

# くらし安心 Q&A

“こんなときどうする”



2008年4月から2009年3月まで、及び2010年4月から2011年3月まで、岩手日報社が企画した「くらし安心Q&A」のコーナーに、もりおか女性センターが毎月1回執筆し、掲載された記事をニュースレターにてご紹介いたします。

\*内容は一般化してあります。

## 夫婦間のトラブル

夫婦間のトラブルってどこにでもあると言われる。やはり妻の私が我慢するしかないのでしょうか。

**A** 平穏な暮らしにも、思わぬきっかけで問題が浮上してくることがあるものです。その時、我慢や努力の方向を間違えるとそれが徒労に終わってしまいます。そこで二つ提案してみたいと思います。

まず、自分の身の上で起きていることでも、周りに同じような問題がないか見渡してみたいかがでしょうか。客観的な視点を持つと、個人的なことだと思っていたことが実は社会の仕組みの中で起きている問題だと気づき、より良い選択ができることもあります。また、常識や慣習、社会通念と言われるものを一度点検してみることも大事です。

そしてもう一つ、嫁や妻、母としてお世話係を背負って頑張りすぎてしまう時は、自分に主軸を戻して考え方を振り返って見ることです。そうすると快適に過ごせるようになります。

夫に変わってほしい、理想の家庭を実現したいと目いっぱい努力をしているのに、家本位や性別役割分担意識の色濃い中では、「やって当たり前」と思われがちで努力を認めてもらえません。

夫がささいなことで激怒するのでどこに地雷が埋まっているかわからず、いつも緊張が解けない。やりくりし難い家計の責任を一手に背負わされた上に、なお責め立てられる・・・などなど。根底にドメスティック・バイオレンス（夫婦間の暴力）があることも少なくありません。

2007年度から離婚時の年金分割が制度化され「熟年離婚」が増えると言われましたが、離婚はそれほど簡単でもありません。そもそも離婚を望んで結婚をスタートさせたのではないですよね。

生きづらいつとを感じる時こそ、周囲との関係性を見直すチャンス。我慢しないで相談してみませんか。

## ● 女性相談（本館）

相談受付電話 **019-604-3304**

女性がかかえる、家庭や職場、身の回りのさまざまな悩みを、専門の相談員と一緒に考えます。性別や社会通念にとらわれず、一人ひとりの生き方を尊重する社会の実現をめざして、相談室はあなたらしい生き方を支援します。

- 相談には電話相談と面接相談があり、予約が必要です。
- 相談は無料です。秘密はかたく守ります。
- 相談開設時間

	10:00	17:00	20:00
月	10:00 ~ 17:00		
火	10:00 ~ 17:00		
水	10:00 ~	20:00	
木	10:00 ~	20:00	
金	10:00 ~ 17:00		

（毎月第2火曜日、年末年始、土・日・祝日は休み）



# もりおか女性センター

管理・運営：特定非営利活動法人 参画プランニング・いわて

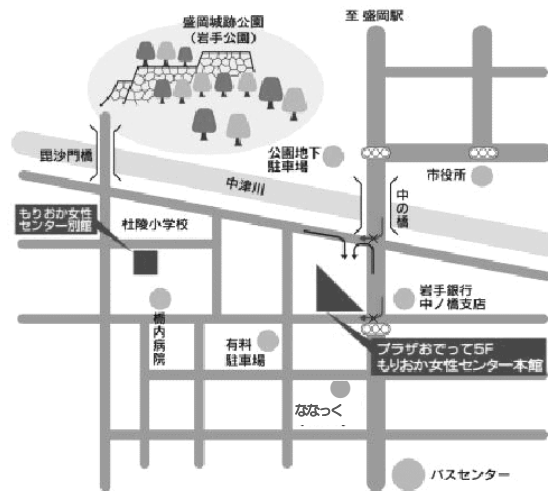
もりおか女性センターは、女と男がともに参画する社会をめざして女性をとりまく様々な問題を考え、解決するための施設です。男女を問わず、すべての市民が気軽に利用できます。

## ■ 本館

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおでって5階  
 電話番号 (019) 604-3303 FAX 050-2013-4750  
 開館時間 月曜日～金曜日 9:00～21:30（土日祝 17:00まで）  
 休館日 毎月第2火曜日、年末年始

## ■ 別館

〒020-0878 岩手県盛岡市肴町 2-8  
 電話番号 (019) 624-3583 (FAX 兼)  
 開館時間 月曜日～金曜日 9:00～21:00  
 休館日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始



（バス）  
 盛岡駅より茶畑・バスセンター方面行き バスセンター前下車  
 本館まで徒歩3分、別館まで徒歩8分

※女性センターには、本館・別館ともに専用の駐車場はありません。  
 おでって地下駐車場や近隣の有料駐車場をご利用ください。

ホームページ <http://mjc.sankaku-npo.jp>

## あとがき

◆つい最近まで暑い暑いと言っていたら、秋祭りの太鼓の音が聞こえる季節になりました。女性センターでも秋の大イベント「女性センターフェスティバル 2013」が間近に迫りました。今年は例年より一週間早いこともあり駆け足で準備しています。ぜひ、みなさんの参加をお待ちしています！（O）

◆先日、子育て応援講座で新聞紙を使用するワークショップを開催。初めに1枚の新聞紙を何も使わず立て、次に2枚を使ってさらに高さに挑戦。材料を使わずに新聞紙を高く立てるといのは実に至難の技で、自分の発想の柔軟性の足りなさにガッカリ…頭の体操をしなくてはと（ボケ防止のためにも）心に決めました。（Y）

ひとひと  
 一女と男、ともに参画する社会をめざして

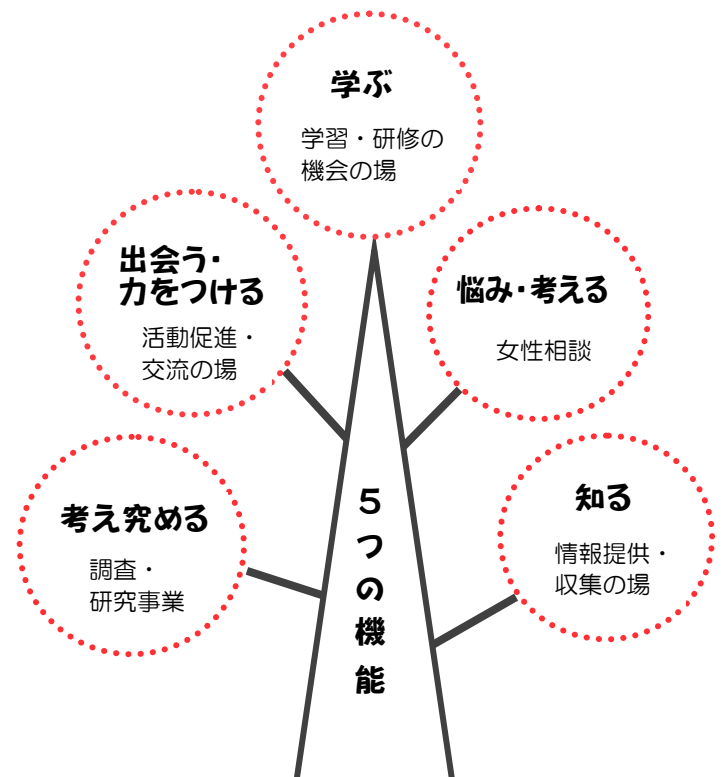
# もりおか女性センター

2013年  
 9月  
 No. 44

## ニュースレター

内容

- ◎ 「フェスティバル 2013」開催案内
- ◎ 講座情報
- ◎ 起業応援ルームからのお知らせ
- ◎ くらし安心Q&A “こんなときどうする”



平成25年度事業テーマ  
 『学び、つながり、明日(あした)を築く』

発行：もりおか女性センター

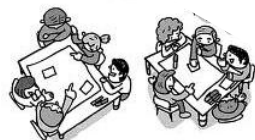
● イベント情報

平成25年度テーマ：～学び、つながり、明日(未来)を築く～

# もりおか女性センターフェスティバル 2013

開催日：9月27日(金)～9月29日(日)

## 本館会場 9/28～29



### 【市民団体支援事業】

～テーマ：地域活動と男女共同参画～

- ワークショップ 会場：おでって3階大会議室
  - ・「LGBTIの子どもとの向き合い方 ～排除・孤立のない学校づくりのために～」
  - 団体名：岩手レインボー・ネットワーク
  - 日 時：9/28(土) 14:00～16:00

- 講演会
  - ・「震災時における衛生管理について」(仮)
  - 団体名：盛岡市婦人防火クラブ連合会
  - 日 時：9/29(日) 10:00～12:00

- 展 示 会場：おでって3階ロビー
  - 「被災女性・支援女性への調査を通じた調査実施者(じょせいたち)のエンパワーメントの記録」
  - 団体名：エンパワーメント11(い)わて
  - 日 時：9/28(土)10:00～29(日)16:00

## 別館会場 9/27～28

### 【別館の利用団体による発表】

♪別館を拠点として活動している団体の日頃の成果を発表します。

- 内 容：作品展示、演技発表、茶席 など
- 日 時：9/27(金)～28(土)10:00～17:00 (28日は16:00終了)
- ※茶席は、9/27(金)10:00～15:00のみ
- その他に、お弁当やお団子の販売コーナーもあります。

### 起業応援ルーム芽でるネット企画

#### 【パソコン“ミニミニ”セミナー開催！】

- 一日時・内容— 9/27(金)～28(土)
- ・10:30～11:30 オリジナルカレンダーを作ろう！
- ・13:30～14:30 素敵な絵はがきを作ろう！

- 対象・定員：どなたでも参加いただけます。当日着3人

♪お気に入りの写真のデータがありましたら、メモリーカードやUSBに保存してご持参ください。

お気軽にお立ち寄りください♪

ルーム公開!



<9/29(日)>

## しん 辛 す 淑 ご 玉 さん講演会

「女性と人権」  
～女性が自己決定するとき～



#### <辛 淑玉さんプロフィール>

1985年人材育成会社(株)香科舎(こうがしゃ)を設立。女性人材育成への本格的取り組みを経て、1996年辛淑玉人材育成技術研究所を開設。東日本大震災では、「惨事ストレスとメンタルケア」等のマニュアルをいち早く作成し、ホームページで公開。現在は、企業・自治体、教育機関からの依頼で、人材育成、人権に関わる研修・講演を行い、特に女性の人材育成では定評をもつ。「世界一受けたい授業」などテレビやラジオでも活躍中。

- 開催時間：13:30～15:30 (開 場：13:00～)
- 会 場：プラザおでって3階 おでってホール
- 定 員：150人
- 入 場 料：前売券 500円  
当日券 800円(※前売り状況により販売予定)
- チケット販売：9/2(月)より、プラザおでって2階 観光文化情報プラザにて販売
- 託 児：6カ月～未就学児 先着5人  
(託児有料：子ども1人につき500円)  
9/25(水)17時まで電話(604-3303)にて先着順に受付

おでってホール  
イベント

● 講座情報

### 【みんなのおしゃべりルーム】

ゆるーりcafe(カフェ) ～テーマ：ママの憂うつ～

- 日 時：10/1(火) 10:30～12:30
- 会 場：もりおか女性センター本館
- 対 象：女性
- 定 員：8人
- 参加費：無料
- 託 児：6カ月～未就学児(託児有料：子ども1人につき500円)  
※託児の申込みは9/25(水)17時まで
- 申込方法：9/20(金)10時より電話(604-3304)にて先着順に受付



### 【就労応援講座】

働きたいシングルマザーのためのパソコン入門講座

- 日 時：10/9(水)、11(金)、16(水)、18(金)、23(水) 全5回  
10:00～15:00
- 会 場：女性センター別館 起業応援ルーム「芽でるネット」
- 対 象：ひとり親家族の母親、またはそれに準ずる状況にある女性
- 定 員：12人
- 参加費：無料
- 託 児：6カ月～未就学児(無料)先着順5人
- 申込方法：9/18(水)10時より電話(624-3583)にて先着順に受付

● 起業応援ルーム「芽でるネット」からのお知らせ

#### 【ルームを模様替え！】

より多くの情報を、より見やすくお届けするためにルームの模様替えを行いました。

これからも皆さまの「こんなことを知りたい」にお答えできるよう情報収集・情報発信に努めてまいります。「こんな情報あったらいいな」というご要望がありましたら、いつでも『芽でるネット』にお知らせください。



★起業応援ルーム芽でるネットは  
起業や就労を目指す女性を応援しています・・・♪

起業応援ルーム 芽でるネット ☎ 019-624-3583

◎「起業応援ルーム 芽でるネット」のご利用は  
月曜日～金曜日 午前10時～午後5時  
URL <http://www.sankaku-npo.jp/mederunet/>  
※最新情報はこちらから！