咲くっと

No.31
令和2年

長泉町　女と男の情報紙

地域一丸！長泉わくわく祭り　P2～3
無意識の偏見を考えるアンコンシャスバイアス講座　P4～5
地域で活躍する女性消防団員　P6～7
レッツ・チャレンジ!!　P8

編集／咲くっと編集委員会　発行／長泉町教育委員会　生涯学習課　☎055(986)2289
ホームページ／http://www.town.nagaizumi.lg.jp　Eメール／syogai@town.nagaizumi.lg.jp
〒411－0943　静岡県駿東郡長泉町下土狩1283－11

レッツ・チャレンジ!!

ポリ袋で作る

“いざというとき誰でも簡単にできる”「ながいずみ風すき焼き」

【材料（一人分）】
- あしたか牛（こま切れ）……30g
- 根深ネギ……1／4本（斜め切り）
- しいたけ……1枚（薄切り）
- 糸こんにゃく……少々
- 焼き豆腐……1個（ひとロサイズ）

【調味料】
- しょうゆ……大さじ1
- 砂糖……大さじ1
- みりん……大さじ1

【作り方】
① 焼き豆腐以外の材料と、調味料をポリ袋に入れ、もみこむ
最後に焼き豆腐を入れる
② 袋の空気を抜き、口をねじる
ねじった口は上の方で縛る
③ 沸騰した湯の中に入れ 20分ゆでる
お皿に出せば出来上がり!
※ポリ袋が破れるのを防ぐため、鍋底に皿やざるを置くとよい

※ポリ袋
ポリエチレンで出来ている半透明の袋です。透明のビニール袋は耐熱性に問題があります。少ない水で調理できるポリ袋調理は災害時にも役立ち、災害時に温かい食事は心も体も癒します。

編集委員募集

あなたの力を貸してください！

文章を書くこと、写真を撮ること、レイアウトをすることなどに興味をお持ちの方、「咲くっと」の紙面づくりに参加してみませんか。「咲くっと」の編集委員はみんな素人です。あなたのアイディアを貸してください。楽しみながら一緒にやってみませんか。

お問い合せ
生涯学習課（コミュニティながいずみ内）
〒411-0943　長泉町下土狩1283-11
☎986-2289　FAX988-7802
E-mail　syogai@town.nagaizumi.lg.jp

この冊子は再生紙を使用しています。

地域一丸！長泉わくわく祭り

毎年出場し、素晴らしい踊り・衣装・台車を披露し続ける南一色区

長泉町の北部に位置する南一色区は毎年、老若男女問わず大勢の区民が積極的に長泉わくわく祭りに参加しています。

仕事で忙しい人も、中学生も高校生も「この日だけは」と参加しているその地域活動への魅力を取材しました。

長泉わくわく祭りに参加したきっかけ

南一色区で、長泉わくわく祭りに参加したい区民が集う日、発起人の方に取材しました。

長泉わくわく祭りに参加したきっかけは、南一色区の地域づくり活動委員になったことです。

広報誌編集などに携わったことで繋がりができ、長泉わくわく祭りに参加しようと、祭典当番長に相談したことが始まりでした。

区として参加することが決まり、知人の旅館の女将さんから譲ってもらった古い浴衣をアレンジし、丈の長い衣装に慣れるために着用して踊りの練習をしました。

参加を継続するには組織づくりが必要になり、区長が実行委員長、協議員が実行委員になっています。現在は踊り手の若手中心の運営に移行しているところです。

協力して台車や小道具の準備

台車づくりの取材をした日は雨でしたが、みなさん活発に意見を出し合い、真剣に台車づくりを行っていました。

役員の方に話を伺いました。

台車は協議員や実行委員でイメージ案を決め、経験者を交えて制作を行います。今年は手筒花火の人形を発泡スチロールから切り出して、衣装を着せました。

小道具の扇子も毎年色やデザインを工夫しています。夜遅くまで、みんなで協力しながら100枚近くを制作します。

踊りは幼稚園の子たちから、80代の高齢者まで幅広い年代の方々が参加します。

長泉わくわく祭りに関わっていると近所の子どもたちと知り合えて、たくさんの子どもたちと知り合えて、自然と声をかけてもらえます。

「将来、就職や結婚をしても、また長泉わくわく祭りで踊りたい」と言ってもらえると本当に嬉しいです。

参加者の声

長泉わくわく祭りでの踊りは、左右対称の振り付けや、パートに分かれての隊形移動、衣装を生かしたダイナミックな動きなど、完成度が高い踊りで祭りを盛り上げていました。その魅力を皆さんに伺いました。

中学生
参加して6年目になります。毎年、夏のお祭りで踊るのが楽しいですね。大人になってもずっと地元にいて参加し続けたいと思います。

高校生
地元のみんながニコニコと楽しい雰囲気で参加していて、自分も楽しいので参加しています。みんなで力を合わせて踊りを作り上げることが喜びです。

高校生
試験もあるので、本当は出る予定ではなかったんですが、祭りに出ると楽しいとわかっていたので、参加しました。また来年も絶対に参加したいです。

40代女性
子どもが幼稚園の時から参加しています。地域の方に自分の子どもを覚えてほしいと思い参加しましたが、県外出身の主人が区に馴染むきっかけにもなり、よかったと思っています。一つのことを区の皆でやれることが楽しく、南一色の絆になっていると思います。

40代男性
区内の異年齢の仲間と知り合うことができ、絆になりました。年に一回ですし、仕事を調整して参加します。ライフワークや生きがいのようなものになっています。ストレス発散にもなりますよ。

初参加の女性
引っ越してきたばかりでしたが、子どもが出たいと言ったら、それを聞いた近所の方が誘ってくれました。
みんなが温かく迎えてくれたので、ここに引っ越してきて本当に良かったと感じています。来年は夫も誘って家族みんなで参加したいです。

三世代参加の方
夫婦、娘、孫たちで参加しています。みんなで共通の話題で話ができるのがいいですね。孫と一緒に踊ることで「負けていられないな」という気持ちになります。

役員の方
みんなと参加できてうれしいという気持ちが継続できる力になっています。子どもたちの元気も力になりますね。「楽しかった」という言葉が聞こえてきて、役員をやっていて本当に良かったと思えます。

取材してみて

取材中「楽しいからです」「みんな積極的に協力してくれますよ」という言葉をたくさんの方から伺いました。参加している皆さんにとって、長泉わくわく祭りが大切な区の行事になっていることを感じました。

また、「長泉わくわく祭りがあるから、長泉町に住み続けたい。長泉町に帰ってきて踊りたい」という言葉も聞こえてきました。

こうして地域の人たちが、区の行事を通じてつながり合うことで、災害に強い地域になったり防犯にも役立ったり、自然に住みやすい地域が実現していると思いました。

これからも南一色区の活躍が楽しみです。皆さん、お忙しい中、長期間の取材に応じてくださりありがとうございました。

みなさんもぜひ地域の人たちとつながり、みんなで生き生きと活動してみませんか？

編集委員・N

無意識の偏見を考える アンコンシャスバイアス講座

～知り、感じ、社会へ活かす～

令和元年度　男と女のチャレンジらいふ講座より

株式会社リソースフル代表取締役　中田 明子さん

あなたが「良かれと思って」したこと、言ったことで、知らないうちに誰かを傷つけてしまっているかも……

このキャッチコピーに魅かれ、男（ひと）と女（ひと）のチャレンジらいふ講座『アンコンシャスバイアス講座』を受講し、取材しました。

アンコンシャスバイアスとは?

聞きなれない言葉ですが、無意識（アンコンシャス）の偏見、先入観（バイアス）のことです。自分自身が気づいていない、ものの見方や捉え方のゆがみ・偏りをいいます。例えば、

- A型の人はまじめだと思う
- 女性は運転が下手だと思う
- 高齢者はパソコンが苦手と思う

といったもので、十分な根拠があるわけではないのに、そのように思い込んでいるものがあるというものです。

講座のゴールは?

講座は3回にわたり開催され、

- 私たちの世界の見取り図とは
- 私たちの脳の限界とは
- 職場へ、家庭へ、社会へ活かす

というテーマでアンコンシャスバイアスを『学び』、誰にもアンコンシャスバイアスがあることを『知り』『感じ』、議論ではなく対話によって、職場・家庭・社会に働きかけることができることを教わりました。

アンコンシャスバイアスの事例

アンコンシャスバイアスは様々な影響を及ぼします。

【事例1】無意識の外圧

数学のテストを行うとき、性別を書いて受けた方が女性の平均点が低くなるという調査結果があります。女性は理数系が弱いという無意識の外圧の影響を受けたものです。

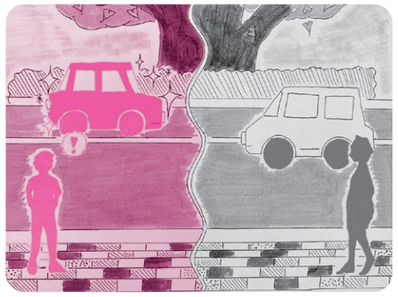
【事例2】無意識の思い込み

シニアが「物忘れテストです」と言われてテストを受けるのと、「クイズです」と言われてテストを受けるのでは結果が異なるそうです。調査の結果、「もの忘れテスト」と言われた場合の出来が悪いそうです。これは年を取ると物忘れが激しくなるという思い込みの影響です。

バイアス発生のメカニズム

では、どうしてそのようなことが起こるのでしょうか?

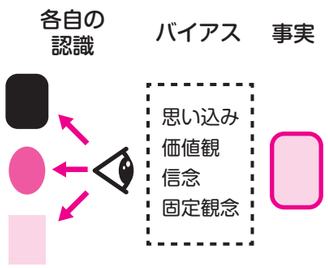
例えば、普段街中を歩いていて車を見かけても、「おっ、△△（車の商品名）だ」と思うようなことは少ないでしょう。でも、その車を買おうと思ったときから「おお、ここにも△△が走っているぞ」と目につくことが多くなった経験はないでしょうか?



そうなる理由は、人はこれを見ようと思ったものを見ているからです。見たいものが見えていて、その他のものが見えていないのです。それが脳の仕組みなので、今まで見えてなかったものを見ようとするアンテナを立てることで、視界に入っていただけのものを初めて『認識』できるようになります。

どうしてバイアス（偏見）がかかるのか?

人はある事実について、思い込みや固定観念、自分の価値観、信念というフィルターを通して見ています。しかし、世の中はどんどん変わっていきます。また、見方はそれぞれで細かさや視点も個人差があります。このことを理解し、自分を見つめ周囲を見回すことで、事実についての見取り図を描くことができるようになります。



『べき』を手放す

アンコンシャスバイアスを取り除くには『べき』を手放しましょう。『こうあるべき』という思いがアンコンシャスバイアスになっています。例えば、

- 皆と同じにしないと恥ずかしい
- 昔から～だと決まっている
- 今更変えることはできない

というものですが、いきなり考え方を変えるのは難しいこともあります。では、どのようなときに『べき』を手放せばいいのでしょう?

『でも』『だって』『どうせ』と思ったときは、ネガティブ思考になったときかもしれません。そういうときは、これからどうありたいかと考えたり、立ち止まって見直したりして、『べき』を手放すことでアンコンシャスバイアスを取り除くことができます。それには異文化体験、異文化コミュニケーションがお勧めです。年齢、性別、職業が違う人と交流し、いつもと違うことに挑戦してみましょう。

ケーススタディ

以上のような考え方を参考に、何がアンコンシャスバイアスなのかを参加者グループで相談し、左記のテーマについて話し合いを行いました。

A高価なものは本当に良いものか
B母親は自分のことは二の次か
C家事は女性がすべきものなのか

Aについて

思い込みをやめ、情報収集力をつけよう。要不要は自分の尺度で決めよう。価格以外の価値観を認めようという意見が出ました。

Bについて

なぜ二の次になっているかを考えてみると、親がそうだった、子育ての経験がある女性が言ったから、子どものことで頑張るとそれが自分の評価につながる、などの考え方が原因になっていることがわかりました。自分でできることは自分でやるように任せてみようということになりました。

Cについて

家事をしない男性パートナーに対しては、女性がうまく誘導し、不満があっても文句は付けないようにしようということになりました。こうすることで、定年後に家事をするように変わった家族もいるそうです。

これからどうする?

講座を通じて、誰にも無意識の偏見、思い込みがあることを発見し、それに対してどんな風に働きかけ、行動していこうかということが少し見えてきたように思えます。ではどのように行動すればよいのでしょう?

シャンパンタワーの法則という考え方があります。ピラミッド状に積み上げるシャンパングラスを図のように見立てます。

シャンパンタワーの法則

下の段から幸せになるように始めると、それより上の段の人は自己犠牲を求められることがあります。それでは幸せになれない人もいるので、まず最上段のグラスを幸せで満たし、それを溢れさせることで周りを幸せにすることができる、という考え方です。無理をせず、まず自分から始め、周りを幸せにすることを考えましょう。

そのような考え方をする心の火を灯もし続け、あそこにいけばこんな風に考えている人がいるんだな、私の仲間になってくれる人がいるんだな、と思える人でいて欲しいです。

『『臆病は伝染する、そして勇気も伝染する』、という言葉を贈ります。暗い中での灯になって、勇気を周りに広げていく存在になっていただきたいと心から思います。」というのが先生の結びの言葉でした。

株式会社リソースフル
代表取締役　中田 明子さん

静岡県出身。筑波大学卒業後、県内大手鉄道会社に入社。20年の会社員経験の中で職場や社会全体の性別役割分担意識への課題意識を抱いたのを契機に「全員がレギュラーで活躍できる組織作り」を実現する企業・個人向けプログラム提供を開始。延べ1000人以上の受講生を「無意識の思い込み」から解放。「目からウロコがバラバラ落ちた」「問題解決の方法がわかった」等の声多数。

地域で活躍する女性消防団員

～子どもやお年寄りに優しく寄り添い みんなの安全を守る～

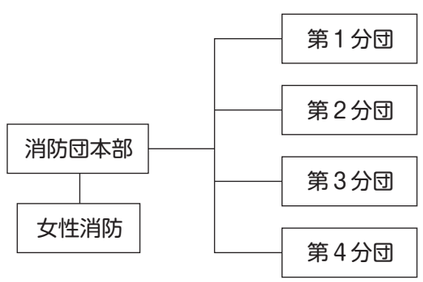
長泉町消防団は、地域の安全と安心を守るために活動しています。消防本部と同じように、町の消防機関のひとつで、左記のような組織体系で活動しています。

今回はその中の女性消防団員の方々にインタビューしました。

女性消防団は、長泉在住や在勤の18歳以上の女性なら、どなたでも加入できます。

現在の団員は、20代から40代の6名です。定員は10名なので新しく参加してくれる方を募集中です。団員には、小さなお子さんがいる方や、フルタイムで仕事をしている方もいます。また、新しく加わった方やベテランの団員など、環境や職種が様々な人が協力し合い、話し合いながら活動を進めています。

長泉町消防団　組織概要図



女性消防団員の仕事

女性消防団員の主な仕事は、火災予防のための指導及び広報活動です。いざという時の救命処置や、AED、三角巾の使用方法の講習なども行っています。

6月から7月にかけては、町内各幼稚園・保育園で花火の安全な使用方法の指導をしています。これは、女性消防団の伝統ともいうべき活動です。大型の紙芝居を団員で手作りし、子どもたちに分かりやすく花火の「3つのお約束」を教えています。子どもたちは、紙芝居を楽しみながら、安全な遊び方をしっかり覚えてくれます。実際に花火をするときも、気をつけて楽しんでほしいと願っています。

また、一人暮らしのお年寄りの家の防火診断に同行することもあります。電化製品が正しく使えているか、緊急時はどうしたらいいかなど、アドバイスをしたり、相談に乗ったりしています。

その他、可搬ポンプを使用しての放水訓練も実施します。女性消防団の大会も開催されていて、長泉町の出初式でその勇姿を披露したこともあります。訓練は、月2回ほど行っています。団員が集まれる日を相談して決定し、午後7時から9時まで活動に励んでいます。

夜間に防火を呼びかけながらの町内パトロールは、大切な活動の一つです。

女性消防団員になったきっかけ

「やってみませんかと知り合いに声をかけられたのがきっかけです」という方がほとんどでした。それでも、やってみようと決心し、一歩踏み出したのは、日頃から関心を持っていた、家族の理解が得られたなどの後押しがあったからです。

長泉に転居してきて知り合いがいないので、人の輪を広げたいと思い、団員になった方もいます。中には十数年も続けている団員もおり、地域の方々の役に立っている、というやりがいが続けられる理由との事です。

女性消防団員になってよかったこと

消防団には、消防団活動を円滑に行うため、階級に基づいた指揮系統があります。それは年齢には関係なく、経験年数で決まっています。

先輩から後輩へ、大切な事が伝えられていきます。年代の異なる人と出会い、学びあったり助け合ったりすることができるのは、団員ならではの良さです。何かあれば助けてもらえる仲間ができたことは、何より心強いことです。

また、活動を通して、町の若い方からお年寄りまで、さまざまな方と知り合うことができ、人間関係が広がりました。

花火指導のときは、子どもたちに分かりやすく説明しようと、いろいろ工夫し計画します。実際に幼稚園や保育園で子どもたちが真剣に聞いてくれると、とてもやりがいを感じます。

スーパーマーケットで、具合が悪くなった方がいたとき、応急手当の知識があるので、声をかけることができました。自分から進んで人助けになる活動ができたことは、嬉しかったです。

いざという時に知識を活かすことができるのも、自分の財産になっていると思います。

取材を終えて

長泉町の消防団の中で、女性消防団員が活躍していることを、もっと多くの皆さんに知っていただきたいと思いました。

制服を着こなして生き生きと話してくださる団長を始め、団員の皆さんは、とても輝いて見えました。

消防団員として活動するには、ご家族をはじめ、周りの方々の理解や協力がなくては続けられないと思います。皆さん忙しい中で、時間のやりくりをしていることでしょう。

取材に伺った時も、夜のパトロールに出ている団員の年長のお子さんを、他の団員の方が預かっていました。その子もすっかり懐いていて、寂しがることもなく楽しそうに遊んで、お母さんを待っていました。皆さんが助け合いながら活動されていることが垣間見え、その姿にはとても感心しました。地域の安全・安心のために活動する女性消防団員。優しく、幼児やお年寄りに寄り添って対応してくれたら、ほっとする方も多いことでしょう。

社会のために自分の力を発揮することが、皆さんのやりがいになっているんだなと思いました。その熱意には本当に頭が下がります。

編集委員・A
編集委員・S

女性消防団員募集！

ここで学んだ応急手当の知識は、ご家庭でも役に立ちます。また、自分自身を磨く良い機会にもなると思います。活動をしていく中で団員同士の絆も深まり、多くの人と出会う事もできます。

お子さん連れでも大丈夫ですから、私たちと一緒に消防団の一員として地域の安全を守りませんか。

問い合わせ
地域防災課
TEL 989-5505