

男女共同参画センター

# りいぶる

～男女共同参画社会づくり～



写真提供：橋爪喜代さん（りいぶる人材養成講座修了生）

## CONTENTS

- ①② 特集『栄養士&野菜ソムリエに聞きました。  
食と仕事と子育てと』  
『地域の子カラ』
- ③ DV Q&A
- ④ 男性の電話相談案内・新図書の案内
- ⑤⑥ 講座ればおと
- ⑦ りいぶるフェスタ2010案内  
参画課いんぷいおめーしょん

### “りいぶる”相談室から ～あなたはあなたのままで～

“りいぶる”では、女性が抱える様々な悩みを受けとめ、自分らしく生きるためのサポートをしています。

まずはどんなことでもお電話ください。

**相談専用電話 073-435-5246**

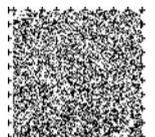
◆総合相談 毎週火～土曜日 [面接相談] 9:00～17:30 [要予約]  
[電話相談] 9:00～20:30  
日曜日 [面接相談] 9:00～16:00 [要予約]  
[電話相談] 9:00～17:00

◆女性のためのカウンセリング

毎月第1～4金曜日 13:00～16:40 [要予約]

◆女性のための法律相談 月3回 13:00～16:10 [要予約]

◆女性のためのチャレンジ相談 毎月25日 14:00～16:15  
(10月のみ26日) [要予約]



この冊子には、音声コードが、各ページ下に印刷されています。

# 栄養士&野菜ソムリエに聞きました。 食と仕事と子育てと

仕事と育児の両立を実現するには、お互いの協力が必要です。

栄養士である平野佳代子さんと、野菜ソムリエの資格を持つ平野永悟さんご夫妻は、共同で料理教室を運営されています。また、民間企業やコミュニティーセンターなどで開かれる「男の料理教室」の講師もされています。二人三脚で助け合って、仕事と子育てを両立されたお二人にお話を伺いました。



平野永悟さん 平野佳代子さん

## お二人のお仕事について・・・

平成元年にスタートした料理教室は、料理だけでなく“食”に関する事ならなんでも教えてくれます。長年のお付き合いのある生徒が多いのは、平野さんご夫妻が人と人との出会いと繋がりを大切にしているからです。

栄養のことだけでなく家庭菜膳にも詳しい佳代子さんはとても研究熱心で、疑問がわくと、本やインターネットなどを使って納得のいくまでとことん調べます。「料理に関する事は何でも勉強して、たくさん吸収したい。『“食”に関する事なら平野先生や!』と言われるようになりたい」と話されました。この“食”に対する情熱が、たくさんの人に

慕われている理由です。

一方、永悟さんは物腰の柔らかい優しいお人柄です。「男の料理教室」で講師を務める傍ら、野菜ソムリエの資格を取得したので、料理を教えながら野菜の授業もできるようになりました。「料理を教えるだけではなく、野菜を食べることの大切さや食べ物の豆知識なども伝えていきたいです」と仰います。

## 子育て、また仕事との両立について・・・

子どもが生まれた当初、永悟さんはデザイン関係の仕事をしていましたが、自分の仕事は夜にまわし、昼間は育児をしました。佳代子さんが料理学校に勤めていたからです。佳代子さんは授業と授業の合間に家に戻り授乳するなど、お互いにできることのバランスをとりながら、協力して育児をしてきました。

「誰も頼る人がいなかったのが自然とそうなったのです」と穏やかに話されるお二人ですが、仕事との両立が大変な毎日の暮らしでケンカは無かったのでしょうか。

「ケンカはなかったですね。たまに言い争うことがあっても、その時だけで終わらせて引きずらないようにしました」

仲の良いお二人ですが、子どもの教育に関してはよく意見が食い違ったそうです。でもそんな時でも、自分の意見をしっかり言い、相手の意見もしっかり聞いて話し合うので、険悪な雰囲気は後を引くことはなかったそうです。夫婦としていい関係を保つための秘訣が、そこにあるように思いました。



## “食”と子育てについて・・・

長年、“食”に携わってきた佳代子さんですが、子育てで気になることがあるそうです。

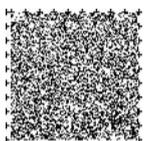
「食事は何でもバランスよくとるのが基本ですが、これがなかなか難しいのです。原因のひとつには、親の好き嫌いが多いということがあります。子どもは親のすることを見て育ち、親と同じことをするようになりますから、親に好き嫌いが多いとその子どもにも好き嫌いが多くなり、食事の偏りがでてくるのです」

佳代子さんは、食事は何を食べるかだけではなく、その食べ方も重要だと言います。正しくお箸が持てる、肘をついて食べないなど、親は子どもに小さい時から正しい食べ方のしつけをしてほしいと話されました。

最後にご夫妻の夢をお聞きしました。子育てと仕事を両立しながら育てた娘さんと、一緒に料理の仕事をするのだそうです。

ご両親の働く姿を見て育った娘さんは、現在、“人の役に立てる仕事がしたい”と大学で心理学を学ぶ道を選び、夢の実現に向けて学業に邁進中です。

「心理カウンセラーになった娘と一緒に、参加者に対して必要があれば、料理を教えることを通じてカウンセリングなどの支援をすることができればうれしい」と、親子3人で仕事をする日が来るのを心待ちにしているようでした。



## 地域の子カラ 第1回 伊都 (橋本市、かつらぎ町、九度山町、高野町)

地域(地域コミュニティ)は、家庭とともに人々にとって最も身近な暮らしの場です。多様化していく社会の中で、男女がともに力を合わせて地域力を高めていくことは男女共同参画社会の実現に向けて不可欠な要素です。

県内の地域を支える人や活動を通じて今の「地域の子カラ」を探っていきます。1回目は「伊都」地域。ボランティアグループ「ITO☆WINN」と「Slow Wave」などで女性の視点にたった子育て支援や女性が気軽に立ち寄れるカフェを運営している県男女共同参画審議会委員 平木貴子さんと、九度山町で女性のボランティアグループが特産品の販売や観光案内を行う「真田いこいの茶屋」のもとを訪れました。

### 平木 貴子さんのお話

伊都地域の人々が、より良く暮らせるために何が必要か、私の考えをお話します。

私が活動している伊都地域では、男女共同参画の活動をしている単体のグループがまだまだ少ないのが現状です。行政においても、もっと地域の人材を育成するための事業があれば、人と人の繋がりが広がるのと思います。私は県の相談員養成講座を受講しましたが、橋本へ帰って相談事業を起こそうとしても、一人では何もできないという現実がありました。地域の中で人材を養成していくことは大事です。なぜかという、私達が地域で主体となり事業の企画をし、実施するには、人材養成講座等を受講して、それだけの実をつけておかないと難しいからです。

地域で最も関心のある子育てについては、母親のしんどさ、家族の問題を周囲の人達に理解してもらうことが大事です。そして、男性と一緒に子育てに取り組むことも男女共同参画だと気づいて欲しい。子育て一つをとっていろいろなものの見方、考え方があることを柔軟に考えて、多様性を受け入れていけたらいいですね。

自分が抱えている問題は、他の人達も抱えている問題であることが多いので、女性が抱えている問題を、今の社会の女性の状況だと気づくことが女性を支える力になり、女性の力になっていく、それが地域の人材を育成していくことに繋がります。土壌的には伊都地域の女性グループにはパワーがあると思います。けれど、まだまだ女性の意識は内側に向いている。これを外側に向けることができればいいですね。そのためには、男性も女性も意識的に変わっていきけるように、地域社会に働きかけなければならないと思っています。



平木貴子さん

### 真田いこいの茶屋：代表 榎本美保子さんに聞く

九度山町のために何かをしたいという思いがひとつになり、九度山町の住民クラブ(男女60人)から女性のボランティアグループ(代表榎本美保子さん)が誕生しました。町の活性化のために「真田いこいの茶屋」を運営しています。

「真田いこいの茶屋」は、戦国時代の真田昌幸、幸村父子隠棲の屋敷跡「真田庵」などを訪れる観光客が休憩のために立ち寄り、談話できる場となることを目指しています。一步店内に足を踏み入ると、笑顔の素敵な皆さんが出迎えてくれ、和やかな気持ちになれます。物産店では、地元の人達が作ったこんにゃくや野菜、真田幸村Tシャツなど地元ならではのお土産が販売されています。

この茶屋のほっとできる雰囲気は、仲良し15人(45才~85才)のチームワークが作り上げています。みんなが自主的に動いて、できる人がやればいいのかというのがモットー。発足当初からの変わらぬメンバーで運営しています。

「家族の理解と協力のおかげで、ここで働くことができ、毎日が楽しくてしょうがない。お客さんの笑顔を見るのが何よりのパワーの源。九度山町に住んでいてよかった。本当に九度山町が大好きです。」と話される笑顔が印象的でした。

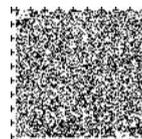
「九度山町には観光スポットがたくさんあるから、観光客を呼び込む材料はたくさんあります。都会の人が田舎の料理を食べに来てくれればうれしい。九度山町の活性化のために頑張りたい」と代表の榎本美保子さん。メンバーの皆様の『元気な九度山町』を願う気持ちが伝わってきました。



物産店の様子



真田いこいの茶屋のメンバーの皆様



# DV(domestic violence) 家庭内暴力についてQ&A

パートナーから受ける暴力のことを家庭内暴力（ドメスティック・バイオレンス）と言います。一方が他方を暴力によって支配する状態を指しています。よって、男女を問いません。しかし、被害者の多くは女性です。

女性（男性）が、夫（妻）や恋人など身近な男性（女性）から受ける暴力行為には、殴る、蹴るといった身体的暴力、罵声を浴びせたりする精神的暴力、性的行為を要求したりする性的暴力や生活費を渡さないなどの経済的暴力があります。

家庭内暴力は人権侵害であり、犯罪へと繋がっていきます。それだけでなく被害者の身体と心にも深い傷を残します。事態が深刻化する前に、誰かに話を聞いてもらうことが大切です。もしかしたら、あなたの周りでもDVは起こっているかもしれません。

ひとりで悩まないために、よく聞かれるDVについての疑問をりいぶる相談員に聞きました。

## Q DV被害を受けて悩んでいる友人に対して、どのように対応したらいいですか？

A まず、あなたと友人が問題を抱え込むことのないようにしてください。専門の相談窓口で勇気を出して相談してみましょう。

## Q どうすれば、暴力（DV）をふるう夫（妻）が変わりますか？

A 加害者は「相手が変わるべき。」と思っている人が多く、なかなか自分側が変わるというきっかけに辿り着けません。加害者が自ら気づくのは難しいと思います。

## Q 夫は「だれのおかげで食べられるのだ。」「お前のせいで、こうなった。」と怒鳴ります。確かに、私は働いていないのですが・・・。

A 夫が働けるのは妻の支えがあるからです。だから、自分を責める必要はありません。このことは、「男は外で働き、女は家庭を守る」「妻が夫に従うのは当然」といったステレオタイプの考え方や経済力の格差などの社会的状況が影響しているといえます。

## Q 夫が殴るのは私だけで子どもには暴力を振るいません。子どもに対しては良い父親だと思うので、私は殴られても子どものために我慢しようと思います。

A お母さんが殴られているところを目撃する子どもは深く傷ついています。このことは、子どもにとって悪影響を及ぼすだけでなく、子どもへの虐待ということになります。

## Q 最近、デートDVという言葉を目にするのですが、どういったことですか？

A 恋人から受ける（身体的・精神的・性的）暴力のことをいいます。10代や20代のカップルの間でも、相手を束縛したり、暴言を吐いたりするなどの暴力が起こっています。勝手に携帯のメールを見たり、メールを削除したりすることも含まれます。

### \* DVに関する相談窓口 \*

●和歌山県子ども・女性・障害者相談センター

TEL 073-445-0793 (9:00~22:00)

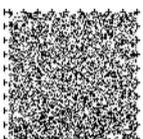
●“りいぶる”でも相談を承っています。TEL 073-435-5246

### \* デートDV啓発事業 \*

**日時** 12月5日(日)「講演会とパネルディスカッション」13:30~16:00 予定

**場所** 和歌山ビッグ愛 1階 大ホール

県内の大学生にデートDVに関するアンケート調査を実施しました。その調査結果をもとに、デートDVを防止するための講演会とパネルディスカッションを開催します。



## “りいぶる”相談室・男性相談(電話相談)

和歌山県男女共同参画センター“りいぶる”は、10月から男性のための電話相談を実施します。相談を通じ、社会的につくられた「男らしさ」へのとらわれに気づくとともに、自分を大切にす気持ちを取り戻し、その人らしい生き方ができるようにサポートします。

家族関係の悩み、パートナーとの気持ちのズレ、職場や地域社会でのストレスなど、どんな事でも「しんどい」と感じたらお気軽にお電話ください。

男女共同参画の視点をもった男性相談員が、気持ちを受け止め一緒に考えます。

秘密は厳守し、相談料は無料です。

### ●相談実施日・毎月第二木曜日

平成22年10/14、11/11、12/9・平成23年1/13、2/10、3/10

### ●対象/男性

●実施時間 各回16:30～20:30 \*相談時間はひとり50分程度

●先着順・予約優先

●お問合せ・相談の予約、受付 “りいぶる”相談室・男性相談窓口

TEL 073-435-5246

●予約受付時間/月曜日・祝日・年末年始(12/29～1/3)を除く9:00～20:30

\*日曜日は9:00～17:00

図書・情報資料室から 新図書紹介 **りいぶるがおすすめするこの1冊!**

### 四十九日のレシピ 伊吹有喜著/ポプラ社



プロローグを読んだだけで涙が……。乙母(おっか)はいない。でも、乙母(おっか)の人を包み込む優しさがひしひしと伝わってくる。愛情は周りに伝染していく。そんな中で四十九日の大宴会が始まる。流した涙の分だけ、心が暖かくなりました。(本のかわいい絵を見て、登場人物を想像してみてください。)

### ゲゲゲの女房 武良布枝著/実業之日本社



NHKで放映された同名ドラマの原作本。奇をてらわず、気負わず素直に書かれた文章は読みやすく著者の心情もストレートに伝わる。夫 水木しげるが人気漫画家になるまでの幾多の苦労をも「何とかなる」と明るく生き抜いた主人公の素直さ、感謝の心、夫を信じ抜く強さに励まされる。

### ピンクがすきってきめないで ナタリー・オンス作/イリヤ・グリーン絵



／ときありえ訳/講談社

自分を持っている「わたし」、女の子だから男の子だからと決めつけずに「自分らしく」を大切に!が伝わる。「わたし」の目力がいい!

### とにかくさげんでにげるんだ ベティー・ボガホールド作/河原まり子絵

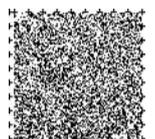


／安藤由紀訳/岩崎書店

子どもが読んでも分かりやすい文章で書かれているので、親子で誘拐や性犯罪について、スムーズに話し合えるきっかけになります。親という立場で読むとショッキングな内容ですが、子どもにとっては、タイトルだけでも覚えていれば、いざという時に活かせる本です。

\*ボランティアスタッフが作る書評誌「りいぶるBook～これ。読んだ?～」もご覧ください。年4回発行しています。

\*“りいぶる”では、このほかにも関連図書・ビデオの閲覧・貸出ができます。お気軽にご利用ください。



## 「スイッチON!で夢を実現☆」(ワーク・ライフ・バランス講座) 「幸福(しあわせ)のスイッチ」上映会と参加者交流会

開催日時：平成22年6月26日(土) 13:30~17:15

講師：映画監督 安田 真奈さん

雨がぽつりぽつりとこぼれる梅雨の屋下がり、2006年に田辺で撮影された映画「幸福のスイッチ」の監督・脚本を手掛けた安田真奈さんにお越しいただき、「スイッチON!で夢を実現」(ワーク・ライフ・バランス講座)と、映画「幸福のスイッチ」の上映会を開催いたしました。

講座では、安田さんが会社員時代に、年に1~2本は映画を撮るという目標を設定し、仕事の合間を縫って、映画制作に打ち込んできた時の苦労話や本格的に映画監督業に専念し始めた時の話等を、自作の映像を交えて魅力的に話されました。

映画を撮り始めた頃は、大学時代の仲間の協力がありました。それぞれの仕事の都合などで、手伝ってくれる人が少なくなっていました。けれど、安田さんの映画制作をひとつづつに聞いた人達がどんどん手を貸してくれるようになり、人と人とは繋がっていけると強く感じたそうです。

映画制作をしていることは職場には話していませんでした。(映画ばかり頑張っていると思われなくて、仕事は仕事で張り切ってされていたそうです。)期限や条件のある中で仕事をしていたので、今でも、クライアントからのどんな条件も、苦にはならないそうです。肝心の映画制作は仕事を終えてからの作業だったので、非常に限られた時間を使って集中的に取り組んだことが、今も時間管理や短時間で作品を創り出すことに役立っているとのことでした。

また、映画の仕事を得るための営業努力など、普段は聞けないお話もありました。映画会社にいか自分の作品を見てもらうかを考え、予告編の冒頭に、観客の「感想インタビュー」を入れることで、観たい気持ちにさせる作戦が上手くいきました。実際の映像を見せながら話されたので大変分かりやすかったです。映画会社は東京にあるので、「関西人、会社員、女性」といった条件はマイナスになりがちですが、「覚えてもらいやすい」というプラス面もみつけられたそうです。



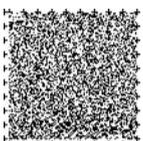
映画「幸福のスイッチ」は素朴な田辺弁が使われ、海や山、梅の花などの美しい田辺市の風景と共に、主人公の心の成長や家族の絆を感じる心温まる内容でした。安田監督に撮影時の裏話をお聞きした後だったので、一味違った目線で映画を見ることができて普段の何倍も楽しむことができました。

応募者総数70人を超えるほど、満員御礼となりました。ありがとうございました。



### プロフィール 安田真奈さん

1970年生まれ、奈良県出身。映画監督、脚本家。大学時代から映画を撮り始める。卒業後、メーカー販促部門に総合職として勤めながら「OL監督」として各方面に取り上げられた。2002年秋、退職して監督・脚本に専念する。



## 「自分を発見！交流分析」3回講座

開催日時：平成22年7月23日、30日、8月6日（金）13：30～15：30  
講師：大阪心のサポートセンター・カウンセラー 椿本 玲子さん

チャレンジ支援事業の講座の一つ、「自分を発見！交流分析」講座を開催致しました。

1回目の「自分の心の状態を見よう！」では、自我状態の説明があり、心を5つに分けて分析する、エゴグラムに取り組み、グラフに表しました。グラフの低いところを上げることで「自分を変えることができる！」、これが交流分析の良いところです。



2回目の「やりとり分析」では、相互的なやりとりについての説明を聞き、「無意識を意識化する」「コントロールすること」について学びました。グループでセリフ作りをすることで、具体的な交流の状態について理解が深まりました。

3回目の「ストロークに注目！」ではストローク（他人の存在を認めたことを表す行動）について教えていただき、プラスのストロークの大切さや、コツを学びました。

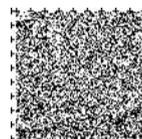
## メディア・リテラシー講座「子どもたちのマンガにひそむもの」

開催日時：平成22年7月24日（土）13：30～15：30  
講師：NPO法人SEAN 副理事長 遠矢 家永子さん



暑い夏の午後、メディア・リテラシー講座「子どもたちのマンガにひそむもの」を開催しました。30年前と比べて、私たちが受け取るメディアからの情報量は、600倍以上になっているという遠谷さんのお話に、参加者の皆さんも驚かされていました。また、現在の子どもたちが読んでいる雑誌やコミックに描かれる暴力や性情報には間違っただけのものも多く、そのうえインターネットなどに触れる機会も増えているため、子どもたちは危険な情報の中におぼれているという講師の話から、「メディアからの情報がこのように変化していることを初めて知り、ショックを受けた」と言う方もいらっしゃいました。質疑応答では活発に質問も出され、多くのメディア情報の中で、流されずに自ら正しい情報を選ぶ力を身につけることの重要性を知り、まずは大人がメディア・リテラシーの必要性に気づく機会となりました。参加していただいた皆さま、どうもありがとうございました。

暑い夏の午後、メディア・リテラシー講座「子どもたちのマンガにひそむもの」を開催しました。30年前と比べて、私たちが受け取るメディアからの情報量は、600倍以上になっているという遠谷さんのお話に、参加者の皆さんも驚かされていました。また、現在の子どもたちが読んでいる雑誌やコミックに描かれる暴力や性情報には間違っただけのものも多く、そのうえインターネットなどに触れる機会も増えているため、子どもたちは危険な情報の中におぼれているという講師の話から、「メディアからの情報がこのように変化していることを初めて知り、ショックを受けた」と言う方もいらっしゃいました。質疑応答では活発に質問も出され、多くのメディア情報の中で、流されずに自ら正しい情報を選ぶ力を身につけることの重要性を知り、まずは大人がメディア・リテラシーの必要性に気づく機会となりました。参加していただいた皆さま、どうもありがとうございました。



# りいぶるフェスタ2010開催!

◆日時：平成22年11月13日(土)  
13:00～15:00 (予定)

◆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)



## プロフィール

文教大学生生活科学研究所客員研究員。  
慶應義塾大学文学部卒業後、大手商社に入社。外資系証券会社を経て、現在はジャーナリスト、ライターとして多方面で活躍。山田昌弘・中央大学教授とともに「婚活」を提唱し、共著の「婚活時代」がヒットに。「婚活」は2008年度に続き、2009年度も流行語大賞にノミネートされるほど世の中に影響力を持つワードとなり、今日も注目されている。

♪男女共同参画いきいき大賞 表彰式

♪ミニミニコンサート♪

和歌山信愛女子短期大学ハンドベル演奏

♪公開講座

講師

しらかわ とうこ  
白河 桃子 さん (ジャーナリスト)  
テーマ『幸せのカタチ～婚活事情から～』

参加費無料。当日会場へお越しください。

## 青少年・男女共同参画課いんぷおめーしょん 男女共同参画推進事業者を登録しました。

株式会社 石橋 (登録番号 男女第47号) 平成22年7月6日

所在地 印南町 業種 ガソリンスタンド業、しいたけ栽培事業、就労支援事業

H P <http://www.1484c.com/>

社会福祉法人 黒潮園 (登録番号 男女第48号) 平成22年7月30日

所在地 新宮市 業種 特別養護老人ホーム等の介護保険事業

H P <http://www.kuroshioen.jp/>

「男女共同参画に関する県民意識調査」にご協力いただきありがとうございました。



企画・発行

和歌山県男女共同参画センター  
**りいぶる**

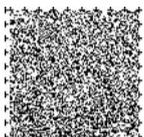
〒640-8319 和歌山市手平2丁目1-2  
県民交流プラザ「和歌山ビッグ愛」9F

TEL (073) 435-5245・FAX (073) 435-5247

URL <http://www.pref.wakayama.lg.jp/prefg/031501/index.html>

開館時間 火曜日～土曜日：午前9時～午後9時 日曜日：午前9時～午後5時30分

休館日 毎週月曜日・国民の休日(祝日)・年末年始(12月29日～1月3日)



「りいぶる」では皆さまのご意見、情報をお待ちしています。[メールアドレス] e0315011@pref.wakayama.lg.jpまで