

# ハーモニーアラザだより

発行：秋田県中央男女共同参画センター 電話：018-836-7853 <http://akitawmc.com/>

〒010-0001 秋田市中通2丁目3-8 アトリオンビル6F 指定管理団体・NPO 法人いきいきF ネット秋田

平成26年12月発行

vol.33

男女共同参画社会づくり基礎講座 in 由利本荘

## 依存症と家族の深い関係



今年度2回目の男女共同参画社会づくり基礎講座は11月17日に由利本荘市文化交流館カダールにおいて、米山奈奈子さん(秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻教授)を講師にお迎えして行われました。



第1部は FF 推進員鈴木シ子さんの脚本で、由利本荘市実行委員会のみなさん総勢16人による4場面の対話劇『依存症って…どうすれば良いの～』の公演でした。家族で交わされる『依存症』についての自然な会話は、次の講演への導入として、とてもわかりやすかったと好評でした。

第2部は米山さんの『依存症と家族の深い関係』と題しての講演でした。嗜癖と依存症の概念、その種類と弊害などについて、さらに、依存症回復のための家族のより良い関わりについてお話しをしていただきました。秋田県は飲酒の機会・量ともに多い県です。さらに由利本荘地区は人口に対してパチンコ店の多い地域でもあり、依存症に苦しむひともあると聞きました。私たちはつらい現実と直面した時、『何かに依存する』という状態に陥ってしまうことがあります。依存が続けば心身の健康はもちろん、家族間や社会での人間関係も損なわれてしまいます。「ともに生きていくために、自分も相手も尊重し、対等な立場で、責任を持って人と関わるコミュニケーションが必要だ。そういう関わり方により、依存症者と対立を招かずに治療につなげることも可能だし、もし治療に繋がらなくても、問題行動が減ったり、家族がより楽に暮らせる効果も期待できる」というお話でした。



今回の講座は、本人と家族の回復のために、たとえ困難な状況にあっても、一人ひとりがそれぞれに尊重される社会=男女共同参画社会をつくる、との視点から『依存』について考え、学ぶ良い機会となりました。

### ◆◆ 目次 ◆◆

- P1・【開催報告】男女共同参画社会づくり基礎講座 in 由利本荘
- P2・【開催報告】ハーモニーアラザだより 2014
- P3・【開催報告】人材養成講座、センター共催事業
- P4・ハーモニーアラザ相談室から、開催予告、お知らせ

アディクション(嗜癖)問題を考える会代表を長く務められている米山さんの穏やかで丁寧なお話に対して、参加者からは大変有意義だったという声が多く寄せられました。

11/11  
(火)

## ハーモニープラザまつり2014開催報告

11月11日(火)、秋田県中央男女共同参画センターを主会場に、ハーモニープラザまつり2014が開催されました。今年のテーマは、「もっと身近に男女共同参画。決めるのはわたし」です。

開会行事では、登録団体「さくらの会」による合唱披露、他5つの登録団体の趣向を凝らした活動報告などがあり、会場の参加者たちは熱心に聞き入っていました。

その後、笑いヨガティーチャーとして活動している伊藤晴美さんを講師に迎え、「自分らしく生きる魔法のこぼれあいうえお」と題して講話をしていただきました。伊藤さんは専業主婦をしているときに秋田に在住の外国人に日本語を教えるボランティアをしたり、審議会委員としていろいろな社会問題にも関心を持つ中、チャンスを活かして活動の場を自ら作ってきたことなどを話されました。そして一人ひとりが、自分らしくいられるための魔法のこぼれ、「あ」なら「ありがとう」「明日があるさ」「あきらめない」など、自分なりの前向きな言葉を見つけ、声に出して実行することで元気でいられる秘訣を伝授されました。実際に、笑いヨガのデモンストレーションも行い、初めは少し遠慮したり恥ずかしがったりしていた参加者たちも、徐々に大きな笑いに包まれ、自分を解放して心が癒される時間となったようです。

センター内では、登録団体の活動を紹介するパネル、折り紙教室の参加者や俳画グループによる作品の展示などもあり、会場を訪れた人たちも足を止めて見入っていました。

午後からは、実行委員会企画の「これでいいのか劇場&みんなでトーク」が7F研修室で行われました。「決めるのはわたし」をテーマにした寸劇を見てグループで話し合いをしました。身近な町内や地方自治の問題について自分の考えで決断し行動しているか、それを意思決定する場にきちんと反映させているか等々、考える時間を共有しました。

地下のイベント広場で行われたふれあいマーケットでは、一般の人たちも多く訪れ、また、出店した登録団体がお互いのブースを行き交い、賑わいを見せていました。

センターの登録団体の中から有志が実行委員となり、企画や当日の会場づくり、進行など自分たちでまつりをつくり盛り上げていこうとする姿が随所に見られ、一日の開催ではありましたが、和気あいあいとした活気あるまつりとなりました。



「さくらの会」の歌声♪



登録団体活動発表



笑いヨガのデモンストレーション



「これでいいのか劇場&みんなでトーク」



実行委員の皆さま方  
お疲れ様でした!!



ふれあいマーケット

〈平成26年度 中央男女共同参画センター人材育成事業〉 9月22日・10月4日

## 男女共同参画の視点を活かす地域防災リーダー育成講座(全2回)



いつおこるかわからない災害に備えて、日頃から災害や非常時を想定した取組をするために、男女共同参画や地域で暮らす様々な人の視点を活かした地域づくりを考える講座として開催しました。全2回の連続講座で、1回目は9月22日(月・午後6時半~8時)に「誰もが安心!災害に強い街づくりとして」として、青森県男女共同参画センターの副館長小山内世喜子さんを講師に、青森県が男女共同参画センターと地域と共に男女共同参画の視点を取り入れて実施した防災地域防災体制づくり事業や、「安心できる避難所づくり」のワークショップの様子を紹介いただきました。また、小山内さんは東日本大震災の教訓を活かしながら、地域防災や災害時の避難所運営に男女共同参画や多様性の視点がいかに必要かについて具体的事例を用いながら説明され、参加者も避難所におけるトイレの設営の工夫などについて話しあいながら、誰でもが過ごしやすい避難所を運営するためには男女共同参画の視点が不可欠であることが理解できた講座となりました。

2回目は10月4日(土・午後1時半~3時半)「もしもの時のために...組織の現状を考える」と題して地域の防災対策や課題を理解した後、それを推進していく組織の現状について、参加者が考える講座でした。最初に秋田市防災安全対策課の根田課長より「地域の取組と課題について」と題した講話がありました。続いて、NPO法人いきいきFネット秋田が「これでいいのか?!劇場」(防災編)の寸劇を用いながら性別役割分担意識の強い町内会や避難所について例を挙げながら話題提供しました。後半は、グループで話し合いをし、自らの地域や組織の現状をふりかえりながら、日頃からの地域活動の在り方についても積極的に発言しながら話し合っていました。



### 〈共催事業〉11月1・2日

#### 「アサーティブトレーニング・ファシリテーター養成講座」

アサーティブトレーニング(AT)・ファシリテーター養成講座が11月1日・2日の両日にわたって開催されました。1日目と2日目の午前中は相模女子大学教授の小柳茂子さん、2日目の午後はフェミニストカウンセラーの松葉谷温子さんを講師にお迎えし、AT講座受講者が一歩進んでファシリテーターとなるための講座でした。参加者自身の心に引っかかっている言えなかった事、言いたかった事などの事例を題材に、ロールプレイが行われました。小柳さんのファシリテーションで丁寧に繰り返されるロールプレイによって、発題者の心に変化が起こる過程を、観察者も一緒に体験することができました。実際の事例を基にすることで、ロールプレイの進め方やファシリテーターができる援助の仕方を学ぶことができ、さらに、コミュニケーションと人の心について考えることのできた2日間でした。

### 〈共催事業〉11月23日

#### NABA全国出前セミナー「多様化する摂食障害からの回復と成長」

11月23日7階研修室で摂食障害の自助グループNABAによる摂食障害に関するセミナーが開催されました。このイベントは各地で摂食障害の治療に取り組む専門機関や地元で活動する自助グループなどと協力して開催し、本人や家族、その援助に関わる方々と回復・成長を分かち合う場として全国5会場で開催された中の一つです。

秋田会場は特に午後からの当日申込が増え、約80名の来場がありました。秋田会場の講師は東北会病院院長の石川達さんと秋田大学大学院教授、米山奈奈子さんと、石川先生は主に摂食障害だけでなく多く依存症患者や家族と関わってきた精神科医として視点から、また米山先生は秋田で摂食障害の自助グループの活動を支えてきた当事者活動をサポートしてきた視点から具体的な事例を挙げて話されました。

また、県内や東北の摂食障害やその他依存症の当事者団体も多く参加し、まだまだ認知や理解度の低い当事者活動についても、今後も協力連携しながら、それぞれの活動を応援していくためのよいきっかけとなった会であったと感じました。



# 八-七二-相談室 ~あなたらしい生き方を応援します~

## 〈相談室より〉

男女共同参画社会実現に向けて様々な法改正や意識改革が行われてきましたが、DV相談を受けていると、社会はまだまだ男性優位だと感じています。

これまでは、夫婦間で行われる暴力は民事不介入で、「女性はどんな時も男性に従うべき」「殴られるのは女性に落ち度があるから」ということがまかり通ってきました。現在は「親しい間柄で行われる暴力(DV)は犯罪」と言われるようになり、当たり前のことですが、女性や子どもの人権が守られるようになってきています。しかし、被害を受けた方の中には、周りの理解が得られず、「あなたが悪い」と言われ、女性の苦しみはなかなかわかってもらえないなど、一層苦境に立たされる方も多くいます。未だに厳然とある男女差別に敏感になり、「暴力はいかなる時も許さない」という意識を持つことが大事だと考えます。

当相談室はこの視点に立ち、相談者の考えを大切にしながら話し合い、解決をめざします。秘密は厳守します。どんなことでもひとりで悩まず、まずは当相談室をご利用ください。当相談室は配偶者暴力相談支援センターにもなっており、DVに関する証明書(別居に伴う子ども手当の振込先の変更、住基閲覧の規制、保護命令の申請に伴う証明など)を可能な限り発行しております。

当相談室の電話相談、面接相談は男女どなたでも利用できますが、男性の面接相談は、電話で予約をしていただいてからになりますので必ず予約をお願いいたします。

相談専用番号 018-836-7846  
相談開業時間 月曜～土曜日 10時～17時(休業日 日・祝日)

※年末年始の休業日は 12月28日～1月4日です。



## 開催予告



エンパワメント連続講座(全3回)

### 自分を感じて表現する・自分を表現する ～コラージュの技法による～

自分に向き合う時間を体験し、それぞれの生き方について話し合いながら、コラージュの技法やコラージュ療法について学びます。

第1回 2015年 1月22日(木) 18時～20時

講話「私が私であることー  
これまでの私、これからの私」

講師 伊藤 和子さん

第2回 2015年 1月26日(月) 18時～20時

「コラージュで自分を感じ表現する」(体験編)

講師 高田 知恵子さん

(秋田大学教育文化学部教授、臨床心理士)

第3回 2015年 2月25日(水) 18時～20時

「コラージュ療法について」(理論編)

講師 高田 知恵子さん

会場 サンパル秋田(秋田市文化会館内)  
募集人員 20名 テーマに関心がある人  
参加費 500円  
申込/問合せ: 秋田市女性学習センター  
(サンパル秋田内) 電話 018-824-7764

主催: チャイルドラインあきた  
共催: 秋田市女性学習センター、えんぐれ相談室、  
NPO法人いきいきFネット秋田

## お知らせ

この度、あきたF・F推進員の方々から、男女共同参画社会実現の推進に向けて役立ててほしいと、図書を寄贈していただきました。

図書は2週間3冊まで貸出できます。皆さま方のご利用をお待ちしております



### 〈寄贈図書〉

- ・ 少子化時代の「良妻賢母」  
～変容する現代日本の女性と家族～(新曜社出版)
- ・ 最後まで自分らしく生きる 老い方上手  
(WAVE 出版) 他

※引き続き DVD の貸出もしております。

### 大人の折り紙教室 1月の予定

1月15日(木)、22日(木) 10時～12時

『梅とウグイス』(どちらか一日参加)



### ●●● 年末年始休館のお知らせ ●●●

今年もセンターをご利用いただきありがとうございました。  
12月29日(月)～1月3日(土)までは、年末年始のため休館となります。1月4日(日)からは通常通り開館いたします。