



はなえみ

2025
1月号
隔月刊
NO.160

公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会

◆ Special Interview

女性たちの本音を掬い上げ、 人生を応援するWEBメディアを創る。



スマホで手軽に多彩な情報入手できる時代になっています!

婦人公論.jp編集長 川口 由貴さん …1

● SPOT LIGHT …6

家政婦(夫)さんの育成・働く環境づくりのためにも、
一般家庭の防犯の知識を確認しておくことが大切です。

● MOVEMENT …7・8

地域に「家政士検定試験」の意義、役割が
浸透するよう取組んでいます。

● 叙勲受章者からの喜びの声 …9

地域・行政と連携し、家政婦(夫)さんの
仕事の質向上と、働きやすい環境づくりを推進。

花知識◆ヒヤシンス(風信子、飛信子)

●ヒヤシンスの名は、ギリシャ神話の美青年ヒュアキントスに由来する。彼が太陽神アポロンと円盤投げに興じていた時に、西風の神が意地悪な風を起こし、円盤がヒュアキントスの額に当たり、彼が亡くなってしまったことから、遊びやゲーム・スポーツに関わる花のイメージを持っている。春先に香りの良い多彩な花を咲かせる。

園芸品種には様々な色彩が濃淡豊かに揃う。

生育適温は20℃前後と、冷涼な気候を好む。

耐寒性の秋植え球根として扱われ、切り花よりも

鉢植えや水栽培などで観賞されることが多い。

日本には江戸時代末期に、フランスからチューリップなどとともに渡来し、球根がめずらしがられ広く知られるようになった。

●花ことば:「スポーツ」「ゲーム」「遊び」「悲しみを超えた愛」

紫は、「悲しみ」「初恋のひたむきさ」 赤「嫉妬」 白「純粹」

青「変わらぬ愛」 ピンク「しとやかなかわいらしさ」

●植物分類: キジカクシ科ツルボ亜科ヒヤシンス属の球根性多年草

●原産地: トルコやギリシャ等の地中海沿岸



女性たちの本音を掬い上げ、 人生を応援するWEBメディアを創る。

スマホで手軽に多彩な情報を入手できる時代になっています!

婦人公論.jp編集長

川口由貴さん

大正5(1916)年創刊の雑誌『婦人公論』は、現在も中央公論新社発行のA4サイズの月刊誌。今の時代に生きる女性のリアルな本音を掬い上げる女性誌として知られている。紙メディアである『婦人公論』の編集に長く携わり、現在、WEB版「婦人公論.jp」の編集長を務める川口由貴さんに、新しい時代のメディア創りと、その可能性について語っていただいた。

紙メディアとWEBメディアの編集の仕事は、働き方に大きな違いが

—紙メディアとWEBメディアの編集はどう違うのでしょうか?

紙メディアである雑誌の『婦人公論』編集部から、2021年にWEBメディアの『婦人公論.jp』を編集する「デジタル戦略部」に異動しました。時代と共にメディアが進化する中で、役に立つ情報をどう読者に届けていくか?を日々考えて取り組んでいます。

月刊誌である『婦人公論』は現在1号に約50本の記事を掲載しています。一方でWEBの『婦人公論.jp』は、雑誌からの転載記事が約70本、WEBオリジナル記事が300本弱、合計で360～370本の記事を月刊で配信しています。平均すれば1日12

本くらいの記事が出ていることになります。

オリジナル記事の形式としては、著者の寄稿などの連載、インタビュー記事、



ジャンルとしては「芸能」「読者手記」「介護」「お金」「人間関係」「漫画」「レシピ」「健康」「美容」「性愛」「教養」「占い」「小説」など、女性が興味を持っていただけそうなものを中心に掲載しています。

すべて無料で閲覧でき、自社サイトだけでなく、Yahoo!ニュースやLINEニュース、スマートニュースなどの外部サイトにほぼ同日配信しています。また、「介護」というジャンルをタップして選んでいただければ、過去の介護関連の記事を全て遡って読んでいただけます。



婦人公論.jp



介護ジャンル
一覧

▶川口由貴(かわぐち・ゆき)プロフィール:
1996年中央公論社(現・中央公論新社)入社。営業部、「マリ・クレール」編集部、広告部、「婦人公論」編集部、書籍編集部などを経て2021年より現職

また、「LINE 公式アカウントメディア」の「婦人公論」に無料で友だち登録していただければ、LINEに週3回、8本の記事と、週1回記事のランキングが届きます。こちらは現在、約95万人の方に友だち登録をいただいています。(右記QR)



婦人公論

——無料で過去の掲載記事も見ることができるといのはとてもありがたいことですね。

雑誌のほうは、アクティブシニア(65～74歳)が読者全体の50%を占めていてほぼ女性ですが、WEBの場合は、40～50代が多く、ユーザーの約3割が男性です。Yahoo!ニュースなどでたまたま芸能記事などを読み、大元のサイトに戻って見たら「婦人公論.jp」だった、ということもあるんだと思います。

2023年11月には「婦人公論ff倶楽部」という会員組織を立ち上げ、現在1万人以上の方にご登録いただいています。会員登録は無料で、プレゼントに応募いただいたり、会員限定の記事や動画を楽しんでいただけるほか、イベントなども優先的に申し込みいただけます。会員限定機能で私が便利だなと思うのは、広告の入っていない形で読みやすくプリントアウトができることです。やっぱり紙で読みたいとか、保存しておきたいという読者もいらっしゃいますので。



ff倶楽部
登録

紙の雑誌の場合は、月に1度「校了」という、印刷所にデータを渡す日があるのですが、WEBの場合は、毎日いつでも新しい記事を入稿できるので、訃報などがあれば即時記事を作って配信することもあります。また、雑誌と違うところは、配信したあとの記事の管理ですね。

お昼の12時30分に外部に配信することが多いのですが、記事が出た後、Yahoo!ニュースなど



サイトをチェックして、どんな反響コメントがあるのか読みます。また、爆発的に記事が読まれた場合、写真の説明文を変えたり、関連記事を入れ替えたりするなど、より多くのPV(ページビュー)※が獲得できるような手入れも必要です。記事は時間設定で予約はできるとはいえ、日々何が起こるかわからないので、なかなか気の休まる時はないですね。また、雑誌と違って紙幅に限りがないので、あれもこれもとニュースがあると、どうしても記事が増えてしまったりもします。

——リアルタイムで情報を取り、発信する流れを伺っているだけで目が回るようなお仕事ですね。

日々新しい情報を追いかけているので、雑誌というよりも新聞に近い感覚もあります。たとえば、今人気のドラマ記事などは、部員が毎日ドラマを見て、記事を自分で作っています。

朝ドラ『虎に翼』や大河ドラマ『光る君へ』の記事などは多くの方に読んでいただきました。

記事は、パソコンはもちろん、スマホでも無料で読めますから、どんな方にも情報が届けられますので、社会的な意味は大きいと思ってます。今雑誌を購入して読むというのは、ぜいたくな趣味になってきていますし、子育てや介護で余裕のない方はなかなか手

※PV(ページビュー):WEBサイト内の特定のページがユーザーによって閲覧された回数を指すマーケティング用語



に取ることができないかもしれません。WEB記事であれば、隙間時間、移動時間にも読んでいただけますし、芸能ニュースを見ていたけど、同じサイトの中で介護や医療、法的制度の記事などが目に留まり、偶然必要な情報に辿り着けた、ということもあるかと思います。課金式をとっているメディアさんもありますが、私たちはまだ無料で配信を続けたいと思っています。そのため、収入となるのが、サイト内の「運用型広告」です。記事を読んでいて、広告が嫌だな、と思うこともあるかと思いますが(笑)、このシステムのおかげで、無料で記事を配信することができているので、そこはご理解いただければと思います。

——お仕事と家庭生活の両立は難しかったのではないのでしょうか。

私はシングルですので、娘が小さい頃は大変でしたが、この春から娘が自分で希望して、地方の高校に進学し寮に入りましたので、仕事に専念できる状況です。父はすでに亡くなり、母はまだ元気ですから介護の負担もありません。WEBの仕事は、忙しそうには見えますが、端末を持っていればどこでもできるので、リモートに向いています。現在は会社のルールとして週1回のリモート勤務で4日は出勤していますが、何かあれば自宅で作業をすることもOKですので、お子さんがいる人でもやりやすいのではないのでしょうか？ スタッフも女性が多いです。

外部のパートナー企業のスタッフさんなどは、地方にお住まいの方もいらっしゃいます。

「デジタル戦略部」は、私が記事の編集を担当し、もうひとりの部長がお金の流れやシステムの保守管理を受け持っています。雑誌であれば、編集部が記事を作り、広告部が広告をとり、制作部が印刷所とのやりとりをし、販売部が書店さんなどにお届けして

いますが、『婦人公論.jp』の場合は、すべてを1つの部で完結しています。

時代に生きる女性の本音に 寄り添い考えさせるメディアが必要

——仕事の手ごたえを実感されるのはどのようなのでしょうか？ 私は『婦人公論』12月号の野際陽子さんの娘さんへのインタビュー記事を読んで、ここまで本音を聞き出し記事にされるのか！と驚きました。

悩みを誰かに話すことで、自分に向き合い、結果的に頭が整理されたり、悩みから解放されたりする方が少なくないのです。上沼恵美子さんにも「夫とのことが話せて気持ちが楽になった」と仰っていただきました。手の届かない方のキラキラした記事よりも、読者の皆さんが共感できる悩みやお困りごとの話題が読まれているような気がします。雑誌の『婦人公論』の伝統である、読者の手記も反響がありますので、原案として漫画化にもチャレンジしています。

——川口さんは、様々な女性の生き方や考え方を伝えるお仕事なのですね。これから一人暮らしの高齢者が増えていくことについては、どう見ておられるのでしょうか？

パートナーとの死別だけでなく、離婚、未婚など、今後増えていくであろう「おひとりさま」の生き方についての記事も人気です。とはいえあまり暗い内容ではなく「年金5万円」のキーワードで人気を博した紫苑さんの記事や、「71歳団地住まい、DIYで収納を工夫」など、リアルで前向きな記事を掲載しています。長命化する中で、老後資金や健康に不安を持つ人々が少なくありません。ですから、記事を通して少しでも安心感をもっていただきたいのですが、やは



『婦人公論.jp』連載から生まれた書籍
◀『老後の家がありません-
シングル女子は定年後どこに住む?』
¥1,870
著者:元沢 賀南子
出版社:中央公論新社

りそこは国がしっかりと、暮らしやすい世の中になるよう考えていただきたいと思います。

おひとりさまでいえば、女性の単身者老後は、家が借りにくい状況にあります。独身でフリーの立場にある著者が、全国を巡って終のすみかを探す…という連載も好評をいただいて、単行本としても出版させていただきました。(上記書籍)

—シングルの場合、暮らしにくさには地域差もありますね。

介護や看護のお困りごとを相談できる、地域の人脈の繋がりをしっかり持っておいたほうが安心ですね。

具体的な解決はもちろんです、「話せる相手がいる」「ひとりじゃない」と思えることも大切だと実感します。

2024年11月から、精神科の専門資格を持つ看護師さんが、お悩みについて回答する連載もスタートしました(おとなの相談室)。

女性は子育て中も孤立しがちですが、育児については企業の支援も増えてきていますね。

産後休暇・育児休業から、子どもが1歳未満で復職した女性社員に対し、毎月50,000円分の「両立応援カフェテリアポイント」を1年間付与するという制度を導入した企業を取材させていただいたこともあります(上記)。



家政婦(夫)の職業イメージを変えるには、多角的な対策が必要

—今私たちの業界では、人材の確保が大きな課題です。現在70歳代の方が多く、若い人材にこの仕事の魅力をどうやって知ってもらっていくのか……。そして、職業イメージをどうつくっていくのか……。家事代行と家政婦(夫)の仕事範囲の違いも知られていない現状があります。

私たち世代だと、どうしても市原悦子さん主演の『家政婦は見た!』のイメージが強いかもかもしれませんね。人の家庭の中に入ることを難しいと感じる方もいるのかなと思います。

でも最近ではタサン志麻さんのような方も人気ですし、大森南朋さんが家政夫さんを演じた『私の家政夫ナギサさん』というドラマもありました。NHKの朝ドラなどでは、家族を家事だけでなく精神的にも支える、とても重要な役割を果たす家政婦さんがよく登場していますよね。役割のイメージは悪くないと思うのですが。

—仕事の質向上を推進するために、私たちの協会では「家政士」という認定制度を作り、毎年試験を行って、現在900人近い人たちが資格を取得しています。教科書も作られていて、育児・家政・介護の基本が身につく内容です。

それはいいですね。専門職のイメージが定着すれ

『婦人公論.jp』連載から生まれた書籍
デジタル戦略部で
テーマソングを手がけた絵本

▶『もうじきたべられるぼく
楽譜付特別版(単行本)』
¥1,760

著者:はせがわゆうじ
出版社:中央公論新社



『婦人公論.jp』連載から生まれた書籍

◀『オーマイ・ダッド!
父がだんだん壊れていく』
¥2,200

著者:森久美子
出版社:中央公論新社

ば、看護師・介護士などの様に、若い人や男性の
参入も積極的になるかもしれませんね。

——実際に、男性の資格取得者もすでに誕生して
います。

家政士の人数が増えていけば、職業イメージを
確立させて報酬にも反映させやすくなると思っ
ています。そのためにもまず、受験生を増やすこ
とが課題です。

高校や大学の就職部などにも、募集があるとい
いかもしれないですね。若い人向けに、仕事のやり
がいを漫画にして面白く伝えていくのもいいの
ではないでしょうか?

今のお子さんたちは、保護者の方たちが勉強は
させても家事のお手伝いをさせないような傾向も
ありますね。「家事力」の大切さを、大人になっ
て、いざ一人暮らしとなってから痛感するよう
なこともあるかと思います。むしろ若いうちに、
長い人生で役立

つ基本的なスキルとして、こういう勉強をして
おいたほうがいいかもしれませんね。

AI時代になっても必要とされる仕事—— スマホを活用し認知拡大を!

広報活動をしていく上で、スマホからも簡単
に見ることができるWEBメディアをもっと活用し
ていただけるといいと思います。

家政婦(夫)の仕事は「人に接する仕事」で
すから、AIに取って代わられることのない、未
来に向かって必要とされる大切な仕事です。

イメージを変えていくために「家政士」とい
う資格の存在や、実際に働く人の「ちょっと
いい体験談」などを、たくさん世の中に発信
していくといいのではないのでしょうか。

(インタビュー/高橋和子 写真/渡邊英昭)



◀インタビューしたカフェの中にある
図書コーナーで、自社の絵本『もう
じきたべられるぼく』(通常版)を偶
然見つけて嬉しそうなお客さん。デ
ジタル戦略部では2024年にこの絵
本のテーマソング「もうじきたべら
れるぼく」を作成し、配信。婦人公
論のYouTubeではかつき-&のちゃ
んの歌唱動画や、山口もえさんの
読み聞かせ動画をUPしている。

▼『もうじきたべられるぼく』
特設ページはこちら



▼婦人公論.jp YouTube
『もうじきたべられるぼく』
ページはこちら



家政婦(夫)さんの育成・働く環境づくりのためにも、 一般家庭の防犯の知識を確認しておくことが大切です。

家政婦(夫)さんたちは、個人宅での仕事になることが多いため、昨今の防犯事情についても知識を与え、安全な働き方ができるようリードしていく必要があります。

凶悪犯罪が激増中。

防犯の基本知識を再確認しよう

近頃はニュースなどでも報じられているとおり、手口が巧妙かつ凶悪化した住宅内への侵入犯罪が増えています。金品のみならず、時には人命が奪われる事態にまで発展しています。そこで警察が勧める効果的な防犯対策を知っておきましょう。

効果的で確実な

「自主的な防犯活動」を推進する

①在宅時でも、出入口や無人の部屋の窓に鍵を掛ける習慣をつけること。②訪問者に対しては、不用意にドアを開ける前に、まずドアスコープやインターホン越しなどでしっかり確認する。※宅配業者を偽装する手口もあるので、宅配ボックスの活用など、荷物を直接受け取らない方法をとる。③ドアを開けて家の中に入る時には、背後や周囲に人がいないかをよく確認する。④建物の周りは整理整頓し、隠れたり侵入されたりしにくい環境を整える。※玄関をツー

ロックに、窓に補助錠を取り付けるなど、防犯設備を充実させることが望まれる。センサーライト防犯カメラなど、設置された防犯設備機器を確認し有効に役立てる。⑤鍵を預かる場合は、不正な合鍵作製を防止するため、鍵をその家の家族以外の人には「見せない」「渡さない」写真や動画で「写さない」。⑥電話などで在宅状況、家族の状況、資産状況を聞かれても答えない。⑦庭の水やり、ペットの散歩等の際にも、防犯意識を持つ。⑧地域のルールを知っておく(ごみの収集日等)。近隣の人への挨拶も心がける。⑨包丁や工具など凶器になりやすいものは、目に付くところに放置せず、目立たない場所に必ず片付ける。⑩不審を感じた場合には、ためらうことなく、110番通報する。

侵入犯罪に対して効果的な対策を講じるためには、まずはどのような手口があるかを知る必要があります。ここでは「侵入窃盗」を例として、侵入者の具体的な手口を知り、防犯対策に役立てていきましょう。

税法上の優遇措置が適用される

当協会への寄附金をお願い申し上げます。

一人暮らしの高齢者や子を持つ共働きの家庭等が増加する中で、安全で良質な介護や子育て等の家事支援サービスへのニーズと期待が高まっています。

当協会は、設立以来看家紹介事業の発展及び看護師・家政婦(夫)の就労機会の拡大、福利厚生の上昇のために様々な事業を展開してまいりました。こうした事業には、主に会員の皆様の会費と事業収入を充ててきておりますが、厳しい財政事情の中にあり、活動内容の充実・強化を図るため、会員の皆様方に、ご寄附をお願い申し上げます。

◆当協会は税法上の「特定公益増進法人」と位置づけられていますので、当協会への寄附金には、税制上の優遇措置が適用され、所得税(個人)と法人税(法人)の控除を受けることができます。

●皆様からの寄附金は当協会の「寄附金取り扱い規定」に則り、有効に活用させていただきます。また当協会への寄附に対して、「感謝状」を贈らせていただきます。



お振込先 三井住友銀行 麹町支店 普通 136121 日本看護家政紹介事業協会

●寄附の詳細につきましては、協会ホームページ(<http://kanka.or.jp/kifu>)をご覧ください。

地域に「家政士検定試験」の意義、役割が浸透するよう取り組んでいます。

令和6年度「家政士検定試験」が全国6会場で70名の受験者を迎えて実施されました。千葉会場の模様をレポートしていただきました。

千葉県支部は、第1回から支部単位で家政士試験を開催しております。

千葉県支部の取り組みで欠かせないのが、和洋女子大の高木准教授と社会福祉法人りべるたすの伊藤理事長の存在です。

お二方は平成24年度の看家協会の運営セミナー「痰の吸引に関する理解と対応」で、講師として全国を回って頂きました。

当時高木准教授は厚生労働省の専門官で、看護師以外で痰の吸引を行う制度を設計された方です。

伊藤理事長は、当時 ALS. の入所者の対応に、千葉県内の紹介所から施設雇用で家政婦（夫）さんを多数ご利用下さり、その観点から研修でお話をされました。

高木准教授と伊藤理事長は、第5回家政士試験を受験され見事合格。第6回目からは、検定員、試験前講習の講師もして頂いています。おかげで

今まで3名の学生受験者と、6名のりべるたすの受験者を生み出せました。

大学の家政学部で専門に勉強された方向けにポスターで周知するのに加え、ご自身の経験をもとに説明されるので説得力があります。

りべるたすでは、理事や管理者にも受験してもらい、会社ぐるみで家政士検定試験を活用しています。法人会員ですので割引も享受できます。来年度からは、新人教育のカリキュラムに入れるそうです。上記取り組みは特徴的ではあっても、受験者数に与える影響は微々たるものです。

そこで来年度に向け考えているのは、東葛地区（柏・松戸・野田等）重点作戦です。今年度サービス向上セミナーを、いつもの千葉市に加え初めて柏市で行いました。その中で家政士検定試験について説明を行ったところ、非常に食いつきがよく、研修の中で一番質問が飛び交いました。

松戸の所長に尋ねたところ、松戸地区の人は東



千葉会場



千葉会場



千葉会場



福岡会場



宮崎会場



新潟会場



京に行くことはあってもめったに千葉には行かず、結局推奨に力が入らなかったとのこと。千葉・柏間は、電車に乗っている時間は40分足らずです。

来年度は大宮開催が予定されており、野田は大宮に流れると思いますが、松戸・柏は千葉会場での受験を勧めます。

検定員については、紹介所の職員（家政士）2名を検定員補として活用しています。来年度はもう1名増える予定です。来年度も、千葉ポリテクカレッジで試験を行う予定です。

千葉会場 (株)ケアフレンドモリタ家政婦紹介所
奥村 直樹



千葉会場



東京会場

横浜会場

全4巻 家政士養成テキスト 今年10回目の家政士検定になります。

令和7年度「家政士検定試験」は、10回目の開催になります。記念の10回目の家政士検定に向けて、テキストの準備をしませんか。

●試験前講習会でも使用 ●研修材料として使用可能

編集：公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会

B5判／本文2色刷り／並製 ●2016年8月発行

第1巻

家政サービスの基本

●100頁／定価 1,760円
(会員 1,408円)

主な目次：家政サービスの基礎知識、コミュニケーション、基本的マナー、外部関係団体との連携、目標管理、お客様の安全確保・トラブルの未然防止のための対応、家政サービス実施における基本事項



第2巻

家事サービス

●160頁／定価 2,420円
(会員 1,936円)

主な目次：家事全般についての基礎知識、衣、食、住、買い物、その他の生活管理



第3巻

介護サービス

●100頁／定価 1,760円
(会員 1,408円)

主な目次：介護の基礎知識、身体介助、認知症に関する対応、看取りのケア、ケアサポートに必要な知識と技術



第4巻

子育て支援サービス

●96頁／定価 1,760円
(会員 1,408円)

主な目次：子育てケアの基礎知識、子どもの身体とこころの発達、衣服の着替えのケア、就寝のためのケア、排泄のケア、清潔を保つケア、遊びのケア、食事とおやつケア、子どもの緊急時への対応



※ご注文は、専用の「FAX申込書」に必要事項をご記入の上、当協会までFAXでお申し込みください（メールや郵送でお申込みいただいても結構です）。「FAX申込書」は、下記の協会ホームページよりダウンロードいただけます。ダウンロードいただけない場合は、協会までお問い合わせください。

地域・行政と連携し、家政婦(夫)さんの 仕事の質向上と、働きやすい環境づくりを推進。



(株)華陽ケアサポート
代表取締役 **中島菊子**

この度は、令和6年秋の叙勲にて厚生労働省をはじめ公益社団法人日本看護家政紹介事業協会の皆様より暖かいご支援、ご指導をいただき、光栄にも瑞宝単光章を拝受致しました。

ご推薦頂き、お力添え頂きました皆様にご心より深く感謝申し上げます。

(株)華陽ケアサポートは昭和26年実母が看護婦紹介所の許可を頂き創業し、その後家政婦という職種が出来、看護婦家政婦紹介所の組合の岐阜県看護家政協会長と

して、各所長様とご一緒に介護アテンドサービス士等の教育に力を注ぎ、求職者の質の向上に尽力致しました。実母亡き後、平成5年4月2代目代表取締役役に就任し、同年12月から現在まで30年以上、公益社団法人日本看護家政紹介事業協会岐阜県支部長及び岐阜県看護家政協会会長として未熟ながら務めさせて頂いています。

その間、県の指導のもとに岐阜県看護家政協会(組合)では独自のグループ看護を病院、施設等で実施し、家政婦の院内化を推進しました。

平成6年付き添い廃止が決まり、当時の厚生省の課長補佐より施設雇用を教示され、その指導に基づき、組合の各紹介所長さまと共にその普及に尽力致しました。この制度により全国の家政婦(夫)の数は激減しましたが、職業紹介事業の適正な運営が行えるよう皆様と共に努力し、厚生労働大臣表彰を受領致しました。

超高齢社会において人材確保に非常に厳しい現在、介護保険では出来ないサービスの実施を推進し、家政婦(夫)

の質の向上と働きやすい

環境作りを目指して、

微力ながら業界の発展に寄与してい

く所存でございますので、引き続き

宜しくご指導の程お

願い申し上げます。





ガーデニングから思うこと

庭の草花に少しずつ芽が吹き出す春。季節の訪れを知らせるかのように可愛い小鳥たちが友達を連れて戯れる姿は心が癒され、あらゆる生物が宇宙の万物に培われ新しい命を芽吹く季節は全てに躍動感を感じます。

冬の間、バラなどの剪定や誘引、寒肥など北風が吹きすさぶ中での庭の手入れは手がかじかみ身体が凍ってしましますが、静寂の中であって春を待ちわび息を吹き返す植物にとって、春は希望と再生の喜びであり、力に満ち溢れ感動的です。

我が家の小さい庭は、私の内なる心を映したものだ。ガーデニングをすればするほど色々なことを学び、そして学べば学ぶほど自分が何も知らないことに気付かされます。庭は、植物だけでなくそこに携わる人間の心も静かに育てていくような気がします。思い上がり傲慢になっては得るものはありませんし庭は答えてくれません。ある意味、人生も仕事もそのような気がします。どんなことでも何度もやっていることでもマンネリにならないで、人は皆そのたびに間違いに気づきそれを正しながら前を向いて生きていくのでしょうか。そして誠実に真心を込めて向かうことが大事！とガーデニングが教えてくれます。大好きなマザーテレサさんの言葉に「どんな木が生えるかは、どんな種を植えるかによって決まります。喜びや感謝、労りの種を蒔けば幸せの木が、苛立ちや不満、怒りの種を蒔けば不幸の木が生えるでしょう。種を蒔くのは私たち自身です」。眼前の事で手一杯の時も、仕事の時もこの言葉を真摯に受け止めたいと思います。備えられ導かれ生きている幸いを覚えつつ、感謝のうちに今日も歩み始められますように。(投稿 匿名の方より)

★皆様からの投稿をお待ちしています。

お便りと今号のご感想・要望など看家協会事務局(E-mail: post@kanka.or.jp)まで、メールでお寄せください。また郵送の場合は協会(下記)までお送りください。

〒162-0064 東京都新宿区市谷仲之町3-2

公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会 はなえみ投稿係

編集委員会 (50音順、◎印委員長)

板井仁志、古賀道、渋谷洋子、◎清水保人、高橋和子、宮本和明、茂木芳枝、渡邊嘉子(編集顧問)

編集後記

今年は家政士検定試験10年目です。皆で知恵を出し合って受験者獲得に努めましょう。今回、WEB版『婦人公論.jp』の編集長 川口由貴さんにWEBメディアについてお聞きしました。祖母の代からの女性誌がWEBで無料で読める、ユーザーの多くは40~50代で内男性も3割とのこと。若い求職者の獲得にはまずWEB活用が必須でしょう。TV「家政婦は見た」は1983年から25年間続き、家政婦(夫)シリーズは今も毎年放映されています、誇張されたコメディ番組ですが、主役は全てにプロ級の腕を持ち家事テクニクも披露します。魅力ある職業だと知ってもらい、選択肢の一つとして選んでもらえるようアピールしていきましょう。

(編集委員・高橋和子)

ストレス解消にいい対策はいろいろあるね!

- 足をねんざしちゃったり、ペットまで要介護犬になってしまったり、このところ気が重いなあ。
- そんな時の対策は、人によって好みがあるけどいろいろあるよ。僕の場合は、すき焼きやウナギのかば焼き食べるんだ。
- それもいいかも。でも私の場合はあたらしい服を買うことかな。
- コンサートに行って盛り上がりたり、友達を誘って飲み会やるのもいいよ。
- でもなんだかお金かかりそうね。お金がかからないストレス対策って、どんなのがあるかな?
- 頭を洗ったり、自宅でゆっくり風呂に入ったり、そうだ!空を見るんだ。雲がゆっくり流れるのを見るんだ。
- そうね! 無料の自然の癒しね。夜なら星や月を見て。



看家広報 はなえみ160号 Hanaemi Bimonthly160
2025年1月25日発行

発行 公益社団法人 日本看護家政紹介事業協会
〒162-0064 東京都新宿区市谷仲之町3-2

TEL 03-3353-4641

FAX 03-3353-4326

URL <http://kanka.or.jp/>

E-mail post@kanka.or.jp



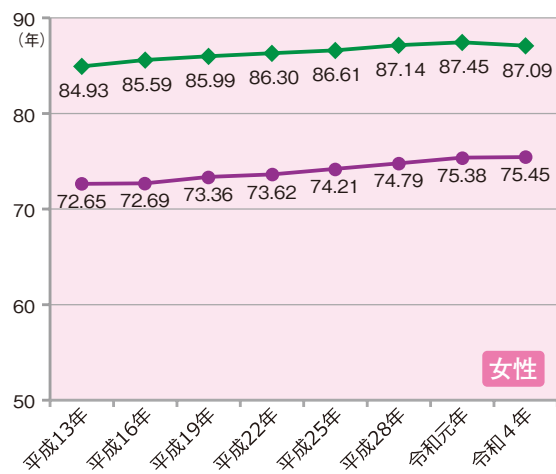
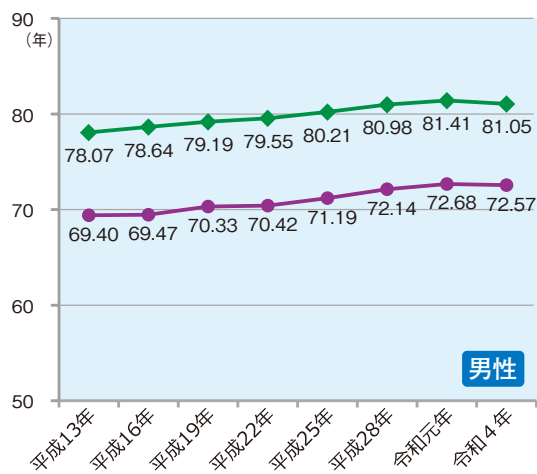
制作会社: 株式会社ヒューマン・コミュニケーション研究所
〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷3-7-14ライオンズ原宿402
研究室: 〒104-0045 東京都中央区築地2-15-10-1602
TEL: 03-3545-8038
E-mail: yoshiko.w@human-c-labo.net

平均寿命以上に注目したい日本の「健康寿命」

健康寿命は健康上の問題がなく日常生活を送れる期間を示すもので、厚生労働省は、高齢化の進行する中で国民の健康寿命の延伸と健康格差の縮小を推進するべく3年ごとに健康寿命を調査している。2022年は男性が72.57歳、女性は75.45歳だったという推計値を発表。前回の2019年調査と比較すると男性は0.11歳短く女性は0.07歳長くなったが、統計的に有意な差は見られなかった。

◆平均寿命と健康寿命※の推移

※日常生活に制限がない期間の平均



【資料】平均寿命：平成13・16・19・25・28・令和元・4年は、厚生労働省「簡易生命表」、平成22年は「完全生命表」。健康寿命：厚生労働科学研究において算出

◆健康寿命※の推移

※日常生活に制限がない期間の平均

