むさしむらやま男女共同参画情報誌

Vol. 59
2023.3

YOU★I
ゆう　あい

自分らしく生きる

ゆうあい人 オトDAN☆Tokyo／本紹介／ゆーあいワード
講座・パネル展開催報告／一人で悩んでいませんか

ご自身のこと、家族のこと、友人関係、職場関係などで一人で悩んでいませんか。

例えば…
- パートナーの暴力に悩んでいる
- 気持ちが落ち着かず毎日起きるのが辛い
- 離婚したいけど どうしていいか分からない
- 相談する人が周りにいない
- 仕事が長続きしない

専門の相談員がお話をうかがいます。お気軽にお問い合わせください。

女性弁護士による法律相談
- 毎月 第3水曜日 午後5時～7時
- 毎月 第3土曜日 午後2時～4時
- 一人につき 25分

こころの保健室（一般相談）
- 毎月 第2土曜日 午後2時～4時
- 一人につき 40分

※状況により電話相談のみになる場合があります

来所相談・電話相談どちらもお受けしますが、コロナ感染対策により変動することもありますので
事前にお電話にてご確認ください。ご希望があればご相談中の保育も可能です。

お電話でお気軽にお問い合わせ下さい ☎042-590-0755

起業・創業・再就職・キャリアアップなど あなたが抱える不安や困りごと ぜひご相談ください

女性のためのチャレンジ相談会

今よりステップアップしたい…
悩みや不安を解消したい…
起業を考えているが何から始めたらいい？　など
そんな女性を対象にした無料相談会です！

- **相談料無料**
- **1人40分**
- 開催日時は市報・HPでお知らせ
- 月に1回開催
- 講師は森林育代氏（株式会社シーズプレイス代表取締役）

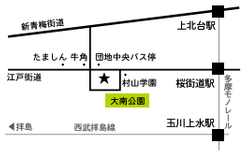
お気軽にどうぞ！

お電話でお気軽にお問い合わせ下さい　オンライン相談も可
☎042-590-0755

武蔵村山市男女共同参画情報誌「YOU★I 59号」をお読みになった感想、ご意見等を右のQRコード、またはURLよりお寄せください。今後の事業の参考にさせていただきます。　https://forms.gle/M93K2cQR2jvi8mtk7

男女共同参画センターゆーあい（武蔵村山市立緑が丘ふれあいセンター）は

性別や年齢などの属性に関わらず、誰もがその人らしく活躍できる多様性のある社会づくりを目指す武蔵村山市の施設です。男女共同参画社会、ダイバーシティの推進に関する情報及び学習機会の提供、また資料、図書などの展示・貸出し、各種自主事業、性別や世代に関わらず多様な人々のつながりのきっかけづくりを行います。



WEBで最新情報
HP https://fureai.csplace.com
face book https://www.facebook.com/furesen/
LINE

フリーWi-Fi
男女共同参画センターの図書コーナー、多目的室1・2、学習室でフリーWi-Fiがご利用いただけます。なお、快適なWi-Fi環境を保つため一度に使用できる台数を5台に限らせていただきます。受付にてパスワードをお伝えいたしますのでお声掛けください。

CS PLACE　株式会社東建社

男女共同参画センターゆーあい（武蔵村山市立緑が丘ふれあいセンター）は、2019年4月1日より指定管理者として株式会社シーズプレイスと株式会社東建社グループが武蔵村山市より指定を受け、管理運営しています。

むさしむらやま男女共同参画情報誌『YOU★I』Vol.59　2023年3月発行
編集・発行：武蔵村山市男女共同参画センター「ゆーあい」（武蔵村山市立緑が丘ふれあいセンター）　デザイン：株式会社シーズプレイス
〒208-0012 東京都武蔵村山市緑が丘1460番地1111号棟1F　☎ 042-590-0755　Mail：fureai@csplace.com　HP：https://fureai.csplace.com/

武蔵村山市で活躍している個人・団体を紹介

ゆうあい人

音楽とダンスユニット
オトDAN☆Tokyo

武蔵村山市内で、障がいのある方や自分の表現が苦手な方に向けてダンス&音楽が楽しめる場を提供するプロジェクト「オトDAN☆Tokyo」の設立者、YUKAさんとYUKOさんに活動内容をお伺いしました。

YUKOさんプロフィール／小平市出身、武蔵村山市在住。国立音楽大学音楽教育学科卒業。ミュージシャン。週3回、未就学の重症心身障害児のデイサービスで勤務し、リトミック、音楽療法などを行う。また様々な福祉施設での音楽活動や知的障害のある子どもに訪問でピアノ指導をしている。

YUKAさんプロフィール／調布市出身、武蔵村山市在住。ダンサー、ダンスインストラクター。ダンススクール「BabyJam」を主宰。子どもから大人まで年齢問わずダンスを教える。今はインストラクターがメインだが、過去には舞台や振付業も。他にヨガ講師や訪問で整体の施術も行う。

―オトDAN☆Tokyo（以下、「オトダン」）設立の経緯を教えてください。

YUKA：YUKOさんとは子どもの保育園で同じクラスのママ友として出会いました。ちょっと気になる存在ではあったけど、子どもがそんなに仲良くしているわけでもなかったので、話す機会がなかなかありませんでした。ある日、私が公民館でのダンスレッスン中にカーテンを開けたら、そこにYUKOさんが通りかかり、「ここでなにしてるの?」と声を掛けられました。後日、保育園で会って、YUKOさんのお仕事をそこで初めて知りました。

私のダンススクールにも障がいのある子が何人か来ていたことがありましたが、踊るのは大好きですごく楽しんでいるけど、ダンスについていけずに、周りに迷惑をかけてしまうからと遠慮してやめてしまうことが多くて、「いい表現を持っているのに、すごく残念だな」とずっと引っ掛かっていました。でもYUKOさんと話していて、もしかして2人一緒ならそのような子達の表現を活かす活動ができるのではないか、と思いました。YUKOさんは私が達成できてない部分を補える音楽教育の知識と経験を、私はそれを活かすための表現やダンスを教える経験を持っています。「人生は勢いとタイミングだ」というのが私の座右の銘で、今を逃したら次はないと思い、まずは「一回やってみない?」という話をして、その2か月後くらいにお試しで初の「オトダン」を開催しました。

YUKO：私はYUKAさんをステキな人だなと思っていて、ダンスの先生と知った時は「やっぱり!」と思いました。かっこいいし、子育てをしながらスタジオを借りてダンスを教えてるなんて、すごく敷居が高い人のように思えましたが、話してみたらお互いの考えの中で重なる部分がたくさんあって、実は手の届くダンサーでした(笑)。私も、仕事で重度の障がいのある子と関わる中で、彼らの表現がすごいなといつも思っていて、もっともっと彼らの表現を活かせる、そういう場があるといいなと考えていたので、YUKAさんとの出会いは本当に運命だったと思います。

YUKA：それで2020年9月に開催した初回「オトダン」が、すごく反響が良かったので、10月からも毎月やろうとなり、急いで市民団体の登録をしました。

―活動内容を教えてください。

YUKA：ただ楽しく表現するだけの会ではなく、「アートであること」を大切にしています。障がいのある子は、劇場に足を運ぶことが意外と大変ですし、機会も少ないので、ゲストで呼んだプロのアーティストの表現に身近で触れる機会を作るために、鑑賞タイムを設けています。これは、昨春に市民活動を対象にした助成金をいただいたことで実現できました。このショータイムは「オトダン」の目玉になっています。鑑賞後には、「この部分ならみんなでできるから、やってみよう」と言って、一緒にやったりもします。

ミュージシャンのYUKOさん

YUKO：自由に動くのももちろん良いのですが、プロの動きを観たり感じたりすることで感銘を受けることも大切だと思っています。

YUKA：ゲストで来てくれた方たちも、打ちのめされて帰って行きます。私の大先輩である、大御所と呼ばれるダンサーが来た時に「いつも全力でやってるつもりだったけど、リミットかけてたんだなと今日気付いた。俺もまだまだだな」と言っていました。参加者たちのダイレクトで感情むき出しの反応を見て、コールアンドレスポンスが続き、そのうちにリミッターが外れてすごいアートが生まれる。みんなが楽しめる場を提供していたつもりだったのに、得るものの方が本当に多いです。彼らの表現はとんがりすぎていて奇妙だと感じられてしまうことがあるけど、そうではなく、受け入れる側がついてきていないだけで、逆なんです。受け取る側が勝手にリミットをかけているだけなんです。

YUKO：そうやってYUKAさんが彼らのアーティスティックな部分を活かしてくれるから、みんな「YUKAさんと踊りたい」という気持ちになったり、みんなの前で自分の表現を披露できるようになったりしていきます。参加者も私たちもみんながすごく変わっていくんです。

ダンサーのYUKAさん

YUKA：「オトダン」には、ワクワクするハプニングがつきものです。プログラム通りにいかないのが醍醐味です。以前ミュージカル仕立てにした『七人の小人』を鑑賞してもらった時に、小人が「疲れた」と休むシーンで、ある観客の子どもが「お茶どうぞ」とお茶を出してくれたんです。劇を観ていて「疲れてるのならお茶を飲めばいいのに」と思っても、なかなかお茶は出さないじゃないですか。でも本能で動いているから行動する。私たちはそこを絶対スルーしちゃいけなくて、どんなに次の段取りが頭をよぎっても、お茶は受け取らないといけないし、うまいことそこにオチをつけないといけない。そんなこんなを繰り返しているうちに、アドリブ能力がすごく身につきました。

YUKO：その後、お茶を出して

くれた子も小人になって劇に参加していました。彼らのそういう飛びぬけた部分をYUKAさんが絶対に活かしてくれるので、すごく嬉しいんです。その結果、劇の後半には小人が10人以上になっていて、おもしろかったです。

過去のオトダンより

―今後の展望は？

YUKA：私たちの団体名には「Tokyo」をつけているんですが、東京の武蔵村山から始まって、あちこちに広がって、武蔵村山発の「オトダン」を全国に広げるのが野望です。そう思って、絶対に「Tokyo」はつけると決めていました。

YUKO：そうそう、ここで輪が広がって、共感してくれるダンサーが支部を作ってくれることも夢です。まずは、東京都ではないところで一回開催できたらいいなと思っています。

―読者へのメッセージ

YUKO：どんな人でも思いっきり自分のことを表現できる場所が「オトダン」です。ある子の話ですが、表現することが苦手で、一般的な人見知りの人の100倍位シャイで、発達障がいもある子が「オトダン」にきて、自己表現ができるようになったこともありました。観ているだけが好きな子もいますが、それも参加の仕方の一つで、自分のありのままの姿でいられる場であることをすごく大事にしています。日常を過ごすためのエネルギーとして、非日常はとても大事で、でも彼らには非日常を感じられる機会が少ない。だから「オトダン」で芸術に触れる、アーティストが踊ってる姿を観る、他の人とコミュニケーションをとる、自分が踊っていることが誰かに影響を与える、そんな非日常を味わってほしいと考えています。

過去のオトダンより

YUKA：表現は「こうじゃなきゃ」ではなく、もっともっと自由でいいし、こうしたい人はこうすればいいし、したくない人はしなくていいと思います。なっちゃったらそうすればいいし、なんだったらどうでもいいし…みたいに思います。自分が気にしているほど、相手は自分のことを気にしていないのだと思います。誰でもみんなそれぞれ苦手なところを持ってるし、その特性の部分が大きく出るか抑えられてるかの違いくらいで。例えばある面を短所だと思っていても、舞台を変えてあげればそれが長所になるので、そういう柔軟な発想で、彼らの作り出すアートをさらに表現できる場をこれからも作っていきたいです。

もしこの記事を読んで、興味を持たれた方はぜひ、一度見学に来てください。

INFORMATION

オトDAN ☆ Tokyo

活動場所　緑が丘ふれあいセンターほか
活動日時　土曜午後など
お問い合わせは下記SNSのDMより
Instagram「@otodan.tokyo」または
LINE公式アカウント「オトDAN☆Tokyo」

取材を終えて

活動を一度見学させていただきましたが、皆さん本当にいきいきとしていて、言葉に表せないくらい素晴らしい空間でした。相手の変化を望むのではなく、自分の視点を変えるという考え方がオトダンの根幹を作っていることを知り、その考えがあってあの空気感が生まれるのかととても感動しました。今後の展開も楽しみです。

緑が丘ふれあいセンター
副センター長　南 葉子

BOOK

今号は「メディアリテラシー」関連の本

男女共同参画センターゆーあいでは図書コーナーを設けております。一度に一人10冊まで・2週間借りられます。

『ネットで見たけどこれってホント？ ① 健康のメディアリテラシー』

著者：北折 一／出版社：少年写真新聞社　2016年9月発行

「健康」「食」「生活」の3つをテーマに、メディア・リテラシーについてわかりやすく教えてくれるシリーズ本の一冊。例えば「コラーゲンをとると肌がすべすべになる？」のような、私たちがメディアなどで得る身近な情報について科学的に検証し、情報に向きあう時に大切なポイントや、正しいかどうかではなくどう考えたらよいかという考え方の道筋を1つずつ丁寧に示してくれます。イラストも多くて読みやすいので、子どもと一緒に読みたい本です。

『窓をひろげて考えよう ～体験！メディアリテラシー～』

著者：下村健一／出版社：かもがわ出版　2017年7月発行

面白い仕掛け絵本で、楽しみながらメディア・リテラシーが学べる一冊。穴の開いたページをめくってみると、同じ絵（情報）なのに見方によって印象が全く変わる事が実感できます。8つの例題をもとに、メディアの情報と実際の情報を比較していくことで、情報を「全体」で見るコツがわかってきます。こちらの絵本も、早くからネット情報に触れることの多い子どもにおすすめです。情報に振り回されない力を身に付けましょう。

ご紹介した図書はふれあいセンターの図書コーナーにて貸出し可能です

ゆーあいワード

男女共同参画に関わる用語を分かりやすく解説します

【メディアリテラシー】

メディアリテラシーとは**「メディアから得た情報を見極めるスキル」**、つまり**「メディアの情報をそのまま受け取るのではなく、自分で考え確認するスキル」**です。情報リテラシーやネットリテラシーといった言葉とほぼ同じ意味で使われています。

メディアリテラシーが必要とされる理由として、**①真偽不明の情報が溢れているため ②伝える媒体によって情報の内容が偏るため ③情報の発信や拡散が容易に行えるため**などが挙げられます。

SNSなどの普及により、真偽不明の情報が多く出回っているため、1つの情報でもメディアや人によって見方や内容が大きく変わります。簡単に情報を流せる分、些細なことで人命に影響を及ぼしたり、犯罪につながるリスクがあるのです。情報に踊らされないためには、信憑性の高い情報源に触れて吟味することが重要です。

講座・パネル展開催報告

おひさまクラブ総集編

2022年4月～2023年2月分

令和4年度からスタートした0歳児の親子を対象とした親子ひろば「おひさまクラブ」。ふれあい遊びやおもちゃ制作、ミニ運動会、水遊び、大人のフラダンス、など様々な内容で一年間開催いたしました。

コロナ禍の妊娠出産で、同じ子育て世代と関わることが極端に少なくなっていた親子にとっては、他愛もない話をして笑い合い、同世代の子ども同士の関わりの場にもなり、今後も続く地域のつながりの土台になったことと思います。

シングルマザー応援フェスタ

2023年1月15日(日)

昨年までは、感染症対策で相談や食料品プレゼントがメインでしたが、今回は日頃忙しいママとお子様がゆっくり時間を過ごせるよう、映画上映やスライム作りなど、楽しめる要素を取り入れました。

特にスライム作りは大人気で、子どもたちのたくさんの笑顔が印象的でした。また、相談ブースやスーツドライブなども好評で、多くの方から「仕事につながった」「不安だった気持ちが少し解消された」「自分は一人じゃないと思えた」などの声をいただくことができました。

今後も様々な形で支援を続けてまいります。

「夢みる小学校」上映会

2023年1月29日(日)

この映画は、先生がいない・宿題がない・通知表がないなど、教育の多様性を実現している3校を監督自らが取材し、『自分のままでいいんだよ』『ひとりひとりの個性を大切に』をメインテーマにした教育ドキュメンタリーです。話題の映画という事もあり、当日は満席での開催となりました。感想シェア会では地域で子育て支援を行っている団体をファシリテーターとしてお招きし、映画の感想やこれからの教育について、意見交換を行いました。

参加者からは「学校は楽しいだけでいいという言葉が印象に残った」「自分の現状との違いに驚いた」「こんな学校に通いたかった」など、多くの感想をいただきました。

パネル展「メディアリテラシー」

2023年2月1日～28日

自分の「情報」の捉え方について考えるきっかけになればと「メディアリテラシー」のパネル展を開催しました。今回は牛乳を例に、体に良くないと反対する側と、本当にそうなのかと疑問を投げかける側の意見を挙げてみました。すると、一方の意見を信じてしまう人、一部だけでなく全体を見ることの重要性に気づく人など反応は様々。簡単に情報を得られる時代だからこそ、インプットする前の個々の見極め力が必要なことを感じた出来事でした。

YOU・Iフォーラム

2023年2月11日(土・祝)

女装パフォーマー・ライターとして活動されているブルボンヌ氏をお招きし、講演会を開催しました。講演会では、性の多様性、各国の男女格差（ジェンダーギャップ指数）、日本の男女格差など、難しい内容もありましたが、所々で笑いを交えながらわかりやすくお話しいただきました。参加者の「自分に自信を持つにはどうしたらよいか」の問いに「自己肯定感」のお話もいただき、これには会場の多くの方が頷きながら聞き入る姿が見られました。参加者から「100人いれば100人違うという事を認識した」「普通という概念を考えさせられた」など「参加して良かった」という内容の感想をたくさんいただきました。

ブルボンヌ氏