

# はもりあ

「はもりあ」とは造語で、女性と男性の協働という素敵な“ハーモニー”が奏でられる“中核エリア”という意味です。  
2006年10月に公募で決定した男女共同参画センターの愛称です。

2013年11月発行

今月は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間があります。また、7日には、内閣府から出された「男女共同参画の視点からの防災・復興の取組指針」の説明会を本町プラザで開催します。一見関係が無いように思われるこの二つこと、実は大いに関係があるんです。

例えば、「避難所の暗い屋外の仮設トイレや街灯の消えた街の通りで、また、避難所の中の多くの人がいる中でも、子どもも含めた幅広い年齢層の女性たちが性暴力被害に遭っている。」という実態が報告されています。もちろんDVも多く発生しています。「非常時だから」と普段以上に声に出せない女性も多いといえます。

「女性への暴力」という視点も災害対応として大切な視点であり、やはり日常からの取り組み（関係者の学びと啓発）が重要だと言われています。

## 毎年11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

毎年11月25日は、「女性に対する暴力撤廃の国際デー」です。これは1999年12月17日に国連総会の決議により指定されました。“11月25日”は、1961年にドミニカ共和国の支配者ラファエル・トルヒジョの命令で政治活動家ミラバル3姉妹が惨殺された日です。国連は、各国政府や国連機関、NGOが、“11月25日”を含む週に、一般の意識を高めるための活動を行うよう促しています。これを受けて日本では、「女性に対する暴力撤廃の国際デー」に至るまでの2週間（11月12日～11月25日）を「女性に対する暴力をなくす運動」期間として、内閣府をはじめとする関係省庁や地方公共団体等で様々な運動を行っています。

### ~~~~~【今年度の四日市市の取り組み】~~~~~

#### 街頭啓発活動

日時：11月12日（火）10:30～11:30

場所：イオンモール四日市北

\* 啓発グッズ（DVチェック・相談機関一覧付き「DV相談啓発救急絆創膏」）を配布します。

街頭啓発活動は三重県下の14市町が一斉に、主要駅周辺や商業施設等で啓発グッズを配布し、県下の相談窓口の周知を行います。

#### DV防止講演会

「声なき声を聴くDV相談」をめざして

日時：11月14日（木）

14:00～16:30（開場13:30）

場所：四日市市総合会館 7階 第1研修室

講師：鈴木文子（すずきあやこ）さん

定員：100人

参加費：無料

託児：無料（6ヵ月～未就学児まで）

11月8日（金）までに要申し込み

お問合せ・お申し込みは、はもりあ四日市まで

DV防止講演会は、事前申し込みが必要ですが、空きがあれば当日参加も可能です。

DV被害者とその子どもたちのために何ができるかを一緒に考える機会として、ぜひご参加ください。



平成25年度  
女性に対する  
暴力をなくす  
運動ポスター

# はもりあ四日市 さんかくカレッジ2013 (市民企画)のご案内!

開催場所: 本町プラザ



「一緒に考えませんか! 心豊かな高齢期を迎えたいあなたへ…」

11/22(金) 12/13(金) 1/19(日) 2/16(日)

「生活を楽しくする子どもとおとなの生活習慣」

1/18(土) 1/25(土) 2/1(土) 2/15(土)

詳しくは、「はもりあ四日市」又は、四日市市のホームページをご覧ください。

## もっと知りたい! 女(ワタシ)のカラダ

~ 上手に女(ワタシ)のカラダと付き合うために ~

10月11日(金) ウィメンズセンター大阪との共催で実施した“もっと知りたい! 女(ワタシ)のカラダ”に100人以上の女性が集まりました。この講座は、ウィメンズセンター大阪が製薬会社の協賛を得て、日本各地で開催中の全国キャラバンの四日市版です。

**第一部**では、名古屋のダイヤビルレディースクリニック院長の水谷栄彦さんに、女性特有の病気についての基礎知識を学びました。

**第二部**では、ウィメンズセンター大阪の野村宏子さんに、自己尊重・自己決定について体験に基づいたお話をいただきました。

**第三部**では、はもりあ四日市の登録グループで楽ヨガ代表の伊藤爾己枝さんによる、ヨガでリフレッシュ! が行われ、座学で疲れた身体をストレッチヨガで気持ちよ~く伸ばしました。

自分の身体のことを、考え、いたわり、向き合えた半日でした。

四日市女子  
100人超集合



参加者募集

## 女性のためのプチ起業入門講座~営業編~

プチ起業といえども小さな経営。収益性を見据え継続していくには、商品力と経営力、どちらも不可欠なものです。今回は、経営に必要な知識や考え方の第一歩として、「自分ブランドの確立」と「名前を売り出す営業テクニック」などを学びます。

~~自分サイズのプチ起業で、ステップアップしていきましょう!~~

対象 プチ起業・事業拡大を考えている女性(県内在住・通勤・通学の女性)

日時 平成25年12月21日(土)10:00~11:30

場所 本町プラザ 1階ホール

講師 菅田芳恵さん(グッドライフ設計塾代表)

定員 60人(定員になり次第締切)

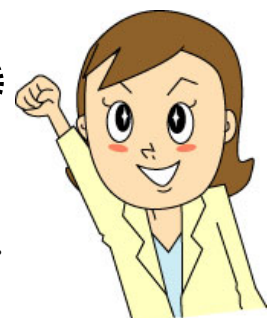
参加費 無料

申込方法 11/1(金)9時受付開始 住所、名前、電話番号、講座名、託児の有無(託児希望の場合は、預ける子の名前と年齢)を、電話・FAX・メールで、はもりあ四日市へお申込みください。

その他 託児あり、無料(6カ月~小学3年生程度、12/10までに要申込)

お問合せ はもりあ四日市まで

いつも満員!  
超人気講師



この講座は三重県雇用経済部雇用対策課との共催で実施します。

# 女性のための自己尊重講座を開催しました。

女性を対象に、9月28日、10月5日、19日の3回、「自分を語ることばを持っていますか」「自分を感じてみよう」「自分を大切に生きる生き方とは」をテーマに、講座を開催しました。講師は、昨年に引き続き臨床心理士の石田ユミさん、30代から60代の25名の参加がありました。アンケートでいただいた声を紹介します。

## 講座について

「いろいろな自己尊重や自己肯定感についての本を読んで、分かったような分からないような感じだったけど、講座として聞いて分かりやすかった。」「実際にあった例や解決法が多かったので、すごくわかりやすい話だった。」「次回の講座が楽しみで仕方なかった。」「100%吸収できるものがありました。」

## 講座を受けて

「もっと深く学びたい。」「スキルを上げる体験がもっとできたら。」「心のトラブルも少なくなりました。」「自分が変わっていった実感がありました。」「自分の心を確認できた。」「自分を見つめ直すよききっかけになりました。」「3回を通して自分をとても向上できる！！人間になった気がします。」「自分自身が好きになりました。」「いろいろ気付かせていただくことが多かった。」

## 講師の石田ユミさんについて

「先生がいつも笑顔だったのでよかったです。」「人を見る目、リラックスさせる話し方、魅力的でした。」「大丈夫だよという言葉がとても印象的で、もっと自分に大丈夫だと言い聞かせようと思う。」「先生のようなステキな人になりたい」

## これからに向けて

「今後も講座を続けてほしい。」「子育て世代にも受講しやすくしてほしい。」「アサーティブの講座があったら、参加してみたい」



アサーティブ：自分も相手も大切にしたい誠実で率直で対等なコミュニケーションの方法。

## 今月のキーワード ドメスティック・バイオレンス(DV)

ドメスティック・バイオレンス(DV)は、直訳すると「家庭内暴力」です。日本では家庭内暴力というと、子どもが親に対して振るう暴力と取られがちなので、「配偶者や恋人からの暴力」とされ、その被害者のほとんどは女性です。

DVは、加害者の年齢や教育レベル、職業に関係なく起きており、殴る・蹴るなどの「身体的暴力」だけでなく、ばかにしたり無視し続けたりするなどの「精神的暴力」、借りたお金を返さないなどの「経済的暴力」、性的な行為を強要するなどの「性的暴力」、親族や友人との付き合いを制限するなどの「社会的暴力」など、さまざまな暴力があります。

DVは、子どもたちにも深刻な影響を及ぼします。子どもに直接暴力を振るわなくても、両親の暴力を目の当たりにさせられることが、子どもへの暴力(虐待)となります。

また近年は恋人間の暴力(デートDV)、特に若者の間の暴力も問題になっています。



男女  
共同

## さんかくeye

このコーナーでは、はもりあ四日市のスタッフが、本を読んだり、映画を観たり、お話を聞いたり、また、日々の生活の場面で感じたことを綴っていきます。もちろん、『男女共同参画』の視点★を通してね。

10月11日(金)~12日(土)の2日間、徳島県の阿南市で開催された『日本女性会議 男女共同参画 2013 あなん』に参加してきました。人口約7万7千人の比較的小さな市である阿南市で、全国会議が開催された経緯は、阿南市の市民が、平成16年に松山市で開催された女性会議に参加したときに、「ぜひこの会議を阿南でも開催したい」との思いから、男女が共同して企画し、行政へ働きかけ、誘致を行ったことで開催に至ったそうです。まさに男女共同参画です。(^^)b

この会議は、名前に「会議」とついているものの、講演会、シンポジウムのスタイルで行われ、男女共同参画の視点から介護、防災、まちおこし、食育などをテーマにした分科会もありました。内容も難しくなく、イベント(今回は徳島ということで阿波踊りが披露されました。)もあり、どなたでも楽しく参加できる会議だと感じました。来年は10月17日(金)~18日(土)に札幌市で開催される予定です。ぜひ参加されてみてはいかがでしょうか。【担当：Y】

## 登録グループイベント情報

- 1 1月30日(土) 桜地区で活躍する傾聴ボランティア養成講座  
1 2月 2日(月) 居住する地域で“傾聴”を通して、地域の見守りによる元気な街作りに参加してみませんか？全講座に参加できる方に限ります。

時 13:00～15:30 所 桜地区市民センター 費 無料 定 10名程度  
申込 11/20締切り FAX・・・326-1407 勝又宛て  
郵送・・・〒512-1216 四日市市桜花台1-32-6 和島弘治 宛て  
問 傾聴同好会 和島弘治 TEL&FAX(059-326-8634)まで

- 1 2月20日(金) 『徒然草』を読む ～人生の達人の文章をご一緒に～  
「訪問のマナー」「酒飲みの醜態」の話(第161段～199段)

講師 河原徳子さん(日本文学研究者)  
時間 13:30～15:30 費用 700円(1講座)  
場所 本町プラザ2階会議室  
問 よっかいち朗読文学の会 奥田かなえ TEL&FAX(059-321-8468)まで



## 登録グループ紹介

はもりあ四日市に登録されているグループを紹介します。

今回は **エフ ナチュラル クラブ**  
**F-natural club** さんです。代表 野呂 博子  
連絡先 080-4212-2311

健康意識の向上を図るために民間療法を中心としたROXセラピー(寝返り運動調整法)を指導し、いつまでも若々しく元気に暮らせる仲間作りを目指しています。

～若く元気に美しく過ごしたい！ 痛い、つらい、動きが悪い！～

そんな願いや症状をご自分の状態に合わせて「誰でも簡単に出来る調整法」をご一緒に楽しみながら学び元気になりましょう！！

12月は、痩身(小顔、リフトアップ、ウエストのくびれ、ヒップアップ)をします。  
詳しくは、代表野呂博子までお問合せください。



あとがき

はもりあ四日市の清水です。

1 1月13日(水) 17時30分から総合会館1階で四日市市役所器楽部のライブを行うことが決まりました。楽器初心者の私もライブ出演のために、友人に教わりながら、日々、練習に励んでいます。出演する複数のグループがさまざまなジャンルの曲を演奏する予定なので、きっと皆さまにも楽しんでもらえると思います。興味のある方やお時間のある方はぜひお越しください。もちろん入場無料です。



四日市市男女共同参画センター (はもりあ四日市)

〒510-0093 四日市市本町9-8 本町プラザ3F

TEL.059-354-8331 FAX.059-354-8339

●開館時間 AM9:00～PM9:00

●休館日 日曜日、月曜日、祝日、年末年始

Eメール kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

<http://www.city.yokkaichi.mie.jp/danjo/index.shtml>