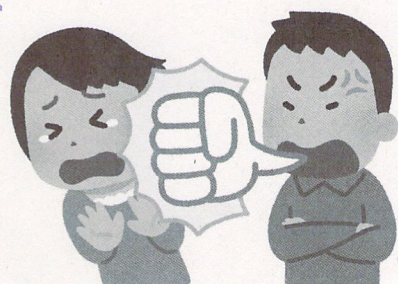


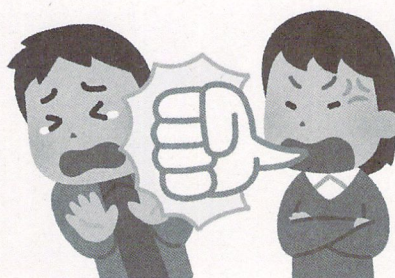
# かたらい

47号  
2018 春

## 特別企画「モラル・ハラスメントを考える」



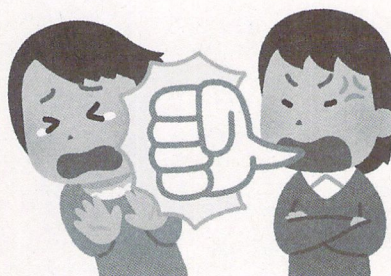
男性から女性へ



女性から男性へ



男性から男性へ



女性から女性へ

### 目次

p2	特別企画「モラル・ハラスメントを考える」 ①インタビュー 弁護士 露木肇子さん ②寄稿 カウセリングルーム「おーぷんざはーと」谷本恵美さん
p6	国際比較 ネパールの男女共同参画 サプコタ・マニッシュさん
p8	小金井で働く 和風ジェラートで、みんなを笑顔に 山本絢さん
p10	第31回こがねいパレット グレートジャーニー 関野吉晴さん講演会

# モラル・ハラスメント(DVの1つ)を考える

「かたらい30号(2010年1月発行)で、配偶者からの暴力であるドメスティックバイオレンス(以下、「DV」と言う。)を取り上げたとき、一般的な認識として身体的暴力、経済的暴力、精神的暴力を含めていると理解していました。

2001年にDV法が施行されて17年、まだまだ様々な問題が生じていますが、具体的に暴力をふるうと法に触れるのだという事は理解され始めています。

そこで、今号では近年、注目をされているモラル・ハラスメントを取り上げることとし、弁護士としてモラル・ハラスメントの被害者のため、様々な活動をしている露木肇子(つゆきはつこ)さんに「モラル・ハラスメントとは何か」「なぜモラル・ハラスメントを知ることが重要なのか」等のお話をお伺いしました。またカウセリングルーム「おーぷんざーと」を主宰され、モラル・ハラスメントに関する多数の著書が出版されている谷本恵美さんに寄稿をしていただきました。

※11ページ後段に谷本恵美さんの著書と東京三弁護士会による法律相談のご紹介を掲載しています。

## 特別企画①

## インタビュー

# モラル・ハラスメントを考える

弁護士 露木 肇子さん



## モラル・ハラスメントとは

1990年代の初め、学者等のグループが行った調査によると、約3人に1人の方が配偶者から暴力を受けていたという結果がでて、DVが大変な問題となり、立法に向けての運動が活発化しました。その結果DVという言葉が周知され、暴力や暴言はDVであり犯罪となることもあると認識されるようになりました。そしてDVに続いて問題となってきたのが、モラル・ハラスメントです。

支配・服従の関係を、今までのように暴力など攻撃的な行為によって築くのではなく、犯罪にならないよう巧妙に構築していくのがモラル・ハラスメントです。

モラル・ハラスメントという言葉は、フランスの精神科医マリール・フランス・イルゴイエヌの著書が1999年に日本で出版されたことから知られるようになりしました。最近では、芸能人の離婚原因としてモラル・ハラスメント(以下「モラハラ」と言う。)が取り上げられるなど、日本でもモラハラは社会的に注目される問題になってきました。

本来、対等であるべき夫婦関係を支配・

服従の関係に変えてしまうのがDVの本質です。

モラハラは、身体的・精神的DV等と支配・服従の関係は同じですが、それまでの身体的・精神的DVと違い、暴力や暴言、怒鳴ったりするような攻撃的な方法ではなく、犯罪にならないように、被害者が攻撃を受けていると思わないように人格を否定し、非常に巧妙に相手を支配していきます。

モラハラの被害者は、趣味や好きなことなど、今までの様々な思いを否定され、加害者の好みにあわせられていきます。そして一つ一つ自分自身の考えを失っていききます。

被害者は、その方法が巧妙なため、それがモラハラだとは気が付かないことが多いです。たとえば、加害者は自分で決定をせず、被害者に方法を決めさせたりします。

ただし、加害者は自分が思うような決定となるように、被害者を誘導していきます。そして自分の思い通りの結果とならなかった場合、被害者に責任転嫁します。

若い人によるモラハラも結構あります。結婚するまでにお付き合いをしている間に、モラハラの傾向があることが分かる場合もありますが、実はモラハラの加害者の傾向はいくつかあります。

結婚前から、支配的な傾向があり、恋人である自分には優しいが、他者に対してはクレームの側面が見られ、結婚した後、自分がモラハラを受ける対象となってしまうようなケースもあれば、結婚するまでまったくそのような傾向がなく、結婚後、豹変するようなケースもあります。

今までたくさんの被害者の方と会ってきて思うことなのですが、被害者には、すなおで従順、親孝行、いわゆる完璧主義の方が多いと感じます。たぶん加害者は、自分の言いなりになりやすそうな人を選んでいっているのだと思います。

## モラハラの加害者

モラハラの加害者には、いろいろなパターンやケースがあり、一概には言えません。またその職業もまちまちです。しかし教養があり暴力・暴言はDVとなることを認識している、エリート意識を持っている、男尊女卑の傾向が強いといったことが多いような気がします。また性格は極度に自己中心的であり、思いやりというものがありません。しかし加害者は、被害者の気持ちがよく理解しては、被害者の気持ちをよく理解している場合が多いと思います。そして被

害者がどのような言葉によって傷つくか理解しているように思います。それを利用し被害者を傷つけるのです。またモラハラは加害者の多くは粘着質で、離婚した後も、しつこく付きまとうことがあります。

モラハラは加害者と外部との関係にも様々なケースがあります。どこでもクレームを言い、誰にでも噛み付くような加害者もいれば、家の内と外で変わる加害者もいます。内ではモラハラを行っていても、外ではよい人と思われているケースでは、周りの人には、加害者がモラハラをしているということをはなかなかに信じてもらえません。

モラハラは加害者の家庭環境も様々です。父親がDVをしているところを見てきて、同じようにDVやモラハラを行うケースもあれば、逆に両親が非常に優しくてわがままに育てられすぎたケースもあります。しかし加害者の親の多くは、加害者と同じタイプの方です。

モラハラは加害者が更生することは困難です。モラハラは被害者の方達からは、「加害者の冷酷な部分が直れば問題ない。本当は優しい人なのでなんとかありませんか。」と相談されることがあります。しかし加害者本人が、自分の行為を悪いと自覚して反省し、意欲的に自ら直そうとしない限り、更生することは困難です。

## 子どもへの影響

子どもに対する悪影響は計り知れませ

ん。モラハラが行われている家庭で育った子どもが、不安定になるのは当然です。父親がモラハラを行っていている家庭で育った子どもがどのように成長していくのかということですが、男子の場合は①父親とそっくりになる、②父親を反面教師として優しくなる、また女子の場合は①男性不信になる、②反対に同じようなタイプにひかれるなどさまざまなケースがあります。男子の場合、父親に似てくるとは約6割くらいだそうです。

母親は、子どものために、我慢して家を出ないことがあります。しかし学校で授業中にうるついてしまう、友達とけんかをしてしまう、奇声を発してしまう、父親を真似て母親や妹、同級生に対して侮蔑を始めるなどモラハラは悪影響が現れ始めることがあります、このままでは子どもが父親と同じになってしまうと気がつき、初めて離婚を決意して家を出ることが多いです。

しかし、子どものことを考えるならば、我慢をせず、このような悪影響が現れる前にできるだけ早く家を出ることが大事です。

## 離婚を考えたとき

モラハラは被害者が、加害者と離婚することを考えた時、まずは別居をすることが大事です。モラハラの場合、通常はお互いの意思が一致することはなく、離婚協議も成立しないため調停を申し立てることになります。調停で不成立となる

と次は裁判ですが、裁判で離婚が成立するには、婚姻関係が破綻していること、つまり別居していることが要件となります。

また裁判所は、「子どもの健全な発育には、加害者であっても親からの愛情を受けることが大事である」と考え、「面会交流」をすすめることが多いです。しかし、加害者の親が子どもとの面会交流を利用し、支配し続ける危険性があります。簡単に面会交流に応じたりせず、被害者が安心して面会交流を行えるよう、十分に方法を検討してから実施するか、それでも被害者が不安を感じる場合には、写真送付等の間接交流に留めるよう裁判所に申し入れるなど、慎重に対応しなければなりません。

## 最後に

弁護士に相談にこられる被害者は、すでに自分がモラハラを受けていると気づいており、離婚の意思を固めていることが多いのですが、本当に重要なのはその前の段階です。

自分の周りの人が、モラハラに悩んでいることに気付いた時、一番重要なことは、専門相談につなげることです。モラハラは周りの人からはわかりにくく、また巧妙に行われるので被害者が一人で悩んでしまうことがあります。そのようなことを防止するため、できるだけ早く専門の人に話を聞いてもらう事が重要となります。

また、被害者に対して「あなたは悪くない。相手が悪い。」と言ってあげることも大事です。自分が悪いと思いつつ自分を責め続けていることが多いからです。



## 取材を終えて

モラハラは、夫婦間(男性から女性へ、女性から男性へ)だけではなく、男性から男性へ、女性から女性へ、またLGBTの人へも行われます。これらはなかなか認識できないものと思いますが、勉強していくしかないと思います。(佐)

今回のお話をきいた時、最初は、比較的高齢の世代の話であろうと思っていました。若い世代にも多く見られると聞き驚きました。また、社会的に自立している女性、共働きの夫婦の間でも見られるとお話でした。

モラハラは、「気付く事」が大切です。今現在も、モラハラと気が付かず苦しんでいる女性が多くいると思います。自治体、民間の施設、警察など、身近な所に相談できる場所があることを知ってもらいたいと思います。(菰)

## モラルハラスメントとは

カウンセリングルーム「おーぶんざぼーと」

主宰 谷本 恵美さん

### モラルハラスメントとは

暴力となかなか認められてこなかった言葉や態度による精神的な虐待を、フランスの女性精神科医マリール・フランス・イル・ゴイエンヌがモラル・ハラスメントと提唱。1999年に、同氏の著書『モラル・ハラスメント・人を傷つけずにはいられない』（高野優訳、紀伊國屋書店）が翻訳発行されベストセラーとなったことで、日本でも見えない暴力・モラルハラスメント（以下、短縮名称のモラハラと記載）が多くに知られるようになりました。

モラハラとは、個人としての自由、思想、生き方を否定し、個人を個人として認めない、人格に対する暴力です。

肉体的暴力と違って、わかりにくいいため、外部からだけでなく、本人さえも、それをしていて、されていると自覚することが難しいのも大きな特徴です。そして、目に見える傷はないものの、心はぼろぼろになり、自殺に追い込まれることさえある恐ろしい暴力です。

一般的には罵倒、暴言、物に当たるなど、乱暴で強い言動を浴びせられるのがモラハラだと認識されている人が多いと思います。しかし、もっと見えにくいモラハラ、

それを私は拙著『カウンセラーが語るモラルハラスメント〜人生を自分の手に取りもどすためにできること』（晶文社）、「モラハラ環境を生きた人たち」（而立書房）の中で「静かなモラルハラスメント」と記しました。

柔らかい丁寧な言い回しで、人の心を傷つけ支配する「静かなモラルハラスメント（以下静かなモラハラと記載）」。

これは、モラハラという存在を知っていても、罵倒や暴言といったわかりやすい言動が殆ど抑えられているため、受ける側に、私はモラハラを受けていない、もしモラハラだとしても他の人に比べればまだましだと思わせます。しかし、この静かなモラハラが心を与えるダメージは、実は非常に大きいのです。

「君の好きにすれば」、「君はそれでいいんだね」、「本当にそれでいいの」、「よくそれで、今まで生きてこられたねえ」など、例えば物事を判断するとき、相手が自分のイメージ通りの答えを出すまで、相手の、察する力や気配り、配慮をうまく利用しながら、コントロールされていると感じさせない口調で、誘導します。その判断が失敗に終わったなら、もちろんその人のせい。そして、「だから、それでいいのだから何度も言ったじゃないか」と自分が導いた誘導であってもその失敗をその人のせいにして責めます。もちろん、静かな口調で。

成功すれば、自分の助言のたまもの。「私の助言を聞いていなかったら今頃どうなっていたらうね」など、自分がいな

ければ失敗していただろうといったイメージをすり込みます。

人の些細な失敗や気にしていることを用いて、その人に罪悪感を抱かせたり、自信をなくさせたりしますが、これも静かな口調なので、攻撃を受けている自覚は持てません。それどころか、自分のために言ってくれているとさえ思えます。

じわりじわりと削ぎ落とされていく自信。それはジユツと瞬間の痛みを伴う通常の火傷とは違い、本人も知らない間に、じわりじわり深くまで侵していく低温火傷のようです。

夫婦関係などでは、一人では生きていけないと思ひ込む被害者さいます。

どんなモラハラも、その行為一つ取れば、八つ当たりなど、誰にでも一回や二回、身に覚えのあることだったりするため、どこにでもあること、気にしすぎ、考えすぎと片付けたりします。たしかに、モラハラ言動の一つ一つを取れば、どこにでもある、人を壊すほどの暴力には見えません。しかしこれが、延々と日常的に繰り返され、じわりじわりと人の思想や行動をコントロールしていくのです。モラハラは、その言動の一つ一つが問題なのではなく、支配とコントロールのために繰り返されることが問題で、繰り返しされる中で無自覚に自分を見失い自信を無くしていきます。そして、その原因を自分にだけ見いだそうとしてしま

います。

特に、静かなモラハラは、罵声を浴びせられたりといった目立った言動のあるモラハラ以上に、相手に傷つけられているとい

う自覚がないまま壊れていくためなおさらです。たとえ相手の言動に違和感を感じても、人に説明すらできない自分をさらに自分で責めることになります。

モラハラは、人の心をずたずたにし、追い詰め、支配する恐ろしい暴力です。個人の価値観や尊厳、その人の世界を奪う暴力です。しかし、非常にわかりづらく、また、気づいても言葉にしにくい難しさがあります。

しかし、自分が受けているものはモラハラかもしれない。本人がそう気づくことが非常に大切で、そこから自分の世界を取り戻していく第一歩が始まります。モラルハラスメントという言葉との出会いは、相手を糾弾するためのものではなく、どうしても理解できなかった自分の傷付きを自覚させ、そして相手との関係性を見つめるチャンスをもたらす自分のためのものです。

### 被害者の特徴

こういふ人がモラハラの被害者になりやすいというのとはほとんどないといえます。誰でもがモラハラパーソナリティのターゲットになり得ます。もしあるとするならば、普通に他者に対して心配りができ、相手のことを尊重することができる素敵な人。そんな人が、モラハラパーソナリティと気づかずに、お互い様のない関係の中で、片側だけが気配りや配慮を重ね、どんどん相手の世界に取り込まれていく。

つまり人の気配りや配慮をモラハラパーソナリティは悪用するということです。本

来の人間関係であれば、人と人の関係を円滑にする素晴らしい部分、その素晴らしい部分を悪用される側に何の落ち度があるというのでしょうか。どんな人であっても被害者になりうるのです。

モラハラを受けている人の変化に親や友人が気づくこともあります。なかなかモラハラ被害と結びつくことはありません。たとえ第三者がモラハラに気づいたとしても、本人が気づき、モラハラを受けているという認識をしない限り、どれだけ第三者が指摘しても、かえって拒絶されてしまいます。自分がモラハラの影響を受けて変化してきているという自覚。そしてその変化が辛いと感じているかどうか。自分はどうか感じているか。その相手との人生は自分が望むものか。この先、自分はどんな人生を歩みたいか。それらが自分ではわからない。その自覚とこの先の人生を自分で考えていけるようになるまでには、かなりの時間を要することになります。だからこそ、モラハラが人の心を破壊する暴力である証拠です。

自分に違和感を感じた人の何かのヒントになればと、拙著「カウンセラーが語るモラルハラスメント（以下略）」（晶文社）に、モラハラ被害者の陥りやすい心理状態のチェックリストを掲載しました。

こうしたチェックリストは、モラハラ被害者であると認定するためのものではなく、モラハラを受けている本人が、自分の変化に気づき、自分を見つめるためにあります。

### モラハラ被害者の陥りやすい心理状態のチェックリスト

1. パートナーの言うことは絶対だと自分に言い聞かせ、たとえ間違っていると思っても、それを言えない。
2. 自分の思いをパートナーに伝えようとすると非常に疲れる。
3. パートナーがそろそろ帰って来ると、緊張してきて気分が重くなる。
4. パートナーの機嫌を損ねないように、自分は何でも我慢したり遠慮したりしてしまう。
5. 「自分がどう思うか」より、「パートナーがどう思うか」にも神経をすり減らす。
6. 仕事であっても、やむを得ない事情があっても、帰宅時間や待ち合わせ時間が遅くなって、パートナーが先に待っているとハラハラする。
7. 自分は楽しかったのに、パートナーが不快そうに見えると、自分も楽しくなくなってしまいます。
8. セックスを自分から断ることができない。
9. パートナーを怒らせないように、機嫌を損ねないようにと、子どもの行動まで制限してしまう。
10. 他人（実家）などに隠しごとが増え、周囲にパートナーとの関係について相談しなくなった。
11. 気がついたら、相手の言動の理由を自分にばかり探すようになっている。
12. パートナーや家族との生活の中で自然な怒りを出せなくなり、自分の気持ちがわからなくなった。また、気持ちの切り替えや整理ができなくなり、反射的に反応してしまうことが増えた。
13. 何事も一人で決めてはいけないと思うようになった。
14. 自分が他人に必要とされていると感じたり、自分が関わられる問題が周囲に生じたりすると、気持ちが高まってきて生き生きしてくる。

谷本恵美著「カウンセラーが語るモラルハラスメント（晶文社）」55頁より抜粋

### なぜ逃げられないのか

モラハラを受け、それを辛いと感じているのに、逃げようとしないうことを不思議に感じる人も多いでしょう。

モラハラ被害者は、「自分に原因がある、自分が悪い」と思い込んでいる、思い込まされていること、また、置かれている環境や、社会的通念などから、そこでとにかく頑張ってみる、努力をするということが続いている内に、傷付きを深め、身動きできなくなり、ますます逃げるのができなくなります。たとえば、職場でのモラハラで

簡単に転職したり根を上げてはいけないものという考えから、辛くとも頑張り続けます。また力関係や、些細なミスを利用したモラハラは、自分の頑張りが必要ない。自分に原因があると思う気持ちが強く植えつけられます。頑張ることは悪いことではないけれど、心を破壊し、その人を壊してしまうモラハラ環境においては、頑張るとは、自己破壊へ直結するのです。

夫婦間のモラハラも同様で、そう簡単に離婚するものではない、自分さえちゃんとすればパートナーもわかってくれるはずだと考えてしまい、関係を円滑にするために、自分が頑張ろう、と自分にばかり原因と努力を強いてしまいます。子どもがいる場合、子どもから片親を奪ってしまうことへの罪悪感を持ちたり、あるいは持たされたりもします。先述の通り、モラハラの影響で、一人で生きていくことはできないと考えさえしている被害者もいます。このように、頑張る気持ちからモラハラを受け続け、傷つきが深まり、どんどん離れる選択肢を無くしていく、この離れられないというのも、被害者心理のたまものなのです。

こうした被害者心理にとっぴりはまっていく要因に、モラハラパーソナリティの働きかけ（そんな友人とつきあうな、親に甘えすぎている。少し親から距離を置けなど）により、これまでの人間関係（親や友人）から遮断され誰にも相談しなくなっている、あるいはできなくなっている、一人で抱え込むというのがあります。

### 周りはどうするべきか

近しい人、特に親は、子供の変化に気づきやすく、モラハラを知っていればなおさら、我が子がモラハラを受けているのではと感じることも多いようです。しかし、第三者に相談してみても、本の読み過ぎ、気にしすぎと言われてしまいます。

モラハラは、先述の通り、誰でもが一度や二度、八つ当たりなど似たような言動を他者にしたという覚えがあることから、そんな風に言われてしまうことが多いのですが、モラハラによって死に追いやられたケースもあるのですから、慎重に見守る必要があります。

親が頭ごなしにモラハラだと騒ぐことは、まだ自覚のない子どもの拒絶を招きかねませんし、ますます親に何も相談しなくなってしまうです。それは被害者（子）の孤立化を余計に招きます。まずはモラハラという言葉は情報提供にとどめ、「本当にそれはあなたの考えなの？」「あなたはどう感じたの？」といった問いかけを投げかけ、自分を思い出すような自然なやりとりを大切にしてください。本人が、自分の状況に気づくことが何よりも大切です。モラハラと気づかせることよりも、ゆっくりさせることを優先させて下さい。

ただし、鬱状態になっていたり、明らかに危険と感じた場合は、まず、その環境から「休養」などを理由に、実家に呼び戻すなどして離してください。

自分の価値観や生き方はどんなだったか。この先どんな風に生きていきたいのかをしっかりと見つめ、自分の人生を自分の意思で生きることこそ、大切です。

# 国際比較

## ネパールの男女共同参画

小金井市でネパール料理・アジア料理のレストランを経営しているサブコタ・マニッシュさんに、ネパールの男女共同参画について伺いました。



**Q マニッシュさんは、ネパール出身ですか？**

ネパールの首都カトマンズから西に300KMほど離れているグルミという街で生まれました。グルミの街はちよつと田舎です。引越して、小学校からはカトマンズで暮らしました。日本で東京に人口が集中してきているように、ネパールでも徐々に生活がしやすい大都市に人口が集中してきていて、田舎の大家族から都市部のスモールファミリーに変わってきています。

**Q 日本に来たきっかけを教えてください**

父が35年前に日本に來日してシェフをしていた関係で、10年前に日本に遊びに來たのがきっかけです。ネパールでは日本の車やバイクが有名で、日本の印象はとても良いです。

2009年から半年ほど日本語学校

に通った後、テンプル大学の日本キャンパスに入学し、2014年に卒業しました。

**Q 日本に住んで良かったことや苦労したことを教えてください**

安全でセキュリティが良く、夜中に女性が1人で歩けるといのは凄いです。

難しいのは部屋を借りることですね。部屋を借りるときに日本人の保証人がいるかどうかということも聞かれます。ネパール人はとてもオープンマインドなので、日本人ももうちよつとオープンになってほしいです。

**Q ネパールの生活習慣で日本と違うことはありますか？**

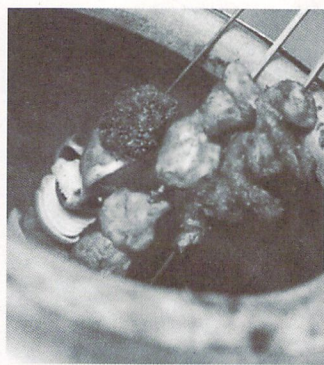
ネパールの宗教比率は、ヒンドゥー教が全体の約80%なので、左手でのものを食べることはありません。

しかし、私は左利きで、何回練習しても右では食べられなかったので、よく怒られました(笑)。

それから、日本では1日3食が基本だと思いますが、ネパールではランチを食べず、1日2食です。10時前に朝食を食べてから仕事に出て、夕方に帰ってから夕食を食べるのが、毎日の食事です。

**Q ネパールの料理について、教えてください**

ネパールでは、毎日カレーを食べているイメージかもしれませんが、そんなことはないです。でも、スパイスを



使った料理は、毎日食べます。また、ナンの窯は日本のネパール料理のお店にはありますが、ネパールの家庭にはありません。主食はチャパティというパンです。

**Q ネパール人と日本人の仕事の仕方について違いはありますか？**

ネパール人も頑張って仕事をしていますが、日本人は本当に長時間仕事をしていて真面目ですね。ネパールでは、かなりカースト制度はなくなっています。カースト制度は残っています。カースト制度において、男女が平等に仕事をするのは、一番低いカーストです。ブラミンという一番高いカーストでは、妻はハウスワイフ、つまり主婦ということになっています。

カーストや民族によって結婚の仕組みは違い、ブラミンのカーストは洋服がカラフルとか、キラット民族は洋服が白とか色々あります。

**Q ネパール人と日本人との違いはどんなところでしょうか？**

ネパール人と日本人が似ているところは、優しいところ、困った時に助けられるところです。宗教がフリーなところも似ています。ネパールにはたくさんの民族がいて、共通語のネパール語の他に民族ごとに90〜100の言葉があります。日本でいう方言のよう

なものではなく、全く違う言葉なので、他の民族の言葉は全く分かりません。

## Q ネパールでの男女共同参画の状況はどうですか？

ネパールでは、世界で3番目にLGBTの結婚を受付し、権利が認められました。そういう点では進んでいると思いますが、ジェンダー・ギャップ指数のランキングにおいて、日本とネパールは同じぐらいの順位ですね。(※1)日本で男性が女性より優遇されていると感じたことはないです。それから、ネパールには、女性は神様という考え方があります。クマリと呼ばれる生きた女神が、国で1人だけ選ばれて出ません。クマリが住んでいるクマリハウスには観光客が来て、クマリハウスを外から見ることができます。

運よく窓から顔を出したクマリを見られると、願いが叶うと言われています。



## Q 夫婦の関係で、考え方が違うと思うことはありますか？

ネパールの田舎では、お皿は自分だけのものという考え方があります。夫が使ったお皿を洗えるのは妻だけです。妻が使ったお皿を夫が使うことはありません。この考え方は、都市部でも、今も残っていると思います。

## Q 子どもの育て方で、違いを感じることはありますか？

日本では子どもを自由に遊ばせて、失敗させて勉強させるという考え方があると思います。でもネパールでは、親がずっと子どもを見ていて危ないことはさせません。ちょっと過保護かもしれないかもしれません。お父さんお母さんが、子どもの教育や進路を決めていた時代もあります。そして、現在でも、親が決める結婚が50%、自分で決める結婚が50%位と感じます。

ちなみにネパールは、とても教育熱心で、塾や家庭教師を利用している家庭も多く、世界の中でも教育水準が高いです。

トリバン大学(国立)がもつとも有名で日本の東大のようなものです。私立ではカトマンズ大学が有名です。ネパールの大学は、宗教とは関係がなく、基本的には男女共学です。

## Q ネパールでの男女の役割分担はどのような状況でしょうか？

ネパールでは、子育ては女性の役割となっている場合が多く、子供が産まれると仕事を辞める女性がほとんどです。結婚するまでは仕事をしますが、結婚後は、仕事をやめて家庭を守る人が多いです。しかし現在ネパールの大統領は女性です。夫が有名な政治家でしたが、亡くなってしまったので、後を継いで政治家となり、大統領に就任しました。そして、女性大統領のもと、2年前に新憲法ができました。

今度、新憲法ができてから2回目となる、議員選挙が行われます。

また新憲法では職場において、女性を33%以上とする決まりができました。しかし、実際の企業の環境は整っておらず、出産や育児で休んでいる間の国からの保証もありません。

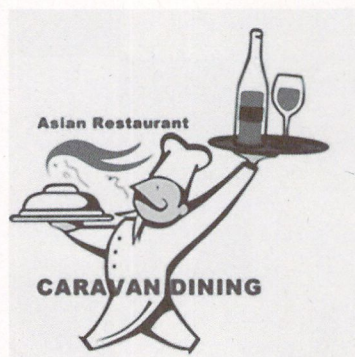
ネパールの女性の多くは、働きたいのに仕事がないので海外に出ていっているのが実情だと思います。

これからは、環境を整備することが課題です。

## Q マニッシュさんの今後の目標・夢を教えてください

小金井でネパール料理・アジア料理のレストランを経営して、最近では、荻窪でヨーロッパ風のレストランを2017年9月にオープンしました。日本人向けではなく、本場の味を追求していきたいと思っています。ネパール文化や海外の文化を感じられるレストランを広げていきたいです。

(※1) 2017年のジェンダー・ギャップ指数のランキングにおいて、144か国中ネパールは110位、日本は114位。



## 取材を終えて

2016年末時点における在留外国人統計では、ネパール人の在留者は年々増加しており、6番目に多い外国人となっています。

実際にネパール人の方と接してみると、とても社交的な方が多く、助け合いの精神も強いので、これからさらに日本に浸透していったくれるのではないかと思います。これからは日本にネパールの良いところを持ち込んでもらいたいものです。(濱)

# 小金井<sup>で</sup>働く

和風ジェラートで、みんなを笑顔に

山本絢さん

和風ジェラートのお店である「(株)和風ジェラートおかしTOKYO」は、武蔵小金井駅の近くの住宅街の中にあります。お店は2016年の6月に開店し、最近では評判を聞きつけ遠方からもお客さんが来ているそうです。ジェラートの種類としては、国産素材を使用した「村上ほうじ茶」「黒蜜きな粉」「宇治抹茶」等の定番の味と、季節の厳選食材を使用したジェラートになるそうです。春は苺、夏はブルーベリー、秋は栗、冬はキウイやゆず等、地元小金井の果物を使用したジェラートが大変好評とのこと。着色料や香料、卵を使わず、やさしい味なので、老若男女を問わず家族連れのお客さんにも喜ばれています。その味は本当においしく、武蔵小金井の自然がそのまま浮き出るようなものでした。今回、多くの方の参考になればと思い、お店の常務取締役であり、実質的に「(株)和風ジェラートおかしTOKYO」のオーナーである山本絢さんに、どのようにしてお店を出すようになったか等を中心にお話をお伺いしました。

## 山本絢さんの来歴

山本さんは東京学芸大学のご出身で、大学では心理学を勉強されてきました。東京学芸大学の卒業生は、新卒で教員になる人が多かったそうで、山本さんも教員免許を持っていたので先生になろうと思っていたそうです。しかし心理学を学んでいたこともありカウンセラーとして相談を受けたいという気持ちが強かったため、大学を卒業した後、2年間スクールカウンセラーをしていました。その頃、スクールカウンセラーはまだ非常勤として働いていることが多く、山本さんもスクールカウンセラーをやりながら、飲食店でも働いていたそうです。その時の経験があって、飲食店をやりたいと考えるようになったそうです。その後、施設の指導員や相談員をされ

ていましたが、結婚して、子どももできて、家での子育て中心の生活に閉塞感を感じ、また子ども連れで立ち寄れるお店

でも、誰でも気軽に立ち寄れて一休みが出来る、元気になるような場所があったらいいなという気持ちになり、自分で始めようと考え「(株)和風ジェラートおかしTOKYO」を開店されました。

今から思うと、「失敗したらどうしよう」といった余計なことを考えすぎず、勢いがあったので起業できたのかもしれないとおっしゃいます。

山本さんの夫は、ビルメンテナンスの会社を経営していますが、(株)和風ジェラートおかしTOKYOの社長としても、経理面など色々と助けてくれているそうです。

山本さんご自身は常務取締役として、

また店長として、商品の開発や店舗経営などを行っています。

ちなみに、「おかし」という名前は、4年前に、山本さんの出身地新潟で、同級生が始めたジェラートのお店の名前です。山本さんはこのお店の立ち上げのお手伝いをされていたこともあり、この友人のお店の名前を借りて、自分のお店の名前を「和風ジェラートおかしTOKYO」とされたそうです。

## 「(株)和風ジェラートおかしTOKYO」

お店のスタッフは、学生や主婦の方など6人で、全員が女性です。

ジェラートの製造は、山本さんとスタッフの主婦の方が担当されています。

お店は月曜日が定休日ですが、冬は月

曜日に加え火曜日が定休日となります。開店時間は、夏は10時から18時まで、冬は12時から17時までとなっています。

夏はお中元、冬はお歳暮などの注文やちょっとした土産として使って下さる方が多いそうで、ネットからの地方発送の注文も多いそうです。

ジェラートは持ち帰ることもできますが、お店の横にあるスペースにベンチが置いてあるので、そこでそのまま食べることもできます。お店は新しく、きれいで心地よい雰囲気です。

また、新たに移動販売用の車を購入されたそうで、小金井公園でのお祭りに参加して、ジェラートの販売をしたり、お客様である介護施設の職員の方に声をかけてもらったのがきっかけで、施設に売りに行ったこともあるそうです。秋ごろに施設で販売した時には栗やさつまいも





のジェラートが人気だったそうです。

今も、色々なところで販売するために声をかけているそうで、今後、さらに販売先は拡がっていくと思われます。

一番人気のジェラートは村上ほうじ茶で、池袋のサンシャインで行われたニッポン全国物産展で、新潟代表として出品された時、全国5位となったほどの人気商品です。

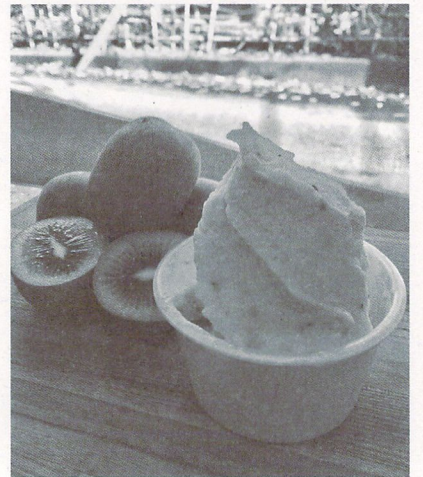
## 女性の従業員

かつて給料をもらって働いていた時は、どうしても子どものことで出勤が遅れたり休んだりすることがあり、他の従業員に対して謝ったり、時間通りに出勤できないことに対して申し訳ないと感じてストレスとなっていたそうです。

しかし、今は女性ばかりの職場で主婦の方もいるので、事情を考慮してくれて、臨機応変に対応してくれることもあり、休むということに対して感じるストレスが少なくなっているそうです。

また、女性同士で子どものことで相談ができるという利点もあるし、ジェラートを作っている主婦のスタッフの方は、多くのジェラートのアイデアが出てくるそうです。

山本さんは小金井産の原材料をできるだけ使いたいと考えていて、その主婦のスタッフの方に、ジェラートに使える素材を教えることもあったそうです。



## ご家族について

夫は一つ年上ですが、同い年の友人ともいえる仲で、ご自身でビルメンテナンスの会社を設立し、経営されています。また(株)和風ジェラートおかしTOKYOの社長もされているそうです。

子どもは現在一人ですが、二人目を出産予定だそうです。大変充実した日々を送っているそうです。

夫は仕事が大変忙しいため、家のことや子どものことはほとんど妻である山本さんがやっているそうです。お互いが忙しいので、家事の役割分担を決めているのではなく、お互いが出来ることを、空いた時間に上手く補いながらやっているそうです。

夫は山本さんに対して「家にずっといてほしい」「専業主婦をしてほしい」という考えではなく、お店の応援もしてくれているし、仕事が半日空いた時などは自分で掃除をしてくれています。

夫の父親は、仕事を定年退職した後、移動販売車の運転やジェラートの納品など、商品の販売を手伝ってくれているそうです。

## ジェンダーフリーについて

山本さんは、さばさばした性格なので、学生時代は女友達より男友達と一緒にいたほうが気楽と感じていたそうです。

また山本さんには差別意識がないので、LGBTの人たちも話しやすいのが、気がついたら多くのLGBTの人たちと仲良くなっていた20代だったそうです。そのような背景から、女性だからとか男性だからと意識して区別するのではなく、違っていることを個性として捉えているそうです。

人の個性は、個々人で考えたらよいのであって、他者に自分の価値観を押し付けるのではなく、お互いを認めることが必要であり、山本さんのご家族は皆お互いに理解できているのではないかとおっしゃいます。

山本さんは教育の現場に携わっていたこともあり、このような考え方を広めていくためには、教育で発信し続けることが必要ではないかとおっしゃいます。

## 将来の夢について

「(株)和風ジェラートおかしTOKYO」

を早く軌道に乗せたいと考えているそうです。そして一人でも多くのお客様がジェラートを食べて元気になって、働くスタッフもこの店に携わることが出来る幸せだと感じられるような店にしたいと考えているそうです。

山本さんの夢は尽きることがありません。



## 取材を終えて

本当においしいジェラートでした。絶対にまた、買いに行こうと思います。とにかくジェラートの味が最高であり、銀座の高級店よりもおいしかったです。

山本さんは、お店のことも家族のことも一生懸命に努力をされており、これからも充実した人生を歩んでいくことと思います。今後が期待されます。(佐)

# 地球を歩いて感じた家族のカタチ

グレートジャーニー 探検家が考えるいきいきとした暮らしとは？

## 関野 吉晴さん 講演会

関野吉晴さん（武蔵野美術大学教授）は一橋大学の学生時代に、探検部を創設し、アマゾン全域踏査隊長としてアマゾン川全域を下りました。その後現地での医療の必要性を感じ、横浜市立大学医学部へ入学し、医師となって南米の旅を重ねてきました。アフリカからアメリカ大陸に拡散した人類を逆コースでたどる「グレートジャーニー」、日本へはどのようにたどってきたのかを示す「新グレートジャーニー」を踏破し、1999年に植村直己冒険賞を受賞しました。

関野さんの冒険は、普通の人では絶対にまねはできないものであり、改めて「冒険」という言葉がいかに偉大なものかを知ることができます。関野さんのお話を聞いて、男女は平等であることや世界にはいろいろな家族のカタチがあるということを改めて考えました。

参加無料/保育・キッズスペースあり

第31回こがねいパレット



地球を歩いて感じた家族のカタチ

グレートジャーニー探検家が考えるいきいきとした暮らしとは？

平成29年 11月23日(木)

13:30~15:45 (開場13:00)

講師 関野吉晴 【探検家・医師】  
一橋大学で学生探検部を創設し、アマゾン川全域を踏査し、南米の医療の必要性を感じ、横浜市立大学医学部へ入学し、医師として南米の旅を重ねてきました。アフリカからアメリカ大陸に拡散した人類を逆コースでたどる「グレートジャーニー」、日本へはどのようにたどってきたのかを示す「新グレートジャーニー」を踏破し、1999年に植村直己冒険賞を受賞しました。

主催：小倉井市 企画・運営：第31回こがねいパレット実行委員会  
こがねいパレットは、男女がともにいきいきとあそべる社会をめざして、市民実行委員会より、企画・実行しています。  
お問い合わせ：企画調整課男女共同参画室 TEL 042-387-9853 FAX 042-387-1224

### 1. 人類の拡散

関野さんは、一橋大学に入学し、探検部を創設しました。そして日本中の山や川を探索した後、南米に通い続け、現地の人たちと一緒に生活をしました。

そこで、関野さんは、私たちが彼らは姿形だけでなく、性格も似ていると感じたそうです。

関野さんは、こう言います。

人類は、アフリカで発祥し、まったく変わらずに世界中に広がっていきました。動物は環境に応じて、体を進化させていきます。例えば熊は、マレーグマ、ヒゲマ、グリーと、環境に合わせて顔の形や体形が大きく変化していきます。

しかし、人間は南と、北で、ほとんどかわりません。知能も体形も変わらず、衣服を変化させて、世界各地に広まっていきました。特に火の発見と縫い針の発見は重要で、縫い針の発見により、衣服は寒さに耐えられるようになりました。そして、北方に進出していき、ユーラシア大陸の先端に到達しました。そこから日本にきた人々もいるし、当時は陸続きだったので、アメリカに行った人々もいました。

その人たちがアメリカインディアン、あるいはマヤ、アステカの文明をつくり、さらに南下した人たちがアンデス文明をつくり、インカをつくり、アマゾン、あるいはパタゴニアまで進出しました。ユーラシア大陸の先端から日本列島にきた人と、アメリカ大陸に行った人とに分かれた時期が非常に新しい、だから似ているんです。

### 2. アマゾンの自然や人々の考え方

アマゾンの自然は、実に多様性に富んでいます。アマゾンでは違う木々が、いっぱい生えることによって、養分を分け合っています。日が届かないところが多いので根を横に這って、必死に生きています。

アマゾンに住むマチゲンガの人たちの農業は焼き畑が主ですが、そのやり方はアマゾンの自然と全く同じです。焼き畑という、悪いイメージがありますが、アマゾンの焼き畑は循環しています。彼らはここで焼き畑をして、作物を作り、動物を捕り、排せつし、また植物が育っていきます。1種類の作物のみを生産するのではなく、森と同じように混植します。そうすると50年後には原生林が戻っているのです。植物生態学者もこれ以上持続可能な農法はないといっています。

男女の分業はしっかりしていますが、男が威張ることはなく、女性をとて大切にしています。男女平等です。獲物を取ってきて



男女共同参画  
推進事業

も、みんなに分けます。だからといって所有権が無いわけではありません。所有権はつきりしています。私達との違いは、「土地に関して俺のだと言わない」ということと「自分がコントロールできないものに対して所有権を主張しない」ということです。例えばヤシの木の所有権は、誰のものはつきりしていますが、所有者が木の実を採らなくなつた時は、誰かに譲ります。そのように譲るところは譲らないと軽蔑されます。物がちゃんと必要な人に流れる社会なんです。

### 3. アラスカのハイモさん一家

日本列島には、いろいろな場所から人がやってきました。そして混血して生まれた



のが日本人です。では、どこからやってきたのか。ルートはごまんとあると思いますが主要なルートは①北方ルート、②南方ルート、③海上ルートの3つです。それらを踏破したのですが、その中の北方ルートで出会ったアラスカのハイモさん一家をご紹介します。

ハイモさんは、アラスカ旅行をしようとした時、ガイドをしてくれたドイツ系移民の猟師です。エスキモーの妻と娘が2人います。また半径200キロメートル以内には誰もいない中、家族4人だけで住んでいます。ハイモさん家族と一緒に生活して、彼らが本当に自然を大切にしていることが分かりました。毛皮が必要だから動物を捕る。けれど、それは生きていくために毛皮が絶対に必要だからです。彼らは無駄に自然を傷つけません。彼らと一緒に生活をして、彼らが自然を大切にしていること、動物が好きでたまらないということとをほとんどん分かっできました。

彼らの生活は非常につましく、町と交信する無線もないため、医療も分厚い本を讀んで自分で勉強しています。

また彼らの子ども達は、2か月間は町の学校に通いますが、それ以外の期間、午前中は母親から学科を学び、午後は自然から学びます。母親はセスナで来る先生から、教材と共に教える方を教わります。子ども達は学校に行く2か月間で、先輩や先生、同級生とのコミュニケーションを学び、社会性を自然から学びます。学校でなくとも、社会性は学ぶことができるのです。

### 取材を終えて

アマゾンに住んでいるマチゲンガの人々は我々と違い、ため込むことをしないそうです。人と人との結びつきが、将来、安全に暮らしていくための保証となっており、困ったときは、誰かが助けてくれるそうです。そのような関係性の中で、穏やかに暮らしている彼らを見てみると羨ましくなります。(佐)

特別企画に寄稿をいただきました  
谷本恵美さんの  
著書をご紹介します。



カウンセラーが語るモラルハラスメント(晶文社)  
モラハラ環境をきた人たち(而立書房)

東京三弁護士会多摩支部で開設しているDVドメスティックバイオレンス法律相談をご紹介します。

どんな人が利用できるの...

どんな弁護士が担当するの...

東京三弁護士会多摩支部

042-548-1190

042-548-1190

そのほかの法律相談を受けている  
弁護士会の相談窓口

東京三弁護士会多摩支部

042-548-1190

DV  
ドメスティックバイオレンス

東京三弁護士会多摩支部

042-548-1190

予約電話番号 042-548-1190  
受付時間 月曜日～金曜日(祝日を除く)  
午前9時30分～正午  
午後1時～午後4時30分  
詳細は東京三弁護士会多摩支部ホームページ  
(<http://www.tama-b.com>)をご覧ください。

『第4次男女共同参画行動計画 ー平成28年度 推進状況調査の報告についてー』

■計画の概要

市では、男女共同参画社会の実現のため、平成25年3月に第4次男女共同参画行動計画を策定しました。

本計画は、計画期間を平成25年度～28年度とし、基本理念を「人権尊重とワーク・ライフ・バランスを軸とする男女共同参画の実現をめざして」と定めています。

この基本理念を具体的に推進していくため、基本目標1「互いに認めあい、男女平等意識を備えたひとを育む」、基本目標2「ワーク・ライフ・バランスの実現した暮らしをめざす」、基本目標3「人権を侵害する暴力を許さない社会づくりで安心を守る」、基本目標4「男女共同参画を総合的に推進する仕組みをつくる」と、4つの基本目標を掲げています。

■平成28年度推進状況調査結果

基本目標1では24事業、基本目標2では51事業、基本目標3では28事業、基本目標4では18事業、合計121事業の実施内容等について調査しています。

○具体的な取り組み

〈審議会等女性の参画推進〉

男女共同参画社会の実現のためには、女性が政策決定の場へ参画することが重要です。

また、審議会等の委員構成は、男女に偏りがないように配慮することが必要です。改選時には、できるだけ女性委員の登用を図り、能力を発揮する機会の拡大に努めています。(表1)

〈男女共同参画情報誌「かたらい」発行〉

男女共同参画施策の推進のため、市民スタッフ制を導入し、情報誌「かたらい」を発行しています。

平成28年9月に第44号特別企画「学び、出会い、楽しむ! 男性料理教室」、平成29年3月に第45号特別企画「改めて性的マイノリティ・LGBTについて考える」

を発行しました。

今後も、市民に男女共同参画に関する情報を発信し、意識啓発を図っていきます。

〈こがねいパレット〉

男女共同参画社会実現のための啓発事業として、学習・交流事業を市民実行委員が企画、運営し実施しています。

平成28年11月12日に「幸せを呼ぶ10秒そうじ～そうじをしたくなるお話を聞きにきませんか?～」をテーマとした講演会を開催し、こがねいパレットに賛同する市民団体の紹介・展示等を行いました。

「こがねいパレット」は、「いろんな色を持つ、いろんな人たちが自分の色を大切に、出会い、交流し、それぞれの色を認め合い、ときには、いくつかの色がまざりあって、新しい色を織りなしながら、誰もが楽しく幸せに暮らせる豊かな社会を作り出そう」という願いが込められています。

■男女平等推進審議会からの提言

平成30年1月16日に、市の附属機関である男女平等推進審議会から、本計画の推進及び今後の行動計画策定についての提言をいただきました。

「提言書に記載されている意見（一部抜粋）」

- ▽平成28年度実績に対する評価及び意見
- ▽今後の事業評価と進捗管理について
- ・報告書の内容について等

■その他

報告書および提言書は、情報公開コーナー（市役所第二庁舎6階）、図書館本館、企画政策課男女共同参画室（市役所本庁舎2階）および市ホームページで閲覧できます。

(表1) 議会・行政委員会等女性の参画率

人数等	小金井市				多摩26市				東京都			
	※平成29年4月1日現在				※平成29年4月1日現在				※平成28年4月1日現在 ※議員数は平成29年7月24日現在			
議会・行政委員会等	機関数	総数	女性の人数	女性比率	機関数	総数	女性の人数	女性比率	機関数	総数	女性の人数	女性比率
議会	—	24	10	41.7%	—	643	184	28.6%	—	127	36	28.3%
行政委員会 (教育委員会ほか)	6	33	8	24.2%	134	799	105	13.1%	9	92	12	13.0%
附属機関 (男女平等推進審議会ほか)	45	549	175	31.9%	901	11,804	3,394	28.8%	53	716	215	30.0%
その他審議会等 (行財政改革市民会議ほか)	9	93	30	32.3%	721	11,668	4,522	38.8%	169	1,715	478	27.9%
管理職の在職状況	—	67	10	14.9%	—	2,703	463	17.1%	—	3,184	613	19.3%

編集後記

今回は、モラハラという新しく定義されたDVを特集したという事で、皆さんの理解を広められたらと思います。モラハラは夫婦間だけではなく、一般の働くところでも見かけます。この問題は、抽象的にはわかりにくいので、ごどんな例を見るのが一番かと思えます。特集で挙げられた本はそれに適していると思います。(佐藤百合子)

ネパールやアマゾンなどの事を知ると、世界には本当に様々な社会や男女平等の考えがある事を改めて感じました。男女平等は、社会の変化に伴って変わっていかねければいけないものだと思います。(濱野智徳)

モラハラ、更に静かなモラハラは、本人には自覚しつらく周囲にも見えにくいという難しさがあるようです。今回の記事が気づききっかけになる事を願います。(孤方知代)

今回の特集「モラハラ・ハラスメント」では、改めて家族・人間関係において、お互いに相手を尊重することの大切さを知ることができました。また国際比較の取材では、今まで知らなかったネパールの文化や生活、男女共同参画の状況などを知ることができ、こがねいで働くの取材では、ジェラートの味とともに、山本さんの明るく前向きな性格が人をひきつけ、お店の人氣につながっていることがわかりました。本号作成にあたり、寄稿や取材でご協力をおいただきました皆さまに、この場をお借りして御礼申し上げます。(男女共同参画室)

「かたらい」は、公募による市民編集委員が、企画・取材・執筆を行っています。