おおたわら市男女共同参画広報紙　2026.11.1

ばらんす

第61号

編集発行
大田原市総合政策部
政策推進課 市民協働係
〒324-8641大田原市本町1丁目4番1号
☎ 0287-23-8715
FAX 0287-23-8748
mail seisakusuishin@city.ohtawara.tochigi.jp

輝シリーズ

移住者にインタビュー！大田原市でのくらしとその魅力 ～男女共同参画の視点から～





農業
高野（たかの） 馨太（けいた）さん(32歳)・妻 Aさん

令和8年2月、東京都から Iターン移住。農地付きの古民家を購入し、現在、市内の農家で研修を受けながらネギとコメの栽培技術を学んでいます。

【家族構成】本人、妻、猫
【Aさんの職業】青果店勤務(パート)、ライター、イラストレーター



Q1.大田原市に移住したきっかけを教えてください。

馨太さん　都内で公的機関に勤務する中で、これからの農業に可能性を感じていました。「1年間の研修を経て就農し、露地栽培がしたい」という目標を持ち、週末に通っていた短期農業研修(那須塩原市)からのご縁で古民家を購入しました。自分の理想とする条件に合致したのが、那須地域のネギ栽培でした。

Aさん　もともと地方移住には興味がありませんでしたが、夫の勧めをきっかけに関心を持つようになりました。都内での暮らしから、自然豊かな田舎への憧れもありました。

Q2.大田原市での暮らしの魅力・幸せを感じる瞬間・お気に入りスポットなどを教えてください。



馨太さん　自宅周辺に広がる美しい田園風景や、地域の旬の食材がたくさんある八百屋さん「やおいち」です。

Aさん　規則正しい生活で健康になりました。広い住環境を活かして、ブルーベリー酒や漬物などの保存食を手作りしたり、季節の旬の野菜をとれたてで味わったり、豊かな食の恵みに幸せを実感しています。

Q3.ワーク・ライフ・バランスについて、工夫されていることを教えてください。



お二人　職住近接。職場と自宅の距離が近く、通勤や移動の負担を抑えたゆとりある暮らし方を実践しています。

Q4.男女共同参画（家事や地域活動の分担、お互いの尊重）について教えてください。

お二人　家事分担は、「誰がやるか」を特に決めず、流動的に担っています。また、地域の草刈りなどに積極的に顔を出すなど、地域の一員としての意識を大切にしています。東京にいるときよりも、地域との結びつきを強く実感しています。

Q5.自己実現・今後の展望について教えてください。

馨太さん　ネギとコメの栽培に力を入れ、機械化も目指したいです。人とつながることが好きなので、今後は妻とともに「農泊事業」に挑戦したいです。

Aさん　八百屋での勤務を通じて、野菜の陳列方法や袋詰め等の実践的なノウハウを学んでいます。その知識を、夫のネギづくりにも生かしつつ、今後は農泊や在宅ワークを組み合わせ自分らしく活躍していきたいです。



河原で食べる子持ち鮎は絶品！！

高野馨太さん・Aさんを取材して（インタビュアー 相馬）

笑顔で地域に溶け込むお二人の姿に心温まりました。家事を柔軟に分担し、お互いの経験を仕事に活かす姿は、まさに理想のパートナーシップです。お話を伺い、大田原の豊かな自然と人にやさしいまちの魅力に改めて気づかされました。

ばらんすの名の由来…「バランス」のとれた社会を目指し、これからを「素敵に輝かしく生きたい」ということを願い『ばらんす』と名付けました。

輝シリーズ

大学教員
松本（まつもと） 政人（まさと）さん（40代）・妻 Bさん



平成29年5月、政人さんの転勤がきっかけで、長野県から移住。大田原市での暮らしは10年目になります。

【家族構成】本人・妻・長男・次男・長女・次女
【Bさんの職業】事務職（フルタイム）

Q1.大田原市に移住したきっかけを教えてください。

Bさん　夫の転勤です。それまで長野県から出たことがなかったので、不安でいっぱいでした。当時、小学校に通うこどもたちが新しい環境に慣れ、友達ができるかどうか心配でした。

Q2.大田原市での暮らしの魅力・幸せを感じる瞬間・お気に入りスポットなどを教えてください。

政人さん　大田原市は、子育て・教育・医療・生活環境がバランスよく整った、とても暮らしやすいまちです。こどもと一緒に楽しめる中央多目的公園やトコトコ大田原などがあり、休日は家族で充実した時間を過ごすことができます。

大学教員として、地域医療を支える人材の育成に携われることにやりがいを感じています。

Bさん　トコトコ大田原や中央多目的公園がお気に入りのスポットです。また大田原図書館には、よく本を借りに行きます。8月に500冊を突破しました。



お気に入りのトコトコ大田原・大田原図書館にて

Q3.ワーク・ライフ・バランスについて、工夫されていることを教えてください。

政人さん　家族との時間を大切にするため、大学で行う必要がある業務は勤務時間内に集中して取り組み、事務作業や資料作成などは、可能な範囲で自宅で行うようにしています。限られた時間の中で効率的に業務を進めることを意識し、家族と過ごす時間を確保することで、仕事と家庭の両立を図っています。

Bさん　夫は、娘たちへの読み聞かせや寝かしつけのほか、家事にも積極的に取り組んでくれています。次男も家事に協力的で、妹たちに絵本を読んでくれるなど、二人の協力にとても助けられています。

私自身も、自分の時間を確保するために早起きをするなど工夫しながら、仕事と家庭、自分の時間のバランスを大切にしています。

Q4.男女共同参画（家事や地域活動の分担、お互いの尊重）について教えてください。

政人さん　現在、妻、次男（高校生）、私の3人で協力しながら、家事や育児、地域活動を分担しています。特に次男は、小さい頃から率先して洗濯や食器洗いを手伝い、妹たちへの寝る前の読み聞かせも行うなど、家族を支える大切な存在です。また、お互いの意見や立場を尊重し、できる人ができることを担うことを心がけることで、家族全員が協力し合える環境づくりに努めています。

Bさん　家事や育児を女性だけが担うのではなく、家族みんなで協力していくことが大切だと考えています。お互いが協力し合うことで一人に負担が偏ることを防ぎ、それぞれ自分の時間を持つことにつながると思います。

Q5.自己実現・今後の展望について教えてください。

政人さん　これからも、新しいことに興味を持ち、楽しみながら挑戦し続けられる自分でありたいと思っています。仕事では、学生一人ひとりの成長に寄り添い、「ここで学んでよかった」と思ってもらえるような教育を目指すとともに、私自身も学び続けていきたいです。また、これまで培ってきた経験を大切にしながら、新しい技術や考え方も柔軟に取り入れ、看護教育の可能性をさらに広げていけたらと思います。

一方で、仕事だけでなく、家族との時間や趣味、自分自身の時間も大切にし、さまざまな経験を楽しんでいきたいです。仕事も生活も充実させながら、何歳になっても「次は何をやってみよう」とワクワクできる自分でいることが、これからの目標です。

Bさん　現在はフルタイムの非正規社員ですが、将来は正社員として働きたいと考えています。これまでの経験を活かしながら、大田原市や地域の方々に貢献できる仕事に携わっていきたいです。

また、日頃から運動不足を感じているため、今後はウォーキングやランニングなどを生活に取り入れ、健康のためにも継続して体を動かす時間を作っていきたいと思っています。

Q6.大田原市に移住し、振り返って思うことを教えてください。

政人さん　大田原市は、自然が豊かでありながら生活環境も整っており、安心して暮らせる、とても住みやすいまちだと感じています。移住してから、仕事や子育て、日々の暮らしを重ねる中で、多くの方との出会いやつながりにも恵まれ、いつの間にかこのまちへの愛着も深くなりました。今では、大田原は私にとって大切な「第2のふるさと」です。これからも家族とともに、この地域でさまざまな思い出を重ねながら、大田原での暮らしを楽しんでいきたいと思います。

Bさん　大田原市に移住して子育てをしてきましたが、こどもたちが遊べる施設や公園が身近にあり、子育てしやすい環境だと感じています。

移住当初は、知らない土地での生活に不安もありましたが、こどもたちも地域の環境に慣れ、今では大田原市での生活を楽しむことができています。振り返ってみると、大田原市に移住してきてよかったと感じています。

大田原市男女共同参画推進事業

「アンコンシャス・バイアス」って何？
～みんなの人権と“当たり前”を考える～

日　時：令和8年9月17日（木）
講　師：有限会社フェードイン 代表 工藤敬子氏
参加者：栃木県立大田原高等学校 全校生徒、教職員



私たちは、知らず知らずのうちに「男だから」「外国人だから」「きっとこういう人だ」といった思い込みをしてしまうことがあります。この「無意識の偏見や思い込み」を「アンコンシャス・バイアス」といい、誰にでもありうるものです。

今回の講座は、動画やクイズ、具体的な事例を通して進められました。例えば、「はっきりものを言える人は活躍できる」「その場で何も言えない人は活躍できない」といった、私たちが日常でやりがちな思い込みについても触れられました。生徒たちは「自分にも思い込みがあるかもしれない」と、普段意識していなかったものの見方に気づく貴重なきっかけとなったようです。

アンコンシャス・バイアスは、相手や自分の可能性を決めつけてしまい、人間関係や自分自身の選択に影響を与えることがあります。

また、SNSの話題では、自分の関心に合わせて情報が表示される「フィルターバブル」の危険性についても説明がありました。SNSは無意識の思い込みを強めることがあり、投稿する際や情報に触れる際は、「本当にそう？」と少し立ち止まり、自分の考えに余白を持つことが大切です。

アンコンシャス・バイアスと向き合う3つのステップ

① **知る**：バイアス（思い込み・偏見）という存在を理解する。
② **自覚する**：自分の中にある“思い込み”に気づく。
③ **対話する**：自分の見方だけで決めず、相手を知ろうとする。



「見えていることだけでその人の全てはわからない。決めつける前に考え、たずねる」。今回の学びは、高校生が今後さまざまな壁にぶつかったとき、自分を支える大切な力になっていくことでしょう。　（記：天沼・藤沼）



【高校生の感想（アンケートより）】

・今まで思っていたことがアンコンシャス・バイアスだったかもしれないので、これからは少し意識して生活していきたい。
・自分がしている判断が全て正しいと思わずに一旦考えることが必要だと思った。
・固定概念にとらわれずに相手の考え方を尊重しながら会話をしていきたい。

栃木県では、性別によるアンコンシャス・バイアスを気軽に知っていただくコンテンツを紹介しています。

身近な気づきが紹介されていますので、ぜひご覧ください。

◀栃木県啓発コンテンツ
「育児休業」8コマ漫画

（出典：栃木県特設サイト「ラシクのメガネ、変えてみる？」特設サイト
https://welle.pref.tochigi.lg.jp/unconscios-bias/

あなたのドメスティック・バイオレンス（デートDV含む）の認識は？



国際医療福祉大学大学院 助産学分野 教授 鈴木由美さん

ドメスティック・バイオレンス（以下DV）というと、殴ったり、蹴ったりなど身体的暴力だけだと思う人が多いようです。しかし、実はそれ以外に暴力があるのをご存じですか。例えば、次のような行為は暴力だと思われないことが多いのですが、これも暴力です。男性から女性に対してだけでなく、女性から男性に行っても暴力となります。

- 相手の携帯電話の着信歴やメールの履歴を見る、見せることを強要する、手紙を黙って開封する、自分以外の友達、実家と付き合うことを邪魔する、外で働かせないようにする（社会的暴力）
- 生活費の管理を独占して、家族に金銭を渡さない、または少ししか渡さない、相手におごらせる（経済的暴力）
- 「女のくせに」などと言う、怒鳴る、無視する、暴言を吐く、相手のものを壊す、ペットを傷つける（言葉の暴力、心理的暴力）
- ポルノ映画を無理やり見せる、性関係を強いる、避妊しない、人工妊娠中絶を強要する（性的暴力）

これらの根底にあるのは、相手よりも優位にある立場の人が、「相手の人権を尊重しない」ということです。またDVを子どもに見せることは子どもを傷つけることになり、虐待です。

もし、このような相談を受けたときに決してしてはならないことは、「あなたにも悪いところがある（否定する）」「相手と話し合えばいい（話し合いを促す）」などということで、これを二次加害といいます。

どうしてよいか困ったら、DVの相談窓口を教えてあげるとよいでしょう。このようなDVは夫婦ばかりでなく、結婚前のカップルであれば「デートDV」となります。

これらのことから、DVは身体的暴力だけではありません。暴力に対する認識をもう一度考え直していただき、男女ともに相手の人権を尊重した関係になれる世の中になればよいと思いませんか。



11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」実施期間です！

相談窓口

我慢したり、一人で悩んだり、自分を責めたりする必要はありません。まず相談してください。

市ホームページ



大田原市こども支援課	TEL.0287-23-8792	月～金　8:30～16:00
大田原警察署	TEL.0287-24-0110	
栃木県とちぎ男女共同参画センター相談ルーム	TEL.028-665-8720	月～金　9:00～20:00　土・日　9:00～16:00
DV相談ナビ	TEL.＃8008	
DV相談プラス	TEL.0120-279-889	24時間受付 チャット（10の外国語に対応）やメールでも相談できます。

編集後記

「アンコンシャス・バイアス」とは、誰もが無意識のうちに持っている「思い込み」のことです。「男の子だから」「女性だから」「若い人だから」――。そうした思い込みについて理解しているつもりでしたが、今回あらためて考える中で、私自身も知らず知らずのうちに、さまざまな「思い込み」をしていることに気づかされました。

大切なのは、「思い込み」をなくそうとすることではなく、まず「自分にもある」と知り、自覚すること。そして、「本当にそう？」と立ち止まり、相手を知ろうとすること。そのひと呼吸が、決めつけをなくし、一人ひとりを尊重することにつながっていくのではないでしょうか。

（記：藤沼）

編集委員

（五十音順）

天沼明美　岩元利孝　江馬久美　相馬和恵　藤沼久子
国際医療福祉大学　伊藤美由紀　鈴木由美

ばらんす編集委員募集

「ばらんす」（年2回発行）の編集ボランティアを募集しています。
○年齢、性別は問いません。○編集会議年8回（予定）
お問い合わせ：政策推進課市民協働係　☎23-8715