

目指せ男女共同参画社会

No.80

6月23日(水)〜29日(火)は、男女共同参画週間です

キャッチフレーズ「女だから、男だから、ではなく、私だから、の時代へ。」

男性と女性が、職場で、学校で、地域で、家庭で、それぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」を実現するためには、皆さん一人ひとりの取り組みが必要です。

今年度のキャッチフレーズは、「自分を好きになって、自分を信じ、創り上げた自由な発想が受け入れられる社会。みんなで築いていく男女共同参画社会とは!?」をテーマに、みんなが進んでいく社会への願い・想いを込めて考案されました。まず、自分を大切に、個性を認められる生き方ができる社会について、この機会に改めて考えてみませんか。

男女共同参画とDV

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、配偶者や恋人など親密な関係にある人から振られる身体的、精神的、性的な暴力をいいます。「DV防止法」においては、被害者を女性には限定していませんが、被害件数の多くは女性です。暴力の原因として、配偶者に暴力を振るうのはある程度は仕方ないといった考え、男女

の経済的格差など、個人の問題として片付けられないような構造的問題も大きく関係しています。

暴力は、犯罪となる行為を含む重大な人権侵害であり、決して許されない行為で、絶対にあつてはならないことなのです。暴力の根絶を図ることは、男女共同参画社会を形成していくために克服すべき重要な課題です。

ひとりでも悩まず、ご相談ください。相談してみることで、ひとりでは気付かなかった解決方法が見つかるかもしれません。

相談窓口 無料・秘密厳守
子育て支援課 ☎73・3665
県子ども女性相談センター ☎087(835)3211
県性暴力被害者支援センター「オリブかがわ」 ☎087(802)5566
かがわ男女共同参画相談プラザ ☎087(832)3198
三豊警察署 ☎72・0110
※緊急の対応が必要な場合は、たぐらわずに110番を!

全国一斉女性の権利ホットライン

日時 6月24日(木)
午前10時〜午後4時
内容 女性に対する暴力や離婚に関する諸問題、職場における差別などに関する電話相談または面接相談(要予約)
相談電話番号 ☎087(802)5228
申し込み・問い合わせ ☎087(822)3693
県弁護士会 ☎087(822)3693

コミュニティバスにゆ〜す 6

問い合わせ 交通政策課 ☎73-3055

コミュニティバス 乗り方教室を開催

3月26日、詫間町公民館講座でコミュニティバスの乗り方教室を行いました。今後いろいろな所へお邪魔して実施する予定です。希望する場合は、交通政策課までお気軽にご相談ください。



仲間たちで荘内半島1周ツアーを企画しようと思います。



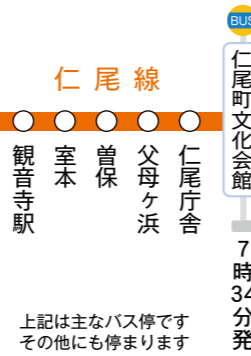
(参加者の声)

コミュニティバスに乗ってミヨ!

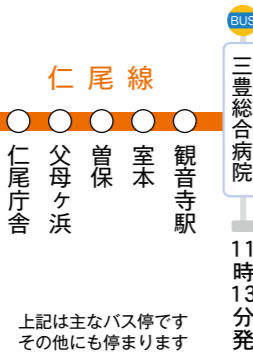
仁尾線で

「仁尾町文化会館」から「三豊総合病院」へ行ってみよう!

仁尾町文化会館出発 【行き】三豊総合病院行きに乗車



【帰り】詫間駅行きに乗車



仁尾線は観音寺市内の病院や高校にも停車するので通院・通学に便利です。他の時間帯にも便がありますので、時刻表でご確認ください。

健康コラム

Vol.29

コロナ禍、気付きにくいから恐ろしい サルコペニア肥満!

サルコペニア肥満とは「筋肉が減少している状態」と「肥満」の両方を併せ持つ状態のことです。サルコペニアという言葉には、「サルコII筋肉」「ペニアII減少」という意味があります。

増加しているものの、筋肉が減少しているために、体重や体型に変化が少ないため、自分ではなかなか気付かないという特徴があり、発見が遅れてしまう危険があります。また、通常の肥満と比較して高血圧などの生活習慣病の原因になりやすかったり、運動能力を低下させやすいといわれているので、放置するのは大変危険です。

見た目は肥満のように見えないという点では、サルコペニア肥満とメタボリックシンドロームは共通点を持っています。しかしメタボリックシンドロームは内臓に脂肪がつ



四国学院大学教授 緑ヶ丘総合運動公園センター長 清水 幸一さん

いていますが、筋肉が減少しているわけではありません。つまり内臓脂肪を落とすことができれば、メタボリックシンドロームは解消できます。それに対してサルコペニア肥満は、脂肪を落とすだけではなく、筋肉の減少も改善しなければなりません。筋肉がついているか、減少しているか、この点が大きく違います。見た目の変化が出にくいサルコペニア肥満。発見が遅れて手遅れにならないためにも、歩幅が小さくなった、歩行速度が遅くなった、階段がつかなく、エレベーターばかり使っているなど、セルフチェックをしておきましょう。次号のコラムでは、効果的な対策をお伝えします。

みとよで薬用作物の栽培が始まっています。薬用作物を栽培している様子をのぞいてみよう!

見てみて! みとよの薬用作物! Vol.1

薬用作物の産地化をめざして取り組んでいる三豊市。市内で薬用作物を栽培する農家さんが、みとよ薬用作物栽培研究会を組織し、情報を共有しながら栽培を行っています。

県立笠田高等学校では、市との連携協定により、薬用作物「三島柴胡」と「大和当帰」の栽培に取り組んでいます。4月9日には、農産科学科の3年生と、地域おこし協力隊の高島さんが協力して大和当帰の苗を1本ずつ丁寧に植えました。順調に育てば、12月頃に漢方薬の原料となる根が収穫できます。大和当帰の隣には、三島柴胡が芽を出しており、こちらも根を収穫する薬用作物です。9月頃には、かわいらしい黄色い花を咲かせます。これから広報みとよの中で市内の薬用作物成長の様子を紹介していきます。

薬用作物を栽培してみたいと考えている人は、ぜひお早めに農林水産課へご相談ください。

▶問い合わせ 農林水産課 ☎73-3040



- ①笠田高校生と高島さんが一緒に苗を植える様子
②苗を傷つけないように、やさしく植えていきます
③成長した大和当帰の苗。12月の収穫に向けて大事に育てていきます

収穫が楽しみやねー!
薬用作物専任の地域おこし協力隊 たかはた まさひろ 高島 正彦さん