

『星をさがして』 作：たあつこ=かおり（絵描き・アトリエ booka 主宰、橋本市在住）

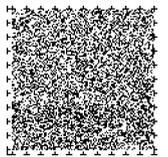
目次

- ① りいぶる★アイ「オトコの“錆びない人生”を考える」
男女共同参画週間公開セミナーレポート
- ② もっと知りたい！女（ワタシ）のからだ in 和歌山
性暴力救援センター和歌山 わかやま^{マイ}mine
- ③④ 特集：セクシュアルマイノリティ
- ⑤ 講座・イベント案内
- ⑥ “りいぶる” 図書室
青少年・男女共同参画課インフォメーション
- ⑦ “りいぶる” 相談室
「男女でつくる元気な和歌山」ポスター作品募集

今号の特集は、
セクシュアルマイノリティ!
ありのままの
「自分」を生きる

表紙デザイン作者、たあつこ=かおりさんコメント

『星をさがして』
山をこえると、草木が手をふる。海を渡ると、さざなみの音。町の明かりが小さく見える。
こんな日には、空に星を探しに行こう。静かな三日月、ひとつぶひとつぶ光る星。
ふんわり大空泳いでいたら、自分の中にもきらりと光る星を見つけた。
「幸せは遠くにあるものではなくて、自分の心の中にあるもの」。自分らしく輝ける明日へ、願いを込めて。





オトコの“錆びない人生”を考える

いくつになっても輝くオトコってカッコいい！ でも、そのためにはどうすればいい？

ミリオンセラー「女性の品格」の著者、坂東眞理子さんをお迎えし、“いぶし銀”のように輝くヒントが満載のセミナーを開催しました。

男女共同参画週間公開セミナー

男性のための 錆びない生き方 ～ワーク・ライフ・バランスの先に～

講師 坂東眞理子さん (昭和女子大学理事長・学長)

6月27日(金) 和歌山県民文化会館 小ホール



ライトグリーンのスーツに身を包み、颯爽と登場された坂東さん。少子高齢化が進む日本において、働き盛りから高齢期にわたる“錆びない生き方”をわかりやすく話されました。

坂東さんは、インドの哲学で人生を4つの時期(四住期)に分ける考え方を紹介、まず、人生を学ぶ準備期間の「学生」、仕事や子育てなどに全力投球して働く「家住」、そしてコミュニティとつながり関わっていく「林住」、最後に悠々自適に過ごす「遊行」になると解説。人生の後半期からの「林住」時期を充実させることが大切と述べられました。

特に男性は、仕事中心の社会に身を置いて生きている人が多いために、「仕事」「会社」「肩書き」によって人を判断し、人生の勝敗や価値を評価しがちだと指摘。充実した人生を送るには、『働いているときから会社の価値観に同化しないで、『心は組織離れ、肩書き離れ』を心がける。与えられたなかでベストを尽くして自分のやるべきことをやる。できなかったことも認めよう。そうして生きてきた自分に誇りを持つ。『等身大の自信を持って生きる』ことが大切』と話されました。

そして、日々の生活で実践できる生き方を紹介され、「男性も笑顔と姿勢は重要、服装にも気を遣うこと。自分のことは自分でコントロールして『自律と自立』をする、夫婦でも家事や介護など自分ができないときは相手に『ありがとう』の言葉を忘れず、ほどよい距離感を持って生活すること」と述べられました。

最後に、高齢者も志を持とうと提案。「よりよい人間になりたい、人間として成熟したい」と自分を向上させるために努力し、前向きな気持ちに切りかえ長い人生を生きることが、幸せで豊かな“錆びない人生”となると締めくくられました。

坂東さん直伝！



今日からできる！ “錆びない生き方”

健康な生活習慣

- ・腹7分目、一日10笑、深呼吸100回、千字、万歩

物を減らす

- ・物の命をいつくしむ (超整理法、捨てる技術、断捨離)

オシャレ

- ・あきらめない、妥協しない、数は少なくとも自分の誇り、似合わなくなったモノは手放す

子どもの自立

- ・世話をしすぎない、自分で判断し行動できる力をつけさせる

セミナーの詳しい内容は、りいぶるHP「イベントレポート」をご覧ください。 [こちらから→](#)



※今年の男女共同参画週間(6/23～29) キャッチフレーズは、“家事場のパパデカラ”。

もっと知りたい!女(ワタシ)のからだ in 和歌山

～上手に女(ワタシ)のからだとつきあうために～



6月15日(日) 和歌山ビッグ愛 大ホール
共催：ウィメンズセンター大阪 協賛：大塚製薬 協力：和歌山eかんぱにい

知っているようで知らない女性の体と心。

体と心について正しい知識を持ち「リプロダクティブ・ヘルス/ライツ」*の視点を持つことは、女性だけでなく男性にとっても大切なことです。このイベントで、正しく、楽しく、学びました♪

第1部☆基調講演 女性のカラダ基礎講座

講師：矢本 希夫さん (和歌山ろうさい病院副院長)



産婦人科医として女性を見守り続けてきた矢本さんは、女性の体の成り立ちと、月経のメカニズムや月経前後の心身症状、また更年期障害、子宮頸がん・体がんなど、女性特有の症状について解説されました。女性が身体的・精神的・社会的にも良い状態で健康で幸福な人生を送れるように、自分の体をよく知ることが大切と述べられました。

第2部☆基調講演 カラダと心の性的自己決定権

講師：原田 薫さん (ウィメンズセンター大阪)



原田さんは、「性的自己決定権とは、自己の性行動を選択し決定する権利のこと。これを侵害するのが性暴力です。性暴力を許さない社会にするためには、『被害者が派手な服装をしていたから』『性暴力の加害者は見知らぬ人がほとんど』といった強姦神話に惑わされず、正しい知識を身につけることが大切。それが性暴力を抑制する力になる」と熱く語られました。

ミニコンサートで心もほっこり♪



笛子奏者 森本有紀子さん

第3部☆トークセッション 女(ワタシ)のココロとカラダ ～上手につきあうために～

パネリスト

松岡 円さん (精神科医)

中西 理予さん (助産師)

和田伊津美さん (臨床心理士)

村上 京子さん (ジャイロキネシス認定トレーナー)

コーディネーター

原田 薫さん (ウィメンズセンター大阪)

松岡さんは、「虐待や不登校などの背景に親が問題を抱えていることがある。まず専門機関に相談してほしい」と話され、中西さんは、中高校生への「生」と「性」教育を通して自尊感情を育てる大切さを述べました。和田さんは、ストレスをためないための対処法を解説、リラックスできる呼吸法を紹介されました。最後に村上さんは、「体と心は影響し合う、カラダをほぐすことも大切」とジャイロキネシスのエクササイズを紹介。参加者も座ったまま体験し、リフレッシュできた時間となりました。



※リプロダクティブ・ヘルス/ライツの視点を持つ♪

「性と生殖に関する健康と権利」と訳され、女性が身体的・精神的・社会的な健康を良好に維持できる権利を持つことをいいます。

安全で満ち足りた性生活を営み、妊娠・出産について自分で決める権利を持つことも含まれます。誰もが社会の思い込みや他人から強要・強制されずに、セクシュアリティや性行動を自己決定する権利といえます。

性的な被害のことで相談したいときは…

性暴力救援センター和歌山

マイン わかやま mine

(和歌山県立医科大学附属病院内)

性暴力を受けた女性のために、女性支援員がこころとからだの回復のための細やかな支援を行います。

◆相談受付専用ダイヤル
オーエンキューキュー
073-444-0099

相談・医療

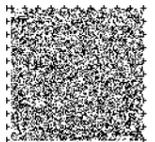
※祝日、年末年始を除く

9:00～17:00
(土・日は16:30まで)

※緊急避妊などの
緊急医療は22:00まで
(年末年始を除く)

からだところのケアと一緒に考えます。一人で悩まず、ご相談ください。

このイベントの詳しい内容は、りいぶるHP「イベントレポート」をご覧ください。



ありのままの『自分』を生きる

セクシュアルマイノリティは、「性的少数者」「性的少数派」などと訳されます。最近では、LGBT*と呼ばれることも多く、耳にしたことがある人もいるかもしれません。性別は男性と女性のみ、異性以外に性的指向をもつことがおかしいなどといった、従来の固定的な考え方に由来する性のあり方から逸脱しているとみなされ、差別を受けたり偏見を持たれたりすることがあります。

周囲からの誤解や理解の少なさなどから、学校生活や就職、結婚など様々な場面で、“ありのまま”でいられない生きづらさを抱えています。

男女共同参画がめざすのは、誰もが個性や能力を発揮し、自分らしく生きられる社会。それは、男女の性別にとらわれることなく、多様な生き方を尊重する社会です。男女共同参画とセクシュアルマイノリティへの理解は、同じ理念でつながっています。

最近では、自分たちがありのままに生きられる社会に向けて、企業や地域社会に働きかける団体や、当事者グループの活動が増えてきているよ！

☆知っておこう！多様な性を考える4要素☆

- ①**身体の性**
生まれながらの生物学的な身体の性のこと。
- ②**心の性（性自認）**
自分が認識している性別のこと。性自認（ジェンダー・アイデンティティ）を意味する。
- ③**社会的性（ジェンダー）**
生物学的な性別にかかわらず、後天的に身につけていく性。「男らしさ」「女らしさ」、服装などの性表現など。
- ④**性的指向**
愛情・恋愛感情・性的欲望の対象がどのような性別の人であるかということ。

※LGBT 性的指向と性別への違和感を持つ人を含めての総称。

- L: レズビアン
「女性として」女性を愛する対象とする人。
- G: ゲイ
「男性として」男性を愛する対象とする人。
- B: バイセクシュアル
女性も男性も愛する対象とする人。
- T: トランスジェンダー
体と心の性が違うために違和感を持つ人。性同一性障害（性別違和）を含む。

誰もが、
自分のありのままの
性のことも
話せたら…
きっとステキだよ。

そのために私たちが
できること、
それは、
「正しく知ること」。

「女らしさ」「男らしさ」より、
「自分らしく」がいいじゃない！

“りいぶる”HP「モデル事例集」では、性同一性障害を公表し、自分らしく生きるプロボクサー、真道ゴーさんを紹介しています。

長い間、体と心の性の違和感に苦しんだ真道さん。自分らしく生きる道としてボクシングと出会い、昨年、和歌山県初の世界チャンピオンに輝きました。



※詳しくは →



りいぶるフェスタ2014
真道ゴーさん 講演決定！
11月15日(土)和歌山ビッグホール内特設会場
ぜひ、生きざまにふれてください。

当事者のコト、
知りたい！

“ひとりじゃない”と思える居場所に

チーム紀伊水道 代表 衛澤 創さん(和歌山市) 詳しくはこちら チーム紀伊水道 検索

和歌山市を中心に、セクシュアルマイノリティとその理解者のためのグループを立ち上げ、活動している衛澤さんにお話をうかがいました。衛澤さんは女性として生まれ、性別適合手術を受け男性として生活しています。



Q: どんな活動をしているグループですか？

チーム紀伊水道は、当事者に限らずオープンでミックス(多様)な人たちのグループです。2か月に1回の交流会とメール相談(希望者には面談)、HPでの情報発信が主な活動です。

グループ立ち上げのきっかけは、持病のための通院先の精神科で「あなたと同じ状態の患者がいるが、和歌山には自助グループがないので相談にのってあげて」とある当事者を紹介されたことです。「必要とする人がいて、その場所がないなら僕がつくろう」と決断。仲間とつながることで、自分はひとりではないと思える。普段話せないことも、ここなら聞いてくれる仲間がいる。グループは、誰もが『心のゆとり』を持てる居場所となっています。

Q: 多様な生き方があたりまえになるには？

セクシュアルマイノリティが抱える悩みは、周りとの人間関係から生まれることがほとんどです。セクシュアルマイノリティへのいじめも根強く、自殺を考える人の割合も高いです。身近にいることがあたりまえになれば、偏見や差別もなくなるでしょう。そのために早い時期からの教育が必要だと思えます。

今後は、交流会の開催日を増やして、また紀南地域での開催や若い人の会なども検討中です。そして、家族のサポートも重要で、家族同士で思いを分かち合える場も考えています。

違いを認め合うことを怖がらず、気軽に交流会にも来てほしい。知ることから一歩が始まります。

チーム紀伊水道は、11月15日の人権フェスタに出展する予定。ぜひ訪れてみてください(*^_^*)

詳しいインタビュー記事は、
こちらから！



チーム紀伊水道への相談・お問い合わせは、eメール：kii.suidoh@gmail.com へ。

もっと知りたいアナタには… “りいぶる”図書室おすすめBook

ボクの彼氏はどこにいる？



著者：石川 大我
出版社：講談社文庫

現、豊島区議会議員の著者は中学生のとき同性愛者と気づき、それを隠すため苦しい思いを…。同じ仲間とつながり、理解者を得て「自分らしさ」を取り戻していく。初版は2002年。

カミングアウトは「理解し合うプロセスのはじまり」、同性愛への偏見のない社会へ。

NHK ハートをつなごう LGBTBOOK



監修：NHK「ハートをつなごう」制作班
出版社：太田出版

「LGBTは特別な存在ではなく口に出さないだけで、あなたの隣にいる」。LGBTを理解するためには、まずは正しく知ることから。LGBTがわかる本。

「セクシュアルマイノリティに優しい世界は、『普通』の人にも生きやすい」。多様な性を認め合える社会に、とのメッセージであふれている。

講座・イベント案内

詳しくは、“りいぶる”HP、県民の友をご覧ください♪

公開セミナー

みんなのいのちを守りたい！！ 毎日の生活にも役立つアウトドア流防災講座

アウトドアの知識を生かした実践的な防災術を学びます。子どももお年寄りもみんなと一緒に参加できるセミナーです。

日時：9月7日（日）13：30～15：30
会場：広川町役場大会議室
（広川町大字広1500）
講師：あんどうりすさん
（アウトドア流防災ファシリテーター）

語り合い広場

防災マッププロジェクトと考える “ママ目線の防災座談会”

ママ目線で考える、具体的な防災講座。簡易トイレづくりなどの体験、防災・減災についてみんなですり合う“防災座談会”も開催。

日時：9月9日（火）9：30～12：00
会場：“りいぶる”会議室A
講師：大久保 真季さんほか
（防災マッププロジェクト）

はじめての男女共同参画エキスパンダー養成講座 私が変わる！～自分らしく輝く社会へ～

男女共同参画の基本を学び、ネットワークづくりや地域でリーダーとして活躍するための講座。和歌山と田辺の2会場で行います。アナタが変われば社会も変わる！

（和歌山）日時：11/29、12/13、1/17 すべて土曜日 10：00～15：00
会場：“りいぶる”会議室A
（田 辺）日時：11/30、12/14、1/18 すべて日曜日 10：30～15：30
会場：田辺市市民総合センター（田辺市高雄1-23-1）
講師（和歌山・田辺ともに）
メイン講師：市場 恵子さん（心理カウンセラー、広島大学非常勤講師）
講師：奥田 美和子（男女共同参画センター職員）

※エキスパンダー（expand）「拡大する、展開する、発展させる」の意味。
エキスパンダー（expander）は expand する人（物）

女性のキャリア形成支援事業 女性のキャリアマネジメント力 up! 講座

結婚・出産をしても仕事を続けられるように、キャリアマネジメント力を身につけるための講座。いつまでも、自分らしく輝く“ワタシ”をめざして。

日時：10月22日（水）、11月20日（木）、
12月3日（水）すべて 13：00～17：00
会場：“りいぶる”会議室A ※最終日のみ会議室C
メイン講師：本庄 麻美子さん

（和歌山大学経済学部助教）
講師：小林 京子さん
（有限会社ヒューリス代表取締役）
（一社）起業支援ネットワークNICe理事

女性に対する暴力をなくす運動 （毎年11/12～25）



“りいぶる”では、期間中（※17・24日は休館日）に先着30人にきいちゃんメモ帳と入浴剤（予定）をプレゼントします。

夫・パートナーからの暴力、性犯罪、セクハラなど女性に対する暴力は、女性の人権を著しく侵害します。女性の人権尊重のための啓発を行います。

りいぶるで
待ってるワン!



“りいぶる”図書室

おススメ図書紹介 貸出冊数が5冊に増えました♪

ランチのアッコちゃん



著者：柚木 麻子
出版社：双葉社

派遣社員の三智子は部長のアッコ女子からの指令で、三智子の手作り弁当とアッコ女子行きつけの店でのランチを一週間、交換することに。美智子は彼女の意外な一面を知り…、表題作ほか、短編3話で構成。
元気で前向きになり、働くことへのヒントもいっぱい。働く女性に読んでほしい一冊。

人を見捨てない国、スウェーデン



著者：三瓶 恵子
出版社：岩波書店

スウェーデン在住30年の著者がジュニア向けに書いた本だが、大人必読！
19世紀初めまで女性は勝手に職に就けず、娘は父に（結婚したら夫に）従うものだったこの国が、男女平等政策の結果、「この国で子育てしたい」と思えるほど人に優しい国に。少子化や雇用の問題などを抱える日本がめざすべき社会の姿が見える。

大人向け
NEW!

“りいぶる”読み語り広場

詩の朗読や絵本の読み語りを聴いてほっこりしませんか？
9/17、12/17、ともに水曜日
10：30～11：30

お待ちせ
しました!

保育つき 読書の時間

お子さんをお預かりする間、
ゆっくり自分の時間を♪
9/5、12/5、ともに金曜日
10：30～12：00
※詳しくはHPを見てネ!

雑誌のバックナンバー貸出 新ラインナップ!

お問い合わせはお気軽に“りいぶる”まで

図書室では、雑誌のバックナンバーを貸し出しています。新しい雑誌も増えました♪
購読雑誌 『婦人公論』『クーヨン』『日経WOMAN』『女性情報』

雑誌のほかに、新聞6紙も読んでいただけます。図書室にぜひ、お立ち寄りください!



青少年・男女共同参画課インフォメーション

男女共同参画推進事業者を登録しました



左から
和歌山県医師会寺下会長、
和歌山県医師会榎本理事

事業者名 一般社団法人和歌山県医師会（登録番号 男女第61号）平成26年5月15日登録

所在地 和歌山市 業種 医療 HP <http://www.wakayama.med.or.jp/>

- 女性医師の勤務環境の整備に関する病院長、病院開設者、管理者への講習会の実施
- 和歌山県医師会男女共同参画フォーラムの実施
- 女子医学生、研修医をサポートするための会を実施
- 和歌山県女性医師フォーラムの開催
- 和歌山県における女性医師の勤務環境の現状に関する調査を実施 他

男女共同参画推進事業者登録募集中!

県では、男女がとも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の皆さんを登録し、その活動を応援するため、県のホームページなどで広くその取組を紹介します。申請は随時受け付けています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

事業者の皆さんからの応募を
お待ちしております!

和歌山県 男女共同参画推進事業者 検索

“りいぶる”相談室

相談受付専用ダイヤル **073(435)5246**

相談料は無料。専門の相談員がお話をおうかがいします。
秘密厳守です。ナンバーディスプレイは使用していません。

総合相談

家庭や職場のこと、生き方への不安など、様々な悩みや相談に、女性相談員が応じます。

電話相談

☎(水)金(土) 9:00～20:30
(受付は20:00まで)

〇〇〇〇〇〇(日) 9:00～17:00
(受付は16:30まで)

面接相談 (予約制・女性のみ)

☎(水)金(土) 9:00～17:30
(受付は16:30まで)

〇〇〇〇〇〇(日) 9:00～16:00
(受付は15:00まで)



女性のためのカウンセリング

女性が抱えるこころの問題に、女性カウンセラーが応じます。

面接相談または電話相談

〇〇〇(金)〇〇 13:00～16:40
※第1～第3金曜日

予約制、各日4人まで。
相談時間は1人40分。

女性のための法律相談

夫婦、財産相続、金銭問題等、女性にとって身近な法律上の問題に、女性弁護士が応じます。

面接相談のみ

月4回 13:00～14:50
※日程は“りいぶる”まで
ご確認ください。

予約制、各日3人まで。
相談時間は1人30分。

男性のための電話相談

職場のストレスをはじめ、夫婦・家族・人間関係などの様々な問題に、男性相談員が応じます。

☎(水)〇〇〇〇〇 16:00～20:00 (受付は19:30まで) ※毎月第2水曜日
予約優先(匿名可) 相談時間は1人40分程度

「男女でつくる元気な和歌山」

ポスター作品募集

キャッチフレーズを必ず入れて、ポスターを描いてね!

(例) クッキングパパ ワーキングママ
家庭へ参画 進撃の男性
その言葉、殴ってなくてもDVです。
このほか、自作でも可。

応募資格: 和歌山県内に在住、または通学する小学生、中学生及び高校生(特別支援学校に在籍する児童・生徒を含む)

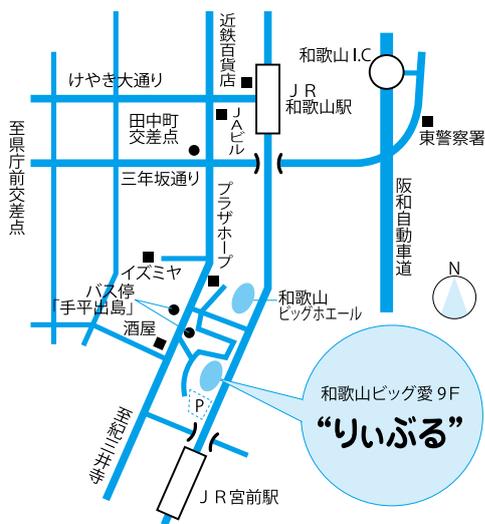
締 切: 9月12日(金)

※当日消印有効

応募方法: 作品の裏面にポスター応募票を貼り、“りいぶる”まで持参または郵送



昨年度の受賞作品



◆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

T E L (073) 435-5245

F A X (073) 435-5247

《メールアドレス》libre@sirius.ocn.ne.jp

開館時間 火曜～土曜: 午前9時～午後9時

日曜: 午前9時～午後5時30分

休 館 日 毎週月曜・国民の休日(祝日)

年末年始(12月29日～1月3日)

HPは“りいぶる”で検索してください。

