

ソーレ・スコープ

自分らしい生き方、応援します！

第83号
2018.JAN.

Take Free



イラスト：ヒビノケイコさん（4コママンガエッセイスト）

特集

DV防止啓発講演会

「漂流する少女たち～私たちにできること～」

暮らしにひとさじエッセンス

「お灸でからだと心をセルフケア」

詳しい情報は
こちらから

高知 ソーレ 検索

HP <http://www.sole-kochi.or.jp>



HP

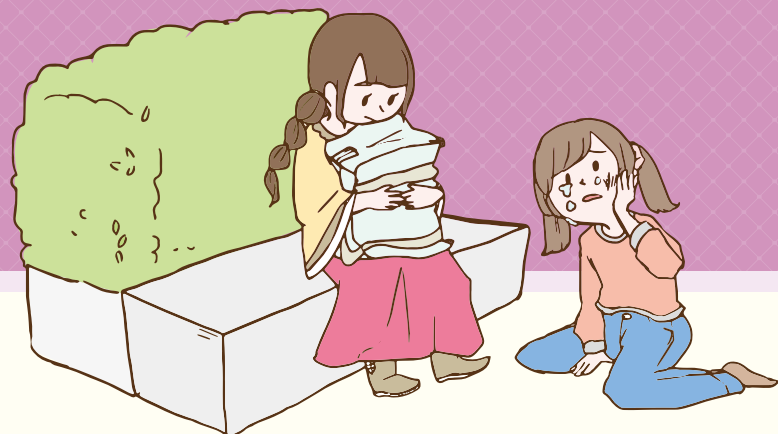


Facebook

11月18日（土） 13:30～15:30

漂流する少女たち

～私たちに できること～



講師 橘ジュンさん

（NPO法人 BONDプロジェクト代表）

NPO法人BONDプロジェクトを2009年に設立。
10代20代の生きづらさを抱える少女を支援
している橘ジュンさんに講演していただきました。

BONDプロジェクトの活動

活動内容は、「聴く」・「伝える」・「つなげる」です。

「聴く」はメールや電話での相談、面談、パトロール、アンケート、カフェ型移動相談とさまざまな形で少女たちの声を聴くことによって、彼女たちが自分の思いを表現できる居場所をつくっています。

「伝える」はフリーペーパーや本などで少女たちの声を伝え、彼女たちが置かれている現状を共有する活動です。

「つなげる」は弁護士と連携して専門機関につなげたり、制度の狭間にいて公的な支援を受けられない少女たちが支援につながるまでの一時保護をしています。たとえば18歳未満の子が家庭で暴力を受けて、本人が児童相談所に行く決めても「すぐに連れてきてください」と言ってくれることは少ないです。やっとの思いで私たちのところにたどり着いた。決心もできた。けれども行く場所も、帰る場所もない。きちんとした安全な場所が用意されていないんです。話を聞いて、この子は帰れないかもしれない、帰せないかもしれないと思うと怖くて話が聞けないので、相談業務の延長としての居場所づくりもしています。

他の機関に行く際の同行支援も行っています。彼女たちは行くべき病院や警察、児童相談所や婦人相談所の情報を教えてもらっても一人では行くことができません。なぜなら、彼女たちは自分の気持ちや状況をうまく言語化できないのです。「私はこういう状況で、こんな思いをして、現状はこうなっている」ということが言えません。それは、助けられた経験がなかったからだと思います。今まで家庭や学校、地域といったいろいろな場所で大人とのかかわりがあったはずですが、見過ごされてきたのです。だから自分が困ったときに大人が助けてくれるとか、理解してくれると思えないからだだと思います。

私たちの役割は、動く相談窓口だと思っています。待っていても面談には来てくれないので、街頭パトロールを

したり、北海道から沖縄まで出張面談をしています。街にいる少女たちは、困ったり大変な思いをしていますが、自分が何で困っているのかさえも分かっていない。そういう意味では、「こういったことが大変なんだね。今こういうことに困っているんだね」と一緒に整理をすることも必要だと思っています。

私たちは少女たちの生きようとする力を信じています。「死にたい」「消えたい」という気持ちには必ず理由があると思うから、その気持ちを聴かせて欲しいと言っています。

生きづらさを抱える少女たち

①自己肯定感が低い

「自分が悪い」「もっとつらい思いをしている人がいる」という思いから、少女たちは「自分なんか相談してはいけない」と思っています。話を聴いていると、家族から「生まなきゃよかった」「お前のせいでけんかになる」と言われたり、空気のように扱われたり、無視されたりしているのです。そういう態度をとられることで「私なんていなきゃよかった」「自分なんてどうでもいい」と思う気持ちが一番怖いのです。

②大人に対する不信感

少女たちの話を聞いていると、そこに虐待や性被害があり、家出をしてしまうことが分かってきました。彼女たちには、危害を加えたり利用したりしない大人とのつながりがありません。

人間不信だし大人不信になっています。大人から否定され、自分を理解してもらえない、共感してもらえないと感じる一方で、見捨てられたくないとも思っています。また、家はつらくても学校で友だちと会うことは楽しい。友だちには知られたくないからシェルターには入りたくない。友だちに心配させるより自分一人で抱えていたほうが良いと思っているため、支援につながらないこともあります。

③自分の現状が当たり前

こんなつらい思いをしているのは自分だけだから、他の人に言えない。もしくは、みんな同じなのにこんなに悩む自分はおかしいと思って言えなかった、という少女もいます。例えば幼い頃から父親の性的虐待を受けていた少女は、

「おまえのことが大好きだからこういうことをする」と言われ続けてきたので、父親と娘の関係では普通の行為だと思っていた。しかし、ある程度の年齢になって友だちの話を聞いて、「嫌だなという違和感はこのことだった。されなくていいことをされていた」と気づいたという相談もあります。

傷つく前のアプローチが大事

「家出しています。助けてください」というメールが来ました。彼女は親から虐待を受けていて、家を飛び出したものの、居場所もお金もないし、どうしようと思ったときに、「家出した。誰か泊めて」とツイッターでつぶやいた。それを見て「今から迎えに行くよ」とか「俺んとこおいでよ」という返事がたくさんきて、結局彼女は、ツイッターで知りあった男の子に迎えに来てもらいました。

今日はいいけどこの先どうしようと思い、今度は援助交際を募集したところ、BONDプロジェクトを知っていた人が私たちの活動を伝えてくれました。彼女は相談することを選び、メールをしてきた。

私たちがすぐに動いたことで、彼女は被害に巻き込まれる前に保護されました。私はこのことがすごく大事だと思っています。何かあってからでは遅いんです。物のように扱われて、心も体もぼろぼろにされてしまうんです。私は、そういう女の子を本当に見たくないんです。もう悲しい思いをしたくない、させたくない。だから、迎えに行ける時は迎えに行くようにしています。

私たちにできること

保護したからといって、気持ちが安定するわけでも、自己肯定感が高くなるわけでもなく、死にたい気持ちが消えるわけでもないんです。一緒にいても、寂しさが募ったり、トラウマがあったりします。満足できる支援みたいなものがあるかっていうとないんです。トラウマは大変で、特効薬のようなものがあるなら飲ませてあげたいくらいで本当にしんどそうです。私たちは、「大丈夫だよ、今は平気だよ」「変わっていきけるよ」と言うしかないんです。

こんな中で、何が必要かと思ったとき、自立の準備ができる家だと思いました。彼女たちは体力もなく、自己肯定

感も低いので何かやったら「きちんと結果が出る」とか、「将来につながる」という考えを持たず今日生きるのが精一杯です。彼女たちこそ自立できないとこれから生きていけないと思い、今を見守るために7月末頃から、「BONDの家」を始めました。

この家で「行ってらっしゃい」「お帰り」と言える安心できる生活を送り、寝るときはお風呂に入る、着た物は洗濯するといった生活習慣を身に付けることを目指しています。BONDプロジェクトのメンバーだけではなく、つながりのある方たちにも協力してもらいながら、彼女たちを支えてもらっています。このような経験やつながりを自分のものにして、「こうしたい」「こう生きてみたい」と考えられたいと思います。

現状を変えていくには、どうしたらいいのか。少女たちは、現実の世界ではなかなか言葉に出せない言葉を、ネット上でつぶやいています。規制をかけるべきところにはかけても、例えば「死にたい」という言葉を安心して安全につぶやける場所があり、きちんと受け止められる人につながることでできる仕組みがあればいいと思います。また、ネットパトロール。街頭で気になった子がいたら声をかけるのと同じように、ネット上でもできればいいと思います。少女たちにどうすれば安心できるつながりや支援先を届けられるのかということを一人一人に考えていただきたいと思っています。



これからの働き方

非正規職シングル女性のリアル

働き方改革、副業の解禁など、働き方を取り巻く環境は大きく変わりつつあります。

個人の価値観やライフスタイルが変化し、独身のまま働く、専業主婦(夫)、家庭と仕事を両立するための短時間勤務、趣味や経験を生かした起業など、希望する働き方のカタチは人それぞれです。

非正規で働く人の増加

働き方におけるこの20年間の大きな変化の一つは、非正規雇用が増加したことです。

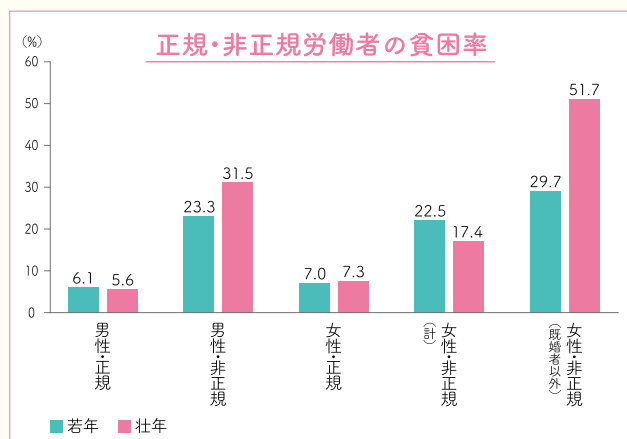
総務省「労働力調査」によると、1990年に881万人だった非正規労働者は2015年には1980万人と2倍以上に増加しています。また働く人に占める非正規の割合は、男性が21.9%であるのに対して、女性は56.3%と半数を超えていて、非正規で働く人の約7割が女性です。

「なぜ非正規で働いているのか」を調べてみると、男性は「正規の仕事がなかったから」を回答した割合が高い反面、女性は「働ける時間を自由に選べるから」が1位であり、女性は家庭生活との両立などの理由から「自分で選択して非正規で働いている」と考えられ、これまであまり問題視されることはありませんでした。

非正規職シングル女性の直面している課題

非正規労働者というと、パートタイムの主婦やフリーターの若者をイメージしがちですが、最近は違った傾向が見られます。35～44歳の壮年期の非正規労働者を見ると、男性とシングル女性の数と割合がともに増加しています。

労働政策研究・研修機構(JILPT)の調査によると、貧困率は特に非正規シングル女性で高く、半数以上が貧困状態でした。このことは非正規のままではスキルを積むことができず、何年働いても給料が上がらないため、より貧困化していくことを示していると考えられます。



出典 JILPT「労働政策研究報告書 No.164 壮年非正規労働者の仕事と生活に関する研究」

非正規雇用って何？

期間に定めがある労働契約で働く契約社員や、派遣元の会社と雇用契約を結び別の場所で働く派遣社員、そして短い時間働くパートタイム・アルバイトなど、さまざまな就業形態があります。

来年も働けるのかな...

非正規職シングル女性の社会的支援に向けたニーズ調査

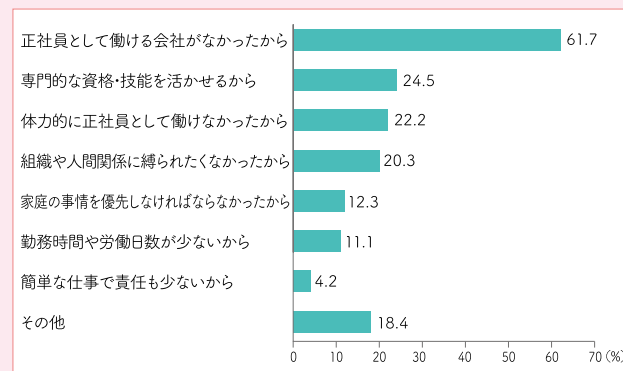
2015年、(公財)横浜市男女共同参画推進協会は、若年層でもなくシングルマザーでもない非正規職で働く35～54歳の(子どものいない)シングル女性を対象とした調査を行い、「非正規職シングル女性の社会的支援に向けたニーズ調査」報告書に結果をまとめました。(ウェブアンケート調査及びグループインタビューで実施)

そこには、今まであまり目を向けられていなかった女性たちの生きづらさが浮かび上がっています。

●非正規職についている理由

「正社員として働ける会社がなかったから」の割合が最も高く、「労働力調査(詳細集計)」(2014年)における女性の「不本意非正規」の割合の5倍近くという結果が出ています。

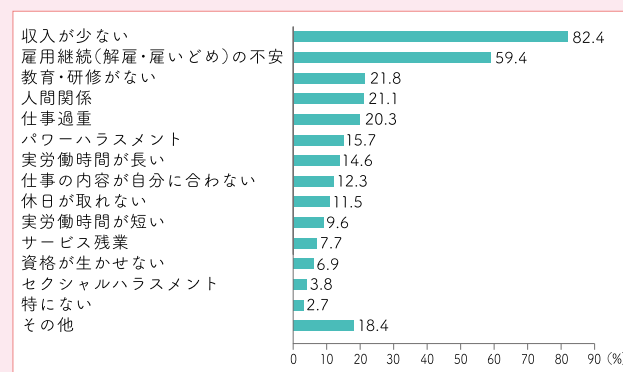
調査の対象者には就職氷河期に新卒を迎えた世代が含まれており、初めての就職が非正規であったケースが多いことも原因の一つと考えられます。一般的に非正規から正規への転職は難しいことから、非正規のまま働き続けざるを得ない状況に陥ってしまった可能性があります。



●仕事に関する悩みや不安

「収入が少ない」「雇用継続(解雇・雇いどめ)の不安」の割合が高くなっています。週当たりの労働時間は30時間以上の割合が7割を超え、4割が40時間以上となっているにも関わらず、7割が年収250万円未満でした。

「フルタイムで働いているのに給料は正社員の半分」との自由記述に見られるように、同じ仕事をしている正社員との収入格差がうかがわれます。



上記2グラフの出典は、(公財)横浜市男女共同参画推進協会「非正規職シングル女性の社会的支援に向けたニーズ調査」報告書

図書・情報資料室より

調査の内容にさまざまな視点からの分析を加えた書籍はソレでも貸出しています。

「シングル女性の貧困」

小杉礼子、鈴木晶子、野依智子
横浜市男女共同参画推進協会 編著
明石書店 (2017年9月)



非正規が問題視されてこなかったのは、社会の中に「女性は結婚して男性に養ってもらうもの」という意識が根強く残っていたからだと考えられます。実際その多くが、パートタイムの主婦でした。

しかし2007年に男性労働者の約2割が非正規となり、妻の労働力が家計補助的役割でよかった「男性が一家の大黒柱」というこれまでの家庭経営を維持していくことは難しくなってきました。

非正規には、自由に勤務時間を選択できる等のメリットもあり、あえてその働き方を選択する人もいます。しかし雇用形態や給与面において不安定であることから、経済的にも精神的にも多くの不安を抱えながら働き続けなければならない「非正規職シングル女性」の生きづらい現状があることを忘れてはいけません。

数字でみる男女共同参画

日本のジェンダーギャップ指数、過去最低を更新...

男女格差 日本後退「114位」

順位	国名	順位	国名	順位	国名
1位	アイスランド	11位	 フランス	：	
2位	ノルウェー	12位	 ドイツ	49位	 アメリカ
3位	フィンランド	13位	ナミビア	：	
4位	ルワンダ	14位	デンマーク	100位	中国
5位	スウェーデン	15位	 イギリス	：	
6位	ニカラグア	16位	 カナダ	114位	 日本
7位	スロヴェニア	17位	ボリビア	：	
8位	アイルランド	18位	ブルガリア	118位	 韓国
9位	ニュージーランド	19位	南アフリカ	：	
10位	フィリピン	20位	ラトビア	144位	イエメン

ジェンダーギャップ指数を国別に順位付けした「世界経済フォーラム」の報告書が公表されました。日本は調査対象144カ国のうち114位と前年より3つ順位を落とし、過去最低となりました。

この指数は、男女格差の大きさを経済、政治、教育、健康の4分野14項目を分析したもので、日本は2015年101位、2016年111位、そして2017年が114位とどんどん下がっています。

●114位という結果は、先進国の中で最下位

日本の評価は、分野ごとに顕著な差がみられ、教育・健康分野での読み書き能力、初等教育・中等教育(中学校・高校)、平均寿命の項目では男女格差はみられないという評価で、昨年同様、世界1位でした。

一方、政治・経済分野での労働賃金、政治家、経営管理職、教授、専門職、国会議員数の項目では、男女格差が大きいとの評価で世界ランクがいずれも100位以下。その他の項目でも50位を超えるランクはひとつもありませんでした。

政府が、あらゆる分野で指導的立場にある女性の割合を30%に引き上げるとの目標を設定してから約15年。働く女性を取り巻く環境は依然として厳しい状況が続いています。企業の女性管理職の割合は12%にとどまり、出産・育児の負担に阻まれ、不本意な離職に追い込まれる女性は後を絶ちません。待機児童の解消や長時間労働の改善をはじめ、仕事と育児の両立への支援が急がれます。

●なぜ女性議員が増えないのか

日本がひととき遅れているのが政治分野で、国会議員の男女比が129位と、「政治参画」の格差が目立ちます。

女性議員は2017年11月1日現在、衆議院で47人(10.1%)、参議院で50人(20.7%)。新たに発足した内閣では、女性閣僚は2人。女性議員が増えない背景には、選挙制度や政党の姿勢に加え、候補者を選ぶ政党や地域社会が「男性中心」ということもあります。

内閣府が2015年、全国の20～60代の男女2万3500人に行った調査では、自治会・町内会長は「男性と決まっている」、または「男性になることが多い」と答えた人は45.6%。「女性と決まっている」「女性になることが多い」は0.9%でした。

ひとくちに女性議員と言っても、個人や政党によって問題意識や主張はさまざまですが、女性議員比率が高い国ほど、民主主義の度合いやGDPに占める教育費の割合が高く、軍事費の割合が低くなっています。

女性議員を増やすためには、政党内の「性別にとらわれない」意識改革とともに、家事・育児と選挙運動を両立できるよう制度を見直すことも必要です。

「女性の政治参画」への後押しが、日本のジェンダーギャップ指数向上の鍵になりそうです。

暮らしに
ひとさじ
エッセンス

お灸でからだと心をセルフケア

手や足先の冷えに悩んでいる…。そんな冷え症のあなたに
おすすめしたいのは、ツボを温めて血行をよくするお灸。
寒さが厳しくなる時期に向けて、毎日のセルフケアにお灸を
始めてみませんか。

○お灸がカラダに良いのはなぜ？

中国で生まれたお灸は、東洋医学に基づく「熱による刺激で病
気やけがを治す」「もぐさを使う」ことが特徴の治療法です。
では、どうして温めると体調が良くなるのでしょうか。
東洋医学では体の中を「気・血・水」が巡っていると考えられて
おり、これらは経絡という道を通して体のさまざまな臓器の
バランスを保っています。この流れが滞ってしまうと体の不調が
現れてくるのです。経絡上にあるツボにお灸をして温めることで
経絡の流れが整い、冷え症などを改善してくれます。

○お灸は難しい??

薬局などで売られているのは、紙で巻いたもぐさに台座をセッ
トした、初めての方でも安心して使えるお灸です。使い方はとても
簡単。症状に応じたツボの上に、台座のシールをはがしたお灸を
貼り、もぐさの部分に火をつけるだけです。
お灸を貼ってしばらくすると、じんわりとあたたかくなってき
て、心地よい熱さを感じられるようになります。火が消えても熱が
なくなるまで、そのままに。目安は大体5分です

注意※途中で熱いと思ったらすぐに外しましょう。我慢は禁物です。
※使い終わったお灸は、水につけて完全に消火しましょう。

この人に聞きました。

女性鍼灸師グループ
「セルフケアもぐもぐ」
堀さん・辻さん

セルフケアもぐもぐは、お灸の楽しさを
伝えたいと女性鍼灸師2人ではじめた
グループです。お灸に興味があるけど
使い方がわからない、ツボがどこかわか
らないなどの不安を解消して身近に
お灸を使ってもらえるお灸教室を月1回
程度開催したり、職場やサークルなど
で実施される講座の講師をしています。
詳細は、ブログ「セルフケアもぐもぐ」で。

「冷え症に効くツボはここ！」

ゆう せん
湧 泉

足の裏の土踏まずの前のほ
うにある、足の指を曲げた
ときに最もくぼんでいると
ころ。特に足先の冷えには
即効性があります。

さん いん こう
三 陰 交

くるぶしの内側の中心から、
指幅4本分くらい上のとこ
ろ。足の骨の内側のくぼみに
あります。3つの経絡が
交わり、体を温める効果の
高いツボです。

1ヶ月、2ヶ月と続けているうちに、体の変化を感じてくると
思います。感じ方は人それぞれですが、きっと良い変化を感じる
はずです。

自分のライフスタイルに合わせて、からだと心に気持ちいい
セルフケア始めてみませんか。

県民からの
企画提案事業、
実施します！

男女共同参画推進のための事業
を企画・提案いただく、県民から
の企画提案事業。

セルフケアもぐもぐさんのお灸
教室も採択されています。

自分でできる やさしいお灸
—ほんのりあたたかいお灸でリラックス—

お灸に興味があるけど使い方がわからない、どこにしたら
いいかわからないなどの疑問を解決し、自宅で気軽にお灸を
使うための教室です。

ご都合に合わせてどちらかにご参加ください。

①日 時 2月4日(日) 10:30～12:00
場 所 高知こどもの図書館(高知市永国寺町6-16)

②日 時 2月17日(土) 18:00～19:30
場 所 妙國寺(高知市塩屋崎町2-13-4)

定 員 県内在住の女性 各6名
参加費 1,000円
申込・問 090-8691-7500(辻)

講座のご案内



無料託児付
(6ヵ月～就学前児童・予約制)

無料 参加費無料

ソーレまつり2018

ソーレが開館した1月に開催している、ソーレまつりも今回で19回目。今年もワークショップ、バザー、活動発表など、ソーレ全館で楽しいイベントが盛りだくさんです！気軽に参加ください♪

記念講演会

シングルファーザーの子育て日記

1月28日(日)

13:30～15:00(13:00開場)

無料



シングルファーザーとして2人の子育てを経験した宮川さん。家事や子育ての経験とともに、その中で得られたこと、振りかえって感じるなどについてお話ししていただきます。

講師 宮川一朗太(俳優)

定員 250名(予約優先)

申込 受付中。電話またはホームページにて

企画・展示・イベント

1月27日(土)～28日(日)

9:30～16:00

バザー(27日のみ)、ワークショップ、ミニコンサート、活動発表など



購読は無料!

ソーレ・メールマガジン
「FROM ソーレ」

こちらのQRコードで登録画面に直接アクセス。



講座情報を定期的にお届けします。
申込はホームページの登録画面から。
登録後届く確認メールのURLにアクセスして、
申込を完了してください。

●詳しくは、ホームページをご覧ください。●お申し込み・お問い合わせは、お電話でソーレまで

TEL (088)873-9100

施設利用のご案内

- 貸室利用時間
9:00～21:00(土・日・月曜日9:00～17:00)
- 休館日
第2水曜日・祝日・(年末年始12月29日～1月3日)
- 図書・情報資料室
9:00～20:00(土・日・月曜日9:00～17:00)
※ただし図書利用カード発行及び再発行の受付は、17:00まで
- 相談室
9:00～12:00、13:00～17:00
(専用電話/088-873-9555)
※第2水曜日、祝日、12月29日～1月3日は休室です。



あなたの声をお聞かせください

紙面へのご感想、また主催事業や施設利用等に関する、あなたの声をお待ちしています。

- 電話: 088-873-9100
- Fax: 088-873-9292
- Eメール: sole@sole-kochi.or.jp
- ホームページ: <http://www.sole-kochi.or.jp>

犯罪被害者支援講演会

無料



性暴力被害の実態と支援～SACHICOの現場から～

被害を受けた時、その直後にどのような対応が必要なのか。性暴力に対する正しい理解を深め、私たちができる支援を考える講演会です。

日時 2月3日(土)13:00～15:00

講師 加藤治子(性暴力救援センター・大阪SACHICO代表
阪南中央病院産婦人科医)

定員 120名(先着順)

会場 高知会館 飛鳥の間(高知市本町5丁目6-42)
※会場がソーレと異なります。ご注意ください。

申込 受付中。電話またはホームページにて
(※託児申込は1月24日(水)17:00まで)

主催 認定特定非営利活動法人こうち被害者支援センター
(公財)こうち男女共同参画社会づくり財団

男性家事講座

無料



おとう飯!始めよう講座

料理なんかできない、りっぱな料理を作らなければならないと思っていたあなた。簡単に、多少見た目は悪くても美味しい「おとう飯」で、家族を笑顔にしてみませんか。

日時 2月11日(日)10:00～13:00

講師 中平公哉(ソーレサポーター講師・主夫)

参加費 1,000円(材料費込)

対象定員 男性16名(先着順)

申込 1月9日(火)9時～電話またはホームページにて

女性防災プロジェクト～災害がおきたとき、活かす私のチカラ～

無料



公開プレゼンテーション

昨年の6月から、高知県立大学大学院看護学研究科と連携し、地域の防災活動へ積極的に参画する女性を育成している女性防災プロジェクト。参加者それぞれが関心あるテーマに自由に取り組んできたグループワークの成果を発表します。

防災食や避難所運営など、多彩な提案を、ぜひ聞きに来てください。

日時 3月10日(土)14:00～15:30

対象 地域の防災活動に興味のある方ならどなたでも

申込 託児希望者のみ必要

託児申込 電話またはホームページにて。締切は3月4日(日)17:00まで

3.11映画上映会

無料



「遺体 明日への十日間」

2011年3月に発生した東日本大震災。被災した岩手県釜石市の遺体安置所での出来事を描いたヒューマンドラマ。(2013年制作/日本)

映画を通してあの日を振り返るとともに、迫りつつある南海トラフ地震について、今できることを考えてみませんか。

主演 西田敏行

日時 3月11日(日) 13:30～15:30(受付開始13:00)

申込 託児希望者のみ必要

託児申込 電話またはホームページにて。締切は3月4日(日)17:00まで

その他 図書利用カードの提示が必要(身分証明書があれば当日作成できます)



●所在地 〒7800935 高知市旭町3丁目115番地

●アクセス 電車…「旭町3丁目」下車100m

バス…「旭町3丁目」下車50～200m

JR…「旭駅」下車400m

※駐車スペースが少ないため
公共交通機関をご利用のうえ、
ご来館ください。



発行 公益財団法人こうち男女共同参画社会づくり財団

発行日 平成30年1月10日