

はーい！

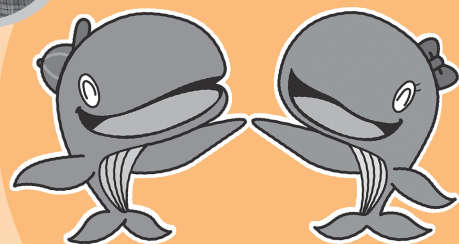
一人ひとりがいきいきと輝くまちをめざして

Hi, あきしま

Topics

子どもたちの 明るい未来のために

- 子どもへの暴力がない社会を目指して
CAPおとなワークショップ 参加レポート
- あれ!? 気づけば私もモラハラ妻!?
- パパ・パワー爆発!! おれがやらねば誰がやる
- 家事シェアのすすめ
～あなたの知らない、名もなき家事～
- BOOK GUIDE
- INFORMATION



昭島市公式キャラクター
「アッキー&アイラン」



子ども虐待防止
オレンジリボン運動



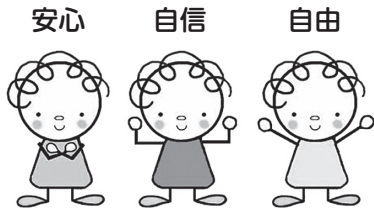
「Hi, あきしま」
バックナンバーは
こちらから

vol.49

2020.3

子どもへの暴力がない社会を目指して

CAP (子どもへの暴力防止プログラム) おとなワークショップ 参加レポート (11月9日実施)



©NPO 青い空

講師
NPO法人青い空ー子ども・人権・非暴力
CAPスペシャリスト

眞鍋 登喜子さん 堤 暢子さん

CAPとはChild Assault Prevention (**子どもへの暴力防止**) の頭文字をとったもので、子どもたちがいじめ、誘拐、虐待、性暴力といったさまざまな暴力から自分の身を守るための人権教育プログラムです。

おとなワークショップでは、子ども向けプログラムで取り入れられている方法で、暴力や人権について考えたり、実際に子どもたちが暴力への対処法を学ぶために見る劇を体感しながら、大人側の支援方法について考えます。

子どもワークショップを模擬体験

《人権って何だろう?》

もしも、お家の人が「今日のご飯食べちゃだめ、明日もあさっても、ずっと食べちゃだめ」っていったらみんなの身体はどうなる?

やせちゃう

死ぬ

病気になる



もしも、先生が「今日はトイレに行っちゃだめ。漏らしてもだめ」っていったらどうなる?

困る

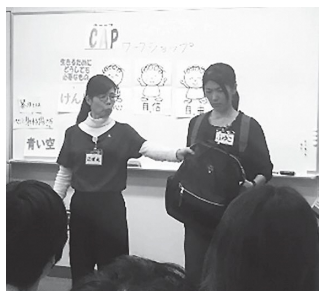
おなかが痛くなる

食べることやトイレに行くことなど、生きるためにどうしても必要なもののことを「**人権**」といい、誰にでも食べる権利、トイレに行く権利があります。人権にはこれ以外にもたくさんの権利があって、その中でも3つの大切な権利「**安心**」して、「**自信**」を持って、「**自由**」に生きる権利。この3つの権利は、いやなことや怖いことがあったときに、奪われることがあります。

《暴力ってどんなこと? 暴力に遭ったときはどうすればいいの?》

かばんを持たせる加害者役
一緒に帰ろう。ねえ、私のランドセル、持たせてあげる。持って。

被害者役
あ…



かばんを持たせる加害者役
これから毎日、私のランドセル、持ってね。わかった?

被害者役
え、でも…

いじめ (子ども同士の暴力)、誘拐 (知らない人からの暴力)、性暴力 (知っている人からの暴力) をテーマに、それぞれ、権利を奪われる劇、権利を守る劇、参加者に友達役や先生役で登場してもらう劇をみます。

これらのやり取りの中では、被害者の「**安心**」「**自信**」「**自由**」の権利を加害者が奪っています。

いじめや暴力は、これらの権利を奪う行為です。

でも、加害者にも「**安心**」して、「**自信**」を持って、「**自由**」に生きる権利があります。

こんなとき、被害者には何ができるのか? - 「**いやって言うてもいい**」「**誰かに相談してもいい**」。一人で言うのが怖かったら、お友達と一緒に「**いや**」って言うてもいい。「**逃げてもいい**」。

子どもたちに危険がせまったとき、子どもたちができることとして、こんな選択肢があることを伝えます。

子どもたちを暴力被害から救うために

《おとなは何をすればいいの？～子どもの話を聞く際のポイント～》

子どもは暴力を受けたり、受けそうになるなどして、不安や悩みを抱えていても、親や先生を心配させたくない、がっかりさせたくない。自分の惨めな気持ちを、惨めな姿を見せたくない、という気持ちがあります。子どもにとって、大人に、自分が暴力を受けていることについて話をするというのはかなりハードルが高いことです。だから、心の扉を開いて、打ち明けてくれるその瞬間というのは、本当に尊い。「ありがとう」という思いで話を聴いてあげてください。いろいろなリスクを抱えながら、重い扉を開いて話してくれたことに対して、まず「**話してくれて、ありがとう**」と伝えてほしいと思います。

話をきくときにもうひとつ大事なものは、主体はあくまでも子どもであるということ。実際に打ち明けてくれたその時に、すぐに結論を出さなくても、「受け止めてもらえた」とか、「大事にしてくれそう」という感覚だけで、子どもたちは「話して良かった」と感じると思います。そこで関係性が築き上げられた後は、もっと深い話や、その後の対応の話ができます。心の扉は内側にしか取手がないといわれています。だから打ち明けてくれたその瞬間が本当に大事で、子どもが受けたショックを汲み取り、共感する気持ちで、「嫌だったんだね」「怖かったんだね」と子どもの心に寄り添ってください。そのうえで「**あなたの言ったことを信じる**」「**悪いのはあなたではない**」ということ伝えてあげてほしいと思います。

※危ない状況に遭遇した場合など、とっさの行動は訓練していないと出てこないものです。

東京都内でも様々なプログラムがありますので、機会があれば是非CAPの講習会に参加してみてください。

CAPについて詳しくはこちらへ →

CAP青い空



困ったことがあったら一人で悩まないで、何でも相談してください。(相談機関の一例)

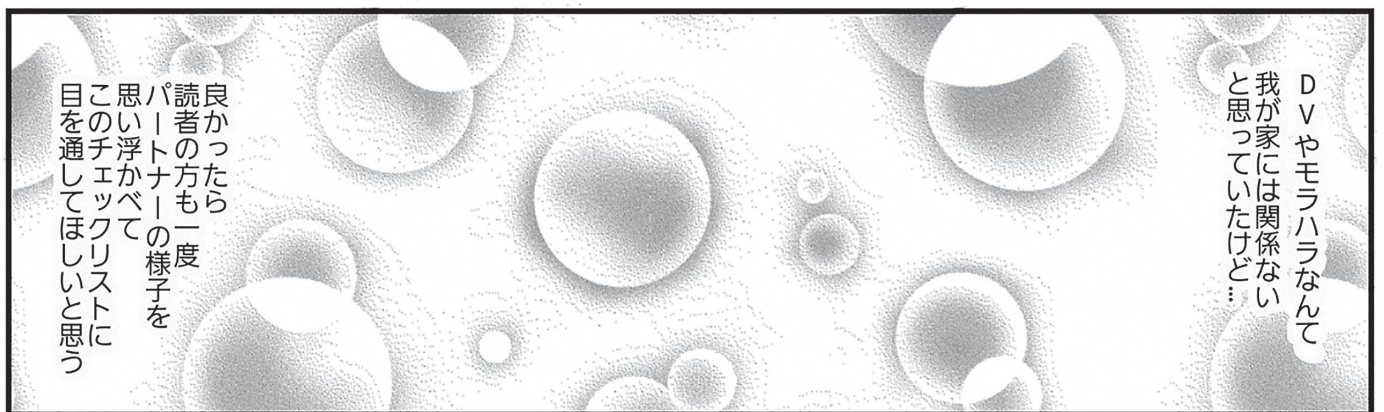
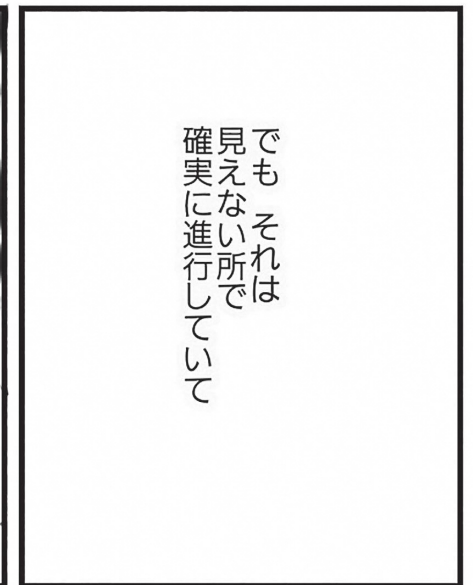
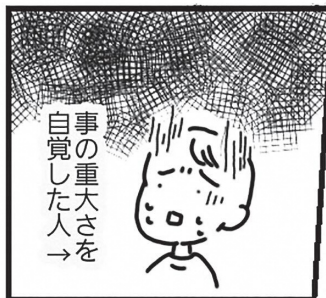
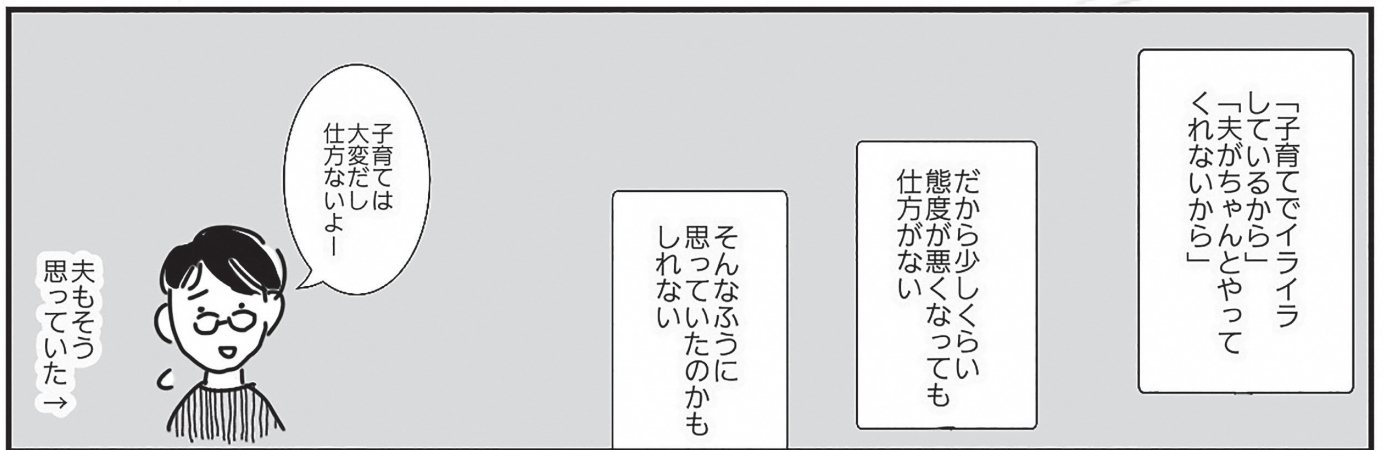
相談機関	相談時間	電話番号
東京都いじめ相談ホットライン (東京都教育相談センター)	24時間対応	0120-53-8288
24時間子供SOSダイヤル (全国統一ダイヤル)	24時間対応	フリーダイヤル なやみ言おう 0120-0-78310
「虐待かな？」と思ったら 児童相談所全国共通ダイヤル	24時間対応	189 (いちはやく)
話してみなよー東京子供ネット (子供の権利擁護専門相談事業)	平日 9:00~21:00 土日祝日 9:00~17:00	フリーダイヤル はなして みなよ 0120-874-374
AKISHIMAキッズナー 18歳未満の子ども専用電話相談	平日 8:30~17:00	0120-678-044
昭島市教育相談室	平日 9:00~17:00	042-541-4445

オレンジリボン運動について



「オレンジリボン運動」は子ども虐待防止のシンボルマークとしてオレンジリボンを広めることで、子ども虐待をなくすことを呼びかける市民運動です。この運動を通して子どもの虐待の現状を伝え、多くの方にこの問題に関心を持っていただき、虐待のない社会を築くことを目指しています。

<http://www.orangeribbon.jp/about/orange/>



*DV（ドメスティックバイオレンス）：配偶者や恋人など親密な関係にある、またはあった者から振るわれる暴力



それはチェックリストを編集していた時の事...

パートナーの言

自分の希望をパ

あれ?

支配があるかのチェック

あれ!?! モラハラ妻!?!

- パートナーの言うことは絶対だ
- 自分の希望をパートナーに伝えるのはとてもエネルギーがいる
- パートナーが帰ってくると緊張する
- パートナーを恐れている
- パートナーがいる前で電話をしたくない
- パートナーを待たせることはできないと思っている
- 自分がどう感じるかよりもパートナーが怒らないかが基準になっている
- 予定より遅く帰るなんてできないと思っている
- パートナーの言動に意見できないと思っている
- たとえ間違っていると思っても、パートナーに同調しなくてはならない

- 気づけば私も
- パートナーに自分の本音は絶対に言えない
 - パートナーが怒り出すと何とかなだめようとしてしまう
 - パートナーが機嫌の良い状態であるためには、どんな事でもすると思う
 - どんなに自分が楽しんでいてもパートナーの機嫌が悪くなるともう楽しむことはできない
 - パートナーのセックスの要求は断れないと感じている
 - 自分のほしいものでもパートナーが良い顔をしなければ買えない
 - 子どもがパートナーの気に入らないことをするとすぐくあせる
 - パートナーについての嘘がバレるのが怖くてしょうがない
- 作 黒木直子

「NPO法人レジリエンス著『傷ついたあなたへわたしが大切にすること』梨の木舎 2005」より
NPO法人レジリエンス <http://resilience.jp>

夫の回答
質問中○4個・△6個該当(私の機嫌の悪い時に該当)



*モラハラ (モラルハラスメント) : 精神的な暴力、言葉や態度による嫌がらせ

パパ・パワー爆発!!おれがやらねば誰がやる

～出産までのパパの心得Pick Up～

By 主夫ラボ

核家族が増え、共働きの家庭も多くなり、男性の家事・育児の必要性がますます増えています。

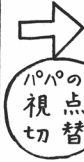


そこで、男性のみなさん、視点の切り替えをしてみましょう。

大事なことが書かれているが男性に読みやすい母子手帳



国民的ゲーム内で、大冒険を始めるための指南書。



人間を育てる大冒険を始めるための指南書。夫婦で必読!!



パパさんへの産前・産後リアルアンケート



Q：出産前は、産後の生活をどう考えていましたか

- ・奥さんもいるし、まあなんとかなるっしょ。(出産・産後について調べておらず、楽観的)
- ・男が稼いで、女が家事・育児が当たり前。
- ・一人暮らしで、まあ普通にやれてたから、産後はそこにちょっとやること増えるだけかな。
- ・家事とか親に任せっきりだったから、必要なら奥さんに教われれば良い。

Q：出産前にやっておけば、準備しておけば良かったなあエピソード

- ・妊娠中、妻は匂いに過敏でキッチンに立てず。代わりにやるが、調味料や食器の場所わからない。妻爆発。料理練習しておけばなあ。
- ・出産前に引越しすべき。産後手狭に感じて引越しを決意したがなかなか物件決まらず、赤ちゃん連れてあちこちあれこれ…すごく大変だった。
- ・就労時間の短い職場へ転職しておけば…。産後、なかなか育児に関われず、少し子供が喋れるようになった時、「パパまた来てねー! (にっこり)」。私はこの家の住人として認識されてなかった…。

Q：やっておいて良かった、役に立ったエピソード

- ・家事を出来るように努力した。妻にのんびりしてもらえた。
- ・残業やめた。妊娠がわかった時点で、社内で手回し&仕事量調整。
- ・神経質な自分を変えた。「ま、いっか」精神大切。いくら気をつけても子供はホコリとか食べちゃうし(笑)
- ・自分のことは自分で出来るようになっておく。「妻にお世話してもらう男」は卒業!夫婦円満にも繋がる。子供には、仲良い両親の姿が一番。

(くまプラザさん他、昭島のパパさん10人にアンケートを実施)

家事シェアのすすめ ～あなたの知らない、名もなき家事～

12月の最初の日曜日、保健福祉センターあいぼくにて、主夫ラボの高木駿さんを講師にセミナーが開催されました。男性が楽しく家事できるコツや声かけの方法、仕組み作りの話から始まり、出産前後のパートナーの支え方や、実際に家事を行なって名前もつかなかったさんの「名もなき家事」があること、そしてその家事をパートナーとシェアするためのワークショップが行なわれました。



参加者からは「名もなき家事リスト」を利用して、家事を分類、シェアすることで、お互いに目で見てわかるようになり、コミュニケーションがとりやすいね」「今後もっと活用されていくといいね」「女性は家事・育児、男性は仕事という役割分担は今では成り立たず、家庭内では夫婦間の協力が必要」などの意見がありました。

現在、いろいろな家族の形が認められつつあり、性別にかかわらず、仕事、家事、育児、介護を行うことを自由に選択できて、それぞれが活躍できる社会の実現が近づいていると感じました。

- *家事シェア…家族の得意、不得意に合わせて分担を決めて行う家事分担とは異なり、家族みんなが、それぞれの忙しさやお互いの状況に合わせて、各自、積極的に家事に取り組むこと。
- *名もなき家事…トイレトーパーを替える、シャンプーの詰替、ゴミの分別、自治会への参加など、家庭内で発生する業務。ひとつ数秒で終わるものから、計画的に実施しなければならないことまで多岐にわたる。

家族の誰かが無意識にしている家事を一覧にしました。これらの家事の担い手が夫婦のどちらか一方に偏ると大きなストレスになります。名もなき家事を見える化し、家庭での生活を楽しいものにしましょう。

「名もなき家事」(一例)	
各部屋に溜まったゴミをまとめる	玄関の靴を揃える
ゴミ分別	靴磨き
ゴミ袋補充	町内会やマンションの会合出席
掃除機内に溜まったゴミ捨てる	郵便物チェック
アイロン掛け	ペット・植物の世話
食事のメニューを考える	使い切ったティッシュ交換
ベッドや布団を整える	朝・夕のカーテン開け閉め
放置されたグラス・カップの片付け	新聞を取りに行く
調味料補充・交換	使った道具を元の場所に戻す
食事の余りを冷蔵庫にしまう	洗剤詰め替え・交換
食事前後、テーブルを拭く	風呂・シンクの排水溝掃除
食器を下げる	洗面台掃除
トイレトーパー補充	頑固な汚れの洗濯予洗い
洗面所、キッチン等のタオルの交換	シンク・コンロの掃除
脱ぎっぱなしの服等を片付ける	まな板除菌
クリーニングに出す、取りに行く	畳んだ洗濯物を所定の場所へしまう

昭島市にはこんな活動をしているひとがいます！

熊本アンテナショップ『くまプラザ』
(昭島市玉川町1-8-1)

熊本の商品がずらりと並ぶ中、奥に広い空間が…作品展示やイベントスペース、キッズスペースまで！
育児奮闘中のパパさん二人で営業中です！育児・仕事・家庭について、パパ同士でお話ししましょう！



男性の家事・育児サポート
主夫ラボ
お問合せ…TEL:090-6127-7485



主夫ラボ

主夫ラボ 検索

BOOK GUIDE

今年度購入した本は、男女共同参画センターにあります。

✿ personal is political (個人の問題は社会の問題)



『暴力を受けていい人はひとりもない』

阿部真紀 著 高文研 2018年12月

本書はCAP(子どもへの暴力防止プログラム)スペシャリストでデートDV予防プログラムの開発・普及活動に従事してきた著者が、これまで関わった子どもたちから学んだことや考えたことなどをまとめた本です。

CAPプログラムで出会った子どもたちについての第一章、デートDV防止活動についての第二章、まとめとしての第三章から構成され、暴力がいかに身近なものであるか、暴力を社会全体の問題ととらえ、その根深さと複雑さを訴えながら、打開策のみならず予防策まで詳しく書かれています。

「あなたは安心して、自信をもって、自由に生きる権利のある、とても大切な人だよ」ということを繰り返し伝え、「自分も相手も大切な存在であること」「人権」に気づくことで、変化を遂げる子どもたち。

暴力の連鎖を断ち切るのには容易なことではないけれど、一人ひとりがそれに向き合い続けることが暴力のない世の中をつくる第一歩ではないでしょうか。本書はその一助となるかもしれません。

✿ 法律を武器に、いじめ・虐待に立ち向かう!



『こども六法』

山崎聡一郎 著 弘文堂 2019年8月

「マニュアルは小学校一年生でも読めるようにすべきだ」とはアップル社の設立者の一人であるスティーブ・ジョブズの言葉ですが、これはまさに小学校一年生でも読める法律の本で、日本国憲法、刑法、民法、刑事訴訟法、民事訴訟法に加え、少年法、いじめ防止対策推進法が、イラストとかみ砕かれた言葉で分かりやすく説明されています。

いじめや虐待は犯罪です。人に危害を加えれば、大人であれば警察に捕まり罰を受けます。けれど子どもは法律を知らない。知らないがゆえに、たった一人で犯罪被害に苦しんでいる子どもたちを救うためには、子ども自身が法律の知識を身に付ける必要があるという考えから、本書は作られました。

大人でも知らないことがたくさんある法律の世界。ぜひ子どもと一緒に読んで、社会のルールについて話し合ってみてください。

✿ その他、今年度購入した本

- ◆『学校の「当たり前」をやめた。』
工藤勇一 著 時事通信社 2018年12月
- ◆『日本の天井』
石井妙子 著 角川書店 2019年6月 他

INFORMATION



男女共同参画センターオープン



昭島市では、世代や性別を超え、一人ひとりが生き生きと輝く男女共同参画社会を目指し、さまざまな取組を進めています。これまで、昭和町分室2階に開設していた男女共同参画ルームの市民の活動と交流の場としての機能を発展させ、普及啓発、情報提供、さらに相談支援機能を充実させた男女共同参画センターをアキシマエンスィス(教育福祉総合センター)内に開設し、昭島市の男女共同参画推進拠点として、事業を展開してまいります。なお、アキシマエンスィスは3月28日にオープン致しますが、男女共同参画センターは3月30日より開設します。
所在地：昭島市つつじが丘3-3-15 アキシマエンスィス校舎棟2階
電話番号：042-519-2277

男女共同参画プラン年次評価報告

昭島市男女共同参画推進委員会では、男女共同参画プランに基づき行っている市の施策について、その進捗状況を検証し、次年度以降に向けた課題や提言をまとめています。令和元年12月13日に、金野美奈子委員長から臼井市長へ、平成30年度の進捗状況に関する報告がありました。

悩みごと相談(令和2年4月より男性電話相談を開設します)

家族関係やからだ、心の悩みなどはありませんか? カウンセラーが相談に応じますので、お気軽にご利用ください。相談は無料。秘密は厳守いたします。

- 女性相談** 相談日：毎週水曜日 午後1時～4時(祝日・年末年始は除く) 相談時間：1人50分
相談方法：電話または面接 利用方法：予約制 TEL 042-544-5130(直通) 場所：アキシマエンスィス 相談室
- 男性相談** 相談日：毎月第3、第4水曜日 午後4時30分～7時30分(祝日・年末年始は除く) 相談時間：1人50分
相談方法：電話 利用方法：予約制 TEL 042-544-5130(直通)

☆「Hi,あきしま」についてのご意見・ご感想などは、下記までお寄せください。

- * 郵送 = 〒196-8511 昭島市田中町1-17-1 昭島市企画部企画政策課 男女共同参画担当
- * ホームページ = 昭島市トップページ「市民の声」 → 「ご質問・お問い合わせ」を選択し、送信してください。

Hi,あきしま 第49号 2020年3月15日発行 編集「Hi,あきしま」編集委員会 発行 昭島市企画部企画政策課
TEL 042(544)5111(内線2373) FAX 042(546)5496
編集委員 大曲千恵・小澤さくや・軸丸里奈・高木駿

この印刷物は古紙
を利用しています

