

パートナーはあなたのことを大切にしていますか？

DV(配偶者や恋人などからの暴力)とは、殴る・蹴るなどの身体的暴力だけでなく、様々な暴力で相手を支配しようとする行為です。

もし今、あなたがDVで悩んでいたら、勇気を出して相談してみませんか。ひとりで悩んでいた時に気づかなかった解決方法が見つかることがあります。



- 身体的暴力・・・殴る、蹴る、物を投げる、つきとばす、刃物でおどす など
- 精神的暴力・・・無視する、人格を否定するような暴言を吐く、どなる など
- 性的暴力・・・性的な行為を強要する、避妊に協力しない、中絶の強要 など
- 経済的暴力・・・生活費を入れない、借金をさせてお金を取り上げる など
- 社会的暴力・・・常に行動を監視する、友人との付き合いを制限する など

- こどもがDVを目撃することは「児童虐待」にあたります！
こどもの心は深く傷つき、心身に症状があらわれることもあります。
また、暴力的なコミュニケーションを身につけてしまうことがあります。
- お友達や知り合いがDVで悩んでいたら・・・「あなたは悪くない」と伝えてください。そして、身近な相談窓口にご相談するよう勧めてください。



【高崎市DV電話相談】

- 【主な支援内容】
- DVについての相談 ● 無料の法律相談 ● 緊急時の安全を確保するための相談 ● 保護施設の利用についての情報提供や助言 ● 行政サービスや福祉制度の利用についての支援 ● 保護命令制度についての情報提供や申立書の作成支援 ● 民間支援団体と連携した同行等の支援

専用電話の電話番号が変わりました。

相談専用電話 **027-381-6223**

- 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
午前9時～午後4時

緊急時は
110番へ



女性に対する暴力根絶のためのシンボルマーク

高崎市男女共同参画センターからのお知らせ

【男女共同参画相談】

男女の就労や社会参加、DV、セクハラ、女性・男性であるがゆえに生きづらさを感じている方などの相談を受け付けています。
あなたの思いに寄り添い、自分なりの答えや新たな選択肢を見つけるお手伝いをします。

- 月曜日～金曜日(祝日、年末年始を除く)
午前9時～午後4時
*電話による相談(随時受付)
*面接相談(電話による事前予約が必要)
相談専用電話 **027-329-7119**

【弁護士による無料法律相談】

雇用問題、離婚、DV・セクハラ等、面談により弁護士から直接アドバイスが受けられます。(高崎市内に在住か在勤、在学の方。1件につき30分程度、定員6人)

- 原則毎月第3火曜日 午後1時～午後4時
*面接相談(電話による事前予約が必要)
予約受付電話 **027-329-7118**

令和2年度男女共同参画センター事業予定

男女共同参画推進講演会

講師 **石蔵文信さん** 『夫源病』の提唱者
(大阪大学人間科学研究科未来創造センター招へい教授)

演題 『笑顔で心も身体も元気に
～ともに依存しない生き方を目指して～』
(仮題)

- 日時:令和2年7月4日(土) 13:30～15:00
- 会場:市民活動センター「ソシアス」(足門町)

*応募方法などの詳細は後日広報高崎に掲載します。
*講演会のほか、映画上映会や各種セミナーも開催予定です。



高崎市 男女共同参画 **検索**

高崎市人権男女共同参画課のホームページでは、男女共同参画にかかわる様々な情報を掲載しています。ぜひご覧ください。

<http://www.city.takasaki.gunma.jp>

編集/高崎市 市民部 人権男女共同参画課
男女共同参画センター(市民活動センター「ソシアス」内)

〒370-3531 群馬県高崎市足門町1669番地2
TEL:027-329-7118
FAX:027-372-3121

発行/令和2年3月15日



高崎市男女共同参画広報紙

男女共同参画

バモス 第22号

Vamos

「バモス」とは、ポルトガル語やスペイン語で「一緒に行こう!」または「～しよう!」と誘う言葉で、日常会話で気軽によく用いられる言葉です。

CONTENTS

- 令和元年度高崎市男女共同参画推進講演会・男性のワーク・ライフ・バランスセミナー
- 男女共同参画の視点に立った防災 ～もしもの時、どうする?～
- パートナーはあなたのことを大切にしていますか?
- 高崎市男女共同参画センターからのお知らせ

男女共同参画推進講演会 「生きることは感動すること」 佐久間レイさんの講演会が、6月29日(土)に開催されました。



佐久間 レイさん

佐久間さんは、テレビアニメ「それいけ!アンパンマン」のバクコさん役や、映画「魔女の宅急便」のジジ役の声などでもおなじみの声優であり、歌手・脚本家としても活躍中です。また、命や人間の心をテーマとした物語の脚本を執筆し、自ら「語る」活動を展開し、全国で好評を得ています。

佐久間さんに、今回講演いただいたテーマは「心のストレッチ」というものです。身体を動かすストレッチと同じく、心も温めて柔らかくすることで、辛いことがあった時でも怪我を最小限にして「折れることなく生きる」ことができます。声優業として交流が深かったアンパンマンの作者・やなせたかし先生から数多くの助言をいただいたとのこと。

—他人に何かしてあげることは自己「犠牲」ではなく自分の胸が温かくなる。そのことが一番幸せに感じる。人生は喜ばせごっこ。—

佐久間さんから「みんなが自分の物語の主人公。演じているのは自分だけではありません。自分でストーリーを選んで、少しずつ物語は進んでいきます。どうか素晴らしい物語を作っていきましょう。」と来場者へメッセージを送っていただきました。明日からの日々が待ち遠しくなるような佐久間さんの「語り」に涙し、「歌」に和み、「キャラクターの声」に笑っていただき、聴き終わった後は心が柔らかく、ほっこりした気持ちで明日を迎えていただけたと思います。



参加者の感想

笑って、泣いて、本当に心がほぐれました。これからも自分らしく、素敵な言葉を使って人生を過ごしていきたいです。
(60代女性)

10月19日(土)に、男性のワーク・ライフ・バランスセミナー ～男の料理 超簡単おっきりこみを作ろう～ が開催されました。



木部 克彦さん

ジャーナリスト活動、出版活動、大学客員教授として、家に帰れば「料理が生きがい」の兼業主夫の木部克彦さんより、簡単なおっきりこみの調理を交えて、男性が家事や料理に取り組むための心得を教えてくださいました。木部さんは家庭料理に失敗はないと、断言します。味が薄すぎても濃すぎても調整は可能であり、食卓を盛り上げる良いネタにもなります。また、具材の組み合わせによって料理のレパートリーは何百、何千通りにも広がるということです。ユーモアを交えての調理と講話により、参加者の皆さんは楽しく和気あいあいと料理を楽しみました。

参加者の感想

「気取らずに料理ができる、失敗しても、それが家庭料理」この感覚があれば、もっと積極的に料理にトライできると思いました。
(50代男性)



男女共同参画の視点に立った防災 ～もしもの時、どうする？～

令和元年10月、関東・甲信地方や東北地方などに甚大な被害をもたらした台風第19号は、高崎市にも、住宅の浸水など大きな爪痕を残しました。身の危険を感じて、市内の避難所に避難された方もいました。そこで今回は、地震・風水害など、いつでもどこでも起こりうる災害について、男女共同参画の視点から考えてみたいと思います。

●過去の大规模災害から学ぶ避難所生活

避難所では、限られた空間の中で、高齢者・障害者・妊産婦・乳幼児のいる家庭、病気を抱えている人、外国人、性的少数者など…様々な境遇や立場の人たちが慣れない集団生活をしなければなりません。

東日本大震災や熊本地震などで避難所生活をした人の声

- 授乳や着替えをする場所がなく、周りの目を気にしながら着替えるのに苦労した。
- 高齢者が避難所になじめず、半壊状態の家に戻った。
- 発達障害の子どもが周囲に迷惑をかけるので、車上生活をした。
- 男性の目が気になって下着などが干せなかった。

- 高齢で足の不自由な父が「家にいる」と言い張り、避難させるのが大変だった。
- 復旧・復興の仕事で過労が続き、体調を崩した。
- 職場から離れられず、避難所にいる家族と一緒に生活できなかった。
- 新たなコミュニティに入ることができず、孤立や引きこもりにつながるケースもあった。

このような課題を解決するためには、女性や高齢者、子どもなど多様な視点で避難所環境を見つめ、地域住民が中心となって安全で安心した避難所環境を整えていくことが重要です。

●「もしも」に備える

大地震や頻発する局地的な集中豪雨…「災害は必ず来る」という前提で、自分に何ができるか考えてみましょう。

【非常用持ち出し袋】

非常用持ち出し袋には、誰にも必要なものを入れたあと「自分にとって必要なもの」をプラスしましょう。

薬手帳 老眼鏡 入れ歯、洗浄液 介護用パンツ 等	お薬手帳のコピー 入れ歯、洗浄液 介護用パンツ 等
高齢者世帯	子育て中
女性	男性
ハンドクリーム リップクリーム 化粧水 下着 生理用品 手鏡 等	お菓子、おもちゃ 粉ミルク、哺乳びん 離乳食、スプーン おむつ、おしりふき 等
	ひげそり用品 汗拭きシート 等

【備蓄品】

各家庭で、最低でも3日分の飲料水や食料品を備えましょう。

食品

飲料水
一人あたり、一日3L

卓上コンロガスボンベ

●地域とつながろう

災害時に頼りになるのは、普段からの人間関係です。日頃から、地域の行事やボランティア活動などに参加して、地域の人たちとの交流を深めておくことが大切です。

日本防災士会 群馬県支部 副支部長
わんだふる代表 赤羽 潤子さんに聞きました。

高崎市は災害が少ないと感じていませんか？
昨日まではそうでも安心はできません。高崎市の直下を通る「深谷断層帯」、局地的な集中豪雨…いつ自分が被災するとも限りません。
もしもの時のために、「自分で(自助)」、「地域で(共助)」備えましょう。災害時、「行政の支援(公助)」にはある程度の時間がかかります。そこで、近所の人たちで助け合う「地域防災」が重要になってきます。助ける側も助けられる側も、普段から知っている間柄であってこそ力を発揮します。
市内の多くの町内会では、「自主防災組織」が結成されています。避難訓練や避難所運営訓練などがある時には、ぜひ参加してみてください。避難所は日常生活の延長です。困難な状況の中でも、より安全で良好な生活が送れるよう、女性が積極的に運営に関わることも大切です。



高崎市ハザードマップ ー災害から身を守るためにー

A1サイズ1枚のマップ形式で、片面に危険箇所、もう片面に防災に関する情報を掲載しています。自分の住む地域にどんな危険があるのかを知って、日頃からの備えやもしものときの避難に役立ててください。

高崎市ハザードマップ [検索](#)

平時にできないことは、非常時にもできません。普段から、様々な立場の人たちが、ともに責任を担いながら支えあう地域や社会づくりをしていきましょう。