



なは女性センターだより 360号

なは女性センター市民講座2026

読書会



を体験しませんか？



依存症から
回復を目指す女性たちの
社会復帰と人権について
考えてみましょう



2026年4月18日(土) 午後2時～午後4時

会場：なは女性センター学習室

- 関心のある方
- 定員 20名
- 受講無料
- 手話通訳・一時保育

ご希望の方は、4月3日(金)17時までにお申込みください。

事前に読んでいなくても大丈夫
お一人での参加もOK!



ファシリテーター
渡慶次 美帆 Tokeshi Miho

坂上香監督作品上映実行委員会“くじら組”代表
くじらブックス&Zou Cafe店主

沖縄県出身 学生時代の書店バイトを経て、卒業後大手書店チェーンに就職。東京から地元沖縄へ転勤・勤務の後、2015年独立。2018年八重瀬町に小さな本屋&カフェ「くじらブックス&Zou Cafe」を開業。新刊・古書・陶器の販売、カレーやコーヒーを提供している。

SCAN!



お申込コード

または、なは女性センター
098-951-3203までお電話ください

令和8年度 なは女性センター利用者連絡会議開催のお知らせ



なは女性センターでは、毎年4月に利用者の皆様に、利用団体登録の更新をお願いしています。今後もサービス向上と施設利用の適正化を図るため『利用者連絡会議』を開催いたします。昼・夜と2回開催しますので、都合のよい時間帯に必ずご参加ください。

日時：4月23日(木) 午後2時～3時 / 午後6時半～7時半

※事前に出席希望の時間帯をご連絡ください。

場所：なは女性センター 第2学習室

内容：なは女性センターの設置目的と役割
学習室利用にあたってのお願い
参加団体および参加者紹介



講座報告①

沖縄初！女性落語家・金原亭杏寿さん
『好き』を仕事にする生き方

日時：2025年12月11日（木） 18:30～20:30

講師：金原亭 杏寿さん（一般社団法人 落語協会）



高校在学中に地元モデル事務所にスカウトされてタレントとして活動し、現在は沖縄初の女性落語家として活躍する那覇市出身の金原亭杏寿さんに、キャリア教育講話として「好き」を仕事にする生き方について話していただきました。講演は初心者でもわかりやすい落語「牛ほめ」を披露してスタート。

東京で「芝居の勉強になれば」と、訪れた独演会で師匠の話芸に出会い「一本の映画をみたような没入感」に衝撃を受けたと語る杏寿さん。

『落語を極めれば、一つ自分の軸を持てる』と思い切って師匠の元入門。しかし男社会の落語家の道のりは簡単ではなく、はじめは見習いとして師匠の身の回りの世話などの雑用をこなし、ようやく前座として楽屋入りが許されても、着付けやお茶出し等の修行の日々を送りました。

「苦しい下積み時代を乗り越えられたのは、大好きな落語に出会っていたから」と、自分自身の経験から、「好き」を追求して仕事にすることを、目を輝かせて語る杏寿さん。

一昔前は「女の落語は聞けない！」と寄席からヤジが飛ぶほどの男社会だった落語の世界でしたが、女性落語家の先輩方の地道な活躍が道を切り開いてくれたと語ります。

落語の成り立ち等も紹介しつつ、厳しい修行で身に着けた話芸で受講者をおおいに沸かせました。

最後に「自分が何に心打たれているかのアンテナを張り、道を模索することが人生を楽しむコツ」だと、こやかに講話を締めくくりました。

\受講生の声/

- 「好き」を仕事にするには、本当に「好き」でなければ続けられないと思いました。(20代)
- 初めて落語を聞きもっと聞いてみたいと興味を持ちました。好奇心を大切に私も生きていきます！(30代)
- 落語のいろはから様々なエピソード、杏寿さんが情熱をもって日々、活動されている話を聞くことが出来て良かったです(30代)
- 落語を聞けるとは思わなかったので良かったです！これから応援する(40代)
- 「好き」「好きかも」は人生において最強になるもんなんだという事をすごく感じました。(50代)
- 厳しい世界に飛び込み、男社会で地位を築いていらっしゃるのがカッコイイです。(60代)
- 真打ちまでの道のり、お身体に気を配ってがんばってください。(70代)

講座報告②

最近の若者とどう接する？

～今日の沖縄を生きる少年少女のこころ～



日時：2026年1月31日（土） 14:00～16:00

共催：沖縄国際大学

講師：片本恵利さん（臨床心理士／沖縄国際大学 総合文化学部 人間福祉学科 教授）

思春期は、自我の芽生えと自立心の高まりが特徴です。しかし、その一方で反抗的な言動も見られ、保護者の不安を招くこともあります。

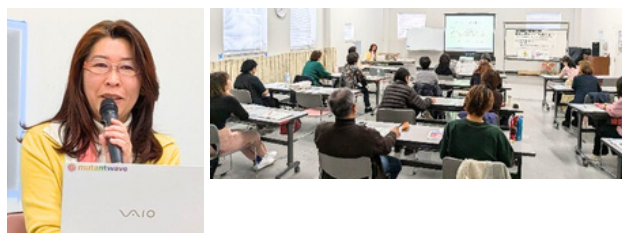
本講座では、臨床心理士の片本さんよりスクールカウンセラーの経験をもとに、保護者が思春期の子どもへの適切な接し方を講話いただきました。

思春期の子どもは「別に」「フツー」「ビミョー」など曖昧な言葉を使い、自分の世界観で価値観を築いています。しかも、多くを話さず、大切なものを見せないところに、子どもとの接し方が難しいと保護者は感じます。

そこで、片本さんは「一枚の紙の表、裏をイメージしてください」と、表に現れる言葉や態度の裏には、子ども本人の本音が隠れている。無理に子どもの「繭（殻・世界）」を破ろうとせず、感情的な「反撃」や「反論」、「落ち込み」を避け、まずは、子どもの話を聞く。「承認」「支持」「描写」の姿勢が効果的と指摘。また、「ひと呼吸置く」ことや時間稼ぎ、その場しのぎをしても良い。

子どものありのままの感情や世界を受け入れることで、少しずつ自己開示が促されることを待ちましようとのこと。

さらに、保護者へ「今・ここで」できる小さなことから始め、焦らず対応しましょうとエールを送ります。最後に、保護者自身も子どもの態度に影響されず、自分の人生の中心を保ち、安定した大人のペースを維持することも大切だと勧めていました。



\受講者の声/

- つつい何か上手いことを言おうと思いがちですが、今日の講座を参考に接していけたらと思いました。(40代)
- 子育て中に間違った対応をいろいろしたんだなと改めて、すぐに関係改善は難しくても考えるヒントになりました。(60代)

講座報告③

2026年4月1日施行「離婚後共同親権」を学ぶ



日時：2026年2月14日（土） 14:00～16:00

講師：野崎 聖子さん（弁護士／うむやす法律会計事務所）

民法改正で、離婚後も父母双方が子どもの親権を持つことができる「共同親権」が4月1日から施行されます。単独親権か共同親権か、どちらかを選択できるようになったのですが、何がどのように変わるのか、うむやす法律会計事務所の野崎聖子弁護士に解説していただきました。

改正民法には「親の責務」が明文化され、①子の人格尊重 ②年齢発達の程度に応じた養育 ③生活保持義務が課せられました。本講座では共同親権の仕組みや、子どもの利益を最優先に考える視点について事例を交えて解説されました。多くの質問が寄せられ、受講者の関心の高さがうかがえました。



\受講者の声/

- ・自動的に「共同親権」に移行するわけではないことを知り安心しました。(30代)
- ・子どもが安心して暮らせる環境を整えるために、冷静に話し合いを重ねていきたいと思いました。(50代)

- ・「親の責務等の明確化」され、子どもにとっての利益がいかに重要かを実感しました。(40代)
- ・共同で子育てに関わることの意義を理解することができました。相手側と協力しながら、子どもの成長を支えたいと感じました。(40代)

講座報告④

「DV・モラルハラスメントを考える」



日時：2026年2月26日（木） 14:00～16:00

講師：比嘉 紀枝さん（琉球大学ヒューマンライツセンター特命准教授／公認心理士）



最初にDVの種類（身体的・精神的・性的・経済的）と定義づけから始まりました。当センターの電話相談「ダイヤルうない」でも、言葉や態度による「精神的暴力」は、現在DV相談の9割以上を占めています。

加害者は力（パワー）を用いて、相手を支配（コントロール）し権威を維持しようとします。暴力は、怒りや衝動を止められないから起きるわけではありません。暴力を行う側が自ら選択しているため、ふるう側に100%責任があるのです。飲酒は暴力の言い訳にはなりません。と、講師は語りました。

講師の包容力のある、やわらかいお人柄が、参加者に安心感を与え、理解が進んだのだと思います。

今後とも継続的に講座を実施し、相談窓口の周知に努めていきたいと思っています。

\受講者の声/

- ・講師が被害者の心情を深く理解して講義していたため、内容が理解しやすくDVについて、再確認できました。(40代)
- ・「暴力は行う側が選択している」この言葉は私にとって衝撃でした。「選択した結果の暴力」なのですね。(50代)

講座報告⑤

「オトコらしさの呪縛」男も（も）つらいよ



～男性の生きづらさについて考えよう～

日時：2026年2月28日（土） 14:00～16:00

講師：新垣 誠さん（沖縄キリスト教大学院大学 教授）

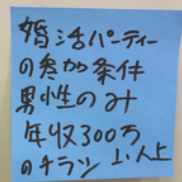
講師は沖縄県内における男女共同参画や性の多様性に関する審議会等の委員を務める、沖縄キリスト教大学院大学 教授の新垣誠先生。参加者は5つのテーブルに分かれて、感じている「生きづらさ」に関するモヤモヤをポストイットに書き出した後、ホワイトボードに貼り、先生が読み上げることで全員に共有しました。

その後【世界で最も“男はつらいよ”な日本人男性】と題して、男性の具体的な生きづらさについてデータを紹介。最も印象的だったのは、日本人男性の自殺率は女性よりも高かったこと。日本の歴史的背景や現代に至るまでのメディア戦略においても「男はこうあらねばならない」という刷り込みをされてきた経緯が動画を交えて紹介されました。質問タイムでは様々な質問が投げかけられ、男性らしくある（べき）を求められる事に、苦しめられる男性たちの「現実」が浮き彫りになる講座になりました。



\受講生の声/


- 時代の流れで考え方も変わってきていると思いました。(40代)
- Toxic masculinity（有害な男らしさ）なる言葉と意味を知れて良かったです。(50代)
- Q&Aコーナーが討論の場になって良かったです。(50代)
- 同じテーマで集う場を設けてください。(50代)
- 女性の生きづらさを考える時、とても重要なカギになると感じました。(60代)
- 意識して寄り添う必要があると感じました。(70代)



相談室「ダイヤルうない」

周囲に話せる人がいない、自分の気持ちをわかってもらえない。そんな時「ダイヤルうない」を利用してみませんか。生きがい、家庭の問題など、女性の抱える様々な相談に応じ、自分の意志で人生を選択するために情報提供し、サポートします。

- 電話相談（性別に関わらず、どなたでも）
- 面接相談（女性のみ・要予約）
- 法律相談（女性のみ・予約制）

 **098-861-7515**

相談時間▶月～土 午前9時～12時 / 午後1時～5時

面接相談
二次元コード



相談室「ダイヤルうない」の
面接相談の申し込みは
オンラインでも、できます！
面接相談のオンライン申し込みは、
仮予約です。正式な面談日は相談員
から、お電話いたします。

性の多様性に関する相談

あなたが「自分らしい生き方」を自らの意思で
選択できるように一緒に考えます。
どなたでもご相談ください。

ストップDV 情報提供

相談室「ダイヤルうない」では、ドメステック・バイオレンス（DV）で悩む方を支援するための情報提供を行っています。詳しくは相談室「ダイヤルうない」へお問合せください。

那覇市パートナーシップ・ファミリーシップ登録

那覇市パートナーシップ・ファミリーシップ
に登録される方へ「登録証明書」及び「登録
証明カード」を交付しています。
詳しくはお問合せください。

登録数：82組

うちファミリーシップ4組

2026年3月15日現在

これまでに登録された方へも

「登録証明カード」の交付ができます。

●お問合せ・申請の予約●

TEL：098-951-3203 月～金：午前9時～午後5時
※祝日、慰霊の日（6/23）、年末年始（12/27～1/3）除く

レインボー交流会の開催について

「交流の場がほしい」「性の多様性について語りたい」といった声から生まれた誰でも参加できる交流会です。

- 日時：4月11日（土）14:30～16:30
- 会場：なは女性センター学習室（なは市民協働プラザ1階）
- 主催：市民団体ていーだあみ
- メール：tiidaami.okinawa@gmail.com

【Facebook】でもお知らせしています♪

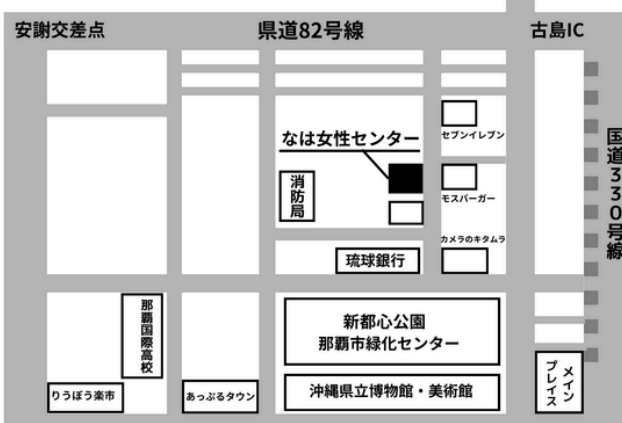


駐車場のご利用



「なは市民協働プラザ」の地下駐車場と消防局隣の「ナハメカルパーキング」をご利用ください。ご利用は有料です。センター利用者は料金の一部が免除されますので「駐車券」を事務室にお持ちください。

■ なは女性センター周辺地図 ■



新着本紹介



【内容】

虐待やDV、貧困、孤立など、追い詰められた末に「加害」と呼ばれる行為に至った女性たち。

その背景に何があるのか。「犯罪」という言葉の奥にある「生き延びるための選択」を問い直す一冊です。



書籍：『生きのびるための犯罪（みち）』
著者：上岡 陽江
出版：新曜社
発刊：2024年01月20日

開館時間

月～金：午前9時～午後9時

休館日

年末年始（12/28～1/3）

土曜日：午前9時～午後5時 日曜日・祝日・慰霊の日（6/23）

ホームページ



Instagram



FOLLOW ME

センター利用者駐車場利用

一部免除料金

最初の2時間まで

100円

最初の2時間を超え1時間ごと

100円