

ひとりひとり自分らしく 個性と個性が生み出す調和
ハーモニー

まちづくり推進課（内線326）

家事分担で、心にゆとりを

令和2年の国勢調査によると、全体の約7割が夫婦共働きの世帯となっており、共に働き、家事をする生活が当たり前の時代になりつつあります。皆さんの家庭では、夫婦の家事の分担は平等になっていますか？「もっと家事に関わってほしい」「仕事で疲れているから、たまにはゆっくりしたい」「良かれと思ってやったのに駄目出しされる」など、相手への不満ばかりが募ってはいませんか？

家事の分担がうまくいかない理由として、コミュニケーション不足が挙げられます。家事を「見える化」し、相手にどんなことをしてほしいのか、共有してみたいはいかがでしょうか。「どちらも苦手な家事は交代制にする」「外食やテイクアウトなど各種サービスを利用する」など、負担を減らす工夫も必要です。

家族が円満に過ごすためには、互いに話し合い、感謝の気持ちを忘れずに生活することが大切です。家事をやってもらったら「ありがとう」と言葉にして伝えることで、心にゆとりが生まれるかもしれません。

小さな一歩が大きなアクションに
今日から始めよう **SDGs**

政策推進課（内線514）

**SDGs週間に
みんなでアクション！**



9月15日から24日はSDGs週間（Global Goals Week）でした。国連総会の会期に合わせたもので、土岐市でもSDGsを皆さんに知ってもらうため、9月15日から25日までイオンモール土岐でSDGsのワークショップや展示を行いました。9月17日には、割れた陶器のかげらを再使用し、伝統的な陶磁器の補修技術「金継ぎ」をイメージしたアクセサリーづくりや、要らなくなった広告チラシを再使用したプレスレットづくりのワークショップを開催し、多くの親子連れでにぎわいました。

SDGsの目標12「つくる責任 つかう責任」に向かって、つかう側の私たちが、最後まで物を大切に使いきり、ごみを減らす重要性をみんなで学ぶ機会となりました。



ようこそ手話の世界へ 福祉課（内線217）

これまでに紹介した手話写真の動画を見ることができます。



第2の人生 ～人工内耳とともに～

現在65歳の私は、59歳の時に「両側感音性難聴」と診断されました。補聴器を付けていても聞き取りづらく感じるようになり、4年前に思い切って「人工内耳植込術」を受けました。定期的な診察とリハビリを生涯続けなければいけませんが、人工内耳にしてから家族とコミュニケーションが取れるようになり、第2の人生を楽しく歩むことができています。

しかし、人工内耳を付けたからといって全部聞き取れるわけではありません。騒がしい場所では聞き取れず、マスク越しでの会話は口元や表情が見えず困っています。私だけでなく、聴覚障害のある方やお年寄りの方などは「聞き取れません」と声に出して伝えることがなかなかできないと思います。困っている様子であれば、マスクを外してゆっくりと話しかけてもらえると助かります。

これまでも、優しい言葉をかけていただき心救われたことがありました。誰にでも優しい社会になりますように…と思いを込めて。

かんたん手話講座 「何かお手伝いが必要ですか？」

「お手伝い」



親指を立てた左手を
右手で軽く押す

「何」



右手の人差し指を
左右に振る

「必要」



指文字「コ」にした両手を手前に寄せる