

第29号
2005 10

男女共生社会推進センター

ふいぶる

～ 男女共生社会づくり～



特集

自分を大切にするための講座～自己尊重トレーニング～

自分を大切にするための講座

5/26(木)～7/7(木)全6回
”りいぶる”研修室

～自己尊重トレーニング～

“りいぶる”に寄せられる相談の大部分は、家族を中心にした人間関係に起因する女性のこころの問題です。その傾向として、他者への気配り、他者を自己より優先させる、しかもそのことに対する評価が得られないことに疲労し、自分を責める、ということが挙げられます。そこで、自分の感情を受け止め自尊感情を高めることにより、他者をも尊重できる人間関係を築くため、「自分を大切にするための講座～自己尊重トレーニング～」を企画しました。

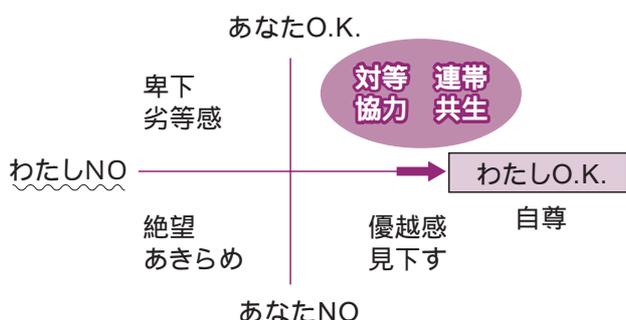
フェミニストカウンセリング堺カウンセラー藤原暁子さんを迎えて開催した講座内容の一部を紹介します。

「自己尊重トレーニング」とは

自分にとっては認めたくない部分、できれば隠しておきたいところも含めて、率直にあるがままの自分を認め信頼し、自分が価値あるものとして自信をもち、それを尊重することです。自分を愛すること、大切にするためのトレーニングです。

ここ数年の間に女性の問題は法的に整備され、女性が解放されたようにみえます。「自分は差別されていない」「私は自由に生きている」と思っている女性も少なくありません。離婚に対する社会の偏見も以前よりは少なくなりましたが、今なお多くの女性が、良い家庭とはこうあるべきという社会の規範、親からの期待や子どものニーズに答えるため、自分の本当の気持ちを殺して生きています。この社会で女性に最も望まれる特性は受動的で控えめであることでした。この性差別的文化の中で、ほとんどの女性は自分よりも先ず他の人のことを考えるようにというメッセージを受けています。他者の気持ちに配慮して優しく柔順で思いやりをもち、他の人を助けても自分のための要求はすべきでないと思っています。自分の望むものを手に入れるために行動することは「わがまま」「ぜいたく」として責められますし、自分自身もそう思い込んで押し殺してしまい、いつのまにか自分が何を欲し、何を望まないのか、何が快で何が不快かもわからなくなります。辛抱する人は他者にも辛抱することを求めますし、またいつも辛抱していると「自分自身であること」がわからなくなります。

先ずは自らを信じ、率直に正直に生きることを自分が受け入れられるようになること、自分なりの成長へのスタート点を見つけることです。そうすればより良い他者との関係がつかれるでしょう。



私はダメ(not O.K.)-あなたはO.K. 卑下・劣等感
私はダメ(not O.K.)-あなたはダメ(not O.K.) 絶望・あきらめ
私はO.K.-あなたはダメ(not O.K.) 優越感・見下す
私はO.K.-あなたはO.K. 対等・協力・連帯・共生

私には“O.K.でない”ところもあるし、あなたにも“O.K.でない”ところがあります。「誰にでもあること」だと、あなたが受け入れることができれば、他者も受け入れられます。これが“私はO.K.-あなたはO.K.”の関係で、自己尊重トレーニングはこの関係をめざします。自分に厳しい点をつける人は、人には優しくはできないでしょう。自分を愛せる人だけが他者をも愛することができます。他者と自分との違いを認め、自分が自分であっていいと受容し、自分の人生をどう生きるか選択し、自己決定して決めたことへの責任は自分が取ります。“あなたの人生はあなたのもの、私の人生は私自身のもの”です。

自己尊重トレーニングの特徴

1. 自分の内面に焦点をあてる
2. 自分自身ときちんと向き合い、強制されている理想や否定的なメッセージに気づく
3. 肯定的な強さを身につける
4. オープンに正直になれる仲間関係をつくる力を身につけ、実際の仲間を見つける

自己尊重スケール

いかに自分を大切にしているかを知る基本テストです。以下の文章に自分の考えを点数でつけてください。

- いつも(そうだ、思う、する)..... 1点
しばしば..... 2点
たまに..... 3点
まったくない..... 4点

- A 人からほめられても素直に喜べない
泣きたいときに泣けない
人を嫌ってはいけない
人前で怒りを表現するのはよくない

- B 友人と何かをするときには、自分をおいて相手に合わせるほうだ
自分のしてほしいことを頼むのはわがままだ
しなければならないことを優先して、やりたいことができなくなる
何かしたいが、何をしたいかわからなくなる
- C 自分に自信がない
自分の意見や気持ちをはっきり言えない
やりたいことに挑戦できない
任せると言われると不安になる
- D 女性が働く場合、家族に迷惑をかけない範囲にすべきだ
「優しくない」「気がつかない」と言われると傷つく
母親は子どもが3歳まではいつもそばにいるほうがいい
老親の介護は、主として女性の務めだと思う
- E 痴漢に遭うと、自分に隙があったのだと思う
セックスに関する欲求を伝えたり、断ったりできない
夫や恋人がいないのは、女性として欠けたところがあるからだ
性的なことは、話すのもするのも汚らしい
- F 人と話をしたり意見を言った後でどう思われたかいつまでも気になる
頼まれると、断れなくて後悔する
人を誘いたいと思っても、迷惑でないかと誘えない
パーティーや集会では、自分以外は皆その場になじんでいるように思う

A B C D E F 合計

採点の方法と結果

Aは感情、Bは欲求、Cは能力、Dはジェンダー（女らしさの呪縛）、Eはセクシュアリティ、Fは対人関係です。各区分ごとの点数を合計します。

点数が高い方が、自尊度が高いと言えますが、あくまでも自分はどうかのを知ることです。他者と比較したり、良い悪い、何が正しいかを定めるものではありません。

完璧主義テスト

完璧って何だろう？他者と比べて自分に点を付けることはできません。誰も知らない基準に自分を合わせようとしているだけのことです。どこにゴールがあるかわからないのに、ただただ走り続けることなのです。結局誰も完璧ではあり得ないので（自分にOKを出せない人）

次に述べる文章に関して自分の考えを点数で入れてください。

まったくそのとおりだ 2点

- まあまあそうだ 1点
どちらでもない 0点
あまりそうではない -1点
まったくちがう -2点

自分には最も高い基準を課しないと、つまらない人間で終わってしまうだろう

もし私が失敗したら、人々は私を過小評価するに違いない

もし私が何をやるにしても、完璧にできないようなら、初めからする価値がない

失敗して平然としているのはよくないことだ

何事も最大の努力をもって試みなければ、人より抜きん出ることにはできない

弱点や欠点を露呈するのは恥ずかしい

何度も同じ間違いをすべきではない

結果が普通では不満足だ

何か重大な事柄に失敗するのは、人間としての価値を下げることだ

自分の期待に添えない時、自分を叱責し続ければ将来うまくやれるだろう

合計 _____

採点の方法と結果

まずプラスを全部足して、もしあればマイナスポイントの合計をそれから引いてください。

合計点数が0から20点にあたる人は、完璧傾向が強い、ということになります。反対に0からマイナス20点をとった人はその傾向が少ない、といえます。

「女性のためのグループトレーニング」
河野喜代美著（学陽書房）より

「わたし」の自慢比べ

これはグループで行います。多くの女性にとって自分の嫌な部分、好きになれないところを挙げる方が簡単で、自分の強さや良い部分、自分でほめたいところなどを挙げるのはとても難しいようです。短所も自分の思い込みかもしれません。人から見れば長所であったりしますから、グループの皆から長所になるように言ってもらってください。そして、皆の前で自分の長所を売り込んでください。ほとんどの女性は、「いつもは言えないけれど」「無理して言えば」「本当はこの半分位です」と自分の値打ちを隠そうとします。

自分で今の自分を認め好きになってください。自分が必要なものは自分で満たしてください。自分の夢を実現するために自分のもっているものをすべて使ってください。他人任せは止めましょう。



“りいぶる”リレーエッセイ⑥ 『真似っこ』の力

島 久美子(しま くみこ)

1956年生まれ。1976年より、子どもNPOの事務局スタッフの仕事に就き、NPOスタッフとして現場での活動を重ねる。わかやまNPOセンター設立にも関わり、現在、同センター理事・事務局次長、NPO法人子ども劇場和歌山県センター事務局長。

幸いなことに私には、NPO法人子ども劇場和歌山県センターの活動で、乳幼児から小学生、中学生、高校生と様々な年齢の子ども達と遊んだり、一緒に活動を創り出す機会がたくさんあります。和歌山市内ぶらくり丁に開設されている「乳幼児の親と子のつどいの広場キッズステーション」で出会う子ども達。乳児は、何もせずそこで眠っているだけでまわりの人たちが、あったかい気持ちになれる…。まさに宝物のような存在だといつも感じます。そういう意味では、私たち大人もひとりひとりが宝物なんだよなーとあらためて気づかされるのです。ほやほやの宝物である乳児たちは、人としてゆたかに育っていくエネルギーをいっぱいに秘めて、どの子どもみんな輝いています。

子ども達の成長の歩みには、それぞれのテンポがありますが、ある時期になると必ず大好きになるのが「真似っこ」。一人っ子でもキッズステーションへ来れば、少し年上のお友達と出会いがあります。自分はまだできない「タッチ」や「ハイハイ」ができる子をじーっと見つめている子ども達。「今日はできないけれど、明日はできるようになりたいな」そんな成長への意欲はすごいと、いつも感心します。真似っこ遊びの人気ナンバー1は「お料理づくり、お弁当づくり、食事ごっこ」です。キッチンコーナーは、2歳～3歳くらいまでの子どもたちでいつもあふれています。もう少し年齢の低い子たちは、てきぱきとお料理をつくる子どもたちの間に割り込みながら真剣なまなざしで、見えています。女の子も男の子もみんなキッチンコーナーが大好きです。子ども達は、本当に「食べること」が好きなんです。自分と家族と一緒に食卓を囲み、皆のうれしい顔、嬉しい顔を眺める時間が好きなんだなーと実感します。そしてやっぱり「真似っこ」が好きなんです。

「できたよー」と嬉しそうに声がかかると「ハイじゃあ、お父さん乾杯するよ」なんて、その時だけのお父さんの登場に笑っちゃうこともあります。日常的に接するまわりの大人の行動を、子ども達は本当によく見ている。そして大人が思うよりももっとしっかり「真似」しています。「家事分担」なんて難しい言葉は、さっぱりわからない年齢で、すでにそれぞれの子どもたちの中に基本的な感性が育まれていると言えるのでしょうか。

小学生の子ども達とは「地域ふれあいルームぶらくり

キッズプラザ」で、一緒に活動しています。1年～3年生の子ども達が中心のキッズプラザでは、クラフトあそびやカプラ(*)表現遊びなど、みんなでいろんな遊びを楽しんでいます。発達年齢の段階に応じて、それぞれに自我の確立にむけて歩いていくこの時期に、家庭や学校では出会うことのない様々な年代の子どもたちや大人と、一緒に楽しい時間をつくることはとても大切だと思っています。小学生になると、乳幼児期のような「真似っこ」遊びは見られなくなりますが、それでもやっぱり「真似っこ」をしているのです。特に高学年や中学生、高校生の思春期は、親から距離をとり、自我を確立させ人として大きく成長する時期です。子ども達は、ファッションの好みや遊び勉強をはじめ、とにかく自分のことを「友達とのかかわり」の中で自分で決めたくなる時期なのです。身近な大人の言うことに、素直になれないのは、身近な大人が嫌いになったのではなく、自我の確立という「山登り」を始めたからなのです。「自分で決める」とは言うものの、思春期の入り口に立つ自分は、まだ真っ白な状態です。そのとき「真似っこ」の力がまた発揮されると言われています。まわりの友達や先輩そして、自分と対等に接してくれる信頼できる大人などのかかわりの中で、「へえそうなんだー」と自分が共感できることから「よくわからんけどみんながやってるし...」レベルまで、とにかく「真似っこ」の中で、じっくり自分を創っていくのです。やっぱり「真似っこ」は人の成長の原点なのですね。

そう考えると、この時期に人とのどんなかかわりがあるかという事は、とても大切なことです。しかし「人のかかわり」よりも、「溢れる情報メディア」から影響を強く受けている子どもたちの現状があります。メディアの中身や子どもたちがどう受け止めるかという問題もありますが、私は「真似っこ」される関係づくりを地域でしっかり創っていこうと思っています。子どもたちから、ちょっと真似っこしたいなと思ってもらえる大人になればいいな、日々を楽しむことや自分を大事にすることを子ども達と一緒に共有したいなーと願いつつ。

*カプラ

フランスで生まれた素朴な木の造形ブロック。同じサイズの板を自由に積み上げたり、組み合わせて遊ぶ。

男女共同参画を推進する事業者登録第1号に 「ライフアクセス株式会社」が決定!



和歌山県では、男女が共に安心して生き生きと働くことができる職場環境づくりに取り組んでいる事業者を登録し、その活動を応援するため、県のホームページやいろいろなセンターニュースなどでその取り組みを紹介することとしています。

このたび登録第1号事業者にライフアクセス株式会社が決定し、8月1日には県庁知事室で木村良樹知事から同社の豊田英三代表取締役役に登録証が交付されました。

ライフアクセスの出発点

ライフアクセスの出発点は、あまんきみこさん作の『車のいろは空のいろ』（ポプラ社）という本について書かれた新聞記事でした。興味を持ったライフアクセス代表取締役の豊田さんは、早速その本を読み、心優しい運転手さんがお客さんと広げる心温まるお話に感動し、「こんな運転手さんが本当にいたら、きっとタクシーに乗ってみたいと思うし、街が楽しくなるだろうな」とタクシーの仕事に希望を抱き、始めたのが介護タクシーも行うライフアクセスという会社です。

女性が能力を発揮するための取り組み

タクシーは男社会というイメージが強いですが、「タクシーもサービス業の一つであり、本来女性に向いている職業」という考えの豊田さんは、女性の活用に積極的で、女性従業員の比率は37.5%と、県内の一般乗用旅客自動車運送事業者の平均10.4%を大きく上回っています。同社は、男性だから乗務員、女性だから事務といった画一的な配置をせず、個人の能力、適性に依りて仕事ができる環境づくりを行っています。

また、スキルアップをめざす従業員が、介護福祉士やホームヘルパーなどの資格を取得する際、講習等に係る費用の支援や勤務時間中の受講を認めるなど積極的な支援を行っています。こうした取り組みの結果、同社の介護タクシー乗務員全員がホームヘルパー2級の資格を取得しており、女性乗務員の割合も12.5%と県内の他の事業者に比べるとかなり高くなっています。

仕事と家庭の両立支援

まだまだ家事・育児の相当部分を女性が担っている現状を踏まえ、仕事と家庭の両立を支援するための取り組みを行っています。例えば、勤務時間については1ヶ月前に従業員の希望を聞いて、シフト表を作成しているほか、時間に制約のある従業員には、タクシーには乗車せず、訪問介護によるホームヘルプサービスにのみ勤務できる登録制を導入しています。子どもの急な病気などで帰宅しなければならないときなども、タクシーに乗車したまま一時帰宅することを認めているなど柔軟に対応しています。

街をおもしろくする会社をめざして

ライフアクセスの役割は、その名前のとおり、人々の生活をつなぐことです。将来は、コミュニティバスに代わるコミュニティタクシーとして、地域の人たちの日々の細かなニーズにも対応できるタクシーを各地区に1台ずつ配置する構想もあります。原点となった『車のいろは空のいろ』のように、タクシーに乗ってくれたお客さんが楽しい気持ちになって、「和歌山っていいなあ」と思ってくれる、そしてそれをまちづくりへとつなげていきたい、そんな希望を乗せて今日も空色のタクシーが和歌山の街を走ります。

その他の登録事業者

きのくに信用金庫（登録番号男女第2号）			
所在地	和歌山市	業種	金融業
H	P	http://www.kinokuni-shinkin.jp	
配偶者の分娩時に3日間の特別休暇を付与し、父親の休暇取得を推進している。 産休・育休職員に対し定期的に会社情報を送付し、育児休業を取得しやすく、復帰しやすい環境整備づくりに努めている。 パート職員を含む全職員に冊子「セクハラ防止マニュアル」を配布し、職員にセクハラ防止について周知している。			

ライフアクセス株式会社（登録番号男女第1号）	
所在地	和歌山市中之島2287
業種	一般乗用旅客自動車運送業及び訪問介護事業
H	P
http://www.yutakatransport.co.jp	
従業員数	24人（男性15人 女性9人）
介護タクシー乗務員数	16人（男性14人 女性2人）

女性従業員の割合

女性 37.5%
男性 62.5%

女性乗務員の割合

女性 12.5%
男性 87.5%

ユタカ交通株式会社（登録番号男女第3号）	
所在地	和歌山市
業種	一般乗用旅客自動車運送業
H	P
http://www.yutakatransport.co.jp	
女性数が圧倒的に少ない職種にもかかわらず、同業他社と比べ女性乗務員数が多く、また女性比率も高くなっており、勤務時間など女性が安心して働くことができる職場環境を整えている。	



主催講座「ココロに種まき ワークショップ」を終えて

“りいぶる”では、6/24～7/22の間、5回連続で主催講座「ココロに種まきワークショップ」を開催しました。その講師を務めていただいた、たかいたかこさんに、ワークショップで伝えたかったことや絵ことばとの出会いなどについてお聞きしました。

いつも私は、いろいろな人のつながりを通し、新しい出逢いをさせていただいています。今回も、ご縁あって“りいぶる”で「ココロに種まきワークショップ」をさせていただくこととなりました。

「ココロに種まきワークショップ」とはどういうものかといえば、それは手法や技法を学ぶのではなく、自分のココロと向き合い、今、自分が感じ、伝えたい思いを作品に仕上げていくというものです。誰にどういうことを伝えたいのか。それは、自分であったり、家族であったり、社会であったり...その人その人の生きてきた道や環境がさまざまなカタチとなって、作品に姿をかえていきます。とはいえ、作品ができるまでの過程は、決して楽しいだけの時間とは言いがたいように思います。向き合いたくない自分に向き合わなければならないときや知らなかった自分に気づくこともあるからです。向き合い、振り返ることは確かにしんどい作業だと思います。でも最後には、その向き合ったごほうびとして「その人らしい作品」いえ「その人にしか描けない作品」が生み出されていきます。

人は、他者のいろいろな感情に触れながら生きています。その感情が、自分の思いに寄りそってくれるものならばいいのですが、そうではないことも少なくありません。そんなとき人は、いろいろな方法で自分の感情を処理していきます。でも中には、処理しきれず重く残ってしまう感情があるのも事実です。そんな重い感情を「ココロに種まきワークショップ」を通して、少しでも出して頂くことができたならばと思い、ワークショップを行っています。私が、受講して下さった方々のココロを軽くすることができるとは思っていません。でも、ほんのちょっぴりでもいい、何かを感じていただく「きっかけの種まき」ができればなあとココロから思っています。

私は、出産後「産後うつ」に陥りました。立派な母親になれない自分、子育てを上手にこなすことができない自分に強い嫌悪感と、そんな私が母であることに強い罪悪感を持ちました。うつは、究極にしんどいとても辛い経験でした。しかし「年」という単位が過ぎていく中、少しずつではありますが、以前の暮らしに近い生活をおくることができるようになっていき、現在に至っています。

「どうやってうつを乗り越えられたのですか？」と聞

かれることがあります。私にはうつを乗り越えたという感覚はありません。それは、今でも「以前の私」のままの面を持ち合わせているからです。偏った性格も度を越えた心配性も根拠のない不安も抱えたまま。何が大きく変わったということはありません。でも、あえて違うところをあげるとすれば、そんな自分をそのまま受け入れられるようになったように思えます。自分だからわかるイヤなところや嫌いなところを、「それも自分だからしょうがない」と思うことができるようになりました。

「一生、この不安としんどさから抜け出せないのではないか...」そう感じていたあときの自分と同じ思いをしている人が、今もなおいることを知ってから、今の自分の思いを伝える方法はないかと考えました。その思いが「絵ことば」誕生につながっていきました。「楽になる日があること」「現実を変えることは難しいけれど、見方に幅を持たすことで楽になることもあるということ」などなど、いろんな思いを込めて今まで「絵ことば」を描き続けてきましたし、これからも描き続けていきたいと思っています。

最後になりましたが、“りいぶる”での講座は、本当に楽しい頂きものいっぱい講座でした。そんな講座の機会を与えて下さった“りいぶる”の関係者のみなさまにココロからお礼と感謝を申し上げます。本当にありがとうございました。



たかい たかこ

たかいたかこさんプロフィール

イラストレーター、絵ことば作家。1996年、広報誌や情報誌でイラストレーターとして活動を開始。2000年、絵ことばの創作活動も開始する。子育て中に、マタニティブルーと育児ストレスららうつに陥った経験を通し、応援でも励ましでもない、しんどさを共有できるような作品を描き続けている。

りいぶるフェスタ2005 ～女男に拓こう未来の扉～ 開催のお知らせ

県民の皆さんに男女共同参画を身近なものとして考えていただくため、今年もりいぶるフェスタを開催します。多数の方のご来場をお待ちしています。

日時 平成17年11月19日(土)
13:00～15:00

場所 和歌山ビッグホエールアリーナ(和歌山市手平2丁目1-1)
定員 240名

ふれあい人権フェスタ2005と同時開催です。

公開講座 「女もいきいき 男もいきいき

～山下さんちの物語～

講師：宝井 琴桜さん(講師)

宝井琴桜さんと木村知事による対談

男女共同参画いきいき大賞表彰式

男女共同参画啓発ポスター展及びココロに
種まきワークショップ受講者作品展(～20日)

受講料無料

一時保育(要予約)・手話通訳有り



秋田県出身。1968年、田辺一鶴に入門。1975年、女性初の真打昇進。古典の他、各地の伝説や歴史上の女性を創作講談として自作自演。特に現代の女性問題を楽しく語る「山下さんちの物語」シリーズに力を入れている。

お問い合わせ先

和歌山県男女共生社会推進センター「りいぶる」

TEL 073-435-5245 E-MAIL e0315012@pref.wakayama.lg.jp



わがまちの男女共同参画

このコーナーでは、県内の市町村の男女共同参画行政担当課室を紹介します。

白浜町企画観光課 鎌谷隆志

男女共同参画の取り組みについて

本町では、平成14年から白浜町男女共生社会づくり推進懇話会を設置し、様々な立場の委員に討議いただきました。そのまとめとして、昨年9月に「白浜町男女共同施策推進のために」という形で今後の必要な施策について提言をいただいております。

この提言を踏まえ、今年度末に控えております合併を機に、長期的な男女共同参画の施策を新町長期総合計画に組み入れたいと考えております。

今年度の啓発事業について

6月の男女雇用機会均等月間では、白浜町のコミュニティFMビーチステーションの行政放送にてラジオ広報を行い、制度の周知を図るとともに女性雇用管理セミナーのお知らせを実施いたしました。今後も、必要に応じて町広報への掲載、ラジオ広報を行ってまいります。

担当者からひとこと

職場や家庭など、置かれている立場や状況により取り組むべき問題は異なりますが、どのような立場でも常に男女共生について意識を持つことが重要だと思います。まだまだ課題は山積していますが、男女がお互いを尊重し合い、男女共同参画という言葉を使わなくても済むような社会をめざして、行政職員として、また一個人として課題の解決に取り組んでいきたいと考えています。

地域で活動中のグループ紹介

熊野本宮
おかみ
女将の会

会長 菊池 博子

連絡先:熊野本宮観光協会内
TEL 0735-42-0735

本宮町内の宿泊施設の女将さん方による集まりで、県の観光課からの勤めがきっかけとなり、設立されたのが2年前の秋でした。その頃、下降線の宿泊業を活性化させたい、いろいろと勉強したい、情報交換の場があれば等々の強い思いがあり、それがすばやい結成に繋がったと思います。「女将の会」という名前から連想される女性的なイメージにはとらわれず、今本当に必要なことは何かとの観点で考え、活動しています。これまでに、熊野古道研修4回、九州、山形の温泉地視察旅行2回、観光キャンペーン参加協力、絵手紙教室等行って参りました。中でも絵手紙教室は毎月第1・3火曜日に安田信太郎先生を講師として1時間程度行っており、あわただしい日々の中、ほっとできるひとときがたいへん好評です。この教室は一般の方の参加も受け付けていますので、興味のある方は熊野本宮観光協会(0735-42-0735)までどうぞ。

男女共生社会づくり講座・イベント

りいぶるわいわいサロン「シングルマザーのライフプランについて考えよう！」

開催日時	講座内容	講師	開催場所	募集人数	備考
10/22(土) 13:30～16:00	子育てや仕事のことを中心にしたシングルマザーのライフプランについてのお話と交流会です。	中野冬美さん (NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西代表)	“りいぶる” 技術講習室 (和歌山市)	20人 (先着順)	一時保育締切 10/11(火)

ちょこっとシアター ～映画を観て話して知ろうよ広い世界！～

開催日時	内容	上映作品	開催場所	募集人数	備考
11/26(土) 13:30～16:30	映画を観て、結婚や子育てなど身近なテーマについて参加者同士で気軽に意見交換します。	上海家族(假装的感覚) 監督 彭小蓮(ホン・シャロン) 出演 周文僑他(チャウ・ウェンケイ) (あらすじ)家庭を省みない夫との離婚を決めた母は娘と共に祖母の元へ。二人は困難に直面しながらも歩き出す。	“りいぶる” 研修室 (和歌山市)	30人 (先着順)	一時保育締切 11/15(火) (財)県国際交流協会との共催事業です。

DV被害者支援のためのトレーニング講座

開催日時	開催場所	上映作品	講師	募集人数	備考
和歌山会場 11/29(火)・12/6(火)	“りいぶる”研修室 (和歌山市)	DV被害者の置かれている状況理解を深めるため、支援に必要な実践的な情報をもとに、基礎知識と技術の習得をめざします。	小倉千加子さん (ドメスティック・バイオレンス・タスク・フォース 代表)	各会場 20人 (先着順)	申込締切 11/15(火) 一時保育も同じ
橋本会場 1/24(火)・1/31(火)	橋本市文化教育会館 (橋本市)	支援者のためのワークループ 支援者のためのワークショップ 1			
田辺会場 2/7(火)・2/14(火)	ひがしコミュニティセンター (田辺市)	支援者のためのワークループ 支援者のためのワークショップ 1			
新宮会場 2/18(土)・2/25(土) いずれも10:00～16:00	井の沢隣保館 (新宮市)	積極的傾聴 支援者のためのワークショップ 2			

申込方法 電話、ファックス、Eメールで、住所、氏名、年齢、電話番号を“りいぶる”までお知らせください。
参加費 無料 メールアドレス e0315011@pref.wakayama.lg.jp

りいぶる
相談室から

自分を大切に
するために…

“りいぶる”では、女性が抱える様々な悩みを受けとめ、自分らしく生きるお手伝いをしています。
一人で悩まずにまずお電話ください。

総合相談

毎週月～土曜日 [面接相談] 9:00～17:30

[電話相談] 9:00～20:30

相談専用電話

073-435-5246

女性のためのカウンセリング

毎月第1・2・3金曜日 13:00～17:00 [要予約]

女性のための法律相談

月3回 13:00～16:00 [要予約]



企画・発行

和歌山県男女共生社会推進センター

りいぶる

〒640-8319 和歌山市手平2丁目1-2
県民交流プラザ 和歌山ビッグ愛9F

TEL(073)435-5245・FAX(073)435-5247

URL <http://wave.pref.wakayama.lg.jp/danjo/>

開館時間 午前9時～午後8時30分

休館日 毎週日曜日・国民の休日(祝日)、年末年始(12月29日～1月3日)