

# ありーて

## もくじ

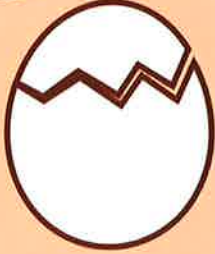
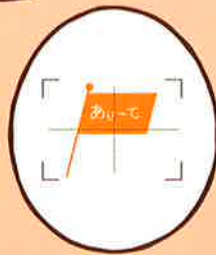
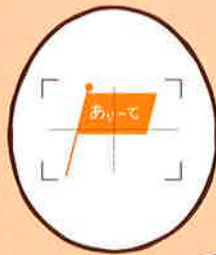
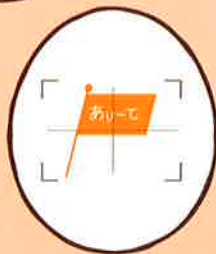
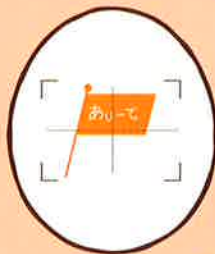
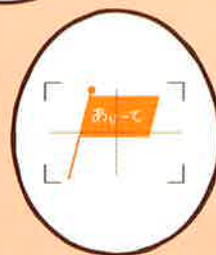
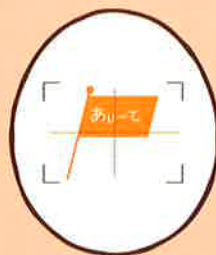
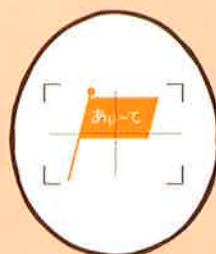
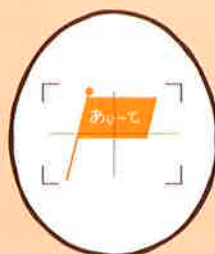
特集 ⑧ TAKAOKA相談特集  
～あなたの心をすこし軽くするために～

各種問題別相談先便覧  
～相談先もっとくわしく～

セピア色の写真から

『DO』から学ぶ

BOOK紹介



「ありーて」は、自分の力で問題解決していくイギリスの童話の主人公の名前です。「私の未来は私が創る」とありーてはいます。

# 特集 ~あなたの心をすこし軽くするために~

わが身に何もないか

わたしたちが毎日の暮らしの中で感じている困った問題や悩み。ちいさなことで思っている1人で悩んでいませんか。たとえば子供の教育、老親介護、痴漢の被害、いたずら電話、ご近所とのトラブル...どれも自分だけの問題のように見えますが、いろいろな面で社会と関わっています。あなたが困っている事柄は他の誰かが抱えている問題かもしれないのです。

憲法を持ち出すまでもなく、個人には、安全で自分らしく生活していく権利があるはずなのです。でも、現実はずいぶん夜道です。後をつけられたことやチカンにあったこと、職場や学校で心を許せる友達ができないこと、相手にうまく自分の気持ちを伝えられないこと等々、つらい思い、悔しい思いをしたのは、わたしたちだけの責任ではないはずだけれど、でも、だれも解決してくれないわけはありません。こんな困りごとを解決したり、それで傷ついた心を回復させるのは、1人ではなかなか大変ですよ。今回は、そんなあなたの力になりたくてこの特集を組んでみました。ひとりで悩んでいるよりは、一歩前へ踏み出してみませんか。

まずはどうして行こうかな

相談先いろいろ

## 夫婦関係

## いたずら電話・ストーカー

これは迷わず警察に通報したほうがいいですよ

## 子育ての悩み

## 子供のいじめ

子供には、「わたしだけがなにがあらうと味方だから」と伝えてあげてください

## 健康の問題

## セクハラ

## 訪問販売のトラブル

## メンタルヘルス

## 仕事・職場

## 子供の不登校

## 子供への虐待

思わず子供をたたいてしまう、子供を無視してしまう、自分でも止められずに悩んでいる母親が増えているとか

## ドメスティックバイオレンス (夫や恋人からの暴行)

自分の夫に殴られた経験がある女性は3人に1人という東京都の調査が、最近発表されました



## ご近所とのトラブル

## 家族の介護

## 痴漢の被害

男の本能なんかじゃありません

## 各種講座

・高岡市では、「男女共同参画講座」「学遊塾」「働く婦人の家の講座」など、県では、「県民大学講座」「自遊塾」「サンフォオルテの講座」などがあります。

そのほか、いろいろな団体が講座や講演会などを企画しています。講座の中から自分の悩みを解決できるヒントが見つかるかもしれないし、ひよっとして友達にめぐり会えるかもしれません。

# 得 TAKAOKA 相談

## 公立・民間の相談窓口

高岡市では、法律・登記・人権・住宅・結婚・育児・暴力団など、それぞれ担当課がいろいろな相談窓口を設けています。公の機関ですので、情報を引き出したり、施設を紹介してもらうこともできます。

どこへ電話すればいいかわからない時や、詳しい内容について知りたい場合は  
民生生活課  
(☎20-1327) へ問い合わせれば便利です。

それから、県内だけでなく、全国的には民間の相談窓口もたくさんあります。各分野のNPOや、育児・介護の専門雑誌を出している出版社が窓口を設けている場合もあります。このような所は、専門知識を持った人が対応にあたる場合が多いので、公の窓口では気後れして思ったら、電話をかけてみてはどうでしょうか。

### ※NPO

Non (非)

Profit (利益)

Organization (組織)

営利を目的とせず、公共サービス(社会福祉から地域問題、環境保全にわたる分野の活動)をしている民間団体

## 民間のグループ

県内でも、子育てや教育問題、介護の問題など、さまざまな分野に関わって活動しているグループがたくさんあります。

自分と合いそうな所をみつけたり、あるいは、同じ問題を持っている人と一緒にグループを作ったり。1人で悩んでいるよりは、みんなで考えたほうが、いい解決策が見つかりそうです。そんな活動をしていくことで、ストレスも減るんじゃないでしょうか。



—講座にて—

ところで、最近、注目されているのが、セルフヘルプ(自助)グループです。同じ悩みを持つ人が集まって語り合うことで、悩んでいるのは自分だけでは無いと気づき、また他人の経験を聞くことで、自分の気持ちを客観的に見ることができるようになります。

セルフヘルプに限らず、グループに参加することで信頼できる仲間ができるかもしれません。これはとってもすてきなことじゃないでしょうか。

### ※セルフヘルプグループ

同じ問題を持っている人が集まって、共同で問題の解決にあたるというグループです。1930年代のアメリカで、アルコール依存や精神障害の後遺症を治療するために使われたのが始まりといわれています。その後、公民権運動や草の根運動、ウイメンズリブなどに取り入れられ広がっていきました。

現在、国内では、精神医学の分野を始めとして薬物依存、摂食障害などの依存症関連、犯罪等の被害者の会、病気や事故で家族を失った人たちなどの会などがあるようです。

## 高岡警察署に聞きました

いろいろなトラブルに巻き込まれたとき、まず警察とは思いますが、警察署って入りにくいんですよね。そこで、相談にいったら、どんな対応をしてもらえるのかを聞きに、高岡警察署へ行ってきました。

警察にはたかさんの相談窓口があります。こんなことを警察に相談していいのだろうかとは思わずに、相談窓口を活用してください。

### 高岡警察署の場合

困りごと相談

(☎23-0110)

へかければ、話を聞いた上で、担当の部署へつないでくれるそうです。警察官の皆さんは、相談にのるためにカウンセリングなどの研修をうけています。また、女性が性犯罪の被害にあつたときは、女性の警察官が対応してくれるそうです。もちろん個人の人権やプライバシーには充分配慮しています。特に性犯罪の場合、加害者は1度成功すると、何度も犯罪を重ねるケースが多いとか。勇気をもって届け出ることが、このような犯罪を未然に防ぐことにもなるのお話でした。

次頁には相談先が掲載してあります

# 各種問題別相談先便覧

相談先もつとくわしく

ここで紹介した各グループや窓口の中には、会費などが  
必要な場合もありますので、各連絡先に確認してください。

## ◆仕事のこ

労働省富山女性少年室  
富山市牛島新町11-7 ☎0764(32)2740

2020(フリーフリー)テレホン富山  
(勸)21世紀職業財団富山事務所 ☎0764(44)2020

仕事も家庭も大切にしたいあなたのホットライン。保育所・学童保育・ベビ  
ーシッター・ホームヘルパー・高齢者福祉サービス・家政婦紹介所・家事代  
行サービスなどの情報を電話で無料提供します。

パートタイム労働相談は、☎0764(44)1526

## ◆家族のこと

手をつなごう(民営デイケアハウス)  
高岡市本丸町13-18 ☎(21)0976

8時30分~18時 年中無休  
お年寄り(寝たきり・痴呆)、障害のある人(児)、乳幼児等を自宅でみてお  
れる方々の援助をしています。

電話相談「離婚110番」  
☎03(3261)1835

第1・3・5土曜日17時~20時 第2・4土曜日14時~17時

子どもの人権110番  
千代田区霞ヶ関1-1-3 弁護士会館 ☎03(3503)0110

月~金曜日13時30分~16時30分  
子供の人権に関することなら何でも答えます。

## ◆子育てのこ

加藤 愛理子  
高岡市野村928-1-205 ☎(23)6320

麦の会・ゆうの会(学習障害者の会)にかかわっています。生き方、子育ての  
悩みの中で「しんどい!」と思うこと「嬉しい!」と思うことを気軽に話し  
合えたら、少し人生が楽しくなるのではという思いで月1回、オープンハウ  
スもしています。

## アリスの会

富山市上富居84-1 ラポール広田201 ☎0764(52)0136

子育てしながらも母親である前に、1人の女性という意識を持ち、自分と子  
供と共に成長するための情報交換をしています。

## ◆性暴力のこ

女性被害110番  
富山県警察本部 ☎フリーダイヤル 0120-728730

痴漢被害相談所  
JR富山駅鉄道警察隊 ☎0764(32)6710

SARA性暴力被害者サポートライン  
〒100-0000 東京中央郵便局私書箱1218号  
☎03(3312)7751

第1・3木曜日18時~21時 土曜日13時~18時  
性暴力の被害を受けた女性や子供たちを支援します。法律や医療、援助・保  
護機関などの情報を伝え、被害を乗りきるために被害者が何を望んでいるか  
を見つける手助けをします。

## ◆お年寄りのために

在宅介護支援センター  
ソーシャルワーカーや看護婦さんなどが、24時間いつでも、相談に応じてい  
ます。在宅福祉サービスの申込み手続きの代行もしています。

\*社協会館 清水町1-7-30 ☎(21)7725

\*鳳鳴苑 蔵野町3 ☎(31)4400

\*雨晴苑 太田58 ☎(44)2240

\*おおぞら 京田490 ☎(26)7007

\*香野苑 上渡161 ☎(31)5700

\*やすらぎ 美幸町1-1-53 ☎(28)2253

(社)ほけ老人をかかえる家族の会富山県支部  
富山市内幸町3-23 菅谷ビル4階 ☎0764(41)0541

## やさしい手電話相談

☎03(3815)7230  
火・木曜日10時~17時  
介護生活での悩みごとなどに専門家が答えます。  
ほけ110番  
☎03(3215)1166

介護の方法や医療機関の紹介、治療のアドバイス、介護施設や在宅サ  
ービスの紹介など、各分野の専門家が相談に応じます。

## ◆わたしの心のために

## ◆教育のつづ

きらら子教室（高岡市適応指導教室）

高岡市本丸町7-11 本丸会館内 ☎(20)1656

月～金曜日9時～16時

学校へ行けない、いじめられる、など広く学習や生活においての不安や悩みをとりのぞくための相談と、あわせて適応指導教室へ通室して学校へ復帰できるように、指導援助をしています。

富山登校拒否児と共に歩む会・麦の会

富山市山室361-6 ☎0764(93)5393

学校へ行けなくなった子供たちに、交流の場を提供しています。毎月20日程度、14時～17時まで、日常的に交流をしています。月1回の会報発行。富山（第3日曜日）上市（第3土曜日）高岡（第4土曜日）に交流会を開いています。

## ◆青少年のために

いじめ110番

高岡警察署 ☎フリーダイヤル 0120-327867

CAP(キャップ)たかおか 越野 誠子

☎(22)0625 FAX(22)0900

子供が暴力から自分を守るための学習をする「子どもワークショップ」を各地の小学校などで開いています。

CAP | Child Assault Prevention

子供への暴力防止の略で子供が暴力から自分を守るための教育プログラムのことです

(社)日本家族計画協会オープンハウス思春期の電話相談

☎03(32235)2638

月～金曜日10時～12時 土・日曜日13時～16時 祝日休み

思春期を対象とした電話相談(性的こと、身体のこと)。エイズに関してや避妊に関する相談を受けています。

## 窓口に電話をするときは

窓口が開いている日時を確認する事と、電話とはいえあがってしまう場合もあるので、あらかじめ、何に、どう困っているのか、自分がどうしたいのかを整理し、メモでも見ながら話す、うまく伝わるかもしれません。でも、電話一本で全てが解決するとは言いきれません。解決できるのはあなたただ、相談はその手助けをしてくれるところ、と考えた方がよいと思います。



—子供ワークショップにて—

スペースふう

☎(21)9807 中島 依子

5～10人の小グループで各々の体験を語り合います。話し合うことで自分を深く知り、他人をありのままに認め、自分に自信をつけていこうというグループです。月2回(1回2時間)10回ワンクルの日程で集まっています。

自己開発応援グループCoco(ここ)

☎0764(93)7151 桐座 久子

女性や青少年のための自己開発ワークを出前講座しています。

社会福祉法人「いのちの電話」

☎025(229)4343 新潟いのちの電話

☎052(971)4343 名古屋いのちの電話

困難や危機にあつて、だれひとり相談出来る人もなく、自殺などのさまざまな精神的危機に追い込まれる人たちのよき隣人として、主として電話をメディアに活動しています。

## ◆法律関係

女性弁護士による無料法律相談

高岡市女性行政室 ☎(20)1262

第4金曜日14時30分～16時30分 要予約

告訴センター

富山県警察本部 ☎0764(33)0593

月～金曜日8時30分～17時15分

救援連絡センター

☎03(35991)1301

月～金曜日9時30分～20時 土・日曜日12時～18時 年中無休

逮捕されたときの弁護士の選任・接見・差し入れ等の救援活動。性別、思想、国籍を問いません。

## ◆その他

高岡保健所

高岡市ボランティアセンター ☎(21)9411

心の健康センター ☎(21)7883

☎0764(28)1511

今回は、民間のグループや県外でも受け付けてくれる電話相談を中心に紹介しました。

ここには載せられませんが、この他にも公立・民間の相談窓口やグループはたくさんあります。注意して見ていけば、新聞記事や回覧板など身近な所にも情報はあります。ひとり悩んでいないで、ちょっとだけ動いてみませんか。あなたのために。

なお、この特集についての感想や情報、また、分かりにくいところや疑問に思われるところなどお問い合わせは女性行政室へお寄せください。

# セピア色の写真から

—結婚から始まった人生—

村井義子さん



人生には、大きな節目や、新しい出発点となる出来事があります。

村井義子さん(68歳)にとって、結婚はまさに出発点でした。結婚後に取得した美容師と民踊教師の資格を生かし、現在も多忙な毎日を送っている村井さんを支えてきたものは何なのでしょう。

## 新しい出会い

昭和22年、村井さんは18歳で結婚しました。優しい夫・喜代司さん同様、義母さんも大変温かく、特に花嫁修行をしていなかった村井さんに、華道、茶道、和裁など一通り、習いに行かせてくれたそうです。また、「したいと思うことは、何でもやってみなさい」と、家事にも大変協力的だったそうです。村井さんは、そんな義母さんの言葉にただ甘えるだけでなく、毎朝4時に起きて家事をしました。「嫁の悪口を言うのは、息子の悪口を言うのと同じ」と言っただけでなく、決して村井さんを悪く言うことがなかった義母さんを、村井さんは今でも尊敬しているとのことでした。

## 仕事のこと、子育てのこと

家族の支えを受けながら、2年間の通信教育で保母の資格を取った村井さんは、昭和29年に吉久ひなどり保育園で働き始めます。しかし、まだ幼かった娘さんのことを考え、1年でその仕事を辞めてしまいます。

「仕事に行こうとすると、娘が泣

いて引き止めてねえ。仕事に行っても、その時の娘の泣き声が耳についはなれんから、仕事も手につかんて……」

それからは、家の近所にある高岡市役所の伏木支所で、様々な仕事の手伝いをしていたそうですが、中でも驚かされたのは、ネズミ団子の話でした。支所でネズミ団子を作り、近所に配布すると、めいめいの家から集められたネズミの死骸が、支所の玄関前に山のように積み上げられていたとのこと。それを見た後しばらくは、台所のタワシがその時のネズミに見えて、つらい思いをしたそうです。

## 生涯をかけられるもの

ちょうどその頃、近所の人たちと一緒に、民踊を習い始めます。「昔は、朝の4時、5時頃まで踊ったけど、今は夜中に大きい音は出せんからねえ。もう一度、ゆっくり朝まで踊ってみたいねえ」そう言っただけで、村井さんから、踊りに対する情熱が強く伝わってきました。

子育ても一段落した村井さんは、美容師をしている妹さんの手伝いを始めます。そして、自分も手に職を持ちたいと思い、2年間の通信教育と1年間のインターンを経て、美容師の資格を取得しました。昭和39年のことです。その後、自分の店を構え、現在も美容師としての仕事と、ずっと続けてきた踊りの師範として

の活動を上手に両立しています。ちなみに、現在の1週間のスケジュールは驚異的です。着付けの仕事がほぼ1日おき。週に4日は民踊教室。自分の練習も3日間あり、剣舞も習っているとのこと。まさに、フル活動の毎日です。



## 毎日が勉強

18歳で結婚した日から、村井さんをずっと支えてきたのは、優しく温かな家族の思いやりと、それに甘えるだけでなく、自らも努力し、家庭と仕事のどちらもきちんとやり遂げるといふ強い意志でした。今も忙しい仕事の合間に、ヘルスポランテアをし、そこで学んだことを町内の老人クラブで教えているとのこと。「いくつになっても毎日が勉強」という姿勢が、今も若々しく、毎日を生き生きと過ごしている村井さんをつくりあげているに違いありません。

# 『DO』から学ぶ

日々の生活で、何気なく使われる動作や行為をあらわす言葉を取り上げ、ミニ考察します。

今回取り上げるのは『つくる』です。

『つくる』スペシャリストたちが集う高岡短期大学、小松研治助教授（木材工芸専攻）を訪ねました。ここでは現代の『つくる』を考察した、さまざまな試行がされています。

興味深いものに『工場長制度』という、学生たちが交替で工房長⇨監督者になるシステムがありました。これは、実技の際、学生自身が道具や設備といった作業環境と作業者について、監督者の立場から客観的に観察する制度です。目的は、作業をする上で不都合な面を積極的に指摘しあうことで、よりよい環境⇨作業ノウハウをつくって

こうというもので、いろいろな視点を培う絶好の機会になっているそうです。このような試みは、特に女性にとって非常に参考になります。なぜなら、家事を抱える多くの女性は、毎日の生活を『つくる』ことに精一杯で、不自由が美德とばかりに、個人の生活に我慢を強いていることが多いからです。

しかし過去に培ったノウハウという、実践的でも強力的な味方がいたとしたら、話は別です。女性たちは、作業に無駄な時間を費やすことなく、自らの人生を自らの意思にそって歩んでいけるのではないのでしょうか。

すなわち、現代における『つくる』を考える時、単に物や事をつくることのみではなく、過程⇨ノウハウを構築することが自動的に含まれていると認識する必要があります。

多忙な今日だからこそ、一つ一つの困難や障害の原因を探り、そこからノウハウを学びとり、環境を構築することが大切なのです。

意外と簡単な事かもしれない。なぜならあなたの困難は、もしかしたら隣人や友人が考え、解決してしまっている可能性もありますから。とにかく、女性が特に現在の不自由を引き継ぐ必要はないというのが、今回のインタビューでの大きな収穫でした。

さて、今回始まった『DO』から学ぶですが、いかがでしょうか。単純な動詞でも読み込んでみると、私たちの生き方に関わって、さまざまなお話を語ってくれたりします。次回もこんな『DO』を探っていきます。

## こんにちは 女性行政室です —高岡市女性プラン推進市民委員会ではこんなことを—

「推進市民委員会」は、女性プランの策定にあわせて、プランを行政と市民が一緒に進めていく体制として設けられたもので、市内の各界各層の団体の推薦による委員、有識者・行政関係者等による委員、公募による委員によって構成されています。

委員の公募は平成7年度からはじめており、身近な問題から将来に向けての課題まで、幅広い視点からの意見が交わされるようになりました。

教育・労働・福祉の3つの基本目標にあわせて、事業計画の実施状況や女性プランの推進について意見交換や審議を行っています。

最近の会議では、女性の仕事と家事・育児の両立を支援する方策について、\*子育て支援センターの開設や保育サービスの拡

充などの子育ての支援策、要介護者のための福祉サービスや福祉施設の整備など、施策・体制は徐々に充実してきているが、他方で、家族間での協力や分担、職場の環境や働き方など、あるいは意識の面で、まだまだ認識を広めていかなければならない。

\*男性の家事・育児や介護、地域活動への参画について、もっと進めていく必要があるのではというようなことも話し合われました。

そのほか、自治会など地域の団体や市の審議会、委員会等への女性の参画をもっと進めるための方策などについての意見も出ていました。

このような審議を重ねて、女性プランを進めています。関心を持って見ていただき、ご意見を是非女性行政室にお寄せください。

# 世界発の教科書拜見

加速する情報化で、どんどん世界が身近になってきたよつなこの頃です。

情報を伝達しあう相手が多様化したことで、お互いの広い理解や、柔軟な視点が不可欠になってきたともいえます。価値観のワールドワイド化、といったところでしょうか。

そこで今回は、外国の教科書に焦点を当て、各国の人づくり、意識形成等をのぞいてみることにしました。どの本も簡易な具体的表現で共感をもたせ、恒久的な価値観を生み出そうという手法を採っていて、単純で読みやすくなっています。各国の理解を深める意味でも、また未来社会への意識づくりにも、ぜひ一読を。



## ■あなた自身の社会

(スウェーデン／中学社会科)  
アーネ・リンドクウィスト、ヤン・ウエステル著／川上邦男訳(新評論)

福祉国家、スウェーデンの基礎教育の課題は、民主主義の価値観を身に付けた市民の育成であるという。タイトルからも読み取れるように、社会的に責任をもった個人の育成を目指す指南書になっている。



## ■男女平等の本

(フルウエー)  
シエンダーフリー教育用  
インゲル・ヨハンネ・アルネセン、アルド・ランボー著／ノルウエー男女平等の本を出版する会訳(フルゲ出版会)

ノルウエーでは、義務教育期に於いて、ジェンダー・フリー教育という科目をもつ。ジェンダーとは、歴史的・社会的・文化的に形成された後天的な性差の意。男女を問わず職業に携わる現代社会において、ジェンダーの偏見をなくし、性別役割分担から状況対応的分担を、との提言は心強く胸に響いてくる。



## ■ティーン・ガイド

人間と家族について学ぶ  
アメリカの家庭科教科書  
(アメリカ／中学家庭科)  
ヴァレリー・チエンパレン著／牧野カツコ監訳(家政教育社)

アメリカの家庭科は、被服、食物を中心にしてきた日本の教育とは、大きな異なりを見せる。人間関係や家族を基にし、日常生活を送る上で具体的に役に立つ所作へと枠を広げた内容は、家庭科がものをつくるためだけのカテゴリーではないことを新たに認識させてくれる。家庭科の男女共修が実現した今日こそ、ぜひ読んでみるべきでは。

## 編集後記

◇メンバーが変わりました◇  
さすが大学というところはアカデミックなことが行われているのだなあと思いました。私たちが漠然と「おかげさまで」で終わってしまうところを、そこで終わらせない。見逃さないのだから。

岩城 英子  
今まで、いろいろな団体に関わって活動してきた。その中で数多くの女性と出会った。そして、いつも疑問におもっていたのは、彼女達がとても「生きにくそう」に見えたこと。今も、その？の答えを探し続けています。

大石 真知子  
新生ありて、いかがでしょうか。自分でも男女共同参画活動という言葉自体、未だ馴染薄で、読者の顔さへ想像に難い有様です。読者に適切に呼応する内容であればと志向してはいるのですが。感想をぜひお聞かせ下さい。

沢 陽子  
矢野顕子さんが「たまにはお母さんもほめられたい」と歌っているのを聴いて、とても驚いたことがあります。つい自分の立場や視点だけで社会や物事を見がちですが、例えば母や父の立場になってみると世界が違って見えます。「ありて」にも、そんないろんな眼を反映していきたいものです。

朴木 聖乃

発行／高岡市企画調整部女性行政室

〒933-8601

高岡市広小路7-50

電話／0766-20-11262

FAX／0766-20-11661