

なは女性センターだより 364号

なは女性センター市民講座2026

一般社団法人 **ある**

の活動から

若年層の妊娠・出産は、個人の問題として捉えがちですが、実際には、情報の不足、周囲の理解、経済的・社会的な支援体制など、社会全体が深くかかわるテーマです。

本講座では「一般社団法人ある」の活動を通して、若い世代の妊娠・出産の現状や背景を知り、当事者が孤立しない社会づくりについて、市民一人ひとりができることを考えます。



8月8日(土) 午後2時～4時

📍なは女性センター 🧑‍🤝🧑 36名 (事前申込/先着順)

若い世代の
妊娠・出産を
社会で支えるために



講師 安里 千恵子 さん

一般社団法人ある 理事

那覇市受託事業「10代ママの居場所ねいろ」統括

「一般社団法人ある」の理事として多様な社会課題に取り組み、若年妊産婦支援事業の責任者を務める。
那覇市受託事業「10代ママの居場所ねいろ」の運営のほか、民間の「10代ママくらぶ」、内閣府の避妊相談事業、グリーンワーク事業にも携わる。思春期ママたちの奮闘から日々学びを得ながら、地域のおとなが子どもを真ん中に手をつなぐ社会を目指す。
キャリアコンサルタント



お申込みコード
または
なは女性センターまで
ご連絡ください

対象者：支援者・若い世代とかかわりのある方・テーマに関心のある方

参加費：無 料

★市在住・在勤・在学の方は、手話通訳・一時保育(受入人数制限あり)を利用できます。

7月31日(金) 午後5時までに申し込みください。

発行のお知らせ

令和7年度 那覇市の男女共同参画事業概要



■那覇市の男女共同参画行政の概要 ■施策の体系

■令和7年度の事業概要 ■女性登用状況 その他

詳細は、なは女性センター
ホームページよりご覧ください



ご案内

令和8年度 那覇市女性デジタル人材育成支援事業
キャリアデザインセミナー&事業説明会 開催！ 受講生募集

就職や転職に役立つパソコンスキルを学び、キャリアコンサルタントの支援を受けながら希望する就転職を目指す講座です。この事業のキックオフとして、女性のためのキャリアデザインに関するセミナーと事業説明会を開催いたします。ご興味のある方はぜひご受講ください。

女性のためのキャリアデザインセミナー
& 事業説明会

テーマ 「彩る」私のキャリアデザインセミナー&事業説明会

日時 2026年9月6日(日) 11:00~12:30

会場 ヒューマンアカデミー那覇校 (那覇市牧志1-19-29 D-naha 8階)

P 専用駐車場はありません。近隣の有料駐車場または公共交通機関をご利用ください。

対象 那覇市内在住の就労意欲のある18歳以上の女性

定員 40名(事前申込/先着順)

受講料 無料

申込期限 2026年9月3日(木) 20:00

問い合わせ 委託事業者
ヒューマンアカデミー株式会社 ☎864-0190



セミナー&事業説明会
申込フォーム

講座報告

女性の起業という生き方
～夢をカタチにするはじめての一步～

■ 日時:2026年6月27日(土) 午後2時 ~ 4時

■ 講師:平良聡美 さん(sara book 代表/勉強カフェ那覇ラーニングスタジオ)

■ 系数詩穂 さん(合同会社country rose 代表社員/訪問看護ステーションcountry)

■ ファシリテーター:大城まさこ さん(EDISTAR 代表)



毎年6/23~6/29は、内閣府「男女共同参画週間」です。「男女共同参画週間」はすべての人が自分らしく輝ける社会を目指すことを意識づける期間ですが、その中からなは女性センターでは、「女性の起業」というテーマで講座を開催しました。特に起業する「はじめての一步」に注目し、起業したての2人の登壇者から体験談を語ってもらいました。ファシリテーターは大城氏です。



平良聡美 氏

「勉強カフェ那覇ラーニングスタジオ」を経営している平良氏。夫が遺した3000冊の蔵書とともに、自分に何ができるかを模索し続け、2025年に勉強カフェをオープン。起業活動の中で、ビジョンボードや出会いがあるかもしれないと名前だけの名刺も作成した。「うまくいく」と常に自分に言い聞かせ、苦手なお金の勉強もした。はじめは親の反対もあったが、周りに、同じく起業を夢見る仲間がいて、励まし合えたのが大きな力になったという。愛読書『カーネル・サンダースの教える人生は何度でも勝負できる!』(中野明著)を胸に、「チャンスは準備する人にしかやっこないと自分自身を鼓舞した」と語る。

訪問看護ステーションcountryを経営している系数氏。県外で看護師として従事していたが、紆余曲折ありながらも新しい挑戦をしたいと沖縄に戻る。3名の子を育てながら、3カ月半で起業を成し遂げた道のりは、「今から行ってもいいですか?」と創業センターへかけた一本の電話から始まった。そこから毎日走り続けたという系数氏は、「失敗することは考えなかった」と常に前向き。しかし、経営は始めから順調



系数詩穂 氏

ではなかった。利用者ゼロ、問い合わせもゼロ。通帳口座からお金が減っていくのを眺めていたこともあった。そんな中、知り合いに声をかけ続けていたところ、精神科Dr.から「不登校支援できますか?」との依頼が届いた。「とりあえず、やってみよう!」...そこから利用者が増えていった。起業して大変なこともあるが、自分で働き方を決められ、子どもたちの時間も作れるようになったと笑顔で語った。

後半は、受講者とともにグルーブトークを実施。より現実的な内容を深掘り、受講生のモヤモヤ感が少しずつ晴れていくことが感じられました。

最後に、大城氏より「一人で悩まず、専門機関や体験者からの話をぜひ参考にしてほしい」とエールを送られました。



ファシリテーター 大城まさこ 氏

\\ 受講者の声 /

- 人との関わりの中で出会いを大切にし、目的に向かっていくことがとても素敵だと思いました(30代)
- 自分のライフスタイルにあった働き方を見つける中で起業という方法も考えていきたい(40代)

講座予告

金城芳子没後35年
三木健が語る なは おんな 金城芳子

- 日時: 2026年9月12日(土) 午後2時 ~ 4時
 ■ 講師: 三木 健 さん(ジャーナリスト・元琉球新報記者・沖縄現代史研究者)

金城芳子は、女性が学び、社会で働くこと自体がまだ珍しかった明治期の沖縄で、自ら道を切り開いた先駆的な女性です。

沖縄近代史・女性史において重要な存在でありながら、これまで十分に語られてこなかった側面も少なくありません。

本講座では、金城芳子の人物像や歴史的意義を掘り下げながら、現代を生きる私たちの生き方や社会のあり方について、考えていきます。



写真提供: 公益財団法人 沖縄協会

金城芳子 Kinjo Yoshiko

那覇市生まれ (1902-1991)
 沖縄学の創始者・伊波普猷らの感化を受け、近代女性の自我に目覚めた沖縄女性の草分けの一人。
 社会福祉事業に携わり、東京ひめゆり同窓会や「東京おきなわふるさとの家」を主宰するとともに、沖縄協会評議員、「沖縄青少年相談相手」として、本土で働く沖縄 青少年のよき相談相手役を努めるなど精力的に活動されていました。

対象 定員 参加費
 関心の 40名 無料
 ある方



お申込み



ジャーナリスト

三木 健 Miki Takeshi

1940年石垣島生まれ 明治大学政経学部卒業後、琉球新報社に入社。編集局長、副社長など歴任。竹富町史編集委員、沖縄ニューカレドニア友好協会顧問(初代会長)、世界のウチナーンチュセンター設置支援委員会共同代表。『空白の移民史—ニューカレドニアと沖縄』(シネマ沖縄、17年)『沖縄と色川大吉』(不二出版、21年)『沖縄・八重山・五十年史—沖縄返還交渉から「オール沖縄」まで』(不二出版、24年)第53回伊波普猷賞受賞

サークル紹介

混元太極拳



なは女性センターでは、女性に関する諸問題についての学習や交流、その他の活動の機会として様々なサークルが利用しています。今回は、「混元太極拳」を紹介します。

～年齢を問わず、笑顔と健康を育む太極拳サークル～

ゆっくりとした呼吸と穏やかな動きが特徴の太極拳。中国を発祥とする伝統武術であり、心身のリフレッシュに最適なエクササイズです。足腰の強化やバランス感覚の向上、血行促進など、様々な健康効果が期待でき、年齢を問わずどなたでも無理なく続けられます。



活動を始めて8年を迎える「混元太極拳サークル」。誰もが笑顔で「言葉がなくても分かり合える」楽しい仲間が集っています。

サークルの魅力を問うと、「仲間と一緒に、無理せず、自然体で続けられることです。『ゆんたく』も楽しみです、気がついたら、筋力がアップしているのですよ♪」と愉快地話してくれました。



仲間と一緒に笑顔あふれる時間を過ごしませんか？

メンバーの声

- 始める前は疲れていても、動く疲れが和らぎます
- 筋力がつき、日常生活の動作もスムーズになりました
- 血行が良くなり、爪の色まで健康的に変わりました！
- 年齢を重ねても無理なく続けられるのが魅力です
- 一番長く続けている方は25年になります。そのくらい長く続けられるスポーツなんです！

サークル情報 混元太極拳サークル

活動日: 毎週土曜日 10:00～12:00
 会員数: 7名 (2026年4月20日現在)

一緒に楽しみたい方
 募集中!

ご案内

なは女性センター交流室のご利用について



なは女性センターでは、女性に関する諸問題等についての図書や各種資料等の閲覧、および貸出を行っています。また、交流室を自主学習の場としてご利用できます。



図書の貸し出し

対象 那覇市在住・在勤・在学中「図書貸出申請書」※本人確認あり
 をなは女性センター窓口へ提出された方

貸出期間 2週間

貸出冊数 お一人2冊まで

※「館内閲覧シール」があるものは、貸出できません。

※ 貸出期間内に返却できない場合は、なは女性センターまでご連絡ください。

がくしゅうしつ

ご利用時間

月～金 午前9時～午後9時
 土 午前9時～午後5時
 休館日: 日曜・公休日・年末年始・慰霊の日

ご利用時のお願い

- スペースに限りがありますので、譲り合ってご利用ください。
- フタ付き飲み物は可能ですが、それ以外の飲食は不可です。
- オンライン会議など、音を出すことは不可です。
- ご利用後は、きれいに片付けてください。



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、さまざまな相談に応じ、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）※

※那覇市在住・在勤・在学の方に限ります

 **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、ドメスティック・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」および「登録証明カード」を交付しています。
詳しくは、なは女性センターまでお問合せください。

※す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。

2026年7月1日現在

登録数 84 組

うちファミリーシップ 4 組



レインボー交流会

「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。

名前やセクシュアリティなど、話したくないことは話さなくても大丈夫。
多様な性を尊重する方なら、どなたでも歓迎します。

日 時：2026年 8月15日（土）14:30～16:30

会 場：なは女性センター学習室

参加費：無料

予 約：不要

主 催：市民団体てぃーだあみ

メール：tiidaami.okinawa@gmail.com



ホームページ



Facebook



instagram

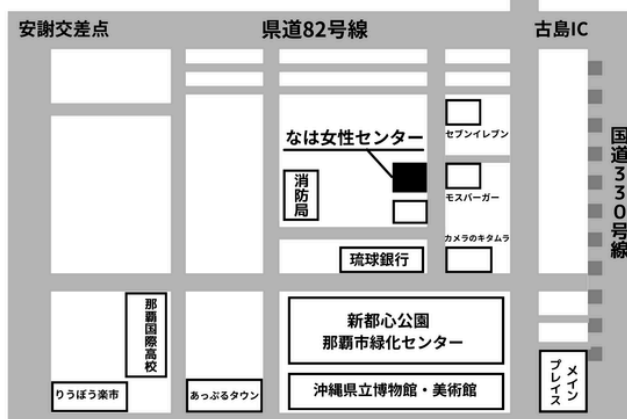


駐車場のご利用



「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



主人公の女の子の影は青。性別で
色や振る舞いが決められる社会の
中で、「女の子だから〇〇」とい
う言葉に傷つきながら、自分の好
きや在り方を言葉にしていきま
す。影の色という比喻を通して、
多様性と固定観念の更新、相互理
解の第一歩をやさしく伝える絵本
です。



書籍：あお！これがじぶんいろ
著者：スコット・スチュアート
翻訳：中島 潤
出版：株式会社 ゆまに書房
発行：2025年12月15日

開館時間

月～金：午前9時～午後9時
土曜日：午前9時～午後5時

休館日

日曜日・祝日
慰霊の日（6/23）
年末年始（12/29～1/3）

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



ホームページ



Instagram

follow us