

# えーる だより

平成24年12月 第38号

## わたしが、わたしらしく居るために！

### 冬の講座紹介（1月～3月）

えーるキャンパス 男女共同参画基礎講座

#### 女と男のデイリーライフ（3回連続講座）

全回土曜日（10時30分～12時）

第1回 1月12日

カルタにトライ&トライ（楽しく知ろう男女の仲）

講師：青木幸子（東京家政大学教員養成教育推進室長）

第2回 1月19日

ケアワークは女性専科？（男性介護問題に着目して）

講師：杉浦浩美（立教大学社会福祉研究所研究員）

第3回 1月26日

民主的な家庭から共同体へ！（クセノポンから青木誠四郎へ）

講師：関根靖光（東京家政大学人間文化研究所所長）

※その他 講座参加者による振り返りのトーク&トーク（2月2日）

東京家政大学人間文化研究所協力による講座です。

申し込み方法など詳細は、区報に掲載されますので、ご注目ください。

第3回働きたい女性のための

ステップアップ講座

再就職・転職セミナー 2月23日（土）

講師：石田美枝子（キャリアコンサルタント）

就労支援パソコン講習会

（ワード・エクセル応用編）

①3月5・6日 ②3月7・8日

ただ今企画進行中！

★えーるシネサロン

・DVD「ヘルプ」上映

2012えーるフェスティバル講演会講師の  
落合恵子さんおすすめの作品。

（ディズニー配給、実写です。）

講座はすべて無料です。

すべての講座に保育があります。（無料）



12月1日より「平成25年度区民企画講座」募集開始

あなたのアイデアを講座企画・運営に活かしてみませんか？

男女共同参画、仕事と子育ての両立、女性の健康・ライフプランなどをテーマにした講座の企画・運営する団体を募集します。

- ・募集対象…代表者が練馬区内在住・在勤（在学）の16歳以上で、主に区内で活動する団体
- ・実施期間…25年4月1日（月）～26年3月31日（月）
- ・実施会場…練馬区立男女共同参画センターえーる
- ・委託料……1講座につき1万円から2万円（保育を行う場合は加算あり）
- ・募集数……4団体（当センター運営委員会にて選考）
- ・応募締切…25年1月7日（月）
- ・応募方法…所定の応募書類に記入し、直接または郵送で当センターにお届けください。
- ・問い合わせ…練馬区立男女共同参画センターえーる（T/03-3996-9007）

年末・年始  
休館のお知らせ

12月29日（土）から1月3日（木）まで  
※25年1月4日（金）9：00から通常開館

昨年の3月11日、あなたはどこで何をしていましたか？  
あの大きな揺れの中で、何が一番心配だったでしょう？

練馬区危機管理室震災対策防災カレッジ担当中村実樹係長に練馬区の防災計画の概略を、大泉小学校避難拠点連絡会の川井淳子会長に避難拠点連絡会の活動や避難した場合についてお話を伺いました。「地域にある避難拠点には、お客様としておいでいただくのではなく、それぞれができる力を出し合って協力していきたいものです。そのためにも日頃から地域でのコミュニケーションが大切！」と川井会長は強調されました。

グループに分かれての意見交換では、次々に「今日から私は・・・します！」と宣言も出され、この講座を来年度にも続けよう、防災センターなどの災害を体験できる施設に見学に行ってみようという声も上がり、熱気に包まれました。



### 意見交換の中から

- ・避難拠点連絡会があるということを友人に情報発信しようと思います。
- ・自助について家族で話し合おうと思います。
- ・避難拠点を調べて地域の方々との交流を深めたいと思いました。
- ・避難拠点連絡会があることを初めて知りました。自分の近所の学校にもあるのかどうか、どのような活動をしているのか調べてみたい。
- ・年代別のグループに分かれて話し合えたことは、同じような悩みや不安を共有できて良かったので、次回は地域別に分かれて話してみたい。
- ・もっと自助できるよう自分自身も勉強していかなければならないと思いました。
- ・拠点の動きが防災課と現場とでギャップがあると感じました。
- ・女性の視点で防災ウォッチングをしていますが、やはり、練馬区の防災対策を充分に知ることが第一。要求を出す前に実際にその場面をシュミレーションすることも学習しながらやっていけると思いました。
- ・広域防災公園に行き体験したい。
- ・これからなるべく地域の避難拠点連絡会に出席したいと思います。

## 効果的に“つたえる・つたわるコミュニケーション” 9月29日、10月13日、27日（土）



### 『コミュニケーションを学ぶ3回講座』

土曜の朝は、自分を磨こう！の呼びかけで、3回連続講座を実施しました。

- ・「『アサーティブ』の基礎を知る」（講師：岩船展子さん）
- ・「身近な人間関係を豊かにするコミュニケーション」（ファシリテーター：黒須さち子さん）
- ・「話し合いの場でのコミュニケーションを考えよう」（ファシリテーター：石崎節子さん）

ワークショップ形式を取り入れながら、「アサーティブ」の実践と体験をしました。

### アンケートに寄せられた感想より

- ・自分の感情を大切にすることの重要性を知りました。
- ・自己肯定感、相手にも自分にもNoという権利があるというワードが心に残りました。
- ・ロールプレイングを通して相手の気持ちがわかりました。
- ・時々立ち止まってこういう基本を勉強するのはいいことだ！と実感しました。
- ・全く気付くこと無く、日々過ごしてきたので、多くの気づきがありました。

## 平成24年度区民企画講座終了

4企画講座ともに、定員を超える申し込みがあり、ご好評のうちに終了致しました。

- 「男女共同参画の視点で読む源氏物語・続～須磨の巻～」10月4日（木）  
講師：大軒史子 実施団体：練馬女性史を拓く会
- 「アロマセラピーとハーブで心と体をセルフケア」10月16日（火）  
講師：立山千保 実施団体：オレンジスイート
- 「こんな生き方もステキ！山川菊栄の生涯」10月27日（土）  
講師：岡部雅子 実施団体：I女性会議
- 「簡単、パパも楽しい育児チャレンジ講座」11月18日（日）  
講師：小林悠 実施団体：練馬イクメンパパプロジェクト



大軒講師の講義に身を乗り出して聞く参加者

「女性に対する暴力をなくす運動」週間(11月12日から25日までの2週間)にちなみ、当センターでは、11月11日(日)に「えーるフォーラム2012」を開催しました。



2階交流コーナーの展示会場。(1階から3階まで全館展示会場となりました。)



<午前の部>  
 ・手づくりコーナー  
 ・ちびっこ広場  
 ・プチ護身術



『練馬区配偶者暴力防止および被害者支援基本計画』と『MOVE』(練馬区総務部人権・男女共同参画課発行)のおみやげもありました。

**男女共同参画  
 社会づくりに欠かせない「対等な女性と男性の関係」について考えました。**



”えーる”で育てたラベンダーをスタッフがポプリーにして、お持ち帰りいただきました。

<午後の部>  
 ・DVD「パパ、ママをぶたないで！」上映  
 ・寸劇パフォーマンス「博士の大発見！」(BPプロジェクト)  
 ・講演会「DVにひそむ女と男のお思い込み」(講師：三鬼和子さん)



「デートDV発見装置」を持って、街に出た博士と助手が見たカップルの実態は？

女性に対する暴力(DV)を根絶するためには「DVを知ることから！」



熱心に質問する参加者の皆さん

図書・資料室では、女性への暴力防止のシンボルマークの入った手づくりのブックカバーを希望者にプレゼントしました。



## えーるPick-Up

### 特別企画パネル展示 「近代を拓いた女性—山川菊栄の生涯」

10月27日(日)から11月3日(日)まで、大正期に女性の生きづらさを問い、平和と豊かに生きる社会を目指した山川菊栄の生涯と活動について、パネル展示をしました。



### 合同消防訓練実施

11月7日(水)、石神井消防署の指導のもと、男女共同参画センターえーる・石神井町つつじ保育園・石神井町学童クラブ3施設合同訓練が、249名の参加のもと通報、避難、消火、の訓練を行いました。



### 2013 男女共同参画センターえーるフェスティバル 第1回実行委員会が開催されました。(10月30日)

9月11日の区報を見て応募して下さった21人の区民と、当センター運営委員の方々が、フェスティバル実行委員として、来年6月1日(土)、2日(日)の開催に向けて、活動を開始しました。



# つ・ぶ・や・き

『“誰のおかげで飯が食えるんだ” “怒らせるお前が悪い！”と言われても、物にあたられるのがこわいし、言い返せばひどい喧嘩になるのがいやで…』



否定的な言葉で相手を見下したり、無視するなどは「精神的な暴力」です。「身体的暴力」と比べ、周囲にも分かりにくく、受けている本人も「暴力」と気づかないこともあるため、だれにも相談できず孤立しがちです。

パートナーとの関係で、つらさを我慢しているあなた、あなたに落ち度はありません。つらいと感じているのは当然です。ひとりで我慢しないで、相談窓口を利用しませんか。

## 図書室より

### 一保育つきBOOKタイムー

日時：平成25年1月23日（水曜日）10:00～12:00  
場所：男女共同参画センターえーる 2階図書・資料室  
対象：1歳以上の幼児を育てている保護者  
定員：6名  
申込方法：電話にて先着順（1月9日より受付）  
Tel (03) 3996-9005 内線16図書室  
受付時間：9:00～17:00

## 相談室より

### 一人で悩まずに、まずはご相談ください。 3996-9050

女性の何でも相談  
毎日・9時～19時（祝・休日は17時まで）

心の相談【要予約】  
毎日・10時～19時（祝休日は17時まで）

女性／母子への暴力専門相談【要予約】  
毎週月曜日 9時～17時  
毎週金曜日 10時～19時  
※第1金曜日のみ練馬区区民相談所で実施  
（時間9時～17時）

法律相談【要予約】  
祝休日を除く毎週土曜日 13時～16時  
（1組30分）  
※法律相談の予約は、相談日の1週間前の午前9時から  
電話にて受け付けします。

## 練馬区立男女共同参画センターえーるのご案内

### 開館時間

午前9時～午後9時30分

### 通年開館です

（12/29～1/3を除く）

### お部屋の利用申し込みは

練馬区公共施設予約システムから

<http://www.yoyaku-nerima.jp/>

〒177-0041

東京都練馬区石神井町8丁目1番10号

Tel 03-3996-9005

Fax 03-3996-9010

e-mail [yell@nssk.net](mailto:yell@nssk.net)

<http://www.nssk.net/yell>



西武池袋線「石神井公園駅」南口下車  
徒歩7分  
お車での来所はご遠慮ください。  
（お体の不自由な方はご相談ください。）