

女性部通信

福井県教職員組合 女性部 NO.1

今年度も「女性部通信」を発行します。県女性部や各支部女性部の活動、役に立つ情報などをお知らせしていきます。

女性部大会・学習会

6月15日(木)教育センターにおいて、県内各支部より74名の代議員が参加し、女性部大会が開かれました。大会では、16年度の報告並びに承認、17年度の役員承認、17年度の運動方針・予算案、女性部細則の改正についての審議、採決が滞りなく行われました。



女性部役員

部長	高間 恵美	県教組
副部長	渡辺 裕美	福井・清水西小
	齋藤香奈子	勝山・平泉寺小
常任委員	政實 智子	坂井・三国南小
	松井美和子	大飯・本郷小

主な活動計画

- ・女性部大会・学習会 (6/15)
- ・カムバックセミナー (7/28)
- ・コーヒータイムのとりくみ (7~8月)
- ・母と女性教職員の会
全国集会(8/1~2)
北陸ブロック集会(8/20~21)
福井県集会(11/11)
- ・政策懇談会(8/9)
- ・県教育長と語る会(8/25)
- ・県教委事務レベル折衝(11月)

その後の学習会では、福井県済生会病院外科部長の笠原善郎さんを講師に迎えて、『まさか私が』になる前に「一乳がんの予防と検診のお話」という演題で講演をしていただきました。

小林麻央さんの乳がんのこともあり、参加者のみなさんはとても関心が高いようでした。

- 月に1回セルフチェックを
(乳がん痛みはない)
- 閉経後の肥満には注意
- 予防には大豆が効果的
(ただしサプリメントはだめ)
- マンモグラフィの効果は40代から



- ・すごく身近なお話でした。くぎ付けでした。
- ・20代からこのような話が聞けると意識が高まると思う。
- ・昨今の組合の学習会の中でもとてもためになる話でした。
- ・しこりについてよく分かりました。

さらに気になるのは更年期障害ですね。

打波外科胃腸科婦人科副院長 打波 郁子さんによると、次のことに気をつけるとよいそうです。

運動

- 1日8000歩
- 背筋を伸ばしてよい姿勢を保つ
- しゃがんだり立ったりする
- 階段を利用する
- 意識的に少し速く歩く
- 歩幅を少し広げる

食事

- タンパク質・食物繊維・ビタミン類を
- 腹8分目
- 1口20回以上かむ
- 1400~1800kcalを目安に
- 塩分は7~8グラム
- 野菜類は300グラム以上

精神

- ポジティブに
- 感謝とユーモア
- 睡眠をしっかり
- うつ対策には、笑顔と好奇心
- 興味・趣味を幅広くもつ
- 初めてのことに挑戦する

権利リーフレットが 新しくなりました

権利リーフレットはもうお手元にとどきましたか？ 今年から介護と育児の制度が拡充されたので、新しく作り直して全組合員に配布しました。

拡充された内容

2016年まで	2017年より
介護休暇 通算6ヶ月以内原則1回取得可能	通算6ヶ月以内、 3回を上限として分割して取得可能
介護時間 なし	連続する 3年の期間内 において、1日に2時間を超えない範囲内で休暇を取得可能
介護休暇等の対象 配偶者・父母・子・配偶者の父母・同居の祖父母、孫、兄弟姉妹	祖父母・孫・兄弟姉妹は、 別居も可
育児休業等の対象となる子の範囲 法律上の親子関係がある実子・養子	特別養子縁組の監護期間中の子、養子縁組里親に委託されている子等 も新たに対象

こんなときは年休ではなく特休を

- | | | |
|---------------|---|---------------|
| ○ 高校生の息子が入院 | → | 短期介護休暇 |
| ○ 結婚式の準備 | → | 結婚休暇 |
| ○ 生理痛でつらい | → | 生理休暇 |
| ○ 我が子の就学時健康診断 | → | 子の看護休暇 |
| ○ 資格取得のための面接 | → | 通信教育の面接のための休暇 |



職場の仲間に迷惑がかかるからと、権利の行使をあきらめていませんか？

あきらめている職場

誰も取っていないから取りづらい

私はがまんしたのに。休まれるとみんなの負担が増えるわ。

休まずに無理をしていたら、結局ダウン。かえって迷惑をかけてしまった。



権利を行使している職場

〇〇先生も取っていた。私も取ろう。

私も以前に休んでみんなに助けられた。お互い様だからカバーし合おう。



思い切って休んでよかった。その分また仕事をしっかりがんばろう。

感謝と思いやりの気持ちで困ったときはお互い様！
権利を行使して、生き生きと働き続けられる職場に！



困ったときには いつでも県教組女性部へ

