

女性の相談窓口

ひとりで悩まないで話してみませんか？

悩みや不安があって、誰かに話したいときはありませんか？
専門の女性カウンセラーが、心の整理のお手伝いをします

2020年度相談日

	第1月曜	第2・4火曜	第3土曜
7月	6日	14・28日	18日
8月	3日	11・25日	15日
9月	7日	8・29日	19日
10月	5日	13・27日	17日
11月	2日	10・24日	21日
12月	7日	8・22日	19日
1月	18日	12・26日	16日
2月	1日	9・16日	20日
3月	1日	9・23日	6日

・実施日時

第1月曜	14時～16時
第2・4火曜	
第3土曜	10時～12時

相談時間は1組50分まで

・相談員 フェミニストカウンセラー（女性）

- ・匿名でも予約・相談できます
- ・秘密は厳守します

祝日の時は日程を変更します(左表下線)



【編集後記】

令和2年度の「男女共同参画週間」のキャッチフレーズが『そっか。いい人生は、いい時間の使い方なんだ。』『ワクワク・ライフ・バランス』に決まった。今年度の募集テーマが「自分らしい人生を実現するために、時間をどう使っていくのか。家族や地域、社会はそれをどう後押ししていくのか。それを社会全体で考えていきかけとなるキャッチフレーズ」であったのだが、期せずして、このコロナ禍の中、時間の使い方ということに国民が考えさせられたというのも因果だなあ、と感じた。あくせくと時間に追われた生き方が、コロナウイルスのおかげで今一度ゆっくりと人生を生きなさいと言われてるように思えてならない。(A)



大阪狭山市男女共同参画推進センター きらっとぴあ

〒589-0005 大阪狭山市狭山一丁目862-5
大阪狭山市役所南館1階

電話・FAX 072-247-7047

E-Mail os-gender@water.ocn.ne.jp

きらっとぴあのHPが新しくなりました♡

<https://os-gender.jimdofree.com/>

※この施設は、特定非営利活動法人ふえみばる堺と大阪狭山市が協働事業として事業運営しています



◆利用時間◆

平日 午前10時～午後5時
土曜 午前9時～午後0時



Nouvelles

男女共同参画推進センター
2020年7月発行



「LGBT」から「SOGI」へ

「LGBT」とは…「Lesbian:レズビアン(女性同性愛者)」「Gay:ゲイ(男性同性愛者)」「Bisexual:バイセクシャル(両性愛者)」「Transgender:トランスジェンダー(生まれた時の性とは異なる性を自認する人・性同一性障害者含む)」のアルファベットの頭文字を取った言葉です。L・G・Bは性的指向(好きになる相手の性)について、Tは性自認(心の性)についてのマイノリティー(少数者)を表す言葉の一つです。

LGBTは4つのセクシャルマイノリティ(性的少数者)しか表していませんが、世の中にはもっと多様なセクシャリティやジェンダーが存在します。

「Questioning:クエスチョニング(自分の性別がわからない・意図的に決めていない・決まっていない人)」の頭文字をつけて「LGBTQ」と表現したり、名前のついていない性やそれ以外の性を表す「+ (プラス)」をつけて「LGBT+・LGBTQ+」と表現したり、複数の「s」が付け加えられて「LGBTs・LGBTQs」と表現されることもあります。

*「LGBTQ」のQには、性的マイノリティの総称として用いられるQueerの意味もあります。

このようにカテゴリーで分けると、その人が特別な人、特異な存在という風に印象付けてしまうという懸念があります。また、性的指向と性自認がごっちゃになりがちであるため、新たに「SOGI」という言葉が使われ始めています。

「SOGI」とは…「Sexual Oientation:性的指向」「Gender Identity:性自認」それぞれの英訳のアルファベットの頭文字を取った言葉です。SOGIは、すべての人が持っている、それぞれの性的指向あるいは性別に対するアイデンティティを意味します。異性愛者も含めすべての人の属性であり、「属性にかかわらず、すべて平等」という意味で使われています。

LGBTのように誰かをカテゴライズすると、該当しない人にとっては「他人事」になってしまいますが、すべての人を含めることで「自分のこと」として考えられるようになります。知識がないからと問題を避けるのではなく、尊重したい、問題を理解したいという気持ちを持って、まず知ることから始めてみませんか？



今後の講座のご案内

DV情報提供講座 「はじめのいっぽ」

8月・11月・2月 原則最終月曜日 10:30~12:00

「DVって何?」「いつも何かを我慢してる気がする」「上手にやれない私が悪い...?」「どうすれば彼は変わってくれるの?」etc DVについて知っておきたい基本的な情報を女性相談員がお伝えします。

対象：テーマに関心のある女性
定員：5名程度(先着順) 要申込



毎月1回
土曜日開催

きらっと女私講座 8月よりスタートします!! (全6回)

毎月1回、専門の講師を招き、どのように現在の生き方(キャリア)を積み上げてきたのかを語っていただきます。もちろん、それぞれの講師によるレッスン&レクチャーも体験していただきます!

- ◆ 8月22日 「自分に合うピッタリな靴選び」 自然療法フットケアサロンブランジュ経営 フットアドバイザー
- ◆ 9月 5日 「姿勢を正して軽やかに歩こう」 ウォーキングインストラクター
- ◆ 10月 3日 「自分の肌を育てる法」 一般社団法人ダイヤモンドスタイル代表 メイクアップ講師
- ◆ 11月 7日 「心の中から免疫力up」 株式会社情報の輪サービス代表&NPO法人理事
- ◆ 12月12日 「体にとっていい食べ物とは」 健康増進コンシェルジュ代表 栄養士・臨床分子栄養医学研究認定カウンセラー
- ◆ 1月 9日 「美姿勢エクササイズ」 ボディメイクトレーナー

場 所：大阪狭山市役所南館2階講堂(SAYAKAホール南側)
時 間：10:30~12:00
参加費：無料
定 員：概ね12名(先着順) 要申込(各回申込み可)

※詳しくは、HP・広報をご覧ください!!

それって子どもの問題?親の問題? ~親が楽になる処方箋~

子ども自身が考えなければならない問題で、親が悩んでいませんか?
親の問題と子どもの問題を整理して親として出来る事をカウンセラーと一緒に考えてみませんか?

日 時：8月6日(木) 10:30~12:30
場 所：大阪狭山市役所南館2階講堂(SAYAKAホール南側)
参加費：無料
定 員：15名(先着順)
対 象：テーマに関心のある女性 市内在住・在勤の方優先
講 師：フェミニストカウンセリング堺所属 加藤 伊都子さん

ほっとさろん

毎月1回、おしゃべり&お楽しみ時間
を提供しています

- 気功 ●季節のグリーン
 - 手づくり品etc.
- などの講座を開催しています!

きらび☆トーク

毎月1回、女性心理の専門家である
カウンセラーと共に、様々なテーマで
話し合います!!
日頃のギモンや、モヤモヤしている
ことを話しに来ませんか?
(秘密は厳守します)



スタッフおすすめの図書

『総務部長はトランスジェンダー
父として、女として』

岡部 鈴 著



男女共同参画推進センター「きらっとぴあ」へ勤めていることも多いに
影響を受けていると思うが、タイトルが衝撃的でまず興味をそそられる。
この本は、ノンフィクションで筆者が女装体験をきっかけに、子どもの頃
に感じた女性への憧れと諦めを心の底へ押し沈めた経験から一気にトラン
スジェンダーへ突き進む過程を赤裸々に淡々と綴られている。

トランスジェンダーとは何ぞや?という方には入門書的に、もし、自身
がトランスジェンダーでは?と思い悩んでいる方には、バイブル的な視点
で、また身近な方にトランスジェンダーを含むLGBTQを自認する方がいらっ
しゃるならば、その当事者の気持ちを知り得るツール本として各々様々な
視点から読んでいただける内容の濃い1冊である。

3月下旬にNHKで放映されたムロツヨシ主演の「三浦部長、本日付けで女
性になります。」の原作本でもある。このように近年トランスジェンダー
を含むLGBTQについて社会的にも認知度は一昔に比べ随分と上がっている。
多様性を認めようという現代において、一度は手にしてほしい1冊!!



『それはあなたが望んだことですか
~フェミニストカウンセリングの贈り物~』
河野 貴代美 編著



女性が抱える様々な問題にフェミニズムの視点で相談にのる「フェミニストカウンセリング」
を、40年前に初めて日本に導入した心理カウンセラーによる編著書である。具体的な相談事例
を通して、その背景にある社会的な問題を掘り下げている。

時代とともにライフスタイルは大きく変化し女性の社会進出も進んだように見えるが、個々
の女性の悩みの根底にある社会的な問題は大きく変わっていないと感じる。今なお女性はそれ
ぞれの立場の中で、女性としての役割を求められ、多くの制約の中で生きている。その制約に
よって傷つけられ、怒り、あきらめ、心を病んだり無気力になったりする女性たちと、諦めず
にその人に寄り添うカウンセラーの姿勢が、相談事例を通して紹介されている。

本書のタイトルである「それはあなたが望んだことですか」は、相談者が自分自身を明確に
するための質問の言葉として登場するが、そこには「あなたのことはあなたが決める」「あなた
が悪いのではない」「あなた自身を生きる」「あなたはかけがいのない存在」そして「あなた
はあなたのままでいい」というフェミニストカウンセリングのメッセージが込められた言葉
であると思う。これから生きていく女性たちに、ぜひ知ってもらいたいメッセージである。

「きらっとぴあ」の多くの講座で講師を務めてくださっている「フェミニストカウンセリ
ング堺」の加藤伊都子さんも執筆者の一人である。ぜひ一度、目を通していただければと思う。

