

ばらネット・にしお

第1回 ばらネットセミナー

怒りを知れば、人生変わる!
 ~ 怒りで失敗しないための ~
アンガーマネジメント



**申込
受付中**

職場や家庭、学校、地域などで多様化が進む中、自分とは価値観の異なる人を受け入れ、より良い関係を築いていくことが求められています。

毎日のちょっとしたそのイライラを、自分でコントロールできるようにしませんか?

日時: 令和元年10月26日(土)
13:30~15:30

場所: ハツ面ふれあいセンター 多目的ホール

講師: アンガーマネジメント協会 講師
深津 智子(ふかつ ともこ)氏

託児: 定員10名(要申込)

申込方法

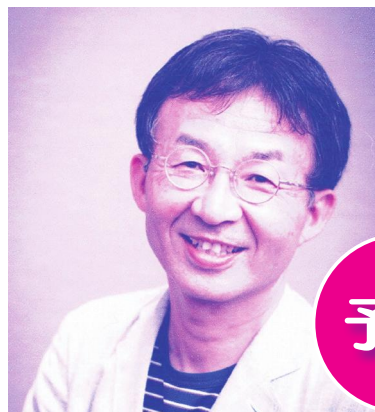
申込期限: 令和元年10月4日(金)

申込み方法・問合せ先: 直接または、電話・FAX・E-mailで西尾市役所 地域つながり課まで
セミナー名・住所・氏名・電話番号をご連絡ください。

電話: 0563-65-2178 **FAX:** 0563-56-2155 **E-mail:** kyoudou@city.nishio.lg.jp

第2回 ばらネットセミナー

子どもってワケわからん!
けどおもしろい!
 ~ 子ども・教師・保護者が
 共に元気に生きていくために ~



予告

いじめ・不登校・発達障害など、学校に馴染めない子どもたちのために、学校、家族、地域で何ができるか。それぞれにできることを、今一度見つけ直します。

日時: 令和2年2月8日(土)
13:30~15:30

場所: 西尾市役所 5階 51会議室

講師: フリースクール「アーレの樹」理事
岡崎 勝(おかざき まさる)氏

もくじ

- * お互いを認め合いながら心豊かに暮らせるように、後悔しない怒り方を身につけよう! … P2
- * 出張! 市長のどこでもトーク、開催しました! … P3
- * 女性の活躍を応援する企業・団体を紹介します … P4
- * 個人会員紹介 … P4

「男女共同参画」

お互いを認め合いながら心豊かに暮らせるように、後悔しない怒り方を身につけよう！

ばらネット会員に聞きました 最近イラッとしたことはありますか？

仕事で…

- ・相手に依頼した仕事ができない！
- ・お客様に無理難題を言われた！

子育て中…

息子をお風呂に入れてくれると言ったのに飲みに出かけて、もう9時。「今からもう1軒」って、どういうこと?!

家庭で…

早く出掛けなきゃいけないのに洗濯して、御飯の支度して…夫はテレビを見てるだけ！

運転中に…

時間が気になる時の赤信号。青信号に変わっても前の車が動かずイライラ！



昨今、耳にするあおり運転や虐待も、自分の中のイライラや心のゆとりのなさが一因とも言われています。

怒っているのは分かるけれど… 本当の根本にある自分の怒りの原因、問題はなんなんだろう？

アンガーマネジメントとは

アンガーマネジメントとは、1970年代に始まったアンガー（イライラ、怒りの感情）をマネジメントする(上手に付き合う)ための心理教育です。

- ・人間関係でトラブルにならないように
- ・子育てで不必要にイライラしないために
- ・職場で効率よく仕事をするために
- ・学校で子どもたちの情報教育の一環として
- ・経営者は信頼を失わないために、部下のマネジメントのために
- ・スポーツをする人は、最高のパフォーマンスをするために



怒りは、決して不要な感情ではありませんが、不要な争いも生みます。

アンガーマネジメントを学ぶことによって、自分自身の怒りを理解し、感情をコントロールしてポジティブになったり、心が癒されたり、自分の中にたくさんの変化が生まれます。職場での問題解決や自分の周りの人間関係や物事のよい循環にも繋がります。

出張!市長のどこでもトーク 開催しました!

西尾市の男女共同参画社会をより具現化するため、ばらネットでは、市と協働で「多様性の理解」について研修を重ねてきました。そこで、新たに西尾市が取り組む「パートナーシップ宣誓制度」について市長に直接聞いてみました。

ばらネット なぜパートナーシップ宣誓制度を西尾市として導入しようと思いましたか。

市長 今年度の市政運営のスローガンとして「多様性が輝く共生のまちづくり」を掲げています。多様性が地域、各組織で求められている中、年齢・性別・国籍・障害のあるなしに関わらず、色眼鏡で見る社会を少しでも解消していきたいという意思のもとに制度の導入を検討しています。

ばらネット 性的少数者であるとカミングアウトしたことにより対象者が生活しにくくなってしまふ事の方が多いのが日本の現状です。西尾市も同様、この制度を理解し、偏見のない行動ができる環境を整えることがまず必要ではないでしょうか?

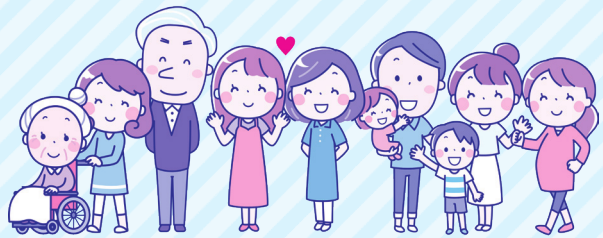
市長 たしかに、まだまだ成熟しているとは言えない個人の思想観念によるので対象者に負の影響もあるはずで。また、世間にカミングアウトをするのも個人の判断となります。パートナーシップ宣誓制度が1日も早く文化として受け入れられるようにしたいと思っています。



<出張!市長のどこでもトークの様子>

ばらネット 実際に制度策定にあたって当事者の方々の意見を聞く機会がありましたか?

市長 他市等の調査結果は把握しているが、本市ではまだ実施していないので関わりのある団体へのヒアリングを検討したいと思っています。生きづらさを感じている人に生きやすくなるための選択肢を増やす、一歩踏み出すための施策であると思います。



西尾市で暮らすすべての人が、市長の考える「多様性が輝く共生のまちづくり」の実現を感じられるといいですね。

【西尾市におけるパートナーシップ宣誓制度とは?】

一方、または双方が性的少数者であるお二人のパートナーシップ関係(互いに支え合い生きていく人生のパートナー)を市が認める制度。希望するお二人で宣誓書を提出すると、市で証明書を発行します。

女性の活躍を応援する企業・団体を紹介します

このコーナーに掲載を希望する企業・団体を募集中です。詳しくは西尾市地域つながり課までお問い合わせください。

西尾市更生保護女性会

私たち西尾市更生保護女性会は、更生保護女性会綱領を基に活動しています。



《主な活動》

- ・赤い羽根共同募金の街頭募金活動
- ・各小学校登校時のあいさつ運動
- ・市役所、西尾駅付近の清掃
- ・西尾祇園祭クリーンスタッフ参加
- ・サンキュー健診時の託児の協力など。

会員相互や他の団体の方々との交流を深め、心豊かに生きられる明るい社会づくりのほんの少しのお手伝いになればと思います、活動しています。

更生保護女性会綱領

- 一、私たちは、一人ひとりがひととして尊重され、社会の一員として連帯し、心豊かに生きられる明るい社会をめざします。
- 一、私たちは、更生保護の心を広め、次代を担う青少年の健全な育成に努めるとともに、関係団体と提携しつつ、過ちに陥った人たちの更生のための支えとなります。
- 一、私たちは、知識を求め自己研鑽に励むとともに、あたたかな人間愛をもって明るい社会づくりのために行動します。

ばらネットの個人会員を紹介します!



杉浦 正浩さん
(中町)

私は妻と子ども2人、共働き世帯の夫であり父親です。私が家事・育児にどう関わっているか、職場の男女それぞれの方々にどう接しているかは周りの判断に委ねるとして、男女共同参画と言われると全ての事案に男女が平等でなければならない、という印象を受けてしまいます。私はこれが先行し過ぎて男性らしさ、女性らしさが薄らいでいく社会も少しさみしい気がします。同時に、男性が専業主夫として家事全般を行い、女性が労働により家計を支える家庭も当たり前のように存在する社会であってほしいと思います。

政府や自治体から男女平等を押し付けられるのではなく、全ての家庭・企業・地域社会において人々が思いやりをもって互いを支え合う社会であれば、多くの問題が解決できるのでは、と思います。

ばらネット会員を募集します!

ばらネットは、女性の社会参画の推進、行政との協働、男女共同参画社会の実現を目的に、活動している市民グループです。各種団体の皆さん、個人での会員登録、男性会員も大歓迎です。私たちと一緒に活動してみませんか?

【編集・発行・問い合わせ】

西尾市役所 市民部 地域つながり課 〒445-8501 西尾市寄住町下田22番地

TEL : 0563-65-2178 FAX : 0563-56-2155 E-mail: kyoudou@city.nishio.lg.jp

【編集協力者/市民活動グループばらネット】

手島とし子、坂部三枝子、山崎裕子、太田信吾、榎原裕美、犬塚栄子、杉浦正浩

