性たちの防災

～女性と子どもにやさしい対応～

講師：人と防災未来センター

主任研究員 齊藤 容子 さん

②わがまち茨木の防災

8月30日（金）午後1時30分～3時30分

③あなた自身と家族・地域、本当にまもれますか？

～男性＆女性の力で地域防災力アップ！～

10月26日（土）午後2時～4時

④地域や自分が今から備えておきたいこと

～東日本大震災に学ぶ男女共同参画～

11月24日（日）午後1時30分～3時

喫茶  
ぱーとなーの  
三ツ星



幸せひろがるシフォンケーキ

なつかしい食券販売機。  
小さなスペースの中に、  
三ツ星メニューを見つけました。  
卵は茨木市でも有名な  
卵屋さんから仕入れています。  
ひとさじごとに、ふんわり、  
トロツが口いっぱい・・・  
幸せってこういうこと。

●シフォンケーキセットは500円。  
(コーヒーor紅茶付)



喫茶 ぱーとなー

営業時間：午前9時30分～午後5時  
(火曜日定休日)

場 所：ローズWAM 1階  
各会議室、交流サロンへの  
出前もいたします



わむ  
ひやっけい ②  
白景

～ 交流サロン～

「予約不要」「無料」「飲食可」の空間があります

ローズWAM 2階の「交流サロン」は、ミニ打ち合わせやママ友の井戸端会議、ピクニック気分の親子などで連日にぎわっています。お弁当の持ち込みや、喫茶ぱーとなーの出前もOK。ルールを守り、みんなの空間を気持ちよく使いましょう。



### パパのトリセツ

おたとしまさ【著】  
ディスカヴァー・トゥエンティワン  
2012年  
D2-オ



パパを「自律型育児ロボット」に育てる方法を家電の取り扱い説明書風に解説。

パパとしての自覚を促す「スイッチの入れ方」や実務を覚えてもらう「アプリのインストール方法」などと軽いタッチで書かれていますが、パパとの関係をより良くして育児をしてもらうツボがわかります。また、「日ごろのお手入れ」は育児を卒業した世代にこそ読んでいただきたい内容です。

### 4歳からのキッチン 子どもだって こんなに作れる!

渡辺 ゆき【料理・文】  
小林 キユウ【写真】  
岩崎書店 2011年



筆者が4歳の娘と作った料理のレシピを豊富な写真とともに紹介。写真はすべて写真家のパパが撮影しました。パパによる撮影のコツのコラムもあり、写真好きな人にも手に取ってほしい1冊です。

### こんな親でも子は育つ! 育児なし日記 vs 育児され日記

逢坂 みえこ【著】  
(株)ベネッセコーポレーション  
2008年  
G1-オ



2004年4月から「ひよこクラブ」に連載中のマンガ。おすすめは、お世話される赤ちゃんハルくんから見た「育児され日記」。赤ちゃん目線で描かれた育児風景を見たら、頑張りすぎるママも少し肩の力が抜けて気が楽になるかも!?

クリックしてみてね!

ローズWAM

検索



今年のキッズパークは8月24日(土)

人間影絵、フリマetc  
いろいろやってるよ  
あそびにきてね!



ホームページアドレス

<http://www.rosewam.city.ibaraki.osaka.jp/>

ツイッターやっています!

【開所時間】午前9時から午後10時

(交流サロン・ネットワークギャラリーの利用は、午後7時まで)

【休所日】毎週火曜日、平成25年8月26日(月)

年末年始の休所日 12月28日～翌年1月4日まで

◆会議室・ホールを借りる

予約受付時間: 午前9時～午後5時

利用時間: 午前9時～午後9時30分

◆印刷工房を利用する

利用時間: 午前9時～午後7時

※休所日を除く

詳しくはお問い合わせください。

## WAM・相談

※相談無料・一時保育あり(有料・要予約)

※いずれも火曜・祝日は除く

★女性面接相談(要予約)

★DV面接相談(要予約)

毎週月～土曜日

午前10時～午後4時

★ワムワム

よりみちトーク(要予約)

第4木曜日

午前10時～正午

★専門家による女性の生き方

・自立相談(ハッピーライフ相談)

第2木曜日

(要予約)

午後1時～4時

予約電話番号

072-620-9920



★女性法律相談(要予約)

第3木・土曜日

午前9時30分～正午

★仕事なんでも相談(男性可)

最終木曜日

午後1時～4時

★DV・恋人同士の

付き合い・(性)暴力の

悩み電話相談

TEL 622-5757

月～土曜日

午前10時～午後4時

★女性電話相談

TEL 621-0892

毎週月～土曜日

午前10時～午後4時

★男性のための電話相談

TEL 620-9920

第3・4水曜日

午後6時30分～9時30分

### 編集つづれ

★一日一成長、素敵な人たちとの出会いに感謝(涼葉) ★長男がピアノを習い始めました! いっしょに音楽をたのしもう☆(けいちゃん)  
★作成に携わる事ができ、楽しくどきどきの連続でした(△△)(ゆきせいゴン) ★「将来、何になりたいの?」子どもに聞かれてドキ! 夢にむかってがんばるよ!(キヨミ) ★初心を忘れずに、楽しく前向きに、邁進します♪(A4H) ★一日一勇気…昨年教えていただいた言葉です。今年もこの気持ちを忘れずに!(たま) ★ちびちびゴクゴクお茶を飲んだり、食べたり、そんな毎日が私を元気にしてくれます。(Nモリ) ★初めての広報のお仕事。右も左も分からないけど頑張ります!(みさちゃん)



編集・発行

茨木市民文化センター 人権・男女共生課

茨木市立男女共生センターローズWAM

〒567-0882 茨木市元町4番7号

TEL 072-620-9920

FAX 072-620-9921

駐車場は中央公園地下駐車場(有料)をご利用ください。



リサイクル適性

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

この冊子は4,000部作成し、1部当たりの単価は23.35円です。