



ルミナスの名称には「光り輝く」という意味が込められています。ルミナスに集い、ルミナスでつながるすべてのみなさんの生活に光輝く時間をプラスし、男女共同参画の和を広げていける施設でありたいと考えています。

しあわせクッキング おうち de イタリアン

みんな大好きイタリアン。
手軽に本格的なイタリア料理を作ります。

日時 10月19日(土)
10:00~13:00

講師 きわさちこ 木和幸子さん(料理研究家・キッチンオーナー)

定員 16人

受講料 1,100円

材料費 1,400円

メニュー ・ミックスピザ

・豚肉ローストりんごソース添え

・トスカナ風鶏肉と野菜のスープ 煮

・ティラミス



締切 10月5日(土)必着

太宰府市 「女性相談窓口」

相談無料



秘密厳守

女性が抱える悩みや困りごと全般について、女性相談員が相談をお受けします。
あなたらしい解決の糸口を、相談員と一緒に考えてみませんか。

☎092-921-2121(内線474)

相談方法 電話または面談(要予約)
相談日時 月~金 9時~16時(祝日・年末年始を除く)

【申込方法】①~③いずれかの方法でお申し込みください。

- ① **ホームページ**…ルミナス HP から入力する。
- ② **直接窓口**…ルミナス(1階受付)に郵便ハガキ1枚を持参し、申込書を記入する。
- ③ **往復ハガキ**…住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・講座名・託児の有無を記入し、ルミナスへ郵送する。

=太宰府市以外の人でも受講可=

※申込多数の場合は抽選になります。

※応募は1講座一人ずつをお願いします。

男女共同参画セミナー① 報告

男もつらいよ

~人生の分岐点は育児と介護~

講師 馬場義之さん

(NPO 法人ファザーリング・ジャパン九州理事)



これまでの育児が、介護に役立っているという話を今日はしたいと思います。

長男誕生から二年のある日、妻の突然の家出によって、自分が家事育児をやっているつもりだったことに気づかされました。妻の意見を聞かずに自分勝手に手伝っていたことは、妻が本当にして欲しいことではなかったのです。それ以来、妻との向き合い方を少しずつ変え、コミュニケーションをとり、妻のよき理解者であることを心掛けました。男性にとっての育児の重要性は、母親の育児ストレスが軽減され、夫婦関係が強まり、父親自身の世界が広がり、人生が楽しくなることです。

今や人生100年時代です。仕事以外で「やりたいこと」「やるべきこと」をやりませんか。私にとってはそれが育児でした。育児を通じて地域に仲間が増え、仕事で有効な能力も身につけ、育児によって自分の生きる価値を見出せました。

50歳で父親の死に直面した時、もし育児を経験していなかったら、母親と同居して自宅と実家の二重生活をするのでクタクタになり、子ども達には寂しい思いをさせていたと思います。

職場で、申し訳なさそうに、介護のために休んでいいかと聞いてくる上司に「奥さんは？」などと聞かず、快く「どうぞ」と言えるのは、子どもが熱を出した時に早退した経験があるからです。

私が介護をする上で大事にしていることは、人が一番幸福を感じる自己決定です。介護は子育てと反対で、出来なくなることが多くなります。全部やってあげるのではなく、自分でやりたいことを選択し、決定してもらっています。「自分がこうしたい!!」という気持ちが大事です。そして、「出来ないことを叱るより、出来ることを認めてあげる」少し認知症がある母に、私はそのように接しています。

若い人達が、一人、二人、三人と子どもを持ちたいという世の中になるように、社会に、男性が子育てすることの楽しさを情報発信することが、今後私がやっていきたいと思っていることです。と結ばれました。

学習室を無料開放しています



無料託児付き / 対象: 満2歳~就学前まで ※要事前申込

【問い合わせ・申込先】

太宰府市男女共同参画推進センタールミナス

〒818-0102 太宰府市白川2-2 TEL 092-925-5404

<https://dazaifu-ruminas.jp/>

<休館日> 毎週月曜日(祝日の場合は翌平日)

