

# 性暴力など女性をめぐるトラブルと 犯罪被害者への理解を深めるために

## 11月12日～25日 女性に対する 暴力をなくす運動

### 性暴力を、なくそう

パープルリボンが女性に対する暴力のない世界を望むシンボルです。

## 11月25日 ～12月1日

### 犯罪被害者週間

犯罪の被害者やその家族は、直接的な被害だけでなくプライバシーの侵害や配慮のない言葉など、二次被害にも苦しめられています。安心して暮らすために皆さんの理解と温かい支援が必要です。



### 相談はこちら

市 相談専用窓口  
☎(042)573-4342

月～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前9時～午後5時

✉soudan@city.kokubunji.tokyo.jp

### 都 性犯罪・性暴力被害者 ワンストップ支援センター

☎(03)5607-0799

(24時間365日受け付け)

相談受け付け、医療機関・  
専門家の紹介と同行などの  
支援をします

### パープル・ライトアップ

11月12日(金)～12月1日(水)  
国分寺駅北口交通広場

女性に対するあらゆる暴力の根絶  
を目指し、ライトアップを実施

### パネル展

11月12日(金)～12月1日(水)  
まちの魅力発信コーナー  
(cocobunji WEST5階)

女性に関するトラブルと犯罪被害  
者等支援に関するパネルを展示

### 市の 取り組み

小金井警察署との  
共同開催

### 犯罪被害者等相談会

11月26日(金)  
午後1時～2時30分  
ひかりプラザ

- ☑犯罪被害に遭われた方やその家族  
など
- ☑電話で人権平和課へ  
※予約なしの利用可
- ☑相談は1人30分程度。匿名での相  
談可

### 女性の人権ホットライン強化週間

11月12日(金)～18日(木)  
月～金曜日=午前8時30分～午後7時  
土・日曜日=午前10時～午後5時

DVやストーカーなど女性をめぐる人権問題  
の相談を受けます。

☎専用電話(0570)070-810

☑相談員 人権擁護委員・東京法務局職員

☑東京法務局人権擁護部

☎(0570)011-000(代表)

→人権平和課 ☎(042)573-4378

## 11月23日(祝) アイヌに触れる1日

→文化振興課 ☎(042)313-8182

### ■共通事項

☑無料 ☑11月2日(火)～19日(金)に必要事項を明記のうえ ☑bu  
nkashinkou@city.kokubunji.tokyo.jpで文化振興課へ※先着順

### 文化講座 もっと知りたいシリーズ9

## アイヌ民族の歴史と文化から学ぶ

アイヌ民族の歴史と文化を学んでみませんか。また、ゲストがアイヌ  
としての思いやアイヌ刺繍の魅力について語ります。

☑午後2時～(開場=1時30分)

場 リオンホール(cocobunji WEST5階)

講 寺地五一さん(元東京経済大学教員)

ゲスト 島田あけみさん

定 100人

必要事項 講座名・参加者全員の住所・  
氏名(ふりがな)・年齢・電話番号

協力 市文化振興市民会議

注 手話通訳あり



寺地五一さん

### AINUXMAORI 海を渡る先住民族の交流

本講演に併せて、島田あけみさんが主催する、アイヌとニュージーラ  
ンドの先住民族マオリの交流プロジェクトの写真を展示します。

☑11月16日(火)～25日(木)午前9時～午後10時(25日のみ午後4時)

場 cocobunjiプラザホワイエ (cocobunji WEST5階)

写真撮影 井口康弘さん

## アイヌアートワークショップ アイヌ刺繍のコスターを作ろう

☑①午前10時30分～②午後0時30分～※同内容

場 セミナールーム(cocobunji WEST5階)

対 中学生以上

講 島田あけみさん(アイヌ文化アドバイザー)

定 各8人

必要事項 ワークショップ名・住所・氏名(ふりがな)・  
年齢・電話番号



島田あけみさん

### よくカメ(噛め)強化月間

ひと口30回  
ゆっくりよく噛もう

## 11月8日は、いい歯の日

→健康推進課 ☎(042)321-1801



「カメ(噛め)ちゃん」国分寺市  
健康推進課キャラクター

歯は、いつまでもおいしく楽しく食事をするために、重要な役割  
を果たしています。虫歯や抜けたままの歯があるとよく噛まず、自  
然と軟らかい食事になりがちです。定期健診を続け、歯と口の健康  
状態を保ちましょう。またマスクで口元が隠れているため、口の周  
りの筋肉を動かす機会が少なくなっています。表情を作る筋肉を刺  
激するために噛みごたえのあるものを選び、いつもよりプラス10  
回噛む回数を増やしてみましょう。

### 噛むこと の 効用



### ひみこの 歯がい〜ぜ

#### 肥満の防止

満腹中枢が刺激されて  
食べ過ぎを防ぐ

ひ

味覚が発達  
食材本来の味が分かる

#### 言葉がはっきり

口の周りの筋肉をしっかり  
使うことで発音が明瞭に

み

脳の働きを  
活性化させる

#### 歯の病気を予防する

唾液は虫歯菌の活動を抑  
え、口の中を清潔に保つ

こ

脳の血流が増え  
記憶力・集中力が高まる

#### 胃腸での消化吸収を 助ける

唾液中の消化酵素と食物が  
よく混ざり、胃腸での消化・  
吸収が高まる

の

認知症の予防にもつながる

は

がん予防

が

唾液には  
発がん物質の働きを  
減少させる成分がある

い

全力投球  
全身に力が入り、  
運動能力の向上にも関係がある

ぜ

### 無料歯科健診のご案内

詳しくは市HPをご覧ください。

☑20歳～74歳の方

☑検索1025861

▶こちらからもアクセス可



☑75歳以上の方

☑検索1025862

▶こちらからもアクセス可

