

それいゆ

いなぎの女性情報誌



そよ風のアトリエ

内容

- いなぎの女性^{ひと}
ハーブと香りのサロンーおおきな木ー
- グループの名は…ミモザサラダ
- 男女平等推進セミナー(女性再就職支援)開催
- マザーズハローワーク東京のご案内
- 男女平等推進センターからのお知らせ
～授乳だけのご利用もできます!!～
- ご利用ください。いなぎ女性の悩み相談
- デートDV(恋人からの暴力)ってご存知ですか？



ハーブと香りのサロンーおおきな木ー

vol. 20
2008

稲 城 市

いなぎの女性

ハーブと香りのサロン

“おおきな木”

～五感を研ぎ澄ませた暮らしかた～

鶴川街道をはさみ、坂浜診療所の向かい側の路地に入って左折すると、「おおきな木」という若草色の大きな看板が目飛び込んできます。その看板を目印に進むと、緑に囲まれた民家のお庭に誤って入り込んだかのように慌てますが、すぐ右手にテラスのある素敵なお店でオーナーが私たちを出迎えてくれました。

こちらを主宰される永田恵子さんは、もともと自宅の敷地にあった倉庫を改造して2006年の五月晴れの日「ハーブと香りのサロン “おおきな木”」を始めたそうです。

永田さんは、以前は子育てをしながら、ラジオ局のディスクジョッキーを17年間もなさっていたという働くお母さんでもありました。

最近では、2年ほど前からラジオ局エフエム多摩で第4日曜日の午前10時に始まる「アロマの休日」という番組に出演していらっしゃいます。



活動のきっかけは…

結婚後、稲城市坂浜に移り住み、ラジオの仕事と子育てを両立していたものの、なかなか地元での地域活動にまで時間を割くことができなかったという永田さんは、いずれは地元で根付いた活動も始めていきたいと思っていました。その後、ラジオ局の退職とほぼ同時期に、縁あって若葉台にある「パサージュいなぎ」で福祉の仕事に携わることとなり、「自分らしい形で何か障がい者のお役に立てないだろうか…?」という気持ちから、リフレクソロジストという足裏マッサージの資格を取得し、筋肉をほぐしリラックス効果を高めるマッサージ活動を始めました。

その後、このリラクゼーションと深い関わりのあるアロマセラピー（香る）やハーブ（味わう）の効能について関心を持ち始めると、一般的にリラックス効果があると思われる香りも、障がい者にとっては時に刺激が強すぎて悪影響を及ぼすこともあるそうで、アロマセラピーやハーブは正しい知識で使用する必要があることを学んだそうです。

このような活動をされていたことが一つの契機となり、それまでの知識や経験を生かして多くの方々にお伝えすることができたら…という思いから、「ハーブと香りのサロン “おおきな木”」がオープンしたのでした。

真の豊かさとは…? (五感を研ぎ澄ませた暮らしかた)

福祉に携わることから始まった永田さんの活動は、ハーブに出会い、自然に逆らうことなく自然と共存した暮らしかたそのものでした。その時永田さんがふと感じたのが、最近私たちの暮らしには五感を研ぎ澄ませることが少ないのでは…?という思いでした。

たとえば、足裏マッサージは「触覚（触れる）」を、アロマセラピーは「嗅覚（嗅ぐ）」を、そしてハーブはお茶にして飲用すれば「味覚（味わう）」を刺激することができ、これに加えて室内で美しい音楽を流せば「聴覚（聴く）」などの感性も養うことができます。

このように普段のちょっとした心がけで、日常生活を楽しむことができるのです。

永田さんは、「人間特有の五感を使うことは、“感じとり”、“気付く”ことです。このことは『親子、家族、友だち、地域など』の、いわゆる人との触れ合いにも深くつながっているのではないのでしょうか…?」と話してくださったのがとても印象的でした。

これからも、五感を使ってどう豊かな暮らしかたが実現できるか?を追い求めていきたいと、優しい笑顔で語ってくださいました。

雑草と呼ばれる野草の中にもハーブがいっぱいです

庭に生えている草も、単なる雑草として引き抜くのではなく、何か暮らしに役立てられないか?と考えたことがありますか? スギナは、ホーステイルと呼ばれるシダ植物で、庭に沢山生えて扱いに困るといった声を聞きますが、このスギナの栄養茎はお茶にして飲むと利尿効果があり、また皮膚の細胞膜を強める働きがあると言われています。また煎じて飲むと苦いどくだみ草も、化粧水としての美白効果や蚊にさされた後のかゆみ止め、虫除け効果もあるとされています。

このように、普段見かける身近な草花が、実はカラダに優しく、人間本来の自然治癒力や免疫力を高める効果があるということを教えてくださいました。

“そよ風のアトリエ” へようこそ

「ハーブと香りのサロン “おおきな木”」の二階に上がると、“そよ風のアトリエ”があります。このアトリエには、鈴木和道画伯の古典画法による油絵作品と、その弟子であり市内でパン教室を開いていらっしゃる高原容子さんのガラス絵が常設してあります。四方の白壁に飾られた作品は、落ち着いた色調とぬくもりを感じさせる筆づかいが印象的でした。この穏やかで静かな空間で心和むひとときを過ごしてみてください…。

絵本 “おおきな木” から…

昔、子どもの頃に出会った絵本に深い感銘を受けたという記憶はありませんか…?

永田さんの大好きな絵本に「おおきな木 (Giving Tree)」という本があります。

内容は、とてもとても大きな一本の木が、ひとりの小さな男の子に、最初は美味しい実を分け与えるところから始まり、その後も木の一部を分け与え続けて、最後は切り株になってしまうのですが、この大きな木はとても幸せだったというお話です。

永田さんは、何度も（おこがましいかもしれませんが…）と謙遜しながら、「自分でも自分らしい形で、何か少しでもお役に立つことをしたい」という思いもあり、ご自身の大好きな絵本「おおきな木」からお店の名前をつけたそうです。

とても穏やかな口調で、陽だまりのように温かな雰囲気の中、永田さんは、“真に豊かに暮らすということ”について、今後も永田さんの生き方そのもので私たちに教えてくださることでしよう…。



永田 恵子さん

高原 容子さん

グループの名は…

ミモザサラダ

ミモザサラダと聞くと、どんな活動イメージを膨らませることが出来ますか？

春を感じさせる「ミモザ」の花を名の一部につけた背景には、実は“女性が『人』として、あるべき真の姿を目指していこう”とする強い意思が込められていました。

◆「ミモザサラダ」の由来

「ミモザ」は、「国際女性デー（3月8日）」の象徴です。

それは、もともと1904年3月8日、アメリカで女性労働者が婦人参政権を要求しデモを起こしたことがきっかけとなり、その後も、世界各地で“女性の十全かつ平等な社会参加の環境を整備していこう”という運動が起こったことに始まります。

中でもイタリアでは、その運動の一環として「ミモザ」の花を女性同士で贈り合うことで意識啓発の共通認識を図ったことから、この3月8日の「国際女性デー」には「ミモザ」はシンボリックな花として位置づけられたのでした。

ただ、グループの活動目的が、年齢や性別、そして信条にとらわれず、だれでも参加ができ、お互いに遠慮なく発言し合うことをモットーとしていたこと、そしてアメリカのNYを「人種のサラダボウル」と呼ぶように「サラダ」は多種多様な人の集まりをイメージしていることから、「ミモザサラダ」と命名したのでした。

◆活動はいつから？どんなきっかけで？

年に一回、市の主催する「女と男のフォーラム」

は市民による実行委員会形式で運営を行いますが、平成20年2月に開催されたフォーラムが終了したあと、継続して学んでいく機会を設けたいという実行委員の熱い思いから、平成20年4月に「ミモザサラダ」が発足いたしました。

より良い社会の実現をめざし行動を起こすためには、人は学ぶことが大切です。学ぶことによって、お互いの「エンパワメント（empowerment）」を目指していこうとする向上心や意欲が湧いて来ます。

この「エンパワメント（empowerment）」という言葉は「力を付けること」を意味し、ブラジルの教育思想家パウロ・フレイが提唱したものです。この言葉は、一人ひとりの力を高めることで他の人が力をつける助けにもなって、グループ全体の力が高まる



と考えられています。

1995年世界女性会議（北京）でのキーワードでもあった「女性のエンパワーメント」を大きな目標に掲げて、ミモザサラダの活動は始まりました。

活動は月一回のペースで、現在は20～70代までの幅広い世代のメンバー10名が集い、2時間という限られた中で世代を超えた話し合いが活発に交わされています。

海外生活経験者を招いて普段はなかなか聞けない貴重な体験談などを聞いたり、また、メンバーが関心のあるテーマや社会問題等を個々に持ち寄り話し合うなど和気あいの雰囲気の中で活動しています。

◆活動に向けた抱負やメッセージは…

私たちメンバーは、個人の悩みはその人だけの問題として捉えるのではなく、皆で悩みを共有し、ともにより良い方向に解決するような方策を探っていきたいと思っています。その良い例が、活動時に保育を必要とするメンバーの保育費を皆で負担しようと話し合い、今年のI（あい）祭りでメンバーが持ち寄った品物をフリーマーケットに出店して、その売り上げを保育費に充てていくことで解決することができました。

より良い社会を実現するためには、とも

に学び、考え、力をつけて、声を上げて行動していくことが必要であり、そのモットーがミモザサラダの活動の原動力となっています。

今後の活動として、女性・教育・子育て・労働・家族・介護、そしてメディアに関する問題など幅広くテーマを取り上げていく予定です。老若男女問わず、小さなお子さんのいらっしゃる方、知りたい・学びたいと思っている方、どなたでも大歓迎ですので、是非一度いらしてください。

◆メンバー一人ひとりが…

今回、「ミモザサラダ」の活動をお聞きして感じたことは、「ミモザサラダ」のメンバーは、一人ひとりがお互いを尊重し合う仲間であり、また一つの志に向かって成長しようとする同志であるということ。

限られた話し合いの時間のなかで、個々に意見を出し合い考えていく姿勢は、お互いを高め合おうとする「女性のエンパワーメント」の精神そのものと感じました。

これからも、ミモザサラダのメンバー一人ひとりが熱き思いを心に抱き、今できることを果敢にチャレンジして、より良い社会の実現に向けて活動していただきたいと思えます。



今年度も好評につき実施しました!!
男女平等推進セミナー

応援します！女性の再就職 ～仕事も家庭も充実させたいあなたのために～

“子育て中であるけれども働きたい”、“再就職を考えている”女性を対象に昨年度好評をいただいた「再就職支援セミナー」を今年度も開催いたしました。

講師には、今年度もマザーズハローワーク東京からの協力により、統括職業指導官 田口房代氏をお招きして、再就職に向けた具体的な準備や心構えなどをご講演いただいた他、希望者に対しては就労に関する個別相談も行い、個々の事情に応じた相談や就労に関する最新情報を提供していただきました。

受講された方々は、稲城市在住のほか、多摩市や府中市など多摩地域からの参加者の他、杉並区や新宿区など遠方からの意欲的な女性の参加も多かったことが印象的でした。

参加者からの声



- ★働きたい主婦にとって非常に参考となるセミナーだった。また、託児付だったので、有り難かった。
- ★23区外でも、このような良いセミナーを開催しているので、今後も出来る限り参加し、求職活動の参考にしていきたいと思う。
- ★マザーズハローワークを今回のセミナーで知ることができたので、是非活用してみたいと思う。

マザーズハローワーク東京のご案内

マザーズ&レディスの ハローワーク

すべての女性の就職を
応援します

子育てや介護中であっても働きたいという方のために、個々の希望やニーズに応じたきめ細やかな就職支援を行う国の支援機関が平成18年4月に渋谷に開設しました。

お子さま連れでも来所しやすいように、授乳室・おむつ替えコーナー、そして絵本やおもちゃ等も用意していますので、安心してお仕事探しができます。

また、予約による担当者制の職業相談、保育所等の情報提供、仕事と子育て等の両立がしやすい求人情報の確保など、総合的かつ一貫した支援を行っています。再就職への第一歩として、ぜひ一度ご活用してみたいはいかがですか？

また今年度から、都内5ヵ所(池袋・足立・木場・八王子・立川)にマザーズコーナーがオープンし、就職支援のサービス拠点をさらに拡大しました。

◆マザーズハローワーク東京(渋谷区) <http://www.hw-shibuya.go.jp/mothers.html>



男女平等推進センターからの お知らせ

～★ お気軽にお立ち寄りください ★～

男女平等推進センターは、男女共同参画に関する活動を支援するための拠点施設として情報資料コーナー（書籍の貸し出しあり）、打ち合わせコーナー、相談室、キッズルーム、印刷室がご利用いただけます。

また、キッズルームでは、活動の際の一時保育として利用していただくほかに授乳だけのご利用ができますので、ご希望の際は1階協働推進課窓口にお声をかけてください…。

解決に向けた一歩へ…、悩みを打ち明けてみませんか…？

いなぎ女性の悩み相談

時代の変化とともに「悩み」は多様化・複雑化し、一人ひとりの「悩み」もさまざまです。

結婚や離婚など自分の生き方のこと、または家族の問題や仕事上での悩み、あるいは身の危険も伴うパートナーや恋人からの暴力など…個人にとっては大変深刻な問題だと思えます。

このような個々の悩みについて、専門の相談員が親身になって話をお聞きしますので、勇気をだして打ち明けてみませんか…。

秘密は厳守します。（※男性の相談も応じています。但し第1・3水曜日のみ）

- ★相談日・時間 毎月第1・3水曜日、第4土曜日 午前10時から午後4時
- ★相談方法 面談または電話による相談
- ★費用 無料
- ★申し込み 相談日前日までに電話で予約してください。
☎042 - 378 - 2112

デートDV(恋人からの暴力)ってご存知ですか？

～あなたの愛する人は、あなたの人権を尊重していますか？～

DV(ドメスティック・バイオレンス)とは、パートナー(配偶者も含む)や恋人など親密な関係にある人、または過去に親密な関係にあった人からの身体的・精神的・性的暴力を意味します。

最近では、結婚前の男女間、つまり恋人同士の間で起こる暴力である「デートDV」の被害が表面化、深刻化し、さらに悪いことには低年齢化が加速している状況です。

子どもたちのSOSに気づいて!! 一低年齢化するデートDV被害一

☆周囲にわかりにくく、理解されにくいデートDV☆

「デートDV」と呼ばれる恋人同士の間で起こる暴力の実態は、いわゆるDVと同様のケースが多く、被害当事者が心身ともに傷ついてしまう、一種の「人権侵害」です。

この「デートDV」の被害は、10代の中高生にまで低年齢化し、たとえ被害にあっても親や周囲の大人になかなか相談しにくく、また身近に相談相手がいないという現状があるようです。

子どもたちが人権の大切さを知り、自分は守られるべき存在なのだを知るためには、周囲の大人たちが気づき、手助けをすることが必要ではないでしょうか…？

束縛は愛されている証拠でしょうか？

- ☆勝手に携帯メールのチェックをする
- ☆大声で怒鳴ったり、馬鹿にしたり、傷つける言い方をする
- ☆行動を監視したり、交際範囲を制限する

これも明らかに
デートDV
なのです！

殴ったり、性的関係の強要に 愛を感じますか？

- ☆殴る、物を投げつけケガを負わず、物を壊す
→ “おまえが怒らせるような事をするからだ…!!”
が加害者特有の理屈です
- ☆本当に相手を思いやるなら強要はしません

それいゆ Vol.20

平成21年2月発行

編集発行／稲城市企画部協働推進課女性青少年係

稲城市東長沼2112-1(地域振興プラザ内)

電話042-378-2112

誌名の『それいゆ』は、雑誌「青鞥」の創刊の辞として有名な「元始、女性は太陽であった」の太陽の意味です。やさしい響きのフランス語をひらがなに置き換えました。市民からの公募で命名された愛称です。『それいゆ』の発行は男女平等推進いなぎプランに基づく事業です。