



私らしく働くために

1. ええやんピープル
2. 働きたい。でもどんな働き方が自分に合うの？
3. これって「ヤングケアラー」？
4. 働くために自己理解を深めよう/レシビ

みんなが主役！誰もが心豊かに暮らせるまち山口を目指して、はじめの一步を応援する市民活動情報紙

ええやんヒーロー

誰かのために 何かのために 活動している人を紹介します

Vol.28

ドットスタイル .Style代表

こにし みなこ 小西 凡子さん

1971年生まれ、山口市出身在住。2000年に結婚し東京から山口へ帰郷、長男の出産を機に仕事を辞める。次男を出産し1年後の2011年に離婚。2017年、ひとり親支援のために動き始める。現在は就労支援の仕事しながら.Styleとして積極的に活動。国家資格キャリアコンサルタント、社会福祉士。



学校や仕事帰りに女子がふらっと立ち寄れるオープンスペース「kit Olga」事業を展開中。次回は12月。詳しくは右のQRコードをご覧ください

ドットスタイル .Style

2017年に前進の「ドットミー」として立ち上がり、2018年に父子家庭の方が参加しやすいように「.Style」に改称。ひとり親が孤立せず自立できるようにと個別相談、居場所づくり、生活支援など、当事者目線での活動を行っている。2020年には第15回コープやまぐち女性いきいき大賞を受賞。お母さんが生き生きと働ける場と生活に追われるのではなく楽しみを持って暮らしていける毎日を求め、最終的には、誰かがひとり親かわからない、特別視されない世の中を目指している。

https://dot-style.org/



シングルの私が私らしく働く理由

Photo/クワシー優子

「バリキャリア」という代名詞がビッターリの小西さんですが、実はずっと専業主婦でいたいと思っていたそう。離婚をきっかけに変化した生活や、必要に駆られて始めた団体活動についてなどのお話をお聞きました。

働くことの意味

働くのが嫌だった私は、まさかの離婚をきっかけに働かざるを得ない状況になりました。そして、奨学金に関する仕事をしようになり、「お金がないことより社会に身の置き所がないことが一番辛い」と感じていた人が多くいることを知りました。そして、「働くこと」について知ると、国家資格キャリアコンサルタントを取得しました。

私だってできてない

その後現在の仕事に就き、担当する子育て世代の窓口で「世の中みんなキラキラ活躍しているのに、就職すらできない私は社会から取り残されている」という、働きたいママたちの苦悩と葛藤の生の声を直接聞くようになったんです。今こそ就職を支援する立場ですが、私も就職活動中には十社以上不採用になり情けなくて泣いたことも。

お金に代えられないもの

子どものためにお金になることをしなくちゃと考えていた私が、今は仕事をしながらお金にならない活動もしている。それって、子どもたちに自分の生き方を見せたいからなのかもしれません。ドットスタイルの活動で築かれた人間関係や技術は仕事にも活かされ、結果信頼されるようになり、またその繋がりが子どもたちに必然的に減りませんが、子が過ごす時間は必ず的に減りますが、無駄なことなんて何もありません。お金に代えられないものの価値を実感しています。

私には、子どもに財産は残せないかもしれない。だからこそ、せめて子どもの前では恥ずかしくない大人でいたいと思っています。

Q. 防府の「若者じゃないとダメなの？」
A. 49歳以下で現在働いていない人を対象にしています。また、サポステでは防府市だけではなく、山口市、萩市、長門市、阿武町にお住まいの方もご相談いただけます。

Q. 就職活動中にすると良いことは？
A. 就職活動中は、ぜひ相談窓口を利用して第三者に話をしてみてください。自分の話をする事で改めて自分の思いに気付いたり確認できたり。就職活動の時間って自己理解の時間でもあるんです。第三者に話を聞いてもらうことは自己理解をする上で大事なことです。



働くために自己理解を深めよう

ほうふ若者サポートステーション事業を中心に「働きたい」を応援しているNPO法人コミュニティ友志会のみなさんにお話を伺いました。

ほうふ若者サポートステーション
運営 NPO法人コミュニティ友志会
住所 防府市栄町1丁目1-17
電話 0835-28-3808
URL https://www.h-saposute.org/

さかな場HeyHey アップデート 進化していく魚屋

元々花屋の息子として育った南山さん。お客さんのお宅へ向いて魚を捌く「出張魚屋」をやりたいと、サラリーマンから転身しました。魚屋をしている義父のもとで習ったり、秋へ勉強に行ったり、下積みを重ね、2018年に「さかな場 HeyHey」を開業。InstagramなどSNSを活用して当日仕入れたお魚やメニューを配信し、「魚屋とは」という固定観念にとらわれない、今の時代に合った働き方で注目を集めています。

さかな場 HeyHeyでは「切り方ではなく魚丸ごとを見てほしい」と、お客様のご自宅へ行って魚を捌くこともあるそう。子どもたちに魚を好きになってほしいという思いで、命をいただくという食育を意識されています。また、忙しい人も助かる、「あとはお血に乗せるだけ!」のお刺身や、「あとは焼くだけ!」のホイル焼きなど、最後のひと手間で食べられるものも提供しています。市外からのリピーターも多く、その新鮮さと美味しさは人づてで広がっています。

完全する場合もありますので、予約された方が安心ですよ!

レシビ提供
さかな場HeyHey
店主 南山恭兵さん
TEL 070-8325-0318
URL https://www.instagram.com/sakanaba_hey_hey/

直伝! レシビ 海鮮ちらし寿司

お刺身は好きな魚でOK!

材料 3-4人前
米 2合
寿司酢 80ml
鯛の柵
マグロの柵
サーモンの柵
ヒラソの柵
いくら
大葉
ごま
厚焼き玉子

作り方
①炊き立てのご飯を大きな平らなお皿に取り出し、切るようにして寿司酢を馴染ませ、ラップをして充分冷ます。
②できあがった寿司飯を柵などの入れ物に移す。
③刺身の柵をお好みのサイズに切り、ちらしていく。
④最後にいくら、大葉、ごま、厚焼き玉子を適量ちらして完成。

さかな場HeyHeyのクイズに答えて「HeyHey丼」引換券をもらおう

ハガキまたはメール、もしくは右のQRコード以下を明記のうえ、さぼらんでまでご応募ください。

1. お名前・郵便番号・ご住所・年齢・職業・電話番号
2. クイズの答え
3. ええやん新聞に手を入れた場所
4. ええやん新聞28号へのご意見、ご感想
5. 取り上げてほしいテーマ、市民活動団体

※ご記入いただいた個人情報、その目的以外での利用はいたしません。

色鮮やかな海鮮丼を手軽に楽しめるHeyHey丼は、花屋の魅力も兼ね備えた逸品です!

1人前を3名様 12月25日

大人がやるべき家事や家族のお世話を日ごろからやっていた子ども(S)のこと?

ケアラー

市民広報記者編集後記

子育て中のママたちが週に一度「ママではない私」に戻り、市民広報記者として仕事をしています。取材で得たその感動を市民に届けています。

集積 育児して働いて、あつという毎日過ぎていきますが、西村さんがつくった「ママじゃない私」をキープする時間を、自分自身で確保したい。好きなことを楽しくやっていたら、好きなことを楽しくやっていたら、好きなことを楽しくやっていたら...

さぼらんて 山口市市民活動支援センター

さぼらんては、みんなのために活動している団体やこれら何かをはじめたいと思っている人たちのサポートします

次号もお楽しみに♡

さぼらんて さんちゃん てつて

山口市市民活動支援センターさぼらんて
〒753-0047 山口市道場門前 2-3-6 どうもんビル 1階
TEL 083-901-1166 FAX 083-901-1165
メール info@saporant.jp
HPはこちら

ええやん新聞

これってヤングケアラー

親子で読んでみよう

お友達と遊んだり、好きなことに打ち込んだり、将来の夢に向かって勉強をがんばったり。みんなは毎日自分らしく楽しく過ごしていますか？

ある日の放課後

今日遊べる人〜？

オレはいつでもOKだぜ！

ごめん、今日もムリかな…

買い物して…

おまかせ行って…

ごはん作って…

お婆さん大丈夫？

お婆さん大丈夫？

子ども食堂の日

あらAくんよく来たね

4人きょうだいなんですけど…

お婆ちゃん、こんばんは！

Aくん！弟たちもいる♡

後でサッカーするから一緒に行くぞ！

大丈夫よ！たくさん食べてね

ぼくは弟たちがいるから…

おいしい

弟くんたちはお婆ちゃんたちにまかせて遊んでおいで！

ポランテアのお姉ちゃんたちと遊ぼう

おなかもいっぱいになったし遊ぼうぜ〜

久しぶりにみんなと遊べて楽しい！

うん！遊ぼう

いいんですか…？ありがとうございます！

ヤングケアラーって

病気の家族を看護している、親に代わって弟や妹のお世話を日常的にしている、障害をもつ親の代わりに家事をしているなど、大人がやるべき家事や家族のお世話を日ごろからやっている18歳までの子どものことをいいます。がんばりすぎていたり、やらなきゃいけないと感じてしまったり、学校に行けなかったり、遊べなかったりして、大変な思いを抱えている子もいるかもしれません。でも、どんな子どもも、子どもが子どもでいられる時間があっていいんです。

ひとりじゃないよ、誰かに頼ってもいいんだよ♡
一緒に考えてくれる大人を見つけてみよう。

気になったらまずは相談してみよう！

名前は言わなくても大丈夫。一緒に考えようね。

山口県ヤングケアラー専門相談窓口

電話 0836-65-1177(24時間受付)

メール youngcarer@s-seikouen.com(24時間受付)

来所相談 要予約

運営 子ども家庭支援センター清光

URL https://s-seikouen.com/youngcarer/

【取材協力】NPO法人コネクト・ワン / 子ども明日花プロジェクト

Ts FLOWER MARKET

フラワーショップ勤務 米原陽子さん

家族構成 > 夫、3女
職歴 > 社会福祉士

私のワーク・ライフ・バランス

私は社会福祉士の仕事を13年間していました。仕事と育児の両立という厳しい現実が葛藤の日々が続いていました。保育園からの突然の呼び出し、仕事途中での迎え、子どもに目を向ける余裕がなく、仕事も育児も中途半端…。私自身、心が不安定な状態になり、定年まで働く前提だったので、結局、自分と向き合うために仕事を辞めることにしました。とは言え、社会福祉士の経験しかない私が何ができるのか、なかなか一歩を踏み出せずにいました。

その後、3人目の妊娠出産を経て育児に専念していた時に、夫がリステッププログラムへの参加を勧められました。そこで、大好きな花に関わる企業との出会いがあり、花屋さんという新しい職業にチャレンジすることを決めました。不安はありましたが、リステップの方々が悪切丁寧にバックアップしてくださいました。自分に合った働き方ができる職業に就けたことで心に余裕が生まれ、子どもに目を向ける時間も増え、趣味も充実。ワーク・ライフ・バランスが最高で満足しています。

社会福祉士で学んだ「人の幸せに寄り添う」というモットーは、お花に携わる今でも変わりません。今後も花屋さんでのスキルアップに励み、働き方も柔軟に考えていけたらと思います。

【主催】山口県「運営団体」NPO法人あつと
【TEL】070-4446-1428
【URL】https://restep.npoatto.org/

カフェ経営 西村妙子さん

家族構成 > 愛猫、愛犬
職歴 > 看護師

自分のスキルを活かして

山口市内の病院に20年間勤務、高齢者のケアをしていました。退院支援や訪問看護をする中で、入院するとなかなか自宅復帰ができなくなる現状を経験し、入院せずに家で治療を受けたり、家庭と治療を両立できたらいいのに、と心の中で考えるようになりました。そんな時「マジズ東京」のセンター長を務める秋山正子さんと出会い、秋山さんが立ち上げた「暮らしの保健室」の存在を知って、自分がしたいのはこれだ！と思ったんです。これからは母と一緒にこんな場所をつくりたい、という思いがどんどん強くなり、定年を待たずに退職。その1年後、実家の隣に「田舎の保健室」をオープンさせました。

おかげさまでこの11月で4周年を迎えますが、毎日自分を見つめ直す時間を取って、初心を忘れず、自分のやりたいことがブレないようにモチベーションをキープしています。たまにカフェでお客さん同士の話が弾んで、ここを使ったイベントの企画が持ち上がりやすくなることもあります。これからはこういった活用も広がっていくといいなあ、と思っています。

【住所】防府市右田10113-1
【営業時間】11時～18時(月、火、金は15時まで)
【定休日】水・木曜日
【TEL】090-1335-3110
【URL】https://www.facebook.com/inakanohokenshitsu 相談は15時以降でも、お気軽にお声がけください♡

私はやっぱり大好きな美容師を続けるけど、働き方を考えてみようと思う！

子どもの預かりならできるかも！ファミサポに登録しようかな♪

働く目的は人それぞれ違うもの。子育て中は忙しい毎日ですが、一旦立ち止まり自分を再認識してみましょう。自分の好きや得意、経験値を伸ばせる何かを見出せば働くメリットになるかもしれません。人生の軸は自分らしくやりたいものですね！

カフェ経営 西村妙子さん

家族構成 > 愛猫、愛犬
職歴 > 看護師

自分のスキルを活かして

山口市内の病院に20年間勤務、高齢者のケアをしていました。退院支援や訪問看護をする中で、入院するとなかなか自宅復帰ができなくなる現状を経験し、入院せずに家で治療を受けたり、家庭と治療を両立できたらいいのに、と心の中で考えるようになりました。そんな時「マジズ東京」のセンター長を務める秋山正子さんと出会い、秋山さんが立ち上げた「暮らしの保健室」の存在を知って、自分がしたいのはこれだ！と思ったんです。これからは母と一緒にこんな場所をつくりたい、という思いがどんどん強くなり、定年を待たずに退職。その1年後、実家の隣に「田舎の保健室」をオープンさせました。

おかげさまでこの11月で4周年を迎えますが、毎日自分を見つめ直す時間を取って、初心を忘れず、自分のやりたいことがブレないようにモチベーションをキープしています。たまにカフェでお客さん同士の話が弾んで、ここを使ったイベントの企画が持ち上がりやすくなることもあります。これからはこういった活用も広がっていくといいなあ、と思っています。

子育ての強い味方！ 山口市ファミリー・サポート・センター

子育ての「援助を受けたい人(依頼会員)」と「援助を行いたい人(援助会員)」が会員登録し、センター事務局をその橋渡し役として、会員同士が子どもの世話を一時的に有料(1時間¥600)で援助し合う仕組みです。習い事や保育施設、放課後児童クラブまでの送迎、子どもの預かりなどの援助をしています。子育ての御守り代わりにぜひ依頼会員に登録してくださいね。援助会員さんには子育て中のお母さんや子育てが一段落されたご夫婦もいらっしゃいます。依頼会員さんからの「ありがとう」の感謝の気持ちがうれしかったり、また子育ての応援をすることで社会に携わられるとの喜びの声も多々です。援助活動に必要な講習を開いたり、補償保険の加入、会員同士の事前の顔合わせなど、安心安全を第一に地域で子育てを支え合えるよう、サポートを行っています。

【住所】山口市湯田温泉5丁目1-1 カリエンテ山口(山口県東区教育文化会館内)
【TEL】083-928-4150
【URL】https://www.city.yamaguchi.lg.jp/site/kodomo/3707.html

働きたい！

でもどんな働き方が自分に合うの？

美容師の仕事はキツイけど共働きでしっかり働きたい！でも子どもが熱を出しやすい…働き方を考えようかな？

専業主婦だけどお仕事に再チャレンジしたいなあ少しでも社会に足を踏み込みたいわ

私は最近パートを探してるんだけど、いい時間帯で働けるところがなくて…

ありがとうございます美容の仕事がやっぱり好きなの

下の子どもまだ小さいしムリかなあ

良かったー子ども大好きなんだよね

それより、お仕事大変そうだけど大丈夫？

今、週4で仕事に出てるんだけど、なかなかハードで…

子どもの熱で休むのも気兼ねだし、仕事変えたほうがいいのかなんて

カットすご上手だし、この前してくれたネイルも素敵でうれしかったの〜

みんなはどうしてるのか聞いてみたよ！

自宅ハンドメイド Mitchellさん

家族構成 > 夫、2男1女
職歴 > アパレル

好きなことを私らしく

長男を出産した時に友人のお母さんにいただいた手作りのポーチがすごくうれしかったんですね。手作りのものってこんなにあなたにたかたかしてくれいんだと感じた私は、いつか私もハンドメイドをやりたいなと思うようになりました。

作り始めたのは長男の入園準備の頃からで、わからないながらも試行錯誤しながら作ることがとても楽しくなりました。数年前に知人に声をかけてもらい雑貨市に出品したこともあります。その時に自分の作品を手に取り購入していただいた喜びや、やり遂げた達成感なども感じました。もっと上手になりたいな、とも思いました。

でも今はハンドメイドを仕事に、とは考えていません。作った作品は、親しい友人などにプレゼントしています。「好きなこと」してハンドメイドを楽しみたいんです。子育て中心の生活で、それでもわずかな時間を見つけて作った作品は、私にとってはとても思いがこもっているもので。だからこそ大切な人や好きな人のために作りたいなって思うんです。それでその人たちが喜んでくれるのが今は何よりうれしいし、仕事にはしていないけど、やりがいもあって幸せだなんて感じています。

