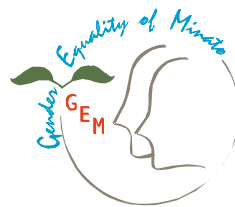


GEM通信



だれもが
個性や能力を生かして
自分らしく暮らせる
地域社会を創るために・・・

2015年10月発行

No. 20

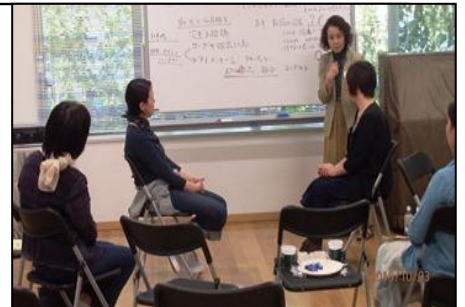
NPO 法人 男女平等参画推進みなと / Gender Equality of Minato (GEM) HP : <http://gem-net.link>

活動報告

「女性のための自己表現」アサーション講座 ～ ありのままに「言う」「伝える」「話す」

昨年アサーショントレーニングを受けて、日常の場で非常に有効であったので、再度こうしたトレーニングを受けたいとの要望に応じて、今年も心理カウンセラー松田知恵さんを講師に3回シリーズのワークショップを開催中。

アサーティブな話し方とは本来一人一人が相互に尊重され、人権が守られ、主張して良い権利を持っているにも関わらず、相手によってコミュニケーションがうまく行かない時に役に立つ言い方、伝え方である。実際には家庭、職場、学校、地域などで、相手の非合理的な思い込み、対等でない関係、怒りの溜め込みなどの状況の中では、自分の気持ちと行動にズレが生じ、「ノー」を言うことがとても困難になる。参加者の具体的な体験をロールプレーで再現する。相手が優位にあるとき、攻撃的な言動をする相手であるとき、対等な関係であるときなどを想定して爽やかに「ノー」を言ってみる、また自分の気持ちをアイメッセージでアサーティブに伝えてみて、それぞれを感じてみる。次に役割を交代して、アサーティブに言われた時の気持ちを体感するなどなど。しかし人権を尊重しない、力の落差を感じる、暴力につながる可能性が大きい相手には「ノー」を言うことが危険と事実確認をしたら、伝えることを止めて撤退する必要であることなども併せて学ぶ。



いいことあるの？マイナンバー制度

DVをはじめストーカーや家族からの性暴力被害にあった女性たちの不安は募るばかり。「せっかく落ち着いて生活できるようになったのに、また不安な日々を迎えるとは」と落ち込んで相談される方々に会うたび、立ち足はだかる壁に歯ざしりを覚える。少なくなったとはいえ、ダイレクトメールから分かるように住民票は、自分以外でも比較的簡単にとることができる。

被害にあった方々(主に女性)にとって、居所を知ることが生死を分けることに繋がることもある。

通知カードが所帯ごとに送られるため、夫や家族などに、ナンバーは知られてしまう。そのことで、夫や家族に利用されてしまうのではないかと、自分の居所がばれてしまうのではないかと、不安はどんどん膨らんでくる。昨今、情報流出は決してないとはいえない。放っておくか、あるいは住民票を移動してから方策を立てるという方法もある。しかし簡単ではない。証明が必要であり、それを取るために別の所に書類を取りに、そのためにまた別の窓口に行って説明する必要がある。「こんな制度いい加減にして！」と思わず言いたくなってしまふ。負担は決して軽くはない。

こんにちは ライトハウスです



ライトハウスでは、毎年イベントとして「子どもと母のキャンプ」事業を行っている。八ヶ岳の麓にある原村に、今年も秋に訪ねることができた。迎え入れてくれた方々は、不耕起栽培、無農薬で野菜を作り、ほぼ自給自足的な生活を営んでいる。だから、野菜もコメも、何を食べても止まらないほどおいしい！朝に東京を出発し、昼前に到着後、子どもたちは、縄文の国入国テストを受けてから、数匹の山羊に飽くことなく草を差し出す。そして戸外に設えた食堂で、皆と一緒に豊かな食卓を囲む。昨日は雨予報だったが、現地ではすっかり上がって薄い日も差してきた。食事を済ますと、子どもたちは時間の経つのも忘れて樹林帯を駆け巡る。山道を登って汲んだ湧水の清冽なうまさに感動し、ドングリやクリの実を拾い、くだりも一気に下りていく。母たち（女性たち）も、子どもたちを見守る複数の眼がある安心感からか、名も知れぬ花摘みに時を忘れる。そして時間があれば情報交換に余念がない。日ごろ、仕事や子育てに忙しい女性たちは、降り積もったホコリを落とした後のようにすっきりツヤツヤ。ゆるみ綻んだ笑いが顔いっぱい広がる。また来年も行きたいね！

ホットライン 利用してね！

☆性暴力救援センター・東京 NaNa ダイヤル

03-5607-0799

24時間ホットライン。必要に応じて産婦人科の診療、警察への通報・同行、弁護士や相談機関の紹介も。

☆ 寄り添いホットライン

0120-279-338

(一社) 社会的包摂サポートセンターが実施する24時間ダイヤル。生活・病気・心・DV・仕事・家族・外国籍等さまざまな悩みを聴きます。

☆ チャイルドライン

0120-99-7777

18歳までの子どもがかけられる電話。
毎週(月)～(土) 午後4時～9時

第19回区民円卓会議ご案内

毎年、社会の動きに焦点を当て、参加者が自由に話し合う円卓会議です。

日時：2016年2月13日(土)

会場：リーブラ学習室C 13:30～

講師：三浦まりさん

(上智大学法学部教授)

テーマ：女性たちの輝く社会進出を阻む壁！壁！壁？

主催：みなと21：女の議会

共催：NPO・GEM

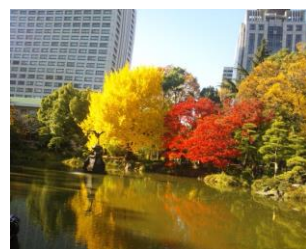
申込：gem-minato@kif.biglobe.ne.jp

しゃべり場「ほっとすぺーす・olive」・誕生日を祝う

いつもお馴染みの利用者のあいだで、時々、「いつからしゃべり場に来てたかしら」という話になることがある。先日もMさんが「ああ、10年になるんだわ」としみじみつぶやいたので、「オリーブは2009年春からで、それまではセンターを借りてましたよ」というと、

「違うの。決心して家を出て独り暮らしを始めた事」と言う。ずーっと考えて、あちこち相談したり情報集めたり「それで、出た訳。だから私の誕生日かな…」そうか、それじゃGEMがNPO法人になって活動始めて10年だから、「一緒じゃないですか～」ということになり、集まった皆さんの、思い々々の記念日・誕生日話で盛り上がったのでした。

いっしょに祝える人がいるっていいよね！出会って不思議だね！と秋日和。。。



ルバーブジャム作り ～カフェ工房



今年も八ヶ岳「まいん農園」から、きれいな真っ赤なルバーブが届きました。リーブラのピカピカ調理室でさっそくジャム作り。

大鍋に細かく切ったルバーブと砂糖、レモン汁を加えて火にかけ、やさしく混ぜ続ければみるみる溶けて、芳醇な香りと輝く真紅のジャムが完成です！



出来立てを少～し、紅茶とともに試食「美味しい！」の声連発。ファンの皆さん、もうすぐお手元に届きますよ

会員になって一緒に活動しませんか？

入会金：3千円

年会費：3千円

イベントや講座の企画、仲間づくり、フォーラム学習会への参加 etc

※申し込み：T/F：3472-5787

Eメール：gem-minato@kif.biglobe.ne.jp

■ボランティアスタッフ募集中！

■活動へのご寄附をお願いします！

郵便振替口座：10060-90261721

口座名：特定非営利活動法人男女平等参画推進みなと