



ACW2主催
相談員トレーニング 第2回
職種について②
～安心感・安全感を与えるアプローチ～

2023年5月20日（土） 13:00～17:00
担当：伊藤みどり（働く女性の全国センター）
高山 亜子（カウンセリング&サポートサービスN カウンセラー）

～プログラム～

1. <聴講>相談して良かったこと、悪かったこと（ディスカッション）
 - ① 相談対応に大切な要素
 - ② 相談対応でリスクになる要素
2. 信頼関係の構築
 - ① 安心感・安全感を与えるアプローチ
（A）対面がベスト
（イ）沈黙は聴き手の味方
（ウ）マジックワード：「一緒に」「ありがとう」
（エ）再定も否定もしない受け止め方
3. Non-judgmentalな姿勢
 - ① Non-judgmentalとは？
 - ② 自分の考えや意見を伝えるときのポイント
 - ③ Genuinenessとは？
4. 共感とは？（復習）
 - ① 共感と同情の違い
 - ② 共感「いい人」になる道具ではない
5. 共感のロールプレイ：相談者Aさん
 - ① 相談者Aさんのどこに共感できたか？できなかったか？
 - ② 相談者Aさんの立場に立って想像してみる。共感
 - ③ もう一度相談者Aさんの話を聞いてみる：1回目と聞かえ力について何が違うか？
6. アドバイスの落とし穴
 - ① アドバイスの落とし穴とは？：アドバイスをして「いい人」になれるのか？
 - ② 適切なアドバイスとは？
7. アドバイスと情報提供の違い
 - ① アドバイスになってしまう言い方
 - ② 情報提供になる言い方：情報提供する際のポイント
8. 職種ロールプレイ：相談員対面を批判してみる

相談員トレーニング第2回の内容

もくじ

- 02 | 相談員トレーニングを2度受講して
- 16 | 誰をも照らす街灯のある社会に
- 04 | 相談員トレーニング アンケート
- 18 | 映画をみる会 始めました
- 06 | 自分の詩をつくる
- 『映画の会のきっかけ』
- 08 | 相談員トレーニングの魔法
- 映画をみる会、始動 自分軸で生きている人
- 09 | 相談員1年目の感想
- わたしが小グループで大切にしていること
- 10 | 最近のホットラインをふりかえって
- 19 | 小グループ活動の連絡先
- 12 | 無用な公募をなくしていくことが重要
- 20 | ひとことメッセージ
- 14 | 不完全を理由に排除されないこと
- 22 | 活動報告
- 15 | 「私のわがまま」
- 24 | 編集後記

相談員トレーニングを2度受講して

なかばみちこ

支援される人と支援する人がいる時に、支援される人の意志を優先することがだいじだということ、支援と言われるものに関わる人であれば、何度も耳にしたことがあるだろう（言われても頭の上を素通りしてしまうくらいに）。しかしそれを実行するのは容易ではなく、支援者のための支援活動になりがちということも、身に染みている人は少なくないだろうと（そんなことを誰かと話したことはほとんどありませんが）想像する。これは、自分自身ずっと悩み続けてもいる、支援活動における大（大大）問題だと思う。

acw2の「相談員トレーニング」はこの大問題への解になるから、支援活動に関わる人はみんな受講すると思う、というのがこの文章の結論だ。私は相談員トレーニングを2016年（補講1回は2018年）と今年の2度受講した。1度目と2度目で何が違ったかなと考えていくうちに、そんな結論になったので、そのことをちょっと書いてみる。

1度目の受講は、自分に向き合うトレーニングだったように思う。そして自分の中でそれは、冒頭に書いた大問題の後半の部分と繋がっている。人のためにと思って始めたはずなのに、自分のためになっている。その人が自分で立つ手伝いをするはずが、力を奪って座ったきりにさせている。私たちは対等、平等と言いながら、上から自分の考えを押し付けている。などなど。かく言う自分自身、関わっていた運動の中で、あなたはあなたのために活動している、と尊敬していた人に指摘され、そこから逃げ出した経験がある。1度目の受講の頃はそんな時期だったから、かなり内向きになっていた（というか、自分はダメだ、だから運動から離れた、だから役立たずだという堂々巡りの自家中毒を起こしていた）。

1度目のトレーニングでは、高山先生がおっしゃった「相談員も人間だから間違える、間違えたことに気づくのが大事」という言葉が、堂々巡りの軌道を切り替え、自己中な自家中から抜け出すスイッチになったと感じる。そして以後、人のためと言いながら自分のためにやらないかのチェック機能が働くようになり、そうすると失敗が減るし、まず自分を責めることが

減るので、楽になった。もし失敗しても、気づけたのだからそこは良しとしようとして切り替えられるようになったと思う。

でもこれだけだと、自分の中だけで完結している話になってしまう。私は実際に相談員の業務に携わっているわけではないが、相談員の失敗の影響をまず被るのは相談者で、失敗が減るのはまず相談者の立場からして喜ばしいのであり、相談員が失敗後に気づくのも良いことだろうが失敗しない方がいい。でないと「だめでも失敗でも相談員をやっていることが重要だ」とか「相談を受けている私の方が元気をもらいました」とか言い出して、結局、相談員の自己満足のための活動になってしまいかねない。

2度目のトレーニングは、そのような心構えを持ったところから始めることができたと思う。支援する側の私がどうかということに心を砕くのではなく、支援される側の方の考え、要望、希望、力、などなどを優先させるためにはどうしたらいいのか。まずは、それを聞かなくては話が始まらない。相談を受けるということは、支援の最初のとっかかりなんだと今さら思い至り、やっぱり失敗は減らしたくなる。肥大しがちな「自分」は横に置いておいて、相手に安心感を持って話してもらうには、こちらの価値観を押しつけないためには、率直に話し合うためには、相談してきた人に自分で現実に向き合って自分で考えてもらうためには、などなどに毎回耳を傾けた。つまり、冒頭の大問題に対する、実践的な取り組み方を教わっている、そういう実感を、今回の受講では持つことができた。

というわけで、話が戻って、「相談員トレーニング」はみんな受けた方が良くと思う。今号には、相談員トレーニングの宿題として出された「詩」が掲載されるとのことだけれど、そんな宿題が出るということからだけでも、この講座が目指しているものが伝わってくるのではないだろうか。「acw2の相談員」にはトレーニングを受けてからなるものだけれど、私たちはたぶんすでに日々の中で「相談」を受けているのだから。「支援」という言葉に抵抗があって聞くだけで気持ちが悪くなるような人であっても、支援と言うしかないようなものに巻き込まれることは多いだろうから。そして繰り返になってしまうけれど、何か困っている人の相談に乗るといのは、あらゆる支援に先立つものだから。待たなし、ではないですか。

相談員トレーニング アンケート

受講終了後に答えていただいたアンケートの中から、
掲載許可をいただいたものを紹介いたします。

【1】教材の良かった点・改善した方が良い点をお聞かせ下さい

教材のみならず、ファイルまで提供してくださり大変ありがたかったです。
毎回貼るシールで楽しい気分になりました。

【2】参加してみた感想・良かった点・改善した方が良い点をお聞かせ下さい

相談業務にこれから携わる者として不安だった時に、一番最初に高山先生の相談員トレーニングを受けることができて本当によかったです。

講座のはじめに高山先生が「私の持っているすべてをあなたたちに教えます」と言ってくださったことに勇気づけられました。傾聴とは何か、アドバイスは危険なアプローチであること、同情と共感は違うこと、Genuineness が大切であること、、、等々、教えていただいたことが日々相談を受けるなかで非常に役立っていると感じています。

そしてこの相談員トレーニングそのものが、参加者のエンパワメントになっていることを実感しています。

これからもこのトレーニングで学んだことを胸に、失敗を恐れず相談者のかたと向き合っていきたいと思います。ありがとうございました。

匿名希望

【1】教材の良かった点・改善した方が良い点をお聞かせ下さい

・相談する人も相談を受ける人も「ディスエンパワーしないこと」が大切である、という基盤が一貫してトレーニング全体にあり、その方法として疲弊しないようにリスクを意識化し、行動を変えていくことが必要であると理解できました。

「自分と向き合うこと」が支援である、ことが明確になりスッキリしました。

- 第1回の傾聴ロールプレイでは、4パターンを体験したことで、傾聴の必要性を納得できました。聴き手と話し手の両方を体験できると、よりわかりやすいと思いますが、時間がかかりますね。
- 「意思疎通の妨害になる言い回し」に伴う心理を区別するのは難解でしたが、リスクのある言い方を把握できて、気をつけることができそうです。
- 相談対応の録音を逐語録で書いてみたところ、自分の癖や弱いところ（質問）が見えました。同じケースについて再度実践できたことも、1回目の反省を生かして良かったと思います。
- 労働相談において、各機関が実際にどのように役立つかを知ることができて有益でした。

【2】参加してみた感想・良かった点・改善した方がよい点をお聞かせ下さい

- 2年半前まで女性の働き方の相談を担当しており、その頃にACW2のことを知り、このトレーニングに参加したいと思っていました。以前は回数が多く、遠方からの参加は無理だと諦めていたので、4時間×6回の形式は自分に合っていたようです。
- 女性対象の労働相談のホットライン、という専門的な分野のトレーニングであることから、今の自分の業務とは違ったところもありました。違いや共通点を通して、自分の業務の目的について改めて考えることができたと思います。

K.N

【1】教材の良かった点・改善した方がよい点をお聞かせ下さい

- 教材を用意して頂きありがとうございました。
- 教材は事前に渡して頂き良かったです。
講座開始直前に渡されても読む時間がなく
どの資料の説明をされているのか探すのに苦労して
説明をよく聴くことができませんでした。



【2】参加してみた感想・良かった点・改善した方がよい点をお聞かせ下さい

- 受講して非常に良かったと感じております。

- 仕事内容が〈相談を受ける〉だけでなくても
全てに通用する事だと思いました。
- 今後は 高山直子著〈働く人のための「読む」カウンセリング〉を繰り返し読み
6回の講座での教材を読み返し 自分の糧にしていきたいです。

【3】講座中に聴けなかった。ご質問など あれば

- 〈相手が話してくる迄は こちらから聞き出すという事をしない〉
というのが私の信条でしたが 相談員となると これではお粗末ですね。
と言っても初めての相談者に対して どの程度の接し方をすると良いのか迷います。

Y.M

自分の詩をつくる

相談員トレーニングのチラシには、
相談をうける上で大切にしている在
り方を謳った、作者不明の文章を載
せています(右)。

受講終了後、それぞれが自分が大
切にしたい在り方を詩にしました。

掲載の許可をいただいた方の詩を
ご紹介します。

私たちは耳を傾けるためにここにいる

ミラクルを起こすためではない

私たちは彼女が何をどう感じているかを気づけるよう手
伝うためにここにいる

彼女の感情を取り去るためではない

私たちは一緒に次のステップを考えるためにここにいる

彼女に必要なステップを奪うためではない

私たちは彼女が彼女の強さに気づけるよう手伝うために
ここにいる

彼女を救済し、傷つきやすい状態のままにす
るためではない

私たちは彼女が彼女自身を自分で支えることができるこ
とに気づけるよう手伝うためにここにいる

彼女の責任を代わりに請け負うためではない

私たちは彼女が自分で選択することを身につけられるよ
う手伝うためにここにいる

難しい選択をする機会から遠ざけるためでは
ない

私たちは変化に必要な支援を提供するためにここにいる

(作者不明)

•私たちは彼女たちと学びあうためにここにいる 教え諭するためではない Y.M

•私たちは彼女をエンパワーするためにここにいる。

ディスエンパワーするためではない。

K.N

•わたしたちは彼女が何を望み、何を望んでいないかを自分で気がつくためにここにいる。

わたしの望みを与えるためではない。

•わたしたちは彼女が自分の感覚を信じ、何を選択して何を選択しないかを選ぶ手助けをするためにここにいる。考えて選択してあげるためではない。 ヤマ

•私たちは彼女の悩みを彼女が次のステップに進むための梯子ととらえ、彼女が梯子を自分で登るのを下で支えるためにここにいる。彼女の梯子なのに勝手に持ち去ったり、私たちがどこかへ登るのに利用したりするためではない。 M

•私たちは彼女が何らかの理由があって手を伸ばしてきているのだということを受け止め、一緒に考えるためにここにいる

理由がないことに見捨てるためではない

匿名

来年も相談員トレーニングの開催が決まりました！

4月から9月まで毎月1回の全6回です。

関心を持った方は受講を検討していただくとありがたいです。相談員としてだけでなく、自身の在り方や、周りの方との関係づくりにも活かしてくださると嬉しいです。

詳細は、同封のチラシをご覧ください。

相談員トレーニングの魔法

K・C

2023年度の相談員トレーニングに参加しました。4月～9月まで全6回の開催で、講師は高山直子さんです。私は10年以上まえに一度受講し、2回目の参加でした。

講座は全6回で、傾聴・質問スキル・ハラスメント被害者対応・困難事例・ディスエンパワーしないための必要な意識など、本当に盛りだくさんの内容でした。参加者はすでに相談員をなさっている方、これから相談を受けようという方もおられて多様なメンバー。毎回九州から飛行機でいらしている方もいて驚きました。

アドバイスと情報提供の違い、意思疎通の妨害となる言葉や言い回し、質問スキルについてなど、相談を受けているとよく迷ったり、悩んだりするトピックが並び、具体的な濃い内容を、安価で惜しげもなく教えてくださる高山さん、ACW2はスゴイ！

1回4時間の講座では、高山さんの解説を聞いた後はロールプレイが設定されていて、相談員になったり、相談者になったり、そのやりとりを録音して聞いてみたりして、「こんな相談員は嫌だな」「こんなこと言われたら気分が悪いな」など相談者の気持ちを実際に体験でき、とても良い経験になりました。「自分がされて嫌だったことは絶対しない」ということも肝に銘じました。

録音では自分の話し方のくせやスピード感、自分の質問内容の振り返りなどができ、一度も自分の対応を客観的に聞いたことがなかったので、帰宅して再生したときはあまりの酷さに膝から崩れ落ちましたが、相槌はもっと減らそう、声はもっと低めに出した方が良いかもなどすぐ改善できそうなことも沢山あり、貴重な体験でした。

この講座は1回4時間の講座ですが、びっくりするほど時間が経つのが早く、あっという間に終わってしまうというくらい内容が濃い講座で、本当におすすめです。参加者同士で意見を出し合ったり、フィードバックしたりされたりしていく中で、悩んだり迷ったり不安になったりしているのは自分だけじゃないんだなあと思い、私は魔法にかけられたようにとても励まされ、元気になりました。

機会があればまた参加したいです！ ありがとうございます。

相談員1年目の感想

ふう

昨年、相談員トレーニングを受講し、今年の1月からホットラインの当番に入っています。相談員トレーニングでは、傾聴から始まり、信頼関係の構築、質問スキル、実践ロールプレイ、ハラスメントについて学びました。講師の高山さんから実際の相談の場面での具体的な話を沢山聴くことが出来て、ホットラインで役に立つトレーニングでした。

ホットラインの当番に入り、電話を受けてみるとトレーニングで学んだことを実践するのはなかなか簡単でないことが身に沁みてわかります。困難な状況にいる相談者のお話を聴くと、何とかしなくては、何とかできないのか、という気持ちになってしまいます。そうすると、相談者の話を十分に聴くことができなくなります。相談者の話を聴いて、相談員がしっかり「受け止める」、聴いて質問し、よく知ること、そして一緒に考えていく、ということ意識していきたいと思っています。当番の時に、一緒に入っている相談員と時間がある限り、その日に受けた相談について共有してもらっています。このことは私にとって、大きな助けになっています。

9月に行われた「ホットラインふりかえりの会」に初めて参加しました。各拠点の相談員から出されたケースについての話し合いは、疑問に思っていたことを検討でき、情報提供できることについて確認できたことが良かったです。また、相談員としてのありがたについて、同じ相談員の方たちと共有することができたのも心強かったです。

相談を受けて感じることは、人間関係で辛さを抱えている方が多いということです。自分の周囲で味方となる人や話を聴いてくれる人がいない時には、ホットラインを利用して話をしてもらえたらと思います。

仕事、家事、ケア、すべてを含んだ「はたらく」に関することの相談を一緒に考えていける相談員を目指していきます。



最近のホットラインをふりかえって

by 相談員チーム

1月から9月までの相談件数は約260件くらいと推測される。なぜ推測かということ記録が入力されていない日にちが一定程度あるからだ。ここがボランティア運営の難しいところだと思う。一杯いっぱいな中で継続されている。でも、おおかた入力されているのをよしとする。そして相談者の安全のために言うが、個人が特定されるようなことはもちろん書かれていない。相談分類のなかでは職場の、あるいはそれ以外の人間関係の相談がいちばん多くなっている。

さて、いつまでも暑さがつづく9月28日の夜、久方ぶりに「ホットラインふりかえりの会」をオンラインで行った。大阪、福岡、東京の相談員メンバーが7人参加。相談員はたぶん20人近くいると思われるが、なかなか予定が合わなかったり、新しい仕事が忙しかったりで相談日に入れない方もいる。ふりかえりの会も19時半開始が遅いという声、それより早くでは参加不能という声、いろいろだ。

会ではそれぞれの近況、体調のチェックインからはじまって、最近受けて困った、対応どうだったかな、といったケースをいくつか出しあい、ゆるゆると話し合う。たとえば、、

- 体調不良で欠勤している相談者の場合、医者にかかって領収証の一枚でも取っておかないと後々に傷病手当金がもらえないこと、はきちんと情報提供するのがよい。(かかるか、もらうかどうかはその人が決めることだけ)。また、会社とのやりとりのメモをとっておくこと。
- 〇か月の短い職歴を職務経歴書に書くのかどうか、という相談には、まとめて書いたほうが良い場合もあり、ハローワークで相談してもらうのが早道であること。
- 1年契約の場合、途中でやめられないのかという相談には、原則としてはそうだが、30日前に言えばよいとなっている契約も少なくない。ケースバイケースで、結局は雇い主と話し合うこと。

また、ホットラインの基本姿勢について、改めて確認できたこともあった。

- 労働問題でなく、なにか別の悩みがしごとにひびいているのかもしれない、本当は家族など別のことを話したいのかもしれない相談。この場合は、ケアも家事も「はたらく」、これをめぐるなんでも相談なのだ、と水色の今のホットラインカードに書いてあるよ、だからなんでも聴くのがよい。
- 相談員自身、AかBならどう考えてもAを選ぶのがいいだろうと思う場合でも、アドバイスをしない、情報提供に徹する。相談者その人が決める。この原則をいま一度確認して相談にあたろう。

などなど。

ひとしきり話した後のチェックアウトでは、時間のやりくりなどたいへんでも、やっぱりときどき「振り返りの会」をやると疑問も悩みも解けてよい、という声、声。拠点地域により少しずつ異なる温度ややり方をチューニングできる貴重な場。助成金の申請を行ったという報告もいただいた。ありがとうございます。

終わってから、ゆるい報告を相談メンバーに配信すると、また参加できなかった人から近況の返信をいただき、あたたまった。

よく知っている人が電話をとっている拠点地域の日(サイトに書いてあります)はともかく、見知らぬ相談員ばかりの地域の日、電話をかけてみるのはいいかもしれません。

(小園弥生)

！速報！

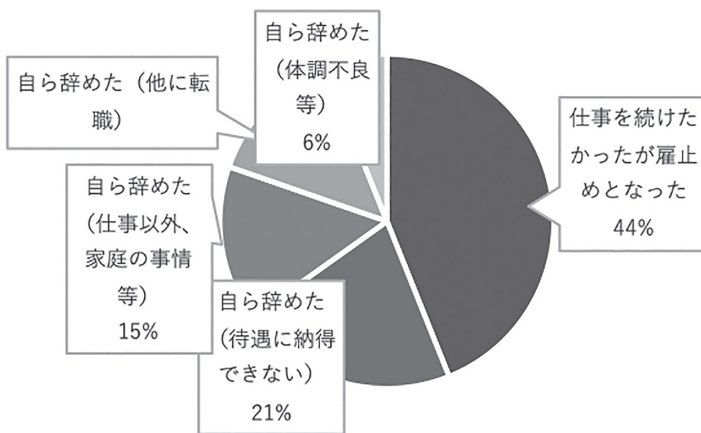
ホットライン事業に助成金を受けました！

WAN (women's action network) より、このほどホットラインのフリーダイヤル電話代として、39万円の助成金をいただくことになりました。お骨折りくださったホットラインチームのSさん、ありがとうございました。ボランティア相談員の交通費までは叶わなかったため、引き続きみなさまからのご寄付、会費納入もよろしくお願いいたします。

無用な公募をなくしていくことが重要

瀬山紀子 (ACW2 会員・はむねっと共同代表)

2023年3月末は、地方自治体で働く、“非正規”公務員に関わる新たな制度、「会計年度任用職員制度」がはじまって早くも3年目の年度末でした。この制度がはじまる時、国は、その運用マニュアルに、公募によらない「再度の任用ができるのは原則2回まで」と書いていました。このマニュアルは、実際には、昨年末に書き換えられ(2022年12月23日総務省通知)、必ずしも3年ごとの公募は必要ではない、とする内容になったのですが、それでも、昨年度から今年度にかけては、全国で公募が実施され、雇止めも発生しました。



今年行ったはむねっとの調査でも、仕事を辞めた人の4割は、「仕事を続けたかったが雇止めになった」と回答しています。また、勤務歴が長い人ほど、雇止めにあう傾向があることもわかりました。自由記述からも、10年以上経験があり、中核として職場を支えていた人が雇止めとなった、経験も資格もある人が雇

止めにあい、いずれもない人が採用となったといった声が寄せられました。また、採用がかかっているため、職場で声が上げにくいという声もありました。

会計年度任用職員制度は、本来、継続する仕事で、かつ、経験を積み、長期的な視野をもってあたらなければならないような仕事を、「会計年度任用(単年度雇用)」の、不安定な職に位置付けていることに根本的問題があります。そして、そうした不安定な職を、国と自治体が是認してしまっていることに大きな問題を感じます。

賃金が低く、長時間拘束で、責任は重く、さらに雇用が不安定。

この、“ありえない”状況が、それでも、全国津々浦々の地方自治体で働く、「非正規公務員」

の人たちの、極日常的な状況として広がっています。

こうした問題が、必ずしも、表面化しているとは言えないのはなぜなのでしょう。

それは、先の調査結果でも見たように、雇用が不安定であるがゆえに、中にいて問題を感じている人が声を出しにくいから、ということが一つには言えると思います。

実際に、声をあげた人が、制裁を受けるように、公募などで不採用となり、仕事を辞めさせられてしまうということも起きてきました。

では、組合はちからになれないのか、という問いもあると思います。確かに、地域によっては、組合が一定の力になっているところもあります。ただ、現在でも、非正規公務員は、非正規であるがゆえに、組合に入ることができていなかったり、組合に入っているとしても、組合が交渉力をもって状況改善を勝ち取るには至れていないというのも実情だと思います。そして、そもそも、日本では、公務員はストライキ権等を持たず、労働者としての力を削がれた状況に置かれているという問題もあります。それでも、組合に期待は寄せられているとも言えます。今回の調査でも、もっとも多かった相談先は、組合でした。そして、相談をした結果として状況が改善された、という回答も一定ありました。そこには希望を感じました。ともに動く人と、ともに動く組合が必要だと言えるのだと思います。

また、声を出さないもう一つの原因として、不安定で低賃金なことはわかっている、それでも働いているのだから仕方がないと感じているという側面もあるのだと思います。多くの女性たちが置かれている現状です。ただ、それは、現実のなかで、よりましな選択をした結果でしかありません。そして、それがわかっている選んだ選択の結果であったとしても、それ故に、声を出してはいけないということはもちろんありません。それでも、おかしいと、声を出していくことが必要です。そのためにも、無用な公募を辞めさせることは非常に重要だと感じます。組合にも、この問題への取組みをさらに進めてほしいと強く願うところです。

3年毎の公募は必須ではない、と総務省も通知を出しています。ここからさらに、単年度任用制度に根本的な変更を加える社会的な働きかけが、とても重要だと感じています。

はむねっとでは、当事者を中心とした情報交換用のメーリングリストを設けています。関心がある方は、はむねっとまでご連絡ください。

(はむねっと代表アドレス : hiseiki.koumu@gmail.com)

不完全を理由に排除されないこと

とろろ

ある年、セクシャルマイノリティ関係の活動に関わるようになった。それまで当事者同士の関わりを持つことがほぼなく、数少ない貴重な場のように思え、飛び込んだ先で心もとなくもあった。関わる時間が多くなるにつれ、二人でいることが増えた非当事者のメンバーがいた。そして段々と、彼女の言葉や態度が、私は劣っていて、対等ではない存在だと伝えてくるようになった。その時私は、違和感や傷つきを全てないことにし、彼女の言葉をほとんど受け入れた。他に開示できる場はないように感じていたし、頭が追いつかなかった。

その後何年かうつで動けない日々が続いた。人生はめちゃくちゃなように感じられたし、もう取り戻せないように感じていた。運良く（本来は誰もが適切に受けられるべきだと思うけれど）、ケアやカウンセリングやらを経て、生きるためにする必要がある選択を小さく重ねた。少しずつ、何かを感じる心や選択する力、社会に馴染むように取り繕う能力（私を苦しくも楽にもした）が戻ってきて、生活も変わっていった。自分が大切に思う病気や回復の道のりが、誰かにとってはそうでないことを感じながら、動きにくい思考と身体を抱え、自分にとっての「働く」、自分や周りの状況に慌てふためきながら、ウロウロしている。支援の場でも、働く場でも、一人の人が尊重されないこと、その正当化がいかに簡単かを日々感じた。

去年、東京まで行くには金銭的に厳しいと諦めていた ACW2 のかもす WS に参加でき、こんなに働くことや人と向き合った場所があることと、自分が存在する前提だと感じられる場があることに驚いた。今年、定期大会に参加し、100年ビジョンを大切にしたいと感じ、それを共有して集える人たちがいることが嬉しかった。内容も充実していたけど、何より印象に残ったのが、その雰囲気だった。完璧さにこだわるより、参加を尊重しているように感じられる場で、完璧さ、優劣が誰かを排除することを、その日私はやっと理解した。

動けなくなった時、収入が激減した時、できないことがたくさんある時。本当はどんなときも自分を恥じたくなかったし、価値のない人だと扱われるのを良しとしなくなかった。でも、優劣さで排除することに正当性を持たず社会や価値観にあまりにも慣れすぎていて、いつも考えることなく受け入れていた。自分自身に対しても、他の人に対しても。そのことがどれ

だけ自分の力を奪っていたのか、排除を許容する社会を作っているのかを考えるようになった。定期大会で感じたものを大切にしたいと思いながら、今までの価値観を深めているような自分もいて、ACW2 との関わりを渴望してる時に、オンラインでのミーティングに参加でき、とても嬉しかった。小グループは自分たちで始めていくものだと言き、何か始められたらと日々の生活にあたふたしながら考えています。

「私のわがまま」

おーやん

「お父さんから、動けないと電話があったので、助けてきました。」と、夜 10 時に、お世話になっている男性ケアマネジャーから電話がきた。この時、「もう無理か」と、やっと私は覚悟を決めた。

3 年ほど前には、すでに介護認定を受けている 88 歳ではあるが、トイレはもちろん、近所への買い物や食事の準備なども、何とか自分でこなしていた。この電話の半年前までは、自ら運転をしてボーリングに出かけ、自転車に乗って囲碁を差しにも行けていた。しかし、もう、それも望めない状況となった。

早速、ケアマネジャーの提案で、毎日誰かが様子を見られるように訪問看護・リハビリ・介護・診療のスケジュールを組んでいただいた。お陰様で日によっては、午前午後、誰かが見守りに来てくださるようだった。

しかし、間質性肺炎による酸素吸入しながらの自宅療養で、高熱を伴う肺炎を繰り返し、今日できたことが明日は出来なくなるという現実の前に途方に暮れてしまった。

それでも、最後に愛知県に住む伯父に会いに行くという計画を立て、実行した。リムジンタクシー、新幹線の多目的室、酸素ボンベの手配など、どれも初めての経験だった。主治医からは、「道中で体調が悪化する可能性がある」という説明も受け、覚悟をして出発した。

伯父と父は、いつものように楽しく話しをして、呑んで、食べて、楽しい時間を過ごすこと

ができたので、本当に行くことができ良かったと思う。別れる際には、お互いが車イスに乗りながら握手をして、涙で別れを惜しんでいた。掛け値なしの最後の別れとなったので、行って本当に良かった。

その後の亡くなるまでの40日余りは、できるだけ一緒にいるように努めた。すでに、ポータブルトイレに移るのが精一杯の状況だったので、夜間は家政婦さんをお願いした。主治医や看護師、ケアマネジャーは、口をそろえて施設に入ることを勧めたが、どうしても入れる気がしなかった。本人は、家族以外に問われれば「施設に入らないといけなと思っています」と答えながら、皆が帰った後、あらためて聞くと「家にいられるのならいたい」と言う、という繰り返しだった。

そんな中、コロナ明け4年ぶりのお神輿と山車が、我が家の前を通り過ぎるのを二人で見送った後、足首や脚を動かしてリハビリを行っていた。

それから3日間、入れ替わり訪れる子どもや孫と握手をしたり、話を聞いたりしながら過ごすことができた。最後の3時間は、孫にお姫さま抱っこをされて体位を変えてもらい、伯父とライン電話を繋いで最後の声を聞きながら、満足の表情で旅立つことができた。

今、振り返って、あまりにも速く病状が進んだので、もしも病院や施設に入っていたら、とても後悔しただろうと思う。体力的には、とても大変だったが、これで良かったと思っている。「私のわがままで家で看取ることにしました。協力お願いします。」とお願いすると、快く対応くださった皆さまには感謝しかない。ありがとうございました

～合掌～

誰をも照らす街灯のある社会に

安田晶子

らんたん 著／柚木麻子（小学館）

「らんたん」という小説をご紹介します。

描かれるのは、恵泉女学園の創立者で、日本の女子教育を推進してきた河井道の生涯です。

道は、男性に庇護される人生を嫌悪し、自身の信念を貫いた女性。愛おしくなるほどの素顔が余すことなく散りばめられた、100年前のこととは思えない新鮮な発見がありました。

■女性を悲劇のヒロインだと美化する文学は女性差別やミソジニー文化を醸成してきた
「女性が非業の死を遂げるのが名作だ」と言い放つ徳富蘆花や有島武郎の描く悲劇のヒロイン小説を貶す、道の突拍子もないように見える行為は、文学への批判はあり得ないと思込まされてきた現代の私たちの心に刺さります。

大正時代におかしいと叫んだ女性がいたのに、変わるどころか100年かけて悲劇のヒロイン像は流布されてきました。日本の名作として読まされたいくつものミソジニー物語は小説の型として君臨し続け、「おしん」は世界へ輸出され賞賛されました。憤懣やる方ないとはこのことです。

家庭で家事育児を担いながら、男性より低賃金、非正規、不利な雇用形態で働かされる女性は今も増えています。多忙な日本の女性の睡眠時間は、世界で最も短いとのデータもあります。

誰かの犠牲になって生きる女性の向こう側にはいつも、その恩恵を受けたヒーローがいます。女性は銃後を支えるものだと、戦争の時代にも刷り込まれました。女性がひとりの人として、好きな仕事をし、相応の報酬を得て、自分のためにお金を使い、自分の人生を楽しむ、そんな姿こそ、物語として紡いでいくべきなのに。

■提灯を持って転ぶ人、提灯を持たない人、持てない人、誰をも照らす街灯を立てたい
アメリカへ渡った夜、街灯の明かりの美しさに感激した道は、新戸部稲造に「提灯と街灯、どっちが安全だと思いますか？」と聞かれます。答えは、「転んだり、紙が破けて火が燃え上がる提灯は危険。断然、街灯が安全です」。

「日本は、全てにおいて、何か問題が起きたら、まず一人でなんとかしなくてはいけない。個人が負わなければならない荷物のとても大きな、まさに提灯社会です。提灯のように個人が光を独占するのではなく、大きな街灯をともして社会全体を照らす、そんな指導者になってください」

新戸部の言葉から気づきを得て、河井道は、社会を照らす精神を生涯に渡り持ち続け、女性の教育に従事したのです。

自助の前に公助。道の意志を継ぎ、街灯の立つ明るい社会を目指したいと思うのです。

映画をみる会 始めました

『映画の会のきっかけ』

パールネコ

これは今年4月に開かれた総会で、やりたいと話されていた方の言葉をきっかけに、私も入れてほしいとお願いしたのがきっかけでできました。

現在は3人で月ペースで活動中です。今後、人数が増えるといいなとか、静かにやりたいという意見もあります。

私は人数が増えても、できるだけ全員が観たい映画で続けて行けたらと思っています。

映画をみる会、始動 自分軸で生きている人

花一子

長年の夢だった「映画をみる会」が実現した。

自宅で映画を気軽に見られるようになったことや、娯楽がゲームに凌駕されたことで映画館に行く人がいなくなった。

映画は一瞬一秒のシーンでも意味があり、脳をフル稼働して取り組める最高の快樂だと思っているので、時間が空いたら一人で観に行く。

それでも見終わった後に感想を言い合える友達が欲しいとずっと思ってきた。

サークルを作ってネットで募集するのは簡単かもしれない。

しかしそれでは嫌なのだ。

今回は女性団体の中でシークレットに募集したので、自分の意見を持っている人、自分で生きていける人、問題に直視できる人が集まったと思う。

帰りに喫茶店に寄り、感想や普段感じている違和感を話しあった。

次から次へと話題が広がり、とても楽しかった。

立場は異なるが、受け売りでなく真剣に人生に向き合っている人達と出会えた。

奇跡だ。

「自分が味わった苦痛を誰かに味合わせたくない。次の世代に引継ぎたくない。誰かを笑顔にしたい」と願っている人もごく少数だが存在している。

そんな人と出会いたかったんだよ。

一生緩く長く付き合っていきたい。

ありがとう。

これからも一緒に映画を観に行こうね。



わたしが小グループで大切にしていること

さの

ACW2 で新しい小グループが始まるのは長いことなかったもので、実現できてうれしいです。背景や価値観が違うのは当然、対立や葛藤が起きたとしても、諦めないことも、手放すこともどちらもありにして関係をはぐくんでいきたいです。

対話の土壌をかもすワークショップや相談員トレーニング、2019年にACW2で企画した「はたらく女性の分断」に橋を架けるプロセスワーク／ワークショップで学んだことをいかしたいです。まずはゆっくり関係構築をしたいので、しばらくクローズでと考えています。

小グループ活動の 連絡先

運営系小グループ

- 連絡調整 office@acw2.org
- 事務・会計 Administration@acw2.org
- かもす通信・広報 tsushin@acw2.org
- 協同組合(案)検討 FY@acw2.org

事務系小グループ

- ホットライン hotline@acw2.org
- 講座など共育 Education@acw2.org

会員相互交流グループ

- 読書会 bookdiscussion1@acw2.org
- 性と自分を語る会 sexushariti@acw2.org
- ちまちま手芸の会 join@acw2.org
(他、準備中)

小グループ活動への参加や設立ほか、さまざまなお相談は、
連絡調整グループ → office@acw2.org (佐野)までご連絡ください。

ひとことメッセージ

私が小学生のとき、私の祖父が認知症になりました。

朝ごはんを食べて自分の部屋に戻ったのに、まだ食べていないと言っては何度も台所へやってきます。そのたびに私の母は、さっき食べたじゃないかと怒り声をあげます。とうとう台所へ入る扉に鍵をかけて、祖父が入れないようにしました。

祖父はときおり、自分の家に帰ると言って、家を出て行こうとしました。

ときは流れて二十数年、私の義母にせん妄の症状が出て、目の前に自身の息子がいるというのに、その息子を探しに行くと言ってききません。当の息子は慌てて、義母の間違いを正そうとします。私はとっさに部屋を出て「ただいま～」と言って部屋に戻りました。帰ってきたことを伝えると、義母は納得したようで出ていくことをやめました。

私は、祖父の行動の理由をずっと考えてきました。同居していても家族との関わりが薄く、孤独で、さらに否定され続けたら、不安で落ち着かなくなるのは当然だと思います。その経験をせん妄症状が出ている義母との関わり方に活かせました。 かき

① 私のいる地方は、車関係の製造業が盛んで、外国人派遣社員がたくさんいます。若い女性もいっぱいいて、その人たち、妊娠すると当然のように切られちゃう。派遣元も派遣先も、『妊娠不利益』の法律なんか何のその。何とかならないものですかねえ…。

この前、妊娠初期の体調不良について、産休や育休のような休業を取れるようにできないものかという声をネットで見つけました。制度を新たに創設するのもいいけど、例えば、産前休を分割して取ることができるとか、そんなことはできないものでしょうか。妊娠初期に解雇等されると、産休も育休も取る資格を失い、その後の生活がおぼつかない境遇に陥る外国人女性、多いんです。

② 19歳。妊娠を会社に報告したら解雇。その夫21歳、そのすぐ後に、なんだかわけのわからない内にやっぱり解雇され、大焦り。互いの親があてにならない状況で、

出産費用をどうする？ちょうどそんな時、夫は友人に持ち掛けられ、覚せい剤の郵送先となることを引き受けました。これで出産費用を賄って、すぐに新しい仕事を見つけて。そんな目論見はもろくも崩れ、夫は今、収監されています。妻は一人で子供を産みました。

「そんなことで解雇されたら声のあげようがあるって、この子らは知らないのよ。それで落ちなくていい闇に落ちて行く。やっぱり、闘えることを知らせて行かなきゃだめ。」

日本で生まれて育った外国人の子ら。罪によっては日本にいられなくなります。

③ この前、地元の労働局雇用均等環境室に派遣社員が受けた「妊娠不利益」について相談をしたら、『その方の雇用契約期間は1年くらいですか？』って尋ねられました。現状、長くて3カ月。大抵は1カ月ですよと答えたら絶句してましたが、絶句したいのは私ですってば。労働局の、そういう問題の担当室に、なぜこの地方の現実・窮状把握がない？下手すれば、1カ月の雇用契約のうち、試用期間なんかを入れられて1週間で切られるケースも多々ある現状。「こういう法律があります」って紹介するばかりが仕事じゃないだろうって電話対応してくれた女性職員に怒っちゃいましたが、はああ…（ため息）。

④ 小学生の頃は、親が「通訳しろ」と早引きさせた。高校入学の時は、親が費用の用意ということも中学校から知らされなかったため手続きが間に合わなくて普通高校に入れず、夜間高校に通うことになった。

バイト先では労災を無視され、就労中に妊娠した時はあっさり自己都合で退職させられた。

「当時にユニオンというものを知っていたら、どんなによかったか。」

そう言ってブラジル人の彼女が友人と立ち上げたのがローズマリー ユニオンです。浜松でがんばっています。今年に入り、解雇・労災等々、取り組んだ事案、順調に解決をしています。なかなか情報発信ができませんが、皆さま、よろしく応援をお願いします。

ローズマリー岡本

長く使っていた櫛を捨てた。透明な黄色（マウンテンデューみたいな、と言ってもわからないか）のプラスチックの櫛で、たぶん高校生の頃、自由が丘のドラッグストアで買った。以来三十余年が経過し、歯が一本、二本と折れ、また二本折れたので、もういいだろうと思ったのだ。

いつか浅草で柘植の櫛を買いたいものだと思っていて、ついにその時が来たと言えなくもない。なのに、櫛がこんなに長持ちするなら、次の櫛はわたしの棺桶に入るんだなとふと思ってしまい、そうしたら買えなくなった。

それで、出張で泊まったホテルから持ち帰った、白いプラスチックの櫛を使っている。これだってあと三十年くらいは使えるのかもしれない。 なかばみちこ

メッセージ募集の呼びかけに应运てくださったみなさん、ありがとうございました。ひとことメッセージはいつでも募集しています。日々ふと思ったこと、おかしいと思ったこと、みんなにたずねてみたいことなど。

おひとり1つといわず、いくつでもお送りくださるとうれしいです。

宛先▶tsushin@acw2.org

活動報告

5月11日(木) 映画をみる会 「妖怪の孫」 3人

5月12日(金) 会計作業

5月16日(火) 手仕事の会 5人 事務所

5月18日(木) ZOOM 読書会人新世の資本論 第4章前半 斎藤幸平著 9人

5月20日(火) 第2回 相談員トレーニング オリピックセンター 9人

5月29日(月) 映画をみる会 ミーティング ZOOM 3人

5月31日(水) ホームヘルパー国賠訴訟 東京高裁 口頭弁論 傍聴45人+&

6月4日(日) 性と自分を話す会 ZOOM 3人

6月17日(土)	第3回 相談員トレーニング	オリンピックセンター	10人
6月21日(水)	映画をみる会	ミーティング ZOOM	3人
6月24日(土)	映画をみる会	「ウーマン・トーキング 私たちの選択」	3人
6月26日(月)	ZOOM 読書会	人新世の資本論 第4章後半 斎藤幸平著	9人
6月28日(水)	手仕事の会	5人 事務所	
6月30日(金)	会計作業		
7月5日(水)	映画をみる会	ミーティング ZOOM	3人
7月8日(土)	映画をみる会	「パロディスター」	3人
7月15日(土)	第4回 相談員トレーニング	オリンピックセンター	10人(補講1人)
7月24日(月)	ホームヘルパー国賠訴訟	東京高裁 口頭弁論	傍聴45人+&
7月28日(金)	手仕事の会	5人 事務所	
7月31日(木)	ZOOM 読書会	人新世の資本論 第5章 斎藤幸平著	8人
8月2日(水)	映画をみる会	ミーティング ZOOM	3人
8月5日(土)	働く女性の人権センターいこる	介護保険制度と介護現場	伊藤講演
8月19日(土)	第5回 相談員トレーニング	オリンピックセンター	8人
8月20日(日)	性と自分を話す会	ZOOM	3人
8月21日(月)	映画をみる会	ミーティング ZOOM	3人
8月23日(水)	ACW2運営に関する会議	10人参加	
8月25日(金)	映画をみる会	「バービー」	2人
8月31日(木)	ZOOM 読書会	人新世の資本論 第6章前半 斎藤幸平著	8人
9月1日(金)	手仕事の会	6人 事務所	
9月6日(水)	会計		
9月16日(土)	第5回 相談員トレーニング	オリンピックセンター	8人(修了7人)
9月22日(金)	ZOOM 読書会	人新世の資本論 第6章後半 斎藤幸平著	8人
9月28日(木)	ZOOM	ホットライン振り返り	7人
9月28日(木)	映画をみる会	ミーティング ZOOM	3人
9月29日(金)	荒川区労評	ホームヘルパー国賠訴訟報告	伊藤
毎月 5, 10, 15, 20, 25, 30 日はたらく女性の全国ホットライン			

編集後記

■映画「燃え上がる女性記者たち」を観ました。被差別カーストの女性たちが新聞社を立ち上げ、暴力や不正、周縁化されている人々の苦境を報道し、社会を変えていく実話です。ジャーナリストは高位カーストで男性が当たり前。日本でもメディアで決定権を持つのは、高学歴で男性が多数です。日々のニュースはその基準で切り取られ構成されます。わたしは世界がそれだけでないことを知らせる声をかもす通信で伝えたい。次号も様々な声をお待ちしています。(さ)

■ホームヘルパー国賠訴訟は10月25日に山根純佳さんの証人尋問、原告3人の最終意見陳述で結審、2月2日11時から判決(東京高裁515号法廷)となりました。7月の裁判から猛暑で怒涛の3か月でした。もう意見を表明できるのも最後だと思い、かなり無理しましたが傍聴席の倍の方が押し寄せてくださりました。皮肉なことに東京都もヘルパーの流失が止まらないと国に緊急提言するまでになり私たちの主張への追い風になりました。(み)

はたらく女性の全国ホットライン 0120-787-956

毎月0と5のつく日 5・10・15・20・25・30日

平日 | 18:00~21:00 土日祝 | 14:00~17:00

会員のあなたもぜひご利用ください。毎月5日はセクハラ集中相談日

住所 | 〒110-0015 東京都台東区東上野1-20-6 丸幸ビル3階

TEL | 03-6803-0796 FAX | 03-6803-0726 e-mail | office@acw2.org

HP | <http://www.acw2.org> Twitter | <https://twitter.com/acw2org>

正会員年会費 | (性自認女性) 1口3,000円 オプション5,000円 または 10,000円
生活困窮者2,000円

通信/サポート会員 | (男性も歓迎) 1口3,000円(何口でも可)

郵便振込 | 00130-1-669637

銀行口座 | 三井住友銀行 渋谷支店 普通8658522



感想など
会員のおたよりを
お待ちしております

こんな記事が読みたい、誰々さんに書いて欲しい、このテーマで書いてみたいなど、思い立ったらぜひ下記メールアドレス宛にご連絡いただけるとうれしいです。
※編集メンバーも募集中。ご連絡お待ちしております →→→ tsushin@acw2.org

2023年11月発行 第59号/編集・発行 はたらく女性の全国センターACW2

ホームページ、ツイッター、会員メーリングリストで毎日情報更新中