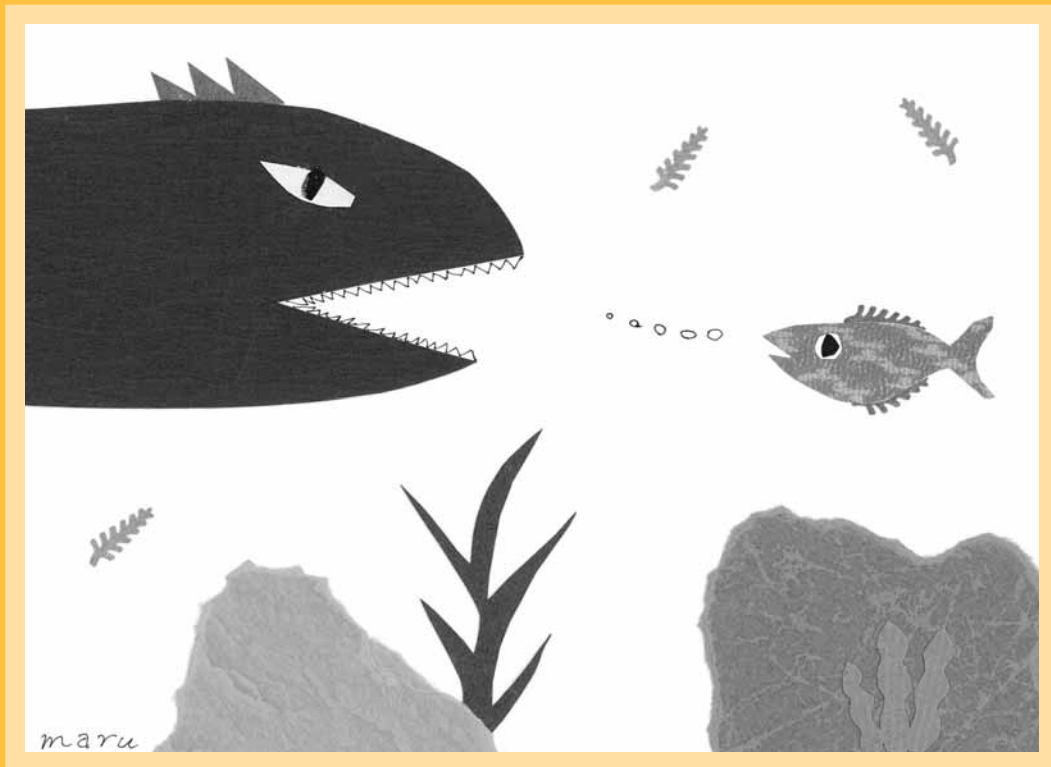


## ハラスメント —家庭内のいやがらせ—



画：丸山 恵

セクシャル・ハラスメント、パワー・ハラスメントなど「ハラスメント」という言葉が一般的になり、フランスのマリー＝フランス・イルゴイエヌの提唱した「モラル・ハラスメント」という言葉も広まり始めています。「モラル・ハラスメント」とは、言葉や態度で繰り返し相手を攻撃し、人格の尊厳を傷つける精神的暴力のことである。」(『モラル・ハラスメント～人を傷つけずにはられない～』紀伊國屋書店 1999年)  
モラル・ハラスメント＝精神的暴力が、家庭内(パートナー間)で起こった場合について、考えてみました。



Epoch 10

限りない複雑、可能性

- ◆『いやがらせから身を守る～弁護士からみた対処法』 折井 純さん
- ◆『いやがらせから身を守る～臨床心理士からみた対処法』 佐保 紀子さん
- ◆『精神的DVについて』
- ◆モラル・ハラスメント関連書籍の紹介と相談窓口
- ◆エポック10情報(20年度後期講座開催予定/エポック10相談室のご案内)

p2-3

p4-5

p6

p7

p8

# いやがらせから身を守る

～弁護士からみた対処法～

弁護士：折井 純さん

日頃から、些細なことで妻の行動に文句つけて、認めようとしなかったり、話しかけても無視したり、妻の人格を否定するような暴言を吐いたりする、そんな夫があなたの身近にいませんか？そんな夫に対して、「夫はいつも私のことをダメだと言って、話を聞いてくれません。」とか「仕事で疲れていると言って、いつも不機嫌で、夫の顔をうかがうようになってしまっています。」という女性、周りにいらっやいませんか？「そうよ、私はダ

メ妻よ。そんな私と結婚したあなたは何？」と笑って言い返せる妻なら、多少は健康に夫婦関係を築いていける可能性はあります。

しかし、「私が何もできないからいつも、夫は不機嫌なんだ。」とか「母親としても妻としても、私がダメだから、夫ともうまくいかないんだ」と自分を責めてしまう人もいます。でも本当に妻に原因があるのでしょうか？実はそうではない事も多いのです。

夫の不機嫌さや行動のために、家庭生活は緊張して、妻は結婚生活や家族との生活を全然楽しめない、「私の家はなんだかおかしい」と思ったら、どうすれば良いのかを探りました。

## — モラルハラスメントとは？

あなたは夫または妻の言葉や態度によってひどく傷ついたことはありませんか。夫または妻が怒るのが怖くて、いつも緊張していたり、相手の顔色を見ながら行動していたり、自分が悪いと悩んだりしていませんか。

このように言葉や態度などによっていやがらせを行い、相手の人格を傷つけ、精神的苦痛を与えることを、モラル・ハラスメントといいます。

精神的な暴力、精神的な虐待でもあります。家庭内の暴力の場合として、ドメスティック・バイオレンス、いわゆるDVは、現在、社会的にも広く認知されています。モラル・ハラスメントは、精神的な暴力という意味ではDVの一種といえます。ただ、家庭内だけでなく、職場や学校、友人・恋人関係などの中でも発生します。

## — モラルハラスメントの特徴とは、どんなものがあげられますか？

モラル・ハラスメントの加害者は、最初は相手に優しく接し惹きつけておきながら、徐々に、相手を侮辱・嘲弄（※1）・非難するなどして、相手を痛めつけます。あるいは、突然怒鳴ったり、話しかけても無視したり、はぐらかしたり、急に黙りこんだりして、被害者を不安に陥れます。モラル・ハラスメントの特徴は、1つ1つを取り上げてみると、些細なことのようにみえる言動が、日常的に繰り返されることによって、被害者を追い詰め、支配関係を作っていく点にあります。

## — 何か良い対処法はないのでしょうか？

加害者ないし被害者の心の問題については、専門のカウンセラーや医師に相談されることをお勧めします。

注:本文は「配偶者からの暴力の被害者の自立支援等に関する調査」(平成19年度内閣府)によると  
配偶者等から暴力を受けた者の98%が女性でしたので、被害者を女性と想定した記述が多くなっています。

## — 具体的にどんな対処法があるのでしょうか?弁護士の 視点からみた対処策を教えてください。

### ①別居

モラル・ハラスメントの状況から脱するためには、夫または妻と別居をすることが考えられます。モラル・ハラスメントの被害者は、いつか相手もわかってくれる、状況は好転する、大した問題ではない、と思いきや、我慢してしまうことがあります。しかし、繰り返されることによって、精神的なダメージも大きくなってしまいます。もっとも、別居をしたいと思っても、経済的な問題で、躊躇される方がいるかもしれません。しかし、別居中も、夫婦間には婚姻費用分担義務が発生しますので、相手に一定の生活費を請求できる場合があります。公的福祉なども利用してください。

### ②保護命令制度の活用

DV防止法(「配偶者からの暴力の防止及び被害者の保護に関する法律」)では、保護命令制度が定められています。従前、保護命令の申し立てができるのは、身体に対する暴力を受けた場合に限られていましたが、平成19年の改正法(平成20年1月11日施行)により、生命身体に対する脅迫を受けた場合も、申し立てができるようになりました。つまり、殴る蹴るといった身体的な暴力がない場合でも、一定の場合に保護命令が受けられるようになったのです。

また、保護命令の種類も、接近禁止命令と併せて、電話や電子メールを禁止することも認められるようになりました。

### ③離婚

婚姻生活を継続することができないとして、離婚を決意されたとしても、相手が離婚に同意しない場合は、話し合いで離婚をすることはできません。この場合、民法770条1項5号の「婚姻を継続し難い重大な事由」が認められるかが問題となってきます。「婚姻を継続し難い重大な事由」とは、婚姻関係が破綻し回復の見込みがないことを意味します。モラル・ハラスメントは、家庭という密室内で行われ、ま

た、見えない暴力といわれるように、言葉や態度によるいやがらせであり、証明することが困難です。モラル・ハラスメントが行われていたことを証拠として残しておくために、相手からのメールや手紙、写真や録音、自分の日記、診断書などを保存しておくことが考えられます。しかし、モラル・ハラスメントの場合、加害者の1つ1つの態度、言動は些細なように見えることが多く、被害の深刻さを裁判所に認識してもらうことは実際は大変です。

もっとも、婚姻関係が破綻し回復の見込みがないかどうかは、別居の有無・期間、性生活の有無、喧嘩の程度、修復の意思や行動、未成熟子(※2)の有無などあらゆる事情を総合的に判断し、決められることになり、一般的には、別居の期間を重ねることによって、破綻も認定されやすくなります。

これに対し、相手も離婚に同意するのであれば、後は親権、養育費、財産分与などの問題を解決し、離婚ということになります。慰謝料請求については、精神的な暴力の場合、証明の困難性などもあって、認められるかどうかは難しい問題もあります。

いずれにしても、別居や離婚を決意される場合、今後の生活設計や法的措置について、適切な第三者に相談し、アドバイスを受けることが有効です。各都道府県の配偶者暴力相談支援センターや、弁護士会・自治体などの法律相談をご利用されるとよいと思います。

#### — ありがとうございます。

モラルハラスメントは、見えにくくひとつひとつは些細なことに思われるかもしれませんが、当事者にとっては深刻な状況かもしれません。ひとりひとりの人権を尊重し、自分自身を大切に、深刻になる前に、パートナーと分かち合う環境をつくりたいと思いました。

P2 ※1) 嘲弄…ばかにすること

P3 ※2) 未成熟子…親の監護なしには生活を保持しえない子ども



#### 折井 純さん

中央大学法学部卒。2000年弁護士登録。

さかきばら法律事務所、東京弁護士会所属。

東弁両性の平等に関する委員会委員、女性法律家協会会員等。

多数の家事事件(離婚・親子・相続)、一般民事事件を中心に取り扱い活動中。

今年度より豊島区男女平等推進センターにて法律相談を担当する。

著書:『女性のための法律相談ガイド』共著 2003年 ぎょうせい。

# いやがらせから身を守る

## ～臨床心理士から見た対処法～

臨床心理士：佐保 紀子さん

### 精神的なドメスティックバイオレンスを疑うケースもあります

#### —ただの亭主関白とどこか違いがあるのでしょうか

亭主関白ぎみの夫は「お前はダメだ」などと言うことがありますね。対等な関係で話し合いができれば、健康な夫婦関係といえると思います。しかし、妻が家事や子育てに忙しく、ここに余裕がなくなると、夫は、妻のやっていることを認めず、不機嫌になり、妻は人格を否定するようなことを言われ続けられて、「私、ダメなんだ」と思ってしまうかも知れません。その結果自信をなくし、自己肯定感を持たず、うつ状態や心身症のような状態になるとすれば精神的なドメスティックバイオレンスということになるでしょう。夫から、いかにも愛情のあるように「お前のため」と言われると、妻はますます、夫との関係に縛られてしまうという状態に陥ってしまうことがありますね。

### 話がかみ合わない場合は要注意

#### —そういう夫を結婚前に見分けることができるのでしょうか

夫は、人付き合いもよく物腰柔らかいと評価されたりして、結婚前に見極めるのは難しいですね。これは夫と妻という二者関係よりも、子どもができて、いわゆる三者関係になったときに、問題が顕在化することが多いです。妻が子育てに追われて、夫の世話ができない、注意が子どもに向けてしまった時などですが、こういうことはなかなか結婚前には分からない。二人の関係のときはハネムーン期で、夫は良いところしか見せないですから。でも、結婚前に将来の家庭や家族像について話し合ってみる。家庭生活は、新しい関係を育む場でもありま

す。互いに思いやり、それぞれの気持ちや考えが尊重されるかどうかとても大事なことです。会話が一方的で、話を聞いてくれないことなどがあると、その人とのコミュニケーションをとるのは難しいです。友人とか、複数の人に会ってもらったりすると、自分には見えなかったところが見えて、関係を考える一助になるとは思いますが、いずれにしても難しいですね。

### 真面目で一生懸命の「べき」人間が危ない

#### —誰もが被害者になり得るのでしょうか

今の日本の文化・歴史的な背景などを考えると、なり得ますね。男性も女性も、個人としての確立はまだまだです。最近、また、家庭の大切さが指摘され、若い人の中にも、妻は夫に従うことを良しとする風潮が出てきているように思います。こういう価値観に縛られこたわる人、自分に自信がなくて人の言動に左右されやすい人、自分を責めやすい人は特に要注意です。だいたいそういう人は、真面目で一生懸命で、「妻は(母は)こうするべき」と思い込みが強い人が多いです。夫に従いつつ、自分の主張を少しずつ広げるエネルギーがあれば良いのですが、逆に、いつも夫の顔色をうかがい、言動を気にする生活をしていると、エネルギーも枯渇して、夫の手の内から逃れられなくなってしまいます。家庭がいつも不安と緊張に満ちていたら、子どもにも悪い影響が及びます。

### 「私は、私で良い」と気づく環境が必要

#### —どのようにして自分を守ったらよいでしょうか

「夫から批判されたくない、うまくいこう自分が何とかしよう」と思っている間は、「自分」を守る力はできません。家庭は、夫だけのものでも、妻だけのものでもないですよ。二人で協力して初めて家庭生活は成り立っていくものです。家庭の構成員がそれぞれ、安心して社会に出て行く力を育てていく基盤となるところです。それが、夫の言動を気にしながらの生活では、「自分」が楽しめないし、安心できない。家庭がくつろぎの場でなくなります。母親がいつも不安で緊張した状態だと、子どもも安心して、育つ力も出なくなります。





注:本文は「配偶者からの暴力の被害者の自立支援等に関する調査」(平成19年度内閣府)によると  
配偶者等から暴力を受けた者の98%が女性でしたので、被害者を女性と想定した記述が多くなっています。

### — 具体的には、まずどのような行動を取ればよいですか

こうした状況では、家庭の密閉性は高くなってしまいます。それに、夫婦の関係を身内や親しい友人に話すことはとても勇気がいられます。夫婦の関係がおかしいと気付いたら、第三者の専門家にあなたの話を聞いてもらうことがいいですね。

相談するにもエネルギーがいられますから、まず、電話で相談してみると良いと思います。

他人に自分の話を聞いてもらうということは、起きていることを冷静に判断できる力を取り戻し、自分のこころに余裕がもてるきっかけになります。「あなたはおかしくない、あなたはあなたのままでいいよ。」「よくやっている。」と支えてもらうところから、半歩、前にすすむ勇気や考える力がでてくるのではないのでしょうか。

いつもいつも、夫の言動に振りまわされ、顔をうかがうような生活「夫から批判されたくない、うまくいかせよう、自分が何とかしよう」と思っている間は、夫の言うなりになってしまいがちです。夫が何か言っても無視する、黙る、受け流すのも手段です。

でも、その力があつたら、もっと早く行動を起せたかもしれないですね。

### — 別居や離婚も考えた方がいいですか

経済的な生活の見通しをもたないとなかなか行動を起こすことは大変です。それに、行動を起こす場合にもこころの準備がいられます。精神的不調がそれほど強くない場合、夫に向けられている注意から、少し距離をとるために、まず、「自分」のためだけの時間を意識的に作る。今までやっていなかった、自分の好きなこと、趣味、ストレッチや水泳のような運動、散歩でも良いのです。「従順な妻、働き者のよい

お母さん」をやめてみるのです。意識的に自分の心と体を整えるための時間を作ってみましょう。「私は私で良い」と気付く環境が必要です。自分を責めて逃げ場の無い状態から「こんなに一生懸命やっても変わらないのは何故?」と振り返ってみるのです。

夫の言動にばかり目がいくようになってしまっているの、視点を変えてみましょう。自分の心に水を足す感じで、玄関や家の中に花を活けてみるとか、すこし、おしゃれを試してみる、部屋の模様替えをしてみる、普段の生活と違ったことをしてみる。まず自分のための行動を起こしてみようことをぜひ、やってみてください。それが、「自分を大切にすること」に必ず繋がり、「自分を守っていく力」(エネルギー)を蓄えることにもなるのではないかと思います。

#### 取材後記

夫婦の間にはいろんな感情があって、一概に「これは家庭内暴力だから早く離婚せよ」とか「このくらいは愛情表現の一つだから大目に見よ」とか、外部の人間が簡単に口出ししにくい問題ですが、いつも人格を否定されるような言動をされて自分を責めている人がいたら、この記事を読んで少しでも元気になってくれるのではないかと期待して臨床心理士の佐保先生にインタビューをしました。そうしたら、先生の言葉は実に的確で自分の生活についても見直すきっかけとなりました。

(取材 荒砥悦子)



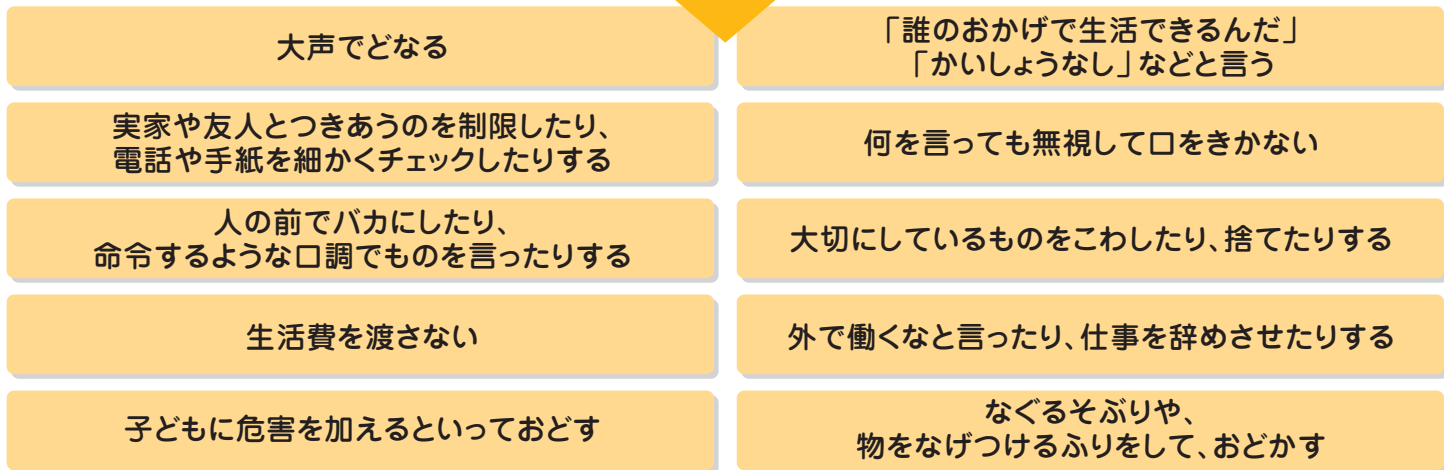
佐保 紀子さん

お茶の水女子大学児童学科卒業。  
都立梅が丘病院、豊島病院など都立病院に心理職として勤務。臨床心理士。  
H10年より、大正大カウンセリング研究所、その後  
城西国際大学、豊島区東部・西部子ども家庭支援センター、  
男女平等推進センターにて専門相談員として活躍中。

配偶者暴力防止法(改正DV防止法)では、「暴力」を「身体に対する暴力またはこれに準ずる心身に有害な影響を及ぼす言動」と規定しています。

たとえばこんなことが、私たちの身近で起こっていないでしょうか。

こういうことが、精神的暴力です



(内閣府男女共同参画局 Copyright © Gender Equality Bureau Cabinet Office)

精神的な暴力を受けても、被害者の身体には痛々しいアザも、なまなましい傷跡がくっきり残ることもないかもしれません。けれども言葉や態度の暴力は、被害者のこころを深く傷つけています。そして、PTSD(外傷後ストレス障害)を起こさせるなど精神的傷害を与えることもあります。それは、刑法上の傷害罪として処罰されることもあるのです。

精神的暴力の事例

資料出所:内閣府「配偶者等からの暴力に関する事例調査」(平成13年)

一切、外と連絡をとれないようにされていました。自分が出掛けている間は、私に携帯電話を持たせて、「今どこにいるんだ」と四六時中監視する。約束した時間に家に戻らないと、「浮気していたんじゃないか」「誰と会って、どういう話をしたんだ」と疑う。そういうことが、もう毎日です。子どものことで学校に行ったり、子どもを公園に連れて行きたいというのも一切だめですね。とにかく動きを全部、封じられるということが、ずっと続きました。(30代)

「拳銃だって何だって買えるんだぞ」というようなことを言って、脅かすんです。一度「怖い」と思うと、何をやられても怖くなっちゃうんですね。監視しているから、逃げ出すこともできないし、子どももいたし…。(30代)

うちの場合は、何よりもこの「言葉の暴力」がひどかったのです。私の成育歴や家族のこと、私の実家の仕事のことなどを悪く言ったり、私の欠点について延々と説教するとか…。自分が疲れ切って何を言ってるのかわからなくなるまで、子どもも含めて、何時間でも人を拘束して、ひどい言葉を言い続けるということが、しょっちゅうありました。(50代)

1ヶ月数千円しかもらえなくて、「居候だ」と言われました。「私が働いて、そのお金全部渡してるでしょ」と言っても、「家の中では何もしないから、居候だ」と言われました。(40代)

全部管理されていて、お金も一切持たせてもらえなければ、着るものについてもまったく自由がない。相手の都合のいい時だけ、私に「何か好きなものでも買え」と言ってお金をくれるけれども、私の自由になるお金は何もない。(20代)

生活費として、光熱費分びつたりのお金はくれるんですけど、食費やそのほかのお金はくれない。光熱費の領収書とびつたりのお金しか、くれない。食費は、自分が独身の時に貯めていた貯金で、まかなっていました。(20代)

精神的暴力は、恐怖感でパートナーを縛り付けたり、継続的に言葉で相手をいためつけ、本来のその人らしさを陰湿に奪う暴力の形です。このような嫌がらせを家庭内で継続的に受けることでどんなに自己否定感に苦しめられることでしょう。経済的DVも含め、これではもはや家庭は、安心して生活できる場所ではありません。そしてもちろん、このような家庭で育った子どもも、暴力の被害者でしょう。

# モラル・ハラスメント関連書籍の紹介



## 『モラル・ハラスメント』 ～人を傷つけずにはいられない～

マリ=フランス・イルゴイエヌ著／高野優訳  
(紀伊國屋書店1999年)

著者はフランスの精神科医、家族心理療法家。モラル・ハラスメントという言葉を最初に提唱した。精神的暴力であるモラル・

ハラスメントはどのような人間がふるうのか、いかなる方法がよく使われるのか、その対処法などを解明・解説した本。



## 『Q&A モラル・ハラスメント』 ～弁護士とカウンセラーが答える 見えないDVとの決別～

橋本智子・谷本恵美他著 (明石書店2007年)

弁護士とカウンセラーが「モラル・ハラスメント」の基礎知識から解決方法までQ&A形式でわかりやすく解説する。モラハラ、D

V被害者の欲しかった答えがある。まだよく知られていないモラハラの知識について一般人だけでなく弁護士、カウンセラー、調停員にも読んでほしい本。



## 『家庭モラル・ハラスメント』

熊谷早智子著 (講談社+α新書2008年)

著者は夫からの嫌がらせ、怒りに苦しめられていたとき「モラル・ハラスメント」という言葉を知る。ネットで『モラル・ハラスメント被害者同盟』というサイトを立ち上げた後、19年間の結婚生活を解消する。実生活が描かれているので、モラハラの実態がよくわかる。離婚のための心構え、実際の準備の仕方などは当事者にとって参考になるのではないかな。



## 『こころの暴力 夫婦という密室で』 ～支配されないための11章～

イザベル・ナザル=アガ著／田口雪子訳  
(紀伊國屋書店2001年)

相手のこころを支配したいという欲求が異常に強い人をマニピュレーターと呼ぶ。彼らはひとたび結婚すると態度を豹変させ、

さまざまな「こころの暴力」で相手を精神的に追いつめていく。しかし被害が見えにくい。そのような人間との生活とはどんなものか。苦しみながらも別れられないのはなぜか。

多くの証言を引きつつ実態を解明し、対処法も示していく。

## 相談窓口

### ■ エポック10相談室

豊島区西池袋2-37-4 豊島区勤労福祉会館3階  
※詳細は8頁参照。

### ■ 東京ウィメンズプラザ

渋谷区神宮前5-53-67  
相談電話:03(5467)2455  
時間:午前9時～午後9時  
(年末年始を除く毎日)

- DVの被害、女性の生き方、夫婦・親子の問題、学校や職場での人間関係など。
- 法律相談、精神科医による相談は予約制。悩み相談電話で予約を受け付ける。

### ■ モラル・ハラスメント被害者同盟 (ウェブサイト)

- 『家庭モラル・ハラスメント』の著者、熊谷早智子さん管理運営するサイト。夫の精神的暴力に苦しむ妻たちの支援や情報提供等をしている。

<http://www.geocities.jp/moraharadoumei/>

### ■ 東京都女性相談センター

相談電話:03(5261)3110  
※来所相談は、03(5261)3911へ予約。

時間:午前9時～午後8時  
(土・日曜日、祝日、年末年始を除く毎日)

- 夫や恋人からの暴力、男女間のトラブルや離婚の問題、心やからだの悩み、住むところがないなどのほか、日常生活上の悩みなど。

### ■ 「すずらん」事務局

千代田区飯田橋3-4-3-1101  
相談電話:03(3556)2280

時間:午後7時～午後8時  
(祝日、年末年始を除く第1、3月曜日、火曜日)

- モラル・ハラスメント被害者が定期的に集まり、自分の体験を話すことによって、立ち直りをサポートする自助グループ。司法書士が相談にのる。

<http://www3.plala.or.jp/suzuran-tokyo/>

迷っている人、悩んでいる人、  
お話ししてみませんか？

## 平成20年度後期 講座開催予定

### エポック10シネマ-映画に学ぶ人々の生き方-

- 10月15日 「クレイマー、クレイマー」
- 11月19日 「カラーパープル」
- 12月17日 「プルーフ・オブ・マイ・ライフ」
- 1月21日 「長い散歩」
- 2月18日 「母たちの村」
- 3月18日・28日 アンコール ※今年度の作品の中から4本上映

### 今後の講座予定

- 10月16日 ワーク・ショップ「ゲシュタルトセラピー」
- 10月18日 講座「知ってほしい私たちのこと」
- 11月 6日 料理教室「子どもと一緒にたべたい旬野菜のチカラ」
- 11月11日 講座「思春期の子どもの世界 V」
- 11月20日 古典講座「『源氏物語』の中の女たち」
- 12月 4日 ワーク・ショップ「親業に学ぶ」
- 12月 5日 ワーク・ショップ「ゲシュタルトセラピー」
- 2月下旬 講座「学童保育とは」

### 区民企画講座(1月)

### 男女共同参画都市宣言記念週間講演会(2月)

※詳細は、広報・ちらし・ホームページ等でお知らせいたします

## 『会社を元気にする！ ワーク・ライフ・バランスフォーラム』

10/30  
(木)

時間:17時30分~20時

場所:豊島区勤労福祉会館 6階 大会議室

#### ◆基調講演「経営戦略としてのワーク・ライフ・バランス」

学習院大学経済学部特別客員教授 木谷 宏 氏

#### ◆シンポジウム「プロフェッショナルからヒューマンへ」

NPO法人ファザリング・ジャパン 安藤 哲也 氏

株式会社博報堂 エルダービジネス推進室 片倉 恵美子 氏

日本アイ・ピー・エム株式会社 河村 忠明 氏

■共催 豊島区・東京都労働相談情報センター池袋事務所

■協賛 東京商工会議所豊島支部・

(社)豊島産業協会・(社)豊島法人会

※お申込は当センターまで。保育有。

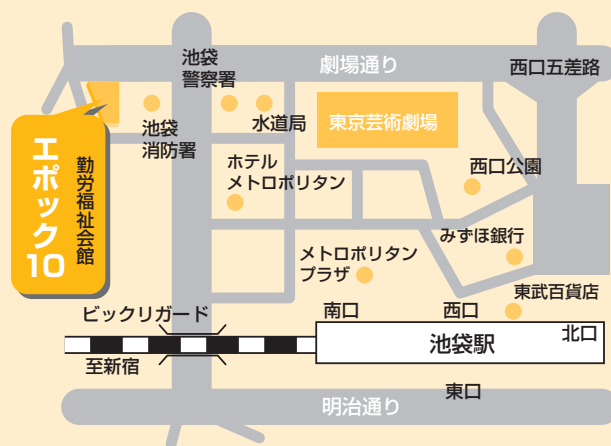
### 編集後記

- ・見えない暴力に悩んでいるあなたへ、悪いのは、あなたじゃないですよ。(Y・F)
- ・ハラスメントを調べてみたら、自分の行動についても反省でした。(A・E)
- ・『めいかー』を通してモラルハラスメントの知識が広がりますように。(Y・E)
- ・今回は題材がととてもむずかしく、壁に阻まれてばかりでした。(H・T)

## エポック10相談室 TEL:03 (3980) 7830

- 一般相談は、開館日の午前9時～午後5時までです。
- 専門相談は、女性の弁護士・医師・臨床心理士・カウンセラーが相談に応じます。
- 専門相談は、予約制です。※どの相談も無料です。

相談名	曜日	時間
法律	第1金曜日	午後1時30分～4時30分
	第3金曜日	午後6時～9時
からだ	第2金曜日	午後5時～8時
こころ	第2水曜日	午後1時30分～4時30分
	第4火曜日	午後6時～9時
DV	第3水曜日	午後1時～4時



## 豊島区立男女平等推進センター (エポック10)

〒171-0021 豊島区西池袋2-37-4

豊島区勤労福祉会館3階

TEL:5952-9501 FAX:5391-1015

Eメール:A0011400@city.toshima.lg.jp

### 開館時間

月～土曜日:午前9時～午後9時

毎月最終月曜日の前日(日曜日):午前9時～午後5時

※ただし、毎月最終月曜日・祝日は休館です。

<発行>豊島区

<印刷>株式会社 内田印刷所

<挿絵協力>丸山 恵さん