

気になるワードをチェック!

パープルリボン

パープルリボンとは・・・



女性への暴力の根絶を訴えるアウェアネスリボン*のこと。パープルリボン運動は、世界を子どもや暴力の被害者にとってより安全なものとするを目的として、1994年にアメリカ合衆国ニューハンプシャー州のベルリンで始まったと言われています。紫色のリボンを身につけることで、女性に対する暴力のない世界を望む気持ちを表すことができ、暴力の下に身を置いている人々に勇気を与えたいという願いが込められています。

*アウェアネスリボン 輪状に折った短い一片のリボン。社会運動・社会問題に対して、さりげない支援の声明を出す方法として着用されています。色によってさまざまな意味があります。

なぜ紫色なの?

明確な理由はわかっていませんが、西洋では紫は正義や知恵、威厳を表す色とされているようです。

～出雲市の啓発活動の紹介～

パープルライトアップ in 日御碕灯台

期間中、日御碕灯台が紫色に点灯します。

11/20(日)～11/25(金)
(18:00～20:00)

パネル展示

イオンモール出雲で「DV防止に向けた取組」をパネル展示しています。

展示期間：11/1(火)～30日(水)

パープルライトアップ運動

2009年11月25日(女性に対する暴力撤廃国際日)の夜、初めて東京タワーが紫色の光でライトアップされました。被害者に対して一人じゃないことを伝え、励ます意図が込められていました。

今では、女性に対する暴力をなくす運動期間に合わせ全国各地でパープルライトアップが行われています。

くすのきプラザでは「パープルリボンキルト」や「DV防止啓発パネル」の貸出を行っています。あなたの地域のイベントや学校、職場で展示してみませんか?

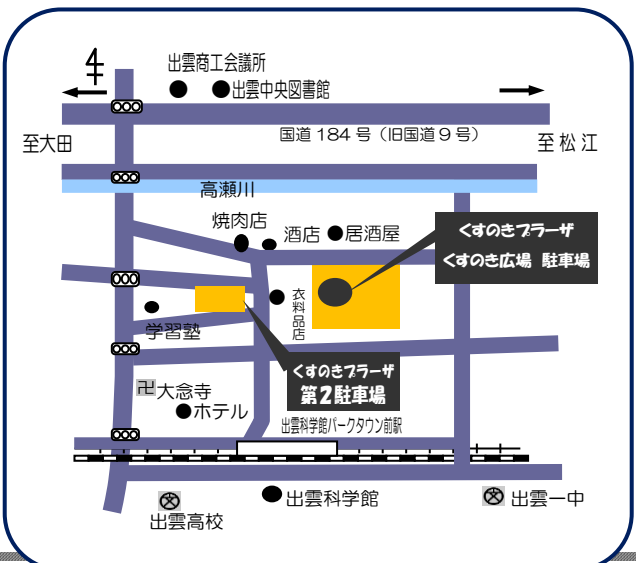
☎22-2055 までお問合せください。

くすのきプラザ利用のご案内

くすのきプラザは、豊かな緑と四季折々の花々が楽しめる“くすのき広場”にあります。どなたでも気軽にご利用いただけます。

- 利用時間 9:00～22:00
- 受付時間 9:00～17:00(日曜日・祝日を除く)
- 休館日 年末年始(12月29日～1月3日)

多目的室(洋室北面)・・・ 500円/1H
 多目的室(洋室南面)・・・ 810円/1H
 多目的室(洋室全面)・・・ 1320円/1H
 会議室(和室)・・・ 500円/1H
 ※営利目的で使用の場合、上記の2倍です。
 ※冷暖房費は使用料金の3割です。
 ※予約は2か月前から受け付けます。



くすのきプラザ通信 139号

出雲市男女共同参画センター(くすのきプラザ) 〒693-0011 出雲市大津町 2096-3
TEL:22-2055 FAX:22-2157 E-mail: women@local.city.izumo.shimane.jp

11月12日～25日は女性に対する暴力をなくす運動期間です

DV(ドメスティック・バイオレンス)は配偶者や恋人など親密な関係にある相手からふるわれる暴力のことで、身体的暴力だけでなく、精神的・性的暴力なども含まれます。DVは犯罪にもなる重大な人権侵害であり、個人の尊厳を害するもので、決して許されるものではありません。今年度は「性暴力をなくそう」がテーマです。

あなたが望まない性的な行為は、性暴力です

話すことで、力をもらえる場所がある。

性犯罪・性暴力の相談窓口は、あなたの声を何よりも尊重し、あなたの意思を守ることに全力を尽くします。

「自分も悪いかも」と自分に言い聞かせて、性暴力がなかったことになってしまいう前に、まずは、あなたの声を聴かせてください。

性犯罪・性暴力で悩んでいる方へ、一人で悩まず、相談してください

相談センター #8891 #8103 Cure time

11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です

暴力の被害者は男性も増えています。しかし、身体的な暴力、性的な暴力の被害者は**女性が圧倒的に多いのが現実です。**

性暴力の起こる背景

「女性は男性に従うべき」、「少々暴力的な方が男性らしい」といった性差別や暴力を容認する考えがあります。

性暴力の間違った固定概念

・暗い夜道で知らない人から襲われる?

↓
知っている人からの被害が**8割**。自分の部屋か相手の部屋が一番多い。

・暴力を受ける方に原因がある?

↓
被害者に非はありません。加害者は他人を責め、被害者は自分を責めてしまう傾向があります。

性暴力の2次被害

周囲の性暴力に対する偏見、無理解等による心ない言葉や行動により、被害者がさらなる精神的苦痛を受けること。

↓
どんな環境下でも、悪いのは加害者です。

今暴力を受けている方へ

あなたは悪くありません。悩んでいるのはあなただけではありません。相談は前に進む**第一歩**です。

性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
#8891 (早くワンストップ)

くすのきプラザでは若年層への啓発活動として、市内中学校、高校、専門学校等で「デートDV防止出前講座」を行っています。PTA研修にもご利用いただけます。(問い合わせ先 Tel:22-2055)

講座レポート

一度きりの人生は自分を大切に自分でつくろう

新しい時代の生き方講座② SNSで始めるあきらめない人生の作り方

SNSの理解と発信の仕方、パーソナルブランディング（自分をブランド化して自分の魅力を理解されやすく明確に伝える方法）を通して前向きに生きる第一歩となる講座を開催しました。



講師：二木春香さん

講師の二木さんは料理教室講師として独立。教室を軌道に乗せようと申し込んだ起業塾でビジネスを学び、起業塾講師へと業態変換。

今では山陰のSNSの第一人者として活躍されています。法人化して6期目、決して順調ではなく稼げない時期もあったそうです。そのような時でもメディア掲載をしてもらえよう2～3年はコツコツと事業を続け、信頼の貯金を増やすように努められたそうです。

日時：9月8日（木）10:00～12:00
場所：くすのきプラザ 洋室 参加者：17名（お子さん1名）
講師：二木春香さん（株式会社 COMETREES 代表取締役）
（しまねよろず支援拠点専門コーディネーター）

令和の時代は「プロセスエコノミー」。全部決まっただけの完成形ではなく、その過程や悩みなどを伝えていくことが効果的。「SNSは社会的な出会いの場であり、24時間365日、自分の営業マンとして動いてくれます。ビジネスのみならず、自分の趣味や興味のあるものについて、まずは発信から始めてみましょう。」と講師からのエールに、参加者は背中を押してもらえたようです。

人生の変化地点でしてきたこと

- ・来た状況を受け入れる。
- ・その時々でベストを尽くす←選択肢が狭まっていく。
- ・あきらめない理由ができる。
- ・考えずに進む。100点でなくてもよく、20点でも進む。

【アンケートより】

- * SNSは関心が有りつつも一歩踏み出せずにいました。まずはやってみようと思うことができました。
- * 「20点でも進む」という言葉が響きました。SNSやってみます。

参画ニュース

いきいきと笑顔で働きたい 働く人が幸せだと会社も成長！！

出雲市長が「イクボス宣言」を行いました

8月24日に、仕事と私生活が両立できる職場環境を目指して、市長が市の関係団体とともに「イクボス宣言」を行いました。

市長や関係団体の長がイクボスになることで、今後市内の事業者や関係機関等へのワーク・ライフバランスの推進を図っていきます。



イクボスとは？

「イクボス」は、職場でともに働く部下やスタッフのワーク・ライフ・バランス（仕事と私生活の両立）を考え、その人のキャリアと人生を応援しながら、組織の業績や結果を出しつつ、自らも仕事と私生活を楽しむことのできる上司（経営者・管理職）のことです。

イクボスのメリット

- ◎人材確保に有利
→働きやすい職場であることを広くPR。
- ◎業務の効率化
→定時退社やノー残業をめざすなかで、これまでの体制や業務内容を見直せます。
- ◎仕事に通じる考え方や能力の向上
→育児や家事をしていくなかで、時間管理能力等の取得が見込まれ、社員のスキルアップにつながります。

イクボスチェック

- 部下とプライベートな雑談をよくする。
- 部下の「大切な私生活や生きがい」を知っている。
- 部下の「やりたい仕事や将来の希望」を把握している。
- 休んだ部下を他の部下がカバーできる組織になっている。
- 部下への指示が明確で、部下に仕事を任せている。
- 決断から逃げず、迅速な意思決定をしている。
- 率先して、会議・書類・メールの削減に取り組んでいる。
- 自分の上司に対し反対すべきことは反対している。
- 自分自身も家庭・趣味・社会貢献などを楽しんでいる。
- 自分の責務遂行や組織の成果に強くこだわっている。

あなたは？

あなたの上司はイクボス？

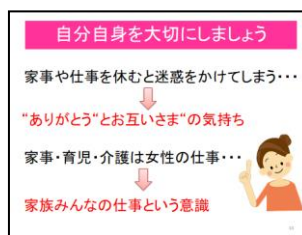


人的資本経営

現在、企業の評価基準として“人的資本経営”が重要視されています。“人的資本経営”とは、従業員が持つ知識や能力を「資本」として捉え、人材の価値を最大限に引き出し、中長期的な企業価値の向上につなげる経営のあり方です。経済産業省では、女性活躍を推進している上場企業を「なでしこ銘柄」と選定しており、人材を大切に成長している企業を可視化しています。人的資本経営をするには、「社員に優しい制度や環境」、「成長できるチャンスがある」など、企業のワーク・ライフ・バランスへの取組や社員が活躍できる環境づくりが大切です。

男女共同参画出前講座 女性の健康講座

男女共同参画出前講座では、女性の健康にも焦点をあて啓発事業を行っています。最初に当センター職員による「男女共同参画ミニ講座」を30分ほど行いました。クイズや心理テストなどを盛り込み、「男女共同参画」を楽しく学んでいただきました。



講師の福田正恵さん

続いて「姿勢改善エクササイズ」を行いました。両足で立った時に足が床にきちんと接地しているか、片足立ちでバランスを取った時に片方だけグラグラしないか等、自分の姿勢や体のバランスを確認します。

次に座った時の座骨の正しい位置を確認。座骨の位置が悪いと骨盤が歪み、腰や肩に負担がかかるため、肩こりや腰痛の原因になるそうです。

最後に肩こりの原因となる「巻肩」を自分で予防できるストレッチを行いました。



ホルモンの影響やライフステージで変化する女性の体。不調や辛さを我慢せず、自分自身で心と体をメンテナンスすることが大切です。

【アンケートより】

- * あっという間に時間が過ぎ、とてもよかった。機会があれば、地域の方にも体験してもらいたいと思いました。
- * 普段から意識していると思っていましたが、改めて、男女共同参画のことを分かりやすく教えていただき、学ばせてもらえよかったです。

日時：7月11日（月）9:30～11:00
場所：伊野コミュニティセンター
参加者：平田地区チーフマネージャー10名
講師：福田正恵さん（日本コアコンディショニング協会マスタートレーナー）