

女性の相談窓口

2023年度相談日

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

実施日時

第1月曜	午後1時～午後4時
第2火曜	
第3土曜	午前9時30分～午後0時30分
第4火曜	午前10時30分～午後1時30分

相談時間は1組50分まで(無料)



相談員 フェミニストカウンセラー(女性)

実施場所 きらっとぴあ

祝日の時は日程を変更します(上表下線)

予約・問合せ 072-247-7047

・匿名でも予約・相談できます
・秘密は厳守します

〇いろいろ悩んでいるけど、どこに相談したらいいかわからないとき

「女性のためのよりそい☎ホットライン」へ
まずお電話してみませんか？

どんな些細なことでも大丈夫です！
お話をすることで解決の糸口に繋がるかも？
専門の女性相談員がお話をお聴きします。
秘密は厳守しますので、お気軽にご相談ください
(無料)

相談専用電話
090-2112-3970

(こちらにお電話ください。
折り返しお電話させていただきます。)

実施期間 2024年3月31日まで
年未年始(12/29~1/5)、祝日は休み
相談日時 毎月第2・4月曜日 午前10時～午後5時
第1~4火曜日 午前10時～午後5時
受付は午後4時30分まで

※予約不要
詳細についてはきらっとぴあにお問い合わせください

ひとりで悩んでいませんか？ひみつは守られます。
相談は無料です。私たちに話してみませんか？

パートナーからの暴力の相談(パートナーをこわいと感じていませんか？)

大阪狭山市役所の相談窓口

●DV・性犯罪・性暴力にお悩みの方の相談
DV相談専用ダイヤル **072-349-8819**(担当グループへ直通)
相談日時 平日午前9時30分～午後5時30分

大阪府女性相談センター

06-6946-7890 24時間・365日または、**#8008**(はれれば)

内閣府DV相談+(プラス) **0120-279-889** 24時間

●性暴力に関する相談

性暴力救援センター・大阪(SACHICO(サチコ))

072-330-0799 24時間・365日対応

性犯罪被害相談窓口(大阪府警本部)

0120-548-110(または#8103) 24時間・365日



◆利用時間◆

平日 午前10時～午後5時
土曜 午前9時～午後0時 (第1,3)
休館日 祝日、年未年始(12/29~1/5)



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



HP、QRコード

きらっとぴあのHPです！

<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

きらっとぴあ つうしん Vol.46



大阪狭山市男女共同参画推進センター

きらっとぴあ

2023年11月発行

DV体験者からのメッセージ～自分を取り戻すということ～

40年前の話。短大生の私は「DV」まして「デートDV」なんて言葉を全く知らなかった。その頃に元夫と知り合った。とてもマメな人で、どこに行くにも送り迎えをしてくれた。少し強引で束縛するけれど、それは愛されているからだと思っていた。ところが、結婚すると手のひらを返したように支配的になり、「おまえはハイと言っていればいい！」と言われ、自分の意見を言うことや、やりたいことができなくなった。子育てで外とのつながりもなく、何かおかしいと思いながらも孤立し、窮屈な生活を送っていた。夫の仕事が長続きせず、生活費の足しにと、子どもが3才になった時パートに出た。夫はそれがおもしろくなかったらしく、何かにつけ束縛がひどくなった。

夫は外づらは良いが、家の中では自分の機嫌次第で私達をふり回し、私と子どもは、いつ地雷を踏むかわからない毎日を何年も送っていた。周りの人に相談しても「うちも同じようなものよ」「そのうち丸くなるよ」「もう少し上手に立ちまわったら」「怒らせるあなたが悪い」と言われ、私はもんもんと一人理不尽さを抱えていた。夫の顔色を常に見て生活していくうちに、私は自分の考えや気持ちをなくして、夫のいいなりになった。

主にあったのが言葉の暴力で「どうせ何もできない」と繰り返し言われ続け、自分が価値のない人間と思い込まされ、無力感に襲われた。夫は浮気もし、何年たっても性格は変わらず、私が夫を怒らせないようにする技術を身につけ、一見平和な生活だった。しかし私の心の中ではあきらめがある一方、フツフツとこのまま終わるのは嫌だという思いが沸きつつあった。

その頃夫が内緒で借金をしており、子どもが中学に行く制服代などが調達できなくなっていた。困った私は親に泣きついて、今までの事情を説明した。親は借金の肩代わりを申し出てくれたのだが、「それならそのお金を離婚に使いたいから私に貸して！」と頼み込んだ。お金がないと離婚もできないのだ…。こっそり家を探し準備を進めていたある日、いつものように夫が急に怒りだし「離婚だ！」と言ったので、「今だ！」と子どもと一緒に家を出た。子どもには私の気持ちと考えを事前に説明し、「何があってもあなたは私が守る」と伝えていた。

まさかの私の行動に驚いた夫は、その後、ストーカー行為や私の職場・実家・子どもの学校への迷惑行為といったいやがらせを繰り返した。かと思えば、待ち伏せして「帰ってきてくれ。オレが悪かった」と泣いてすがりついた。そんな理解しがたい行動を3ヶ月続け、最終的に警察沙汰となったことで、その行為はなんとか収まった。

その後離婚調停を起こしたが不成立となり、5年の年月を費やした裁判にてやっと離婚が成立した。親に弁護士費用を借りていたので感謝料で返し、やっと精神的に落ちついた生活を送れるようになった。悔しくて泣いた日もあったがもう元には戻りたくない気持ちと、話を聞いて協力してくれた友人や、職場、社会とのつながり、金銭的な援助があったから何とか乗りこえられた。

離婚までの道のりは辛かったが、今思えば、自分を捨てて(いろいろなものをあきらめ手離して)自分を見つめて、そして認めて、自分を取り戻すプロセスだったように思う。家を出てからの5年間、子どもは中学・高校と多感な時期で、安心した生活を送れなかったことに、親として申し訳なさを感じていた。成人した際にその気持ちを話した。「その時はしんどかったけれど、友人がいたことやクラブを頑張ったことで乗りきった」と言ってくれた。

離婚後数年間は、ストーカー行為の影響で後ろに人がいるのが恐怖だったり、男の人の大きな声や元夫の車に似た車を見ただけで過剰に反応し、フラッシュバックをおこしたこともあった。40年経ったが、心の傷は何年たっても消えることはない。別れさえすれば、離婚さえすれば解決する問題ではない。実際にはその後のほうが、様々な感情に振り回されつらい日々を送ることが多い。そのことを一人でも多くの方に知ってもらい、理解してくれる方が増えてほしいと心から願う。

(K)

きらっとぴあの

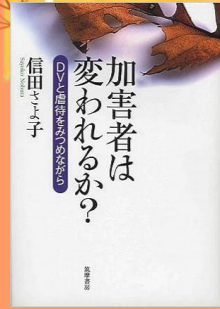
おすすめ図書紹介

～「女性への暴力をなくす運動」にちなんだ本です～



性犯罪被害にあうということ
小林 美佳 著
朝日新聞出版

24歳の夏、私は性犯罪被害にあった。加害者への恐怖と憎しみ、被害者への偏見、変わってしまった人間関係。孤独の中で泣きながら、携帯電話を使って自分の気持ちを打ち込んだ。「私の人生は、続いていきます」。実名と顔を出し、被害者の心境をありのままに記した勇気のノンフィクション。



加害者は変わるか？
DVと虐待をみつめながら
信田 さよ子 著
筑摩書房

家庭という密室で、DVや虐待は起きます。「普通の人」がなぜ？ 加害者を正面から見つけ分析し、再発を防ぐ考察につなげた、初めての本。



それ、恋愛じゃなくてDVです
瀧田 信之 著
WAVE出版

彼氏にどなられたりイヤミを言われたり、携帯電話をチェックされたり、アドレスを消去させられたりしたことないですか？ 幸せな恋愛関係がいいはずなのに、見えない暴力によるコントロール関係に気づかない女性たちに向けたカップル間DV警告書！



わたしは黙らない
性暴力をなくす30の視点
合同出版編集部 編
合同出版

性暴力について語る人の口を、ふさぎ続けてきた私たちの社会。それでも声を上げ続け、問題を明らかにしてきた人たちが、伝えたいことは…。



ここからセクハラ
アウトがわからない男、
もう我慢しない女
牟田 和恵 著
集英社

セクハラの原因にあるものは「勘違い」と「無自覚に行われる女性蔑視」。セクハラの明確な線引きの認識を促す指南書。

11/10～27 市役所ロビーにて「女性に対する暴力をなくす運動」パネル展示を行います！



昨年の展示の様子

毎年、11/12～25は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。期間中は市役所ロビーにて、関連パネル展示を行っています。昨年はきらっとぴあ事業の紹介の他に、大きなパープルリボンを展示しました。

1994年アメリカで生まれた、女性に対する暴力の被害当事者による草の根運動が「パープルリボン運動」です。パープルリボンには、女性に対するあらゆる暴力をなくしていくというメッセージが込められています。

今年はどうな展示にするか、検討中です。お近くにお越しの際は、ぜひご覧ください。

運動期間中、市役所本庁をパープルライトアップします！

「女性に対する暴力をなくす運動」期間中、市役所本庁をパープルライトアップします。パープルリボン運動が国際的な運動へとひろがり、「紫」が「女性への暴力防止」のシンボルカラーとなっています。そのことを広く知っていただくためのライトアップです。

写真は、昨年のライトアップのものです。みなさん、お気づきでしたか？知らなかった方が多いのではないですか？今年は、ぜひ、意識して見てみてください！！



【編集後記】

11月12～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。それに関連して思い出す出来事がありました。8月に大阪で開催された音楽フェスの公演中に、韓国の人気DJ“SODA”さんが、一部の観客から胸を触られる性被害にあった事件です。一部で「露出の多い服を着ているからだ」という声がありましたが、これは大きな間違いです。「そんな服装をしているから、触られるほうが悪い」のではなく、本人の許可なく触ることが絶対に悪いのです。このような性被害事件が起こると世間では、被害者側にも落ち度があるかのように批判されることが多くあります。日刊ゲンダイDIGITAL「『表と裏』の法律知識」というコラムに「犯罪の違法性や責任論と、犯罪被害に遭わないための防犯論・予防措置は、別な次元」という弁護士という言葉が掲載されていました。なるほど！その通りだなと思いました。



大人も子どももSDGs

きらっとぴあフェスタ



のご案内

きらっとぴあのことを、より多くの市民の方に知ってもらうためのイベントです



●子ども服交換会（2F講堂10:30～15:00）

子ども服を回収（11/13～17）し、譲渡・交換する催しです



●アミーゴ川添さんのマジックショー（2F講堂11:00～12:00）

昨年も大好評！！プロのようなマジックをお楽しみください！！

●木の廃材でDIY（1階会議室10:30～12:00 13:00～14:30 各回10名程度）

「DIYのいえ茶山台」ボランティアスタッフがお手伝いします。親子でも子どもだけでも参加OK。要予約

●「もっと自分を知る」セルフチェック（1F相談室10:30～11:30～13:30～）

ふえみばる堺スタッフによるセルフチェック。予約優先。各回3～5名

●食べ物販売（1階ロビー 11:00～14:00）

（一社）穩穩（のんのん）のおにぎり、サンドイッチ、ラスクetc.

地域生活総合支援センター「ワークくみのき」のクッキーetc

入場無料



11月23日祝
10:30～15:00
市役所南館

ほっとサロン

11月1日（水） 10:30～12:00	気功 ～ココロもカラダも緩めよう 講師：石倉 薫さん
12月14日（木） 13:30～15:00	石ころアート ～石ころがかわいい動物に大変身～ 講師：山野 彰さん
1月29日（月） 10:30～11:00 11:15～11:45	深呼吸ストレッチ ～深呼吸で体質改善！～ 講師：笹江 恵理さん

きらび☆トーク

日程	テーマ
11月29日（水） 10:30～12:00	『自分でできるココロのメンテナンス』 自分軸を持つには？
12月21日（木） 10:30～12:00	『家族の中の私』 変わりゆく家族 ～世帯の縮小・血縁、地縁の後退～
1月17日（水） 10:30～12:00	『自分でできるココロのメンテナンス』 新しい年を気持ちよく！！
2月15日（木） 10:30～12:00	『家族の中の私』 私らしい人生のために
3月13日（水） 10:30～12:00	『自分でできるココロのメンテナンス』 自分の感情と仲良くなる

きらっとカフェ

毎月1回きらっとぴあスタッフと一緒におしゃべりします

日程 11月2日（木）・12月7日（木）・1月11日（木）
時間 10:30～12:00

偶数月担当：加藤 伊都子さん（フェミニストカウンセリング堺所屬）
奇数月担当：杉本 志津佳さん（フェミニストカウンセリング堺所屬）
※日程やテーマが変わる場合もあります

※各講座の詳細につきましては広報誌、HPをご確認ください