

アルザにいがたその他相談窓口のご案内

◆女性のころとからだ専門相談◆

奇数月 第2水曜:14:00~17:00 電話:025-246-7713(予約専用)

◆男性電話相談◆

第4火曜:18:30~21:00 電話:025-246-7800

(第4火曜日が祝日の場合はホームページでご確認ください。)

◆LGBTQ+電話相談◆

第1月曜:17:30~20:00 電話:025-241-8510

(相談日はホームページでご確認ください。) アルザにいがた HP→



情報図書室より DV に関する本をご紹介します



DV はなおせる! 加害者・被害者は変わる

栗原 加代美/著 さくら舎

DV 被害者保護シェルターを開設した著者は、DV 被害者根絶のためには加害者を減らすことが必要だと感じ、独自の DV 加害者更生プログラムを作ります。加害者に焦点をあて、DV が生まれる要因やプログラムの内容、パートナーとの関係の築き方が記されています。著者は「加害者は変わることができません。諦めないでほしい」と述べています。



モラハラ夫と食洗機

弁護士が教える 15 の離婚事例と戦い方

堀井 亜生/著 ゆむい/まんが 小学館

夫によるモラハラをまんがを交えて紹介し、モラハラ夫の実態を描いています。不倫や暴力に比べモラハラは軽視され、離婚を諦め我慢する女性のために執筆したと著者は述べています。モラハラについて考えるきっかけになる一冊です。



こわい目にあったアライグマくん

マーガレット・M.ホームズ/作、キャリア・ピロー/絵

飛鳥井 望/監訳、亀岡 智美/監訳、一杉 由美/訳 誠信書房

家庭内暴力、暴行などの出来事を目撃した子どものストレス反応をわかりやすく伝えている絵本です。身近な大人に苦しい気持ちを打ち明けて自分を取り戻す姿を描いており、トラウマを抱えた子どもや家族、支援者の方に役立つ一冊です。

アルザにいがた情報図書室は、

新潟市図書館のカードで貸出ができます。

開室時間:月~金曜日 10:00~17:30

休室日:土日および祝休日、第1水曜、第4月曜(第4月曜が休日の場合翌日も)、年末年始(12/29~1/3)、蔵書点検期間

男性の生き方講座(子育て期)のご案内

「パパスキルUP! 幸せがふえる家事育児」

〈第1回〉肩の力を抜いて取り組む「一汁一菜」 ※調理実習

講師:高橋 悠さん(株式会社ハイブライ 代表取締役・健康惣菜店ことこと)

〈第2回〉ほかの家族はどうしてる? みんなのお家の家事分担

講師:桐畑 克哉さん 田村 修さん(男性の生き方講座 企画委員)

〈第3回〉ぶっちゃけトーク パパの語り場 みんなのお家の子育て事例

講師:吉田 健太さん(ファザーリング・ジャパンにいがた 代表)

日時:①9月2日(土)10:00~11:30

※調理実習のため、材料費300円徴収します。

②9月16日(土)10:00~12:00

③9月22日(金)19:00~20:30

会場:①クロスパルにいがた ②③万代市民会館

対象:0才から小学生までのお子さんを持つ父親 各24人

保育:各8人(生後6ヵ月から未就学前まで)

※対象、保育ともに応募多数の場合は抽選

申込:8月16日(水)までに「かんたん申込み」または電話

電話でのお申込先:アルザにいがた(025-246-7713)

※受付時間 8:30~17:30(土日及び祝休日は除く)

↓かんたん申込み



今後の講座のご案内

◇女性の生き方講座

女性の更年期や閉経についての正しい知識や、ジェンダーの視点から女性の生きづらさについて学びます。9月開催予定です。

◇相談に携わる方のための講座

「あなたの生きづらさの根底にあるものは」

講師:花丘 ちぐささん(国際メンタルフィットネス研究所 代表)

日時:9月23日(土・祝)13:30~15:30

会場:万代市民会館 4階 403・404大研修室

対象:各種相談に携わっている方(優先)、関心のある方

※両講座とも、詳細が決まり次第、アルザにいがたのホームページや

メール配信「アルザ情報」等でお知らせします。



メール配信「アルザ情報」

講座情報等を月1回のペースで配信しています!ぜひご登録ください。

alza@city.niigata.lg.jp



←件名を「アルザ情報希望」としメールを送ってください!本文は不要です。受信後、確認の返信メールを送付します。

土日及び祝休日を除き、3日後までに届かない場合は、お手数ですがアルザにいがたまでご連絡ください。

男女平等をともにすすめる情報紙



2023年7月 vol.55

すてきな

恋

していますか?

その恋、ズれていませんか?

- ・相手のことが好きだったら、束縛は当たり前でしょ!?
- ・いつでも連絡取れるようにしておかなくっちゃ!
- ・好きな人のためなら、何でも言うこときかないとダメだよ...

それって、本当にすてきな恋??

詳しくは、次ページへ →

アルザにいがた

発行/新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」
新潟市中央区東万代町 9-1 万代市民会館内
電話:025-246-7713 8:30~17:30 土日及び祝休日を除く
URL:https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/danjo/alza/
E-mail:alza@city.niigata.lg.jp



「アルザ」は、「志気を高める」、「高揚」という意味のスペイン語の「alta(アルタ)」が語源。開館5周年の公募で決定、センターが男女共同参画について意識を高める場であってほしいという願いが込められています。



アルザにいがた Twitter
講座情報や新着図書情報、職員が日常で感じたジェンダーに関することをつぶやいています。コメントやいいね、お待ちしております!



情報紙のご意見・ご感想をEメールでお寄せください。



すてきな恋をしようよ！ ～デート DV ってなに？～

恋人と過ごしていて、
こんな疑問をもったことはありませんか？

- 恋人からの連絡には即レス？
- つきあっていればいつも一緒に当たり前？
- 一緒にいるためならバイトもやめる？
- 記念日ならなんでもプレゼントは当たり前？
- 愛し合っていればどこでもキス OK？

・・・「いやだな」と感じることを相手から無理にさせられているとしたら、
デート DV かも・・・

◆デート DV とは？

恋人同士の間で起きるさまざまな暴力を「デート DV」といいます。相手を支配し、コントロールする行為も含まれます。

暴力にはさまざまな種類があります	
精神的な暴力	身体的な暴力
◆ 大声で怒鳴る・ばかにする	◆ 殴る・たたく・蹴る・腕をつかむ・ひねる
◆ 交友関係を制限する	◆ 髪を引っ張る
◆ 行動を監視したり制限したりする	◆ 物を投げつける
◆ メールなどをチェックする など	◆ 刃物などを突きつける など
経済的な暴力	性的な暴力
◆ デートの費用を全く払わない	◆ 性行為を強要する・避妊に協力しない
◆ 借りたお金を返さない	◆ 見たくないポルノビデオなどを見せる
◆ 外で働かせない・仕事を辞めさせる	◆ 嫌がっているのに裸などを撮影する
◆ 生活費を渡さない など	◆ 中絶を強要する など

交際相手からの暴力（新潟市の状況）

- ◆ 女性の約 6 人に 1 人が交際相手から暴力を受けたことがある。
DV 被害を受けた女性が誰にも相談しなかった割合 37.0%
- ◆ 男性の約 1 4 人に 1 人が交際相手から暴力を受けたことがある。
DV 被害を受けた男性が誰にも相談しなかった割合 61.1%

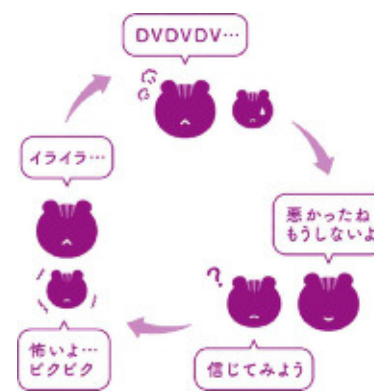
（出典：新潟市「男女共同参画に関する基礎調査」令和元年度）

◆デート DV・DV の特徴

暴力のサイクル

暴力にはサイクルがあると
言われています。いったん巻き込まれると簡単には抜け出せません。

サイクルが繰り返されるうちに、暴力が激しくなり、逃げる機会や力が奪われてしまいます。



◆デート DV を受けているかもと思うあなたへ

交際相手が好きだから、嫌われたくないからという気持ちが先だって、自分では暴力に気づけないことがあります。もし、相手を「こわい」「大切にされていない」と感じるなら、ひとりで悩まずに相談してみましょう。ひとりでは気づけなかった解決方法が見つかることがあります。

◆友だちからデート DV の相談をされたあなたへ

相談してくれるのは、あなたを信頼しているからこそ。責めたり否定したりせず、じっくり話を聞いて「暴力を振るわれたあなたが悪いのではない。話してくれてありがとう。」と伝えましょう。自分たちだけで解決するのは難しい場合もあります。相談できる場所がいろいろあることも、教えてあげてください。

◆友だちがデート DV をしていたら

それは暴力だと伝えましょう。じっくりと話を聴き、なにかを伝える手段に暴力を選ばないよう、一緒に考え支えましょう。信頼できる大人や相談機関に話をすることで、なぜ暴力を振るう気持ちになったのか、こころの中のいろいろな気持ちの整理に繋げることができそうです。

☺ こんな関係をつくれているといいね！ ☺

- 意見が違ったとき、安心して互いの意見を伝え合い、相談できる。
- 2 人の時間だけでなく、自分や相手のプライベートな時間も大切にできる。
- 嫌なことについては、「NO」と言える。相手が嫌がることはしない。
- 2 人の関係が、「上と下」「主と従」の関係になっていない。

（出典：内閣府男女共同参画局ホームページ「デート DV って？」）

デート DV 相談機関

緊急時は最寄りの警察署または 110 番へ

■ アルザにいがた「こころの相談」

電話：025-245-0545（1人20分）
水・日曜日 10:00～15:30 金曜日 14:00～19:30

■ DV 相談ナビ（発信場所から最寄りの相談窓口）に電話を自動転送）

電話 #8008（はれれば）

■ NPO 法人 女のスペース・にいがた

電話：025-231-3012
月・金曜日 19:00～21:00
火曜日 10:00～13:00 木曜日 14:00～17:00

「女性に対する暴力をなくす運動」のシンボルマーク「パープルリボン」

活躍する女性をご紹介します②

今回は、NPO 法人「女のスペース・にいがた」で、デート DV 防止セミナーの講師を行っている外山ゆりさんをご紹介します。



■ NPO 法人「女のスペース・にいがた」の活動内容と参加のきっかけは

女のスペース・にいがた（以下「女のスペース」と表記）は、「女性の基本的な人権と基本的自由を侵害するあらゆる暴力の根絶を目指し、女性の自立に向けた相談及び支援活動を行うとともに、社会の根底にある女性差別の根本的解消を図り、男女平等社会の形成に寄与する。（定款より）」を活動目的とし、具体的には、女性が抱える問題の電話・面接・メール・チャットによる相談、相談者の要請による同行、女性のためのシェルター・ステップハウスの運営、講演会・講座等の開催、自助・自主グループのサポート、居場所づくり等を行っています。私自身、2013 年に仙台から新潟に引っ越したばかりの頃、右も左もわからなくて居場所を探していたように思います。たまたま新潟市が主催していた DV 被害者支援講座（NPO 法人女性ネット Saya-Saya 実施）に参加し、その流れで翌年に女のスペースのスタッフになりました。

今回のセミナーの講師をはじめたきっかけを教えてください。

DV 問題等の相談を受けていると、やっぱり防止が大切と思うのです。若い方々にデート DV の知識を届けることは、遠回りに見えて一番効果があるのではないのでしょうか。そのために自分が出来ることがこの活動かな、と思ったことがきっかけです。住民の方や行政の方、そして直接セミナーを開催して下さる学校の教職員の方々、参加してくれる生徒や学生の方々があっという間にセミナーは成立し、ご協力がなくては実施できません。本当に心からお礼申し上げます。また、活動について理解してくれている、私の家族にも感謝します。

■デート DV 防止セミナーの講師をはじめたきっかけを教えてください。

DV 問題等の相談を受けていると、やっぱり防止が大切と思うのです。若い方々にデート DV の知識を届けることは、遠回りに見えて一番効果があるのではないのでしょうか。そのために自分が出来ることがこの活動かな、と思ったことがきっかけです。住民の方や行政の方、そして直接セミナーを開催して下さる学校の教職員の方々、参加してくれる生徒や学生の方々があっという間にセミナーは成立し、ご協力がなくては実施できません。本当に心からお礼申し上げます。また、活動について理解してくれている、私の家族にも感謝します。

■デート DV 防止セミナーで大切にしていることを教えてください。

自分自身の生き方を構築していく途上にある若い方は、セミナーを聞いて「ああ、そうなんだ」「自分はそう思わない」あるいは疑問を持つこともあるでしょう。「自分の価値観って何だろう」「自分はどんな社会に暮らしているんだろう」と考えてもらうきっかけにできれば嬉しいです。また、「自分で自分を大切にしていんだよ」ということが伝わるように心がけています。そして、若い方々は、私たちが知らない未来を生きる可能性に満ちていることを忘れないようにしていきたいです。

■これから取り組みたいと思っていることを教えてください。

デート DV 防止セミナーの内容をもっと広めたいです。そのために社会のいろいろな人が「人権」や「ジェンダー」についてどう考えているのかが興味があります。相互に意見のやりとりをしてみたいです。また、様々な立場の人の生の声を聞いてみたいです。セミナーは女のスペースで、諸先輩方が長年少しずつアップデートしてきたもので、ひとつひとつの言葉を丁寧にみていくと、とても深いものになります。私自身は、自分の内面にある暴力的な部分や先入観に気づいたり、自分のバイアスに驚いたりすることもよくあります。そういうことを認めながら、ぼちぼちやっていきたいと思っています。