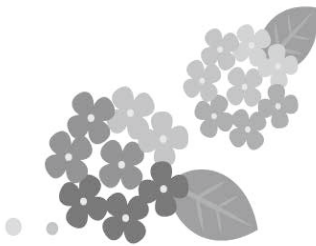


発行責任者 中田慶子
〒850-8799 長崎中央郵便局 私書箱第7号
FAX 095-832-8488 DV防止ながさき
HP : <http://www.no-dv-nagasaki.net/>
E-mail dv_greentomato@yahoo.co.jp
郵便振替口座 01730-6-103415

グリーントマト

ヘルシーな関係には「同意」と「境界線」が不可欠



今年も梅雨のシーズンを迎えています。紫陽花は、晴れの日よりも雨の中で、生き生きと咲いていて、雨でも晴れでも、それが人生だよ、その時々を大事にしましょうと言っているような気がします。

しかし、暴力の嵐がある中では、その人らしい生き方はできません。相手の機嫌を損ねないかと、ハラハラする毎日は、人がもともと持っている力を奪います。暴力のある環境から離れ振り返った時に初めて、どんなに苦しかったか気づく方が多いです。

あからさまに叩いたり、けったりする身体暴力はないけれども、いつも相手の顔色をうかがい、支配されている息苦しさ、精神的な暴力だと気づくためには、どうしたらいいでしょう。中学生や高校生に起きているデートDVでも、気づかないうちに相手から支配されて、逆らえない関係になっていることが多いです。なんだかきつつけど、そう感じる私にわがままなのかな、などと、自分を責めてしまって、ますます相手の支配にはまってしまうこともあります。

相手の巧妙な支配に気づくためのキーワードが、「同意」と「境界線」です。2023年7月の刑法改正で、これまで強姦罪とか強制性交等罪とされていた犯罪は、「不同意性交等罪」という名称に変わりました。これは相手の同意のない性的な行為は犯罪であるという、日本の性暴力関連の法律において、画期的な改正でした。

この「同意」ということばは、私たちには、まだあまり馴染みがない言葉です。でも今だからこそ、「同意」って何？と考えたいし、性に関わるだけでなく、日常生活の中で、相手の同意を得ることの大切さを、もっと意識していきたいと思います。

そして、同じく大切にしたいのが「境界線」です。境界線は、相手と自分の間にある文字通りの「境界の線」です。家族だから、恋人だから、友達だからと、当然のように境界線を見えなくされてしまうことはよくあります。しかし、どんな間柄でも境界線は必要ですし、境界線をどこに置くかは、相手によっても、場面によっても、自分のコンディションによっても変わります。

昨日は友達と外遊びをしたけど、今日は、1人で本を読んだり、ぼんやりしたい。疲れている時は人と話すのがおっくう、など。その境界線を、ずかずかと踏み越えて来られるのは苦痛です。一緒にランチに行ったとき、「みんな、カレーでいいよね！」と言われるより、「私はカレーにするけど、あなたは何かいい？」と聞かれ、「私は今日は軽いサンドイッチにしたいな」と言える関係のほうが、安心ではないでしょうか？

自分と相手の、お互いの境界線を大事にできる関係を、ヘルシーレーションシップ（健康的な関係）といいます。

境界線を見えなくされたり、同意のない行為が当たり前の日常は、ヘルシーではない、つまり相手から大事にされていない関係だと気づきたいです。

若い世代への予防教育でも、同意と境界線を大事にしてねと伝えていきたいです。

理事長 中田慶子

境界線はあなたと相手を守ります



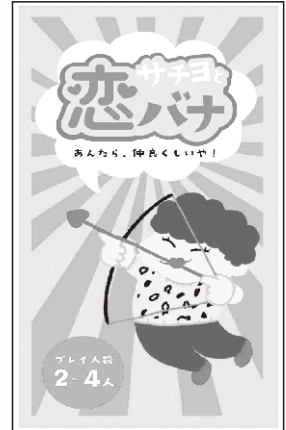
境界線

第23回定期総会を開催

NPO法人DV防止ながさきの定期総会を5月25日（日）に開催。2024年度の活動報告、決算、2025年度の活動計画、予算、理事選任、すべての議案が承認されました。

交流会では、お茶とお菓子をつまみながらの和やかな雰囲気の中で、大幅に改訂した授業のパワポを紹介したり、デートDV防止全国ネットワークで制作、2000円で頒布している、話題のカードゲーム「サチヨと恋バナ」を体験。

どのグループからも笑い声が響き、楽しい時間となりました。長崎市の婚活パーティで使ってもらおうといいのにとの意見もありました。本音が出て、お互いに相手の見極めができるかも!!



2024年度の活動から

デートDV予防教育

2024年度は大学4校、高専1校、専門学校2校、高校45校、中学56校へ実施し、受講した生徒の総数は、16,646人でした。

<生徒の感想>

大人も含めて、いまだにDVは身体的暴力だけと思っている人が多く、早い段階での授業の必要性を実感させられます。

- ・「デートDV」という言葉を初めて知り、ぐっと身近に感じました。」
- ・「DVは、殴るなどの身体的暴力だけでなく、様々な種類があると分かった。」
- ・「暴力をされると自分の感情が奪われてしまうことが怖いと思った。」
- ・「自分が悪いと思っていたので、違うと分かって安心した」

長崎県では高校の3年間の間に一度は予防教育を受けられるようにと、県教委も各高校へ実施の確認をされるなど積極的に取り組んでいます。中学の予防教育は、自治体での取り組みが年々増え、長崎市、佐世保市、大村市、諫早市、壱岐市、雲仙市、平戸市、長与町に新たに西海市が加わり、9市町では、自治体の担当課で予算化して実施しています。

高校は、県主催（主に離島郡部）の他、長崎市、大村市、佐世保市、国際ソロプチミスト長崎・佐世保・佐世保パール様からの助成金などで実施しています。

人材育成の事業

- ・一昨年実施した授業者養成講座を、2024年度は研修生制度を作り活動を開始し、2年目に突入。今年度は独り立ちスタートも近いと感じています。応援よろしくお願ひします。
- ・授業者養成スキルアップ研修、今年は8月23日（土）10時～16時（基礎講座）と、24日（日）は午前か午後の2時間、グループに分かれて実際に授業を経験します。
- ・「DV根絶のための連続講座」は、今年は11月23日（日）に開催予定です。今年度も5コマ程度の講座を企画します。詳細はHPに掲載しますので、ご確認ください。

相談・支援の事業 「長崎県DV被害者等総合支援事業」について

長崎県から受託しているDV被害者等の支援事業は、被害をうけた方を中長期に支援する事業で、4月施行の「困難女性自立支援法」を先取りした内容です。暴力の影響は個人差が大きいものですが、人によっては年単位の長い期間、女性ばかりでなく子どもたちもさまざまな影響を受けます。ひとことで生活再建といっても、それぞれの家族にとって、必要な支援は異なり、当会だけでできることではありません。

医療、福祉、教育、いろんな機関と連携しながら行っています。

信田さよ子さんの講演を聞いて つれずれ

人生の終盤を迎え、大切にしてきた仕事を離れた。
思いもかけず精神的に影響を受けてしまい、毎日の暮らしの変化に気持ちがついていかなかった。

この時期に信田さよ子氏の講演を、直接聞くことができた。

4月18日は「戦争と家族」というテーマで、真宗大谷派九州教区主催の講演会。

4月19日はDV防止ながさきの内部研修だった。

講演会では、信田氏のメリハリのきいた言葉にじかに触れ、元気であれば、活動できるというパワーをいただいた。

内部研修では、信田氏の本音を聞くことができ、思いは同じなんだと感ずることができた。

近著「なぜ人は自分を責めてしまうのか」を読み、信田氏の真髓が詰まった本だと感じている。

支援の現場で感じていたなぜ？ どうして？ これでいいのか？ という思いに対して、明快な理論が随所に見られた。

本のあとがきで信田さよ子氏が発した言葉にまだ追いつけていない。

もう一回読みなおさないといけないと思っている。

この原稿を書きながら、上野千鶴子氏の女縁という言葉思い出した。思えば、女性支援の職場は、女縁の世界だった。DV防止ながさきもまた女縁の組織だ。「グループの形や考え方が整いすぎて、どこから切っても金太郎アメみたいな組織になったらダメ」という言葉を、自からの戒めとして、しなやかな強さを持てるようにしたい。



同じ志をもった個性豊かな仲間と、あと何年か支援活動が出来たら本望だ。(M・M)

大切にしたい言葉 信田さよ子さんの著書より

ミーティングで自分の経験を話すと、聞いている人の希望になる。

話したことが否定されないこと、コメントされないこと、評価されないこと

比較されないこと。言ったことがそのまま、乾いた地面が雨を吸い取るように消えていくと言うのが、グループの理想。

グループは安全でなければいけない。

長崎市アマランスフェスタで企画と展示をします



ここ数年実施している被害者の声を伝えるTシャツ展示と、大人用に作成した新リーフレットの紹介を兼ねて、10月5日「ヘルシーレーションでいこう～ 境界線と同意」（研修室1・2で 15:15～16:30）を実施する予定です。私たちが安心して生活するために欠かせない境界線と同意について一緒に考えてみませんか。

*申し込みはアマランスへ 095-826-0018

日 時：10月4日（土）午後 講演会（講師未定 メルカつきまちホール）

10月5日（日）終日 バザーと市民企画講座

☆毎年 助成金をありがとうございます☆



- ・国際ソロプチミスト長崎・佐世保・佐世保パール様から、毎年予防教育のための助成金をいただいていることで、無償で授業を実施できる学校が増え、この10年ほどは、年間100校前後の学校でデートDV防止教育を実施できるようになりました。コロナやインフルエンザがなかなか収束せず、メンバーの方に授業を見ていただく機会も少なくなりましたが、皆さまの見学は、講師の励みになっていました。今後とも、よろしく願いいたします。
- ・ララコープ生協のララネット補助金24,000円は図書購入費として毎年活用させていただき、当会の図書は専門分野の本が揃い、充実した内容となっています。ララネット特別補助金3万円は、去年は12月に開催した「クリスマスお楽しみ会」の経費の一部として活用しました。今年度も、楽しいイベントを企画します。皆さまが元気に集えることを願っています。

2025年3月9日（日）10：00～17：00 会場 東京渋谷オリンピック青少年センター
デートDV全国ネットワーク主催でスプリングフォーラム開催

テーマ 「性的同意があたり前の社会をめざして」

- ・ 基調講演 上谷さくらさん（弁護士） 「刑法改正について」
- ・ 予防教育の実際（性的同意の予防教育のモデルプログラム体験 2件）
- ・ 調査報告 「デートDVと予防教育の実態と意識～教員・中高校生調査」
- ・ カードゲーム「サチヨと恋バナ」の利用体験

難しい法律をわかりやすく話され、そうなんだと納得しました。当会とは全く違うアプローチで実施された授業は目からうろこ、こんな方法もあるんだ、どこかに使えないかと参加しながら考えていました。全国調査でも予防教育の必要性が実証され、国へ働きかける大きな手立てになると感じました。カードゲームはポロリと出る本音に、ドキッとしたり大笑いしたりと楽しい時間でした。皆さんも来年は参加してみませんか！（H・E）

DV予防教育の指導者養成・スキルアップ研修

長崎県委託事業として開始し、14年になります。学校の先生方が参加しやすいようにと8月下旬に開催し、毎年更新している教材でスキルを磨いていただいています。経験者だけでなく、関心のある方も大歓迎です。お知り合いに情報提供をお願いします。今年度は以下の日程で実施する予定です。

<基礎講座> 日時：8月23日（土） 10：00～16：00

<授業実習> 日時：8月24日（日） 10：00～12：00、13：00～15：00

詳細が決まりましたら、ホームページでご案内します。

予防教育をやりたい！スキルを上げたい！と思う方は、ぜひ参加ください。

参加者には毎年、更新改定した教材をお渡ししています。

また実際の授業の見学をご希望の方は、事務局までご連絡ください。

FAX 095-832-8488

dv_greentomato@yahoo.co.jp



研修会のご案内

長崎県DV被害者総合支援事業の一環として、支援者のスキルアップ研修会を行います

1) 9月21日(日) 14:00~16:00

会場 長崎市アマランス研修室 会場定員80名

「被害者支援のための加害者プログラム

～その必要性と具体的な実施状況について～

講師 佐々木浩介さん (臨床心理士・公認心理士・産業カウンセラー)

DV加害者教育プログラム実施団体 鹿児島Lazo (ラソ) 代表

日本臨床心理士会バイオレンス・ハラスメント専門委員会 委員

鹿児島で心療内科、学校、一般企業等でカウンセラーとして活動しながら、

ご自身のホームページやYouTubeチャンネル「臨床心理士ささみんちゃんねる」にて、

DVに関する情報を発信し続けている。

<https://fossete-co-sasaki.com>



2) 11月2日(日) 午後13:00~15:00

会場 長崎市図書館多目的ホール 会場定員 80名

「性暴力当事者が語るトラウマインフォームドケアの重要性」

講師 八幡真弓さん

(Praise the brave 代表、支援者&性暴力・DV被害者)

講師の被害経験と回復の経緯の資料を交え、被害の実態、ポリヴェーガル理論、トラウマからの回復の3段階、PTSD・C-PTSDなどについてお話しいただき、トラウマインフォームドケアのある社会を目指します。

*どちらも申込みはDV防止ながさきへHPのQRコードはこちら⇒

FAX 095-832-8488 dv_greentomato@yahoo.co.jp



3) 11月23日(日) 9時30分~16:00

「DVを根絶するための連続講座」 アマランスと共催

会場:長崎市アマランス研修室 会場定員80名 *参加費無料



5コマ程度(DVの基礎、警察の対応、法律など)1コマから参加できます。

詳細は8月以降にHPに掲載します。チラシもアマランス(チラシ入れに常置)はじめ、関係先に配ります。町内の掲示板に貼る、知り合いに紹介したいなどありましたら、お知らせください。チラシを送ります。*申し込みはアマランスへ 095-826-0018



お勧めの本たち

「なぜ人は自分を責めてしまうのか」

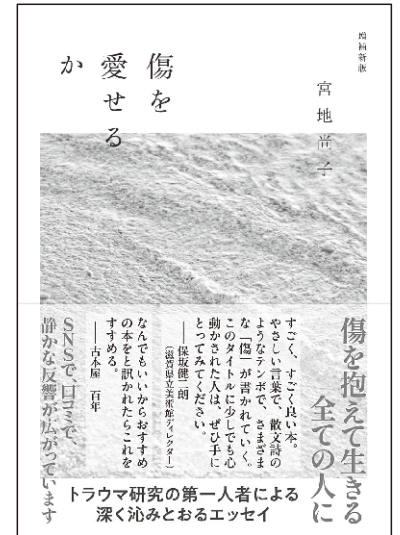
信田さよこ著 ちくま新書

原宿カウンセリングセンター（HCC）所長として長年、DV被害者の支援や加害者臨床に、第一線でたずさわって来られた信田さよこさん（日本公認心理師協会会長）の新著。3月の発売開始前にすでに重版が決定し、発売後はあっというまに4刷となったほどの人気作。HCCでのオンライン講演会をまとめた本なので、信田さんの語りをそのまま聞いているようで、わかりやすい。そして、“「自己肯定感」「自分を好きになる」といった言葉は決して使いません”などの言葉にとっても納得する。虐待的な環境で生きのびるためには「自分が悪いから」と思うしかない、こういう思いを子どもにさせている環境の残酷さを、この本を読むことで多くの人に知って欲しいと思う。



「傷を愛せるか」増補新版 宮地尚子著 ちくま文庫

トラウマ治療の専門家として活動する精神科医の著者が2010年に書かれた単行本が、2022年に増補新版として文庫化。現在、15刷なので、この間、とても多くの方に読まれていることがわかる。「たとえ癒しがたい哀しみを抱えていても、傷がそこにあることを認め、受け入れ、傷をそっとなぞること。身体全体をいたわること。ひきつれや瘢痕を抱え、包むこと。さらなる傷を負わないように、手当をし、好奇の目からは隠し、それでも恥じないこと。傷とともにその後を生き続けること」（本の帯から引用）。これだけを読んでも、ふわっと受け止めてもらった気がする。



「言えないことをしたのは誰？」(上下) さいきまこ 現代書館



日本版DBS法（子どもに接する仕事に就く人に、性犯罪歴がないか確認する制度）が2024年3月に制定された。子どもへの性的虐待を防止するための法律である。これまで、教師や保育士、塾講師、スポーツの指導者といった、力関係を利用した性暴力は多く起きていたが、生徒が教員へ抱く恋愛感情を利用されたり、子ども自身が性被害だとの認識が持てなかったり、被害の把握自体がとても困難な状態がある。この作品は、コミックなので、なぜ性被害が起きてしまうのか、その巧妙な力関係の行使がわかりやすく描かれていて、なぜ相談がしにくいのか、周囲の知識こそが必要なことがよくわかる内容になっている。





**赤い羽根
共同募金**

赤い羽根テーマ別募金にご協力ありがとうございました

2023年度のテーマ別募金は「中高校生用ハンドブックの改訂増刷」でした。目標額600,000円に対し42件、533,000円のご寄付をいただきました。本当にありがとうございます。手数料を引いた507,000円はハンドブックの印刷に使わせていただき、2025年3月に完成したハンドブックは、授業等で有効活用いたします。

2024年度のテーマは「DV被害者の再スタート支援のための家電製品の確保」でした。目標額660,000円に対し44件、469,000円のご寄付をいただきました。本当にありがとうございます。手数料を引いた446,000円は、被害者の方の自立のために大切に活用させていただきます。

また、今年度は、赤い羽根募金から新たな寄付金があるとの嬉しいお知らせがありました。「篠原欣子記念財団」様から、孤立防止対策と子育て支援・こども食堂関連の団体にと寄付があり、当会も該当するとして今年度上半期の事業へ寄付をいただきました。「DV被害者の再スタート支援のための家電製品や家具什器の確保」等に有効に活用いたします。

今年度も新たなテーマでこの赤い羽根特別募金事業に参加します

寄付募集期間は、2026年1月～3月です。45号の広報誌とともに、振込用紙つきのチラシを同封させていただきますので、皆さまのご協力をお願いします。

DV防止ながさきの電話相談

～ 必要な方へ情報を届けたい！

暴力をガマンする必要はありません。週4回、夜も電話を受け付けています。何度かけても構いません。秘密は守ります。名前を言う必要はありません。とにかく話してみませんか？ 夫や恋人との関係、今のこと、昔のこと、心にひっかかっていること。必要があれば専門機関へつなぐこともできます。

(面接相談は予約制です。安全な場所でお話をうかがいます。)

095-832-8484 月・水・土 13:00～17:00

月・水 19:00～21:00

080-2794-8022 火 17:00～20:00



私たちがどんな活動をしているかは、HPをご覧ください

DV防止ながさきのHPにはQRコードから入れます ⇒





今後のイベントのご案内

☆ 「ジェンダー平等を考える連続講座」 長崎市アマランス主催 <参加費 無料>

日 時：6月22日（日）13：00～16：00

場 所：アマランス研修室

締め切：6月22日（日） 申込先：アマランス 095-826-0018

*理事長の中田も講師として1コマ担当します。会場でお待ちしています。



☆ 映画「PARTY GIRL パーティーガール」上映会

「自分らしく生きるすべての女の子たちへ」贈る型破りな少女たちによる
ガールズムービーのパイオニアとも呼ばれている作品。

かつて女の子であった皆さんも一緒に楽しみましょう。週末の疲れが癒えるかも！

日 時：6月27日（金）18：45～

場 所：長崎市立図書館 多目的ホール 参加費無料

問合せ先：095-807-6518 （長崎市市民生活センター）

*室内で、当会ほか数団体が展示予定です。当会は新リーフレットを紹介します。

☆ 映画「長崎～閃光の影で～」上映会

1945年8月9日11時2分 長崎の日常は一瞬にして吹き飛んでしまった。

その後の看護師たちの手記を元に、長崎出身被ばく3世の監督が脚色を加えた作品。

未来を諦めなかった彼女たちの姿は、現代を生きる私たちに深い問いを投げかけます。

7月25日長崎先行上映 8月1日全国公開

上映館 ユナイテッドシネマ 他 *上映時間をご確認ください。

☆ SDGs カレッジ 長崎SDGsクラブ主催 長崎シビックホール ハイブリッド開催



日時：6月27日（金）経済×世代×長崎 講師：安達孝則さん

8月29日（金）経済×世代×平和

11月28日（金）経済×世代×教育 講師：山口福範さん

2026年2月27日（金）経済×世代×医療

*時間は全企画18：30～20：30

*参加費：無料

*申し込みは右記QRコードから



☆ 2026年3月8日（日）10：00～16：00

デートDV全国ネットワーク主催 スプリングフォーラム

今回はオンライン開催です。全国から参加できます。<https://notalone-ddv.org/>