

# ソーレ・スコープ

SOLE SCOPE

Vol.  
**109**  
2024 July

Take Free

ご自由にお取りください

## Contents

### 1 P ソーレまつり2024 記念講演会要旨

女性と地球にスマイルを! ~共に創る社会をめざして~  
山田メユミさん

### 2 P 寄稿 大切な人や目の前の誰かが困っている時、動ける自分になるために

~あなたもバイスタンダーの仲間になりませんか?~  
安藤真由美さん

### 3 P ソーレまつり2024の思い出スナップショット

### 4 P 講座・講演会のご案内

### 5 P 相談室のご案内 ほか

詳しくは 高知 ソーレ

検索

<https://www.sole-kochi.or.jp>



HP



Facebook



X(旧Twitter)



Instagram



メルマガ



# 女性と地球にスマイルを!

## ~共に創る社会をめざして~

講師 山田 メユミさん

(株式会社アイスタイル取締役 共同創業者、一般社団法人バンクフォースマイルズ代表理事)

ソーレまつり2024記念講演会でお話いただいた内容をご紹介します。

美容総合サイト@cosme(アットコスメ)の共同創業者である、講師の山田メユミさんに、「女性と地球にスマイルを」を合言葉に「コスメバンクプロジェクト」を立ち上げた思いや、日本社会のこれからのあり方についてお話しいただきました。



### 化粧品の魅力、そして課題

アットコスメでは、生活者中心の市場を創造しようというビジョンをもって取り組んできました。

私にとっての化粧品は、人々の生活や社会でのコミュニケーションにおいて必要不可欠なプロダクトです。また、自己表現や自己肯定のためのツールでもあります。さらには、ストレス解消の助けや自分へのご褒美にもなり、さまざまなライフシーン、ステージに深く関与し、女性(人々)をエンパワーできるのが化粧品の魅力だと思っています。

その一方、化粧品は化学合成品であり、また容器包材も含めてのブランド価値でもあるため、リサイクルがなかなか難しい状況があります。

### 社会の『ない』と産業界の『ある』をつなぐ

そうした課題に企業の枠を超えて協働で取り組んでいるのがコスメバンクプロジェクトです。

きっかけは「子どもの卒業式なのに口紅ひとつなく、マスクで顔を隠して参列した」という、あるひとり親のお母さんの悲しい言葉でした。化粧品がないことによって悲しい気持ちになってしまわれる方がいるということに衝撃を受けると同時に、想いを込めて作られた商品が誰の手にも届かずに、最終的には環境を汚してしまうかもしれない

と感じていた中で、必要としている方に、こういった余剰在庫をつなげない理由はないと考えたのが原点です。

化粧品企業に相談したところ、思った以上

に各社が積極的で、企業の皆さんからは余剰商品や運営資金のご寄付をいただきながら、また、全国の婦人保護施設やフードバンク等支援団体とも連携をして、現在は必要とされている方々、約3万世帯にお届けすることができています。

余剰商品というとネガティブなイメージをもたれる方がいるかもしれませんが、一人ひとりに向けた「ギフト」として喜んでいただけることを願いながら、業界の皆さんに梱包にも参加いただくなど、総力をあげてお手伝いいただきお届けしています。

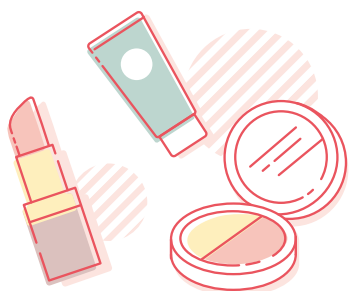
### 共に創る社会を目指して

私たちが「女性と」を枕詞にして活動している理由は、現実問題として母子世帯と父子世帯で年収に大きな差があり、母子世帯を中心に支援を考えているためです。ギフトを届けている世帯の年収は200万円未満が7割と、かなり厳しい状況にあることが分かっています。

受け取った女性たちからは「自分のケアもできていいんだ」「子どもとの会話の時間が増えた」といったうれしいお声を多くいただきます。届いた声は企業にもお伝えし、息長くこの活動が続けられるようにしたいと思っています。また、自治体との連携もより強化したいと考えていて、ギフトのお渡しやメイクアップ講座の開催等を通じて自治体とシングルマザーとの接点創出につなげる活動を積極的に広げていきたいと考えています。

不安定なことが多く、見通しも持ちにくい時代です。だからこそ、思考を止めることなく、柔軟かつ前向きに、日々できる最善を尽くしていくことが大切と思っています。

「笑顔の多い人は幸福度が高い」のだそうです。ならば「笑顔の多い集団が社会を幸せにできる」のではないかと、それを胸に多くの同志と活動していきたいと考えています。





# 大切な人や目の前の誰かが 困っている時、動ける自分になるために ～あなたもバイスタンダーの仲間になりませんか？～

近年注目を集めている「バイスタンダー・トレーニング」の重要性や、バイスタンダーとして行動するうえでのポイントについて、安藤真由美さんからの寄稿をお届けします。

## 安藤 真由美さん（一般社団法人ジェンダー総合研究所共同代表）

【プロフィール】 エグゼクティブ・コーチ／コンサルタント。20年以上にわたりアナリスト／ファンドマネージャーとして勤務した後、日本型雇用慣行にともなう弊害について、組織論とジェンダー論の視点から研究を進める。2018年に独立、企業や大学、男女共同参画センターなどで講演やワークショップなどを多数実施するとともに、女性の経済的自立を目指してお金と投資の講座を提供する。個人の権利と企業の競争力向上の両面に配慮したアプローチから、誰もが働きやすい社会を目指して活動している。



たとえば、道端で誰かが絡まれて困っている時。  
飲み会の場で回答に困る質問を同僚がされている時。  
ハラスメントじゃないかな？と思う言動を受けている人がいる時。  
あなたはどんな行動をしますか？

こういった場面に出くわした時、とっさに体が動かなかったり、かける言葉が見つからず、何もできなかった…と後悔した経験をお持ちの方も多いのではないのでしょうか。

「バイスタンダー」とは、医療用語では応急処置や心肺蘇生といった、救助に携わる第三者のことを指します。ハラスメントや差別の文脈では「ハラスメントや差別、性暴力などが起きた時、その場に居合わせた第三者」という意味で使われています。何らかの被害を受けている時、受けそうな時に、周りの人が介入することで、事態を悪化させない、予防するといった効果があり、「差別の抑止力」として近年注目されています。

それでは、「バイスタンダー」として行動する際、どのような点に注意すればよいのでしょうか。ここでは3つのポイントを紹介したいと思います。

1点目は、被害者に寄りそうことを最優先に考えて行動するということです。被害を受けている人がいても、「加害者にも言い分があるのかもしれない」と考え、介入するか悩む方もいるかもしれません。しかし、加害者側に何か理由があるとしても、他の人を傷つけてよい理由にはなりません。まずはその場で被害を食い止めること、防止することを考えましょう。

2点目は、介入によって根本的な問題解決が必ずしもできるわけではないということです。特に、加害相手が見知らぬ

人の場合は、加害者自身をその場で変えるような働きかけは困難です。そのことを理解した上で、発言や行動を選択しましょう。

3点目は、その場の状況や自分自身の経験値に合わせて、適切な介入方法を探ることです。介入しようと思っても、知らない人に声をかけるだけでも躊躇ってしまう方もいます。常に自分自身や周囲の安全を確保しながら、無理のない範囲で対応してください。周囲と連携しながら行動したり、いくつかの介入方法を組み合わせたりすることも可能です。ジェンダー総合研究所では5つの介入方法として、「たすけを求める」「よりそう」「レコーディング」「まちがいを指摘」「すり替える」を紹介しています。

介入は突然できるようになるわけではありません。防災訓練のように練習やイメージトレーニングをしたり、介入方法を事前に知っておくことが、とっさに動けるためには重要です。知識と実践の両方を身につけた「バイスタンダー」の仲間が増えることで、今よりやさしい社会になっていくことを願って活動しています。



ソーレまつり2024の25周年特別企画として、「バイスタンダー・トレーニング 大切な人や目の前の誰かが困っている時、動ける自分になろう！」を開催しました。

# ソーレまつり2024の思い出スナップショット

ソーレ25周年！だれもが自分らしく輝く社会へ

会場とオンラインのハイブリットで開催した「ソーレまつり2024」。

オンラインでは1月13日(土)～28日(日)の期間、特設サイトを開設し、アウトドア防災ガイドのあんどうりすさんによる基調講演、ソーレ利用団体による活動紹介やステージ発表等の動画を配信しました。

1月28日(日)の会場開催では、久しぶりに1階アトリウムで行うバザーが復活。朝早くから多くの来場者がつめかけました。また、25周年特別企画「バイスタンダー・トレーニング」や女性の政治参画について考えるシンポジウム、利用団体による作品展示やステージ発表、各種体験教室など全館で様々な催しが行われ、25周年にふさわしい、賑やかな1日となりました。



大賑わいのバザー



大会議室のステージでは6組の団体が合唱やピアノ演奏、ダンスなど日頃の練習の成果を披露。



親子でご飯づくり  
お魚の3枚おろしにチャレンジ。



女性の政治参画に向けて、今後の展望を探るシンポジウムでは活発な討論が繰り広げられました。



筆文字・新聞ちぎり絵  
体験教室



高知大学地域協働学部  
ソーレ実習生による活動報告  
のパネル展示



# 講座のご案内



受講料  
無料



託児付き(6カ月～  
小学3年生まで・予約制)  
未就学児童は無料。  
小学生は1家族500円。



オンライン  
受講可能



オンデマンド  
配信あり

●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、**088-873-9100**まで  
(受付時間 9:00～17:00)

## 女性の居場所づくり事業



### ゆるりのしっぽ (全6回)

自分らしく生きるために自分のペースで必要なことからをつけていく、  
自分のための居場所づくり事業。

#### 第2回「飾らない私と向き合う時間」

不安になったり、上手くいっていないと感じたり  
している時は、自分のことを否定的に捉えがち  
です。そんな時こそ自分を優しい言葉でふわっと  
包んであげ、自分を癒してあげましょう。

#### 初めてご参加の方対象

「女性と地球にスマイルを」  
を合言葉に始まった「コスメ  
バンクプロジェクト事務局」  
より提供いただいたコスメ  
キットをご希望の方にお渡  
しします。

日 時 7月22日(月)14:00～15:00

講師 金 香百合(堺市立男女共同参画センター館長、eトコプロジェクト代表)

対象 女性 定員 15名程度

申込 不要 託児 7月19日(金)までに要予約

## 就労支援講座①



### 就労支援 パソコン講座

エクセルの基礎を学ぶ講座とサートファイ検定3級取得を目指した  
講座です。就職やスキルアップのための“新しい一歩”を踏み出したい  
あなたを応援します。

#### A 基礎Excel講座

| 日 時                | 受講料 3,500円<br>(教材費込、受講料は初日にお支払い下さい。) |
|--------------------|--------------------------------------|
| 8月3日(土)10:00～16:00 |                                      |

#### B 検定対策Excel講座 (全3回)

| 日 時                                                   | 受講料 9,500円<br>(教材費込、受講料は初日にお支払い下さい。)       |
|-------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 8月4日(日)・17日(土)・25日(日)<br>いずれも10:00～16:00              | 検定受験料(3級) 5,500円<br>(B受講者対象(希望者のみ)、当日お支払い) |
| Excel検定試験日時:<br>8月31日(土)13:30～15:30<br>(B受講者対象、希望者のみ) | ※B受講者はソレで自主練習ができます。<br>(詳細は、HPをご覧ください。)    |

講師 横山 桂子(サートファイ認定インストラクター)

対象 就職活動中、または就業中の20～60代の女性

※マウス操作と文字入力ができる方、ソレ主催のパソコン講座を初受講の方

定員 各講座先着15名 申込 6月22日(土)9:00～電話にて

託児 7月31日(水)までに要予約

## エンパワメント講座



### ジャーナリストに学ぶ「言語化力」 ～ジェンダー視点のアプローチ～

情報が容易に入手できる時代に、身近な問題を整理し伝えるのは  
かえって困難が伴います。ジャーナリストの中野円佳さんから、  
ジェンダー視点で情報伝達に必要な「言語化力」を学びます。

日 時 8月18日(日)13:30～15:30

オンデマンド配信: 8月26日(月)9:00～9月9日(月)17:00

講師 中野 円佳(東京大学多様性包摂共創センター DEI共創推進戦略室 准教授)

対象 女性 定員 先着30名 申込 電話またはHPにて受付中

託児 8月16日(金)までに要予約

その他 オンデマンド配信の申込は9月7日(土)まで

## 男性家事・介護基礎講座①

カジダン

### 家事男親子料理教室

#### メニュー

彩りたっぷり冷やし  
中華、プリプリ海老  
ワンタンスープ

男性保護者のみなさん！お孫さん・お子さんと一緒に料理をしてみま  
せんか。プロの調理師による説明を受けながらの講座なので、料理  
初心者でも大丈夫。夏休みにお孫さん・お子さんと力を合わせて料理  
に挑戦するチャンス。お互いに意外な一面を発見できるかも。

日 時 8月4日(日)10:00～13:00

講師 山本 尚高(ザクラウンパレス新阪急高知副総調理長)

対象 小学生と男性保護者 定員 先着10組(20名)

受講料 2,000円(材料費込) 申込 7月1日(月)9:00～電話にて

託児 8月2日(金)までに要予約

その他 食物アレルギーのある方はお問い合わせください。

持参するもの: マスク、三角巾、タオル、エプロン

## 就労支援講座②



### メイクで伝える自己表現力

就職・転職でカギとなるのは、面接時の印象です！自分に自信が  
つくくと相手が受ける印象は格段に変わります。自分らしさを活かした  
メイク術で自己表現を高めて、やりたい仕事にトライしませんか。

日 時 9月8日(日)13:30～15:30

講師 高橋 絵里(B E R E U N A)

対象 就職活動中、または就業中の女性

定員 先着15名 受講料 1,000円

持ち物 普段使用されているメイク用品(詳細は、HPをご覧ください。)

申込 8月4日(日)9:00～HPにて 託児 9月5日(木)までに要予約

## 男女共同参画講座



### ジェンダーカフェ (全2回)

好きな絵本について講師とトークしながら「BOOK CAFE」を楽しみ  
ましょう。親子向けと大人向けの2回にわたって開催します。

| 第1回                   | 第2回                           |
|-----------------------|-------------------------------|
| 絵本といっしょにBOOK CAFE(親子) | 絵本から読むBOOK CAFE(大人)           |
| 9月28日(土)11:00～12:00   | 9月29日(日)14:00～16:00           |
| 好きな絵本を持って来てね          | そっと教えたいお気に入りの絵本に<br>ついて語りましょう |
| 対象・定員 親子 先着10組        | 対象・定員 大人 先着20名                |

講師 金 香百合(堺市立男女共同参画センター館長、eトコプロジェクト代表)

申込 8月4日(日)9:00～電話またはHPにて

託児 9月27日(金)までに要予約

## ナツボラ2024 夏のボランティア体験

高校生の皆さん！いましかできない、いまだからできる

ボランティアを、ソレで  
体験しませんか？新しい  
自分発見の夏、一緒にチャ  
レンジしよう♪

(高知県ボランティア・NPO  
センター主催「ナツボラ」の  
募集企画)

| 小学生の工作サポート<br>(オレンジリボン作成)           | 新聞クリッピング作成                          |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| 8月2日(金)9:30～12:00<br>申込締切日 7月26日(金) | 8月6日(火)9:30～12:00<br>申込締切日 7月31日(水) |
| 定員 10名                              | 定員 20名                              |

申込 7月1日(月)9:00～HPにて

# ソーレ相談室のご案内

ソーレには“こころ”をひらく場所があります。ひとりで悩まないで、まずはお電話ください(相談無料・秘密厳守)。

## 女性のための相談

一般相談 専用電話:088-873-9555

相談時間 休館日を除いた9:00~12:00、13:00~17:00  
(※受付は16:00まで、面談は予約制)

法律相談(1人30分・予約制)

日 時 毎月第2・4木曜日 14:00~16:00

こころの相談(1人50分・予約制) ※託児あり(要予約)

日 時 毎月第1・3木曜日 14:00~16:00

男性のための悩み相談(1人50分・予約制)

日 時 毎月第1火曜日(オンライン)、第2金曜日、第3・4水曜日 18:00~20:00

## にじいろコール~LGBTsに関する相談~

専用電話:0120-56-2416 (通話料無料)

専門の相談員が、LGBTsなどの相談(性自認及び性的指向に関する様々な悩みや相談)をお受けしています。ご本人だけでなく、家族・友人・先生などにご利用になれます。発信者の電話番号は表示されません。安心してご相談ください。



日 時 毎月第4土曜日 13:30~16:30

法律相談、こころの相談、男性のための悩み相談の予約電話番号は **088-873-9100** です。

- ・当月1日より翌月分を受付します。
- ・相談日は変更になる場合があります。あらかじめ、お電話またはソーレHPの相談カレンダーにてご確認ください。

## 貸室案内

利用登録をすれば、「1時間単位」で借りられます。

低料金、しかもプロジェクターなどの備品、空調使用料はかかりません。

予約は「予約システム」またはお電話で!

予約システム



利用料のお支払い方法が多样!

現金での窓口払いのほか、コンビニやペイジーでのお支払いができます。

駅・停留所から近く便利!

バス・電車の停留所、JR旭駅から徒歩約5分以内です。

Wi-Fiの利用が可能!

貸室内(レクリエーション室は除く)のみ。ご利用時は受付にお申し出ください。



大会議室



和室



調理実習室

## ソーレ図書・情報資料室から

新しい図書が届きました。是非ご利用ください。(DVDは資料室、託児室でもご覧いただけます)

※毎月第4木曜日14:00~16:00は図書点検整理日のため休室します。

貸出について

図書 5冊まで2週間

DVD 2本まで1週間

※高知市外在住の方は2週間

「図書団体貸出」をご利用ください!

県内の市町村や学校、公民館などに貸出を行っています。

詳しくはソーレまでお問い合わせください。

## 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の発行、及び再発行の受付は17:00まで
- 相談室  
9:00~12:00、13:00~17:00(受付は16:00まで)  
(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

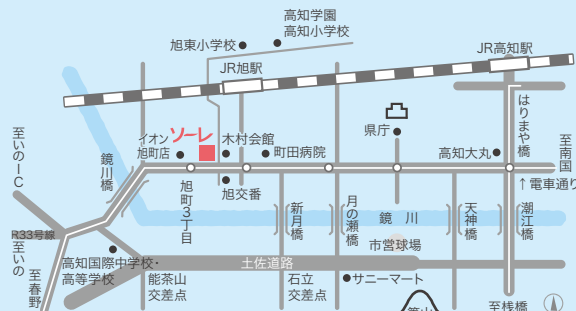
あなたの声をお聞かせください

当紙面への感想や、主催事業及び施設利用等に対するご意見などを是非お寄せください。

- 電話 088-873-9100
- Fax 088-873-9292
- Eメール sole@sole-kochi.or.jp
- HP <https://www.sole-kochi.or.jp>



SOLE SCOPE(ソーレ・スコープ)のSCOPEは、広さ・広がりという意味。ソーレ(イタリア語で「太陽」)を拠点として、情報が広がることを意味します。



- 所在地  
〒780-0935 高知市旭町3丁目115番地
- アクセス  
電車...「旭町3丁目」徒歩約1分  
バス...「旭町3丁目」徒歩約1~3分  
JR...「旭駅」徒歩約5分

駐車場の台数が非常に少ないため、お越しの際には公共交通機関のご利用をお願いします。