

epoca

エポカ - 新紀元 -

Vol.99
2012.12

大学・短大・専門学校生、就活応援

あざれあ企業ガイダンス開催します！

12/15
sat.

あざれあ2階
13:00~17:00

【出展事業所】遠鉄システムサービス株式会社・株式会社 金谷タクシー・株式会社 杏林堂薬局・生活協同組合コープしずおか・静岡東海証券株式会社・株式会社 清水銀行・株式会社 女性イキイカンパニー・静岡信用金庫・社会福祉法人 聖隷福祉事業団・TOKAIグループ・浜松日産自動車株式会社・藤枝市役所・公益財団法人 復康会・三島信用金庫・焼津市役所・静岡県（主催者出展）

家庭科男女共修世代・男子のレシピ

トーフ・ナゲット



【材料】（※材料は1人前です）木綿豆腐100g・大和芋33g・桜えび25g・椎茸中1枚・青じその葉1.5枚・パルメザンチーズ・とき卵10g・片栗粉9g・塩1g・油・大根おろし、天つゆ

【作り方】

1. 木綿豆腐の水気をしっかりとっておく。
2. フードプロセッサーで、桜えび、青じそ、椎茸、木綿豆腐、大和芋をそれぞれ微塵にしてボールに入れる。さらに、パルメザンチーズ、とき卵を加え、塩で調味する。
3. 最後に片栗粉を加え、スプーンですくって多めの油を入れたフライパンで揚げ焼く。
4. 天つゆに大根おろしをいただく。



祖父母に贈る「ケアごはん」

相川学園静岡高校
チームは県介護保険
課主催「ケアごはん
アイデアコンクール
中・高校生の部で優
秀賞を受賞した。

●増田悠吾君（右）

福祉学科への進学
希望があり、高齢者
施設で実習し、この
秋ヘルパー2級の資
格をとりました。高
齢者は筋肉や骨が衰えているので、豆腐や
チーズでカルシウムが摂れ、柔らかなレシ
ピを考えました。包丁をまだうまく使えな
いので、フードプロセッサーを使うレシ
ピにしたところ、審査会当日はうっかり材料
をミキサーに入れてしまったで大慌て。水を
足して、片栗粉を多めに入れてなんとかク
リアしました。見た目はともかく、食べて
みておいしかったよと審査員に言われてほ
っとしました。



●梅島亜門君（左）

同居している祖父母が笑顔で食べている
姿を思い浮かべながら作りました。「声を
かけられたら、断らず挑戦する」というポ
リシーで、昨年に続き二度目のコンテスト・
エントリーです。料理は形が似ているので
トーフ・ナゲットと命名。豆腐と大和芋主
体ですが、地産地消を考え椎茸、青じそ、
桜えびを入れるなど、味や香りが単調にな
らないよう工夫しました。

女性政策塾 成果発表会

2012.10.11実施



県男女共同参画課主催の女性政策塾受講生3チームが研究成果を発表しました。会場(県庁本館特別会議室)の県議会議員からは、活発な意見や質問が寄せられました。

- 食育を地域から発信
(チーム加トちゃんの食育)
- ソーシャルキャピタルの視点から学校を中心とした地域交流の取り組みについて
(まちづくりチームface to face)
- シズダン・プロジェクト～静岡の男性を日本一参画な男性に！～
(男女共同参画班No Smile, No Life)



♪大勢のご来場
ありがとうございました♪



わたらしい働き方がし



湖西市市民会館 (9/18実施)

県内4か所(湖西市、伊豆の国市、焼津市、長泉町)で女性対象再就職セミナーが実施されました。「子育て中でも志が同じ方と情報交換できてよかった」等の感想が寄せられました。



▶▶▶▶▶ 静岡県男女共同参画課では静岡県男女共同参画社会づくり宣言事業所・団体を募集しています 問合せ: TEL 054-221-3122

男女共同参画社会づくり

宣言事業所・団体

NPO法人リプロダクティブヘルス研究会

TEL: 055-952-7550 〒410-0801 沼津市大手町1丁目1-3東部パレット1F
E-mail: peers-pocket@utopia.ocn.ne.jp

「高校生ですが妊娠してしまって」「夫ではない人の子を身ごもりました」等々、望まない妊娠をした方が気兼ねなく様々な相談をできるサイト「しずおか妊娠SOS」が、今秋10月3日オープンしました。週2回の電話相談(TEL055-941-5006 水曜日と土曜日の13:00~17:00)のほか、サイト内にメール相談窓口があります。相談業務を静岡県健康福祉部から委託されているのがNPO法人リプロダクティブヘルス研究会。会員は現在女性のみ34名で、助産師、看護師、保健師、養護教諭などの資格を持つプロフェッショナル集団です。同会は、何か社会の役に立つことはできないだろうかという思いから1999年に勉強会を発足、2004年にNPO法人として認証されました。「しずおか妊娠SOS」の運営のほか、性教育セミナーの開催、学校の性教育講座への講師派遣、調査・研究(平成23年度・24年度日本母性衛生学会

相談窓口「しずおか妊娠SOS」を運営

で演題発表)、思春期健康相談室「ピアーズポケット」(県委託事業)で電話・メール・来所相談などの活動をしています。

ピアーズポケットは東部パレットを会場に水曜日13:00~17:00、土・日曜日10:00~17:00に実施。会員とピアカウンセラー(カウンセリングや性について専門の研修をした大学生)が思春期の相談を受けています。「妊娠相談も思春期相談も相手の話をじっくりと聞き、最終的に本人が自己決定できるよう支援するのが基本です。相談者が話しているうちに自分の気持ちを整理して行動の選択ができるよう手助けしています」「地域や家族の中で個人の孤立化が進み、身近な人に相談できないという人もいます。望まない妊娠で悩んでいる人が、今だけのことでなく将来の幸せを考え、納得のいく選択ができるように妊娠SOS相談に対応していきたいと思っています」と光本さんと松谷さん。匿名でも地元密着の確実な情報を得られるこのサイト、ぜひ周囲にお知らせ下さい。



情報交換とネットワークづくり あざれあ新春交流会

名刺交換

情報交換

2013.1.18金

あざれあ大会議室

- ミニミニ講座●13:40~14:20 (40分)
講師/中田香苗さん(人生わくわくアドバイザー)
演題/溢れるモノをスッキリさせる整理収納の極意
- 交流・名刺交換●14:20~15:10 (50分)
本年度で活躍いただいた講師陣によるリレートーク
テーマ/情報発信の工夫について
- パワーアップ補助金活用団体の紹介と意見交換●15:10~16:00 (50分)
- 対象●地域や団体が活動している方、今後活動しようとしている方、あざれあ講座(男女共同参画に関する講座)の受講生ほか
- 託児●1歳半~就学前まで・無料(先着15人・要事前申込み)
- 申込み・問合せ●住所、氏名、電話番号、年齢、託児の有無等をFAX、お電話にてお知らせください。
〒420-8601 静岡市葵区追手町9-6県男女共同参画課
TEL:054-221-2824 FAX:054-221-2941

企業での活躍を目指す 女性リーダー交流セミナー

異業種交流のチャンスです

2013.1.24木

あざれあ 501・502

- 講演会●受付13:00~ 開始13:40~15:10 (90分) 501会議室
講師/麻田千穂子さん(静岡労働局長)
- 交流・名刺交換●15:20~16:20 (60分) 502会議室
会費制ティーパーティ 500円自己負担(当日支払)
- 対象●県内企業の女性役員及び将来役職者を目指す女性60名(先着順)
- 主催●静岡県・静岡県女性管理職の会アドバンスクラブ
- 申込み・問合せ●電話・FAX・郵送・HP(あざれあナビ)の申込みフォームでお申込みください。
〒420-8601 静岡市葵区追手町9-6県男女共同参画課
TEL:054-221-2824 FAX:054-221-2941

ホームページもどうぞ

あざれあナビ 検索 



2013年4月からあざれあで使える 貸し会議室が増えました



9:00~12:00	13:00~17:00	17:30~21:00
●501会議室 99人・165㎡ 6,700円	9,000円	7,900円
15,700円	16,900円	
23,600円		
●502会議室 63人・104㎡ 4,300円	5,700円	5,000円
10,000円	10,700円	
15,000円		
●503会議室 24人・56㎡ 2,300円	3,100円	2,700円
5,400円	5,800円	
8,100円		

9:00~12:00	13:00~17:00	17:30~21:00
●504会議室 42人・75㎡ 3,100円	4,100円	3,600円
7,200円	7,700円	
10,800円		
●505会議室 42人・76㎡ 3,100円	4,100円	3,600円
7,200円	7,700円	
10,800円		

電話予約(TEL 054-255-8440)
「とれるネット」でインターネット予約が始まっています。
表示金額は一般団体が使用の場合です。男女共同参画団体使用の場合は、概ね半額になります。プロジェクター等備品は無料。

高校生JOBフェア

静岡県庁から

就
活
応
援

大学生等就職フェア

●1月15日(火)	グランシップ「大ホール・海」
●1月22日(火)	沼津卸商社センター「展示場」
●1月29日(火)	アクトシティ浜松 「展示イベントホール」

●12月5日(水)	グランシップ「大ホール・海」
●12月13日(木)	アクトシティ浜松 「展示イベントホール」
●12月20日(木)	ふじさんめっせ「大展示場」

時間/13:30~16:00(受付12:00~)
内容/参加無料。入退場自由。企業ごとに面談ブースを設置し、企業の採用担当者と直接面談、情報交換できます。ハローワーク相談コーナーあり。参加予定企業は1週間前までにホームページに公開。
備考/参加希望の生徒は事前に学校に連絡。
問合せ/県雇用推進課 TEL 054-221-2573

時間/13:00~16:00(受付11:30~)
対象/平成25年3月卒業予定の大学(院)、短大、高専、専修学校等の学生、卒業後3年以内の求職者。
内容/参加企業は県内に就業場所があり、正社員を募集中の企業。開催1週間前にホームページに公開。
「自己PRカード」を事前提出して企業から面談申込みを受ける制度が始まりました。
問合せ/県雇用推進課 TEL 054-221-2573

しずおか就職情報 検索



ブック・サポーター⑩ 介護

おひとりさま介護

村田くみ 河出書房新社 2010年
突然親の介護をすることになったらどうしたら良いのでしょうか。著者はアラサーでシングル。その体験をもとに、介護の方法、介護保険、介護者の生活やケアについて紹介。

男の介護：認知症介護で困っているあなたに

中村和仁 新泉社 2010年
妻や両親を介護する男性介護者の体験とアドバイスがまとめられています。これから増加傾向にあるという男性介護の悩みや不安を軽減するヒントが得られます。

あなたの親を支えるための介護準備ブック

小室淑恵・株式会社ワーク・ライフ
バランス 英治出版 2012年
親や家族の希望に沿った介護にするための準備について書かれています。介護の基礎知識をはじめ、家族の働き方、親の意向などを確認するきっかけになる本です。

私のとっておき 第20回

楽天力：上手なトシの重ね方

沖藤典子 清流出版 2009年

50の声を聞いた途端、体のあちこちが悪くなり、病院が急に身近に感じられた。いつまでも続くと思った健康が、実はそうではないと実感した時「楽天力～上手なトシの重ね方～」を読んだ。「なんとかなるさ。ともかくやってみよう。」

本書は、人生の先輩たちが定年後も活き活きと過ごす実例が満載されている。人生の後半戦をいかに有意義に過ごすかは、楽天性が欠かせない。意思によって楽天的に構えることが必要と説いている。登場する人たちはとにかくみんな明るくへこたれない。年齢なんてなんのその、何事もあきらめない。人生の折り返し点を過ぎててもなお、こんなにも楽しく毎日を過ごせたら、周囲の人たちをもきっと幸せにしているに違いないと思う。誰にも確実に訪れる「老い」。いつまでも活き活きと過ごすために、意思による楽天力を身につけておきませんか。(静岡県男女共同参画課長 鈴木紀美代)

図書室利用案内

図書5冊、ビデオ・DVD2本 (2週間)

- 開室時間：月～金 9:00～18:00 土・日・祝 9:00～17:00
- 休室日：第1・3・5日曜日、図書整理日、年末年始
- 直通電話：054-255-8763 / F A X : 054-255-8759
- サイト：

エポカ・メルマガ あざれあのメールマガジンです。下記あて、題名、本文とも記入しない空メールを送って下さい。
epocam1@azarea.pref.shizuoka.jp

女性相談

すべて女性の相談員、医師、弁護士による相談です。安心してお電話ください。

電話

0558-23-7879 賀茂
055-925-7879 東部
054-272-7879 中部
053-456-7879 西部

月	火	水	木	金	第2土
9:00 ↑ 16:00	9:00 ↑ 16:00		9:00 ↑ 16:00	9:00 ↑ 16:00	
		14:00 ↑ 20:00			13:00 ↑ 18:00

※いずれも祝日、年末年始を除く

面接

要予約 託児付き 無料

あざれあ女性電話相談の番号におかけください。

月	火	水	木	金
DV・その他暴力 10:00-15:00	偶数月第4 精神科医相談 14:00-16:00	DV・その他暴力 14:00-19:00	DV・その他暴力 10:00-15:00	奇数月第3 精神科医相談 14:00-16:00
	第1・第3 弁護士相談 13:00-16:00	DV・その他暴力 離婚・相続等		心身の不調

男性電話相談

生き方 家庭 仕事 健康等

054-272-7880 予約不要
毎月 **第1・3土曜日**
13:00～17:00

※2013年1/5は実施しません

チャレンジ相談

面接

予約：054-221-2824

女性限定 託児付き 無料

「再就職したい」「起業したい」「NPOを作りたい」等

土曜実施：12/15、1/19、2/16

①13:00～ ②14:00～ ③15:00～

水曜実施：12/19、1/23、2/27

① 9:30～ ②10:30～ ③11:30～

予約 **054-255-8440**

- 開館時間
9:00-21:00(月～土)
9:00-17:00(日・祝日)
- 休館日
第1、第3、第5日曜日、
8/13～15 12/27～1/5

- 会議室予約は…
一般：半年前から
登録団体：9ヶ月前から