



わたしの未来は わたしがつくる

未来の自分は、すぐつくれるものではありません。今日は、これまで歩んできた自分の集大成であり、未来は今この瞬間とこれまで歩んできた過去と繋がっています。
現在、人々の価値観は多様化し、社会も変化中、自分の幸せを自分でデザインし、獲得するために行動することが必要となっています。

高い目標を掲げて夢を見ましょう
信念をもって先頭に立ちましょう
前例がないからと他人があなたを制約しようとしても
他人には見えない自分を見つけましょう

～米国カマラ・ハリス副大統領候補の子どもたちへのメッセージ 勝利演説から～

梓にはまった考え方をしていた自分に気づいた

幼い頃から自分の感情を表に出すことが苦手で、ピアノを弾いている時だけは自由になれる感覚があったという沖澤さん。本格的に音楽の道に進むきっかけはシドニーへ語学研修に行った高校2年の時。それまで梓にはまった考え方をしなかった自分に気づき、本当にやりたいのは音楽しかないと思えるようになり、指揮者への道を志したそうです。

青森市の若者へのエール

世界の舞台で活躍するこれまでを「実際の歩みは実に地味なもの。霧の濃い山を登り続けて、あるとき霧が晴れて下を見ると思ったよりも高いところまで登っていた、というような感じです」と沖澤さん。
指揮をやめようと思ったことは何度もありましたが、「挑戦しては失敗する中でも少しでも手応えがあればそれが自信となり、さらに難しいことに挑戦できるようになる。余計な見栄を捨てて失敗できるようになることが成長の鍵」と沖澤さんは振り返ります。
音楽活動の中で悩んでいる時、世界的指揮者のリカルド・ムーティ氏が「Be yourself (あなたらしくいなさい)」と励ましてくれた言葉に「自然体で正面からぶつかることで、自分なりの方法が見えてきた」という沖澤さん。自らの経験

輝き人

をもとに、青森市の若者たちへエールを送ります。
「自分はこの程度だろうと決めつけずに、何かに挑戦して欲しい。どんな情報でもすぐに手に入る今の時代こそ、生の体験、生身の人間との対話を通して初めて自分らしさというものが見えるのだと思います。自分の常識が通用しないところに思い切って飛び出してみたり、自分と価値観の違う人たちとたくさん話したりして、どんどん自分の世界を広げてください!」

権利は誰にでも平等にあるもの

青森から世界の舞台へ旅立った沖澤さんはドイツに住み始めて5年。日常生活の中で人種や性別による差別を受けて落ち込むことは今でもあると言います。
「性差別の問題は女性VS男性の構図になりがちなのですが、それぞれが協力し合って初めて男女平等に近づけるのだと思います。権利は誰にでも平等にあるもので、決まった数を男女で取り合うものではない」。
沖澤さんの次なる挑戦は、アジア人の女性指揮者がイタリアオペラをヨーロッパで振ることはほとんどないとのこと。その壁をはらえる実力を身につけたいとのこと。異国の地での様々な壁にも、自分が進んできたこれまでの歩みを胸に、自分らしく挑戦し続ける沖澤さんです。



©Yves Petit

沖澤のどかさん

指揮者 青森市出身。ベルリン在住。
篠田小学校、沖館中学校、青森東高等学校を経て、東京藝術大学音楽学部指揮科を首席で卒業。同大学院を経て、ハンズ・アイスラー音楽大学に留学。
2018年、東京国際音楽コンクール(指揮)で女性初の優勝。2019年には若手指揮者の登竜門としても世界的に知られるプザンソ国際若手指揮者コンクールで優勝。
日本人女性としては2人目の優勝。
現在、ベルリン・フィルハーモニー管弦楽団首席指揮者キリル・ペトレンコのアシスタントを務めている。



アンジュール VIEW

みなさんは「SOGIハラ」という言葉を知っていますか?

SOGI…(ソジまたはソギと読みます)

Sexual Orientation (性的指向)とGender Identity (性自認)の頭文字から取った言葉。LGBTが「誰」を指すのに対して、SOGIは「好きになる人の性別」、「自身が認識する性別」という「状態」を指しています。こうした性的指向や性自認について、差別的な言動やいやがらせ等を行うことを「SOGIハラ」と言います。

企業の「SOGIハラ」対策が義務に

2019年5月に「ハワハラ防止法(改正労働施策総合推進法)」が成立。12月には、どんな言動がハワハラに当たるかについての国の指針も決まり、今年6月から大企業に、2022年4月から中小企業に義務づけられました。このハワハラ防止対策の中に、SOGIハラ対策も盛り込まれ、本人の了解を得ずに他の労働者に暴露する「アウトティング」も含まれることが明記されました。企業には、社内規定でSOGIハラやアウトティングの禁止や懲戒規定の明文化、相談窓口の設置、研修での周知等が、「措置義務」として求められています。

<発行>
青森市 市民部 人権男女共同参画課
〒030-8555 青森市新町1-3-7
☎017(734)2296 FAX017(734)5765
<編集スタッフ>
千代谷直美 (企画集団アティジュール)
蝦名晶子 (NPO法人あおり男女共同参画をすすめる会)
齋藤純子 (ライター)
※転載ご希望の場合はご連絡ください。

アンジュールからのお知らせ **話題の映画を無料上映!** 2021.1.23(土)

「RBG 最強の85才」(2018年/アメリカ/98分)

今年9月、アメリカの女性や若者から絶大な支持を得た最高裁判事ルース・ベイダー・ギンズバーグが87歳で他界しました。本作は、弁護士として、また史上2人目の女性の最高裁判事として、女性やマイノリティへの差別をなくすために力を尽くした彼女の素顔や、最愛の夫マーティンとの胸を打つエピソードの数々が綴られた全米大ヒットのドキュメンタリー映画です。

★監督・製作ジュリー・コーエン、ベッツィ・ウエスト

カダールフェスタオープニングで無料上映! 詳しくは男女共同参画プラザ「カダール」へ(☎017-776-8800)



© Cable News Network. All rights reserved.



ワークショップに参加した彼女たちの多くは、母親世代とは違う未来を歩むことになります。以前は、「就職し、結婚後は一旦仕事を辞め、家事育児に専念する」が、典型的な女性のライフコースでした。しかし今は、「就職するのか、起業するのか。結婚するのか、しないのか。子どもは何人もつのか。仕事と育児を両立するのか、育児に専念するのか」など、どんな道を歩むかは本人が決められる時代になりつつあります。「わたしの未来はわたしがつくる」。選択肢が多様になった現代で、それを実現するためには「選ぶとる力」が必要になります。彼女たちがこれから成長していくなかで、自分の可能性を狭めることなく、自分ならではの未来をつくりあげていくために必要なこと、それがキャリアデザインです。

また、同じ人間でも年齢や状況によって、大切にしたいものは変わってきます。これから自分の中に生まれてくる新しい価値観や考え方や、自分の中の多様性も認めてあげましょう。

自分がやっている仕事が好きだったら続けるが、嫌だったら辞めて育児に専念する。

日本では出産を機に5割近くの女性が退職、共働き夫婦で育児に参加する夫は3割。男女の行動に差が出るのはなぜでしょう？

昔から（女性が育児をすることが）当たり前だから……？

「女性は子どもを産む体の機能がある」「育児は女性の役割」でしょうか？

そうは思わない。

ちがうと思う。

女性もつ性機能が拡大解釈され、育児は女性の役割、女性は育児に向いている、というように社会的・文化的に形成された性差を「ジェンダー」と言います。小さいときからつけられた言葉や耳にした音楽、テレビのCMや映画といった見聞きするもの、何気ない日常の中にジェンダーが潜んでいて、いつの間にかそれが刷り込まれ、人生の選択の場面で影響を受けています。

ジェンダーを知って、一旦立ち止まり、これからの自分や周囲のことを考え、その上で選択してほしいです。性別など「自分でどうしようもないこと」が理由で可能性が狭められない社会をつくる必要があります。

1番は安定、2番が継続、3番がチャレンジです。

わたしは1番が専門性、2番が技術、3番が創造。

みなさんが選んだカードがそれぞれ違うように、「大切にしたいもの」「ゆずれないもの」は人それぞれで、みんな違います。同じ場所、同じ時間を共有していたとしても、人は一人ひとり違うということを知って、認め合う「多様性の尊重」が必要です。

『キャリアアンカーカード』から大切にしたいこと、ゆずれないことを順番に選びました。

キャリアデザインに必要なこと 3 多様性の尊重



<講師>
篠崎有香さん(キャリアコンサルタント)
大阪大学文学部国文学科卒 青森市男女共同参画プラザ「カダール」
青森市働く女性の家「アコール」副館長
特定非営利活動法人あおり男女共同参画をすすめる会 副理事長

はじめてのキャリアデザイン わたしの未来はわたしがつくる

キャリアデザイン ワークショップのまとめ

- キャリアの語源は、車輪が通った跡を意味する「轍」。キャリアとは仕事だけではなくて人生そのもの、生まれすぐにスタートします。
- キャリアデザインとは、どう生きたいかを考え描き、それに向けて行動すること。みなさんが今日積み重ねているキャリアは、どこかで35歳のみなさんに繋がっているのです。
- 情報を得ようとすること、ジェンダーを意識して多様性を尊重することは、たった今、今日からできることです。ぜひ、「知らないことに出会えるような経験」を積み重ねてください！
- 「自分で未来を決められる社会」は誰かがつくってくれるものではありません。わたしたち一人ひとりが、今日の行動、今日の発言、今日の友人との会話の中で、よりよい社会をつくっていきましょう。

高校生たちの決意表明

自分たちの将来に向けて、これから情報をたくさん集めていきたい。

自分や他人に決めつけをしったり、レッテルを貼ったりしないようにしようと思う。

性別でできることの範囲を決めず、自分の可能性を広げていきたい。

将来について考えたとき「知らないこと、たくさんあるな」と自覚しました。自分や他人に決めつけをしつけないようにしようと思う。

キャリアデザインに必要なことは、ただ仕事の情報を知ることではなく、自分がどうしたいかを考えること。大切なのは、よく考えること。色々な人の経験について、話を聞いてみる。

キャリアデザインに必要なこと 1 情報

「情報を得るアクションを起こそう！」

篠崎さん 高校生のみなさん

今回のアンジュールでは、キャリアコンサルタントである篠崎有香さんを講師にお迎えし、市内の女子高校生7人にキャリアデザインのワークショップを開催しました。皆さんも一緒にキャリアデザインについて考えてみてください。

「キャリア」「デザイン」と聞いて思い浮かぶことは？」

デザインはものをつくるときの基準になる構図とかイメージ。

キャリアは仕事や経験、成績とか、キャリアウーマン、キャリアアップや仕事を頑張っている人というイメージです。

35歳の自分を想像して、時間割を書いてみましょう。時間割を書いてみてどうでしたか？

どんな仕事をしているかわからないので、仕事が始まる時間や終わる時間がわからなかった。

寝る時間と仕事の時間は決まったけど、それ以外は何をしているのかわからない。

一番先に決まったのは睡眠時間。

キャリアデザインに必要なこと 2

自分で未来を決められる社会 自分で未来を決められる自分

「ジェンダーが自分の行動や選択に影響していないかチェック！」

もし、将来子どもが産まれたとしたら、仕事はどうしますか？

親や保育園に子どもを預けて仕事を続ける。

仕事は一旦辞めて、子どもが成長したらまた働きたい。

勤務時間が短くて、休みが多い仕事に変える。

将来の自分を想像するには、まだまだ知らないことだらけ、わからないことがたくさんある。それを知ることが大切。

進みたい学校、つきたい仕事、暮らしたい国、こうなりたい自分を思い描く。そして、そこに到達するために、どういった進路があるのか、そういう情報を取得するアクションを起こしましょう！

人の数だけ生き方がある。色々な人の経験談を聞くことで自分の想像の幅が広がっていきます。

それぞれが考えた35歳の時間割