

女性のための心とからだセミナー

なは女性センター講座2020

産婦人科医が見た 沖縄の若年妊娠

日時: **3月6日(土)**

午後**2時～4時**

場 所: なは女性センター

対象者: 関心のある方

定 員: 18人(事前申込先着順)

みうら こうこ

講師: **三浦 耕子**

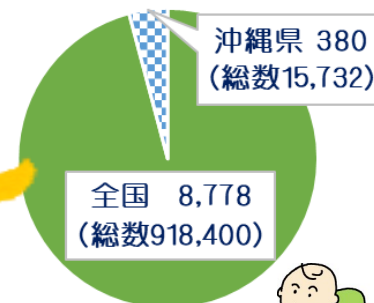
(沖縄県立中部病院産婦人科医)

1996年、弘前大学卒業。沖縄県立中部病院、北部病院、宮古病院で勤務。現在は県立中部病院の婦人科副部長。『沖縄県性暴力被害者ワンストップ支援センター』の副医療統括。長らく性暴力被害者へ関わってきた背景から、若年妊娠と各種社会問題とのリンク、現実的改善策に関心を寄せている。自治体や、性暴力被害者支援対象の研修などで、リプロダクティブ・ヘルス/ライツの視点を交えた講演を行っている。

- * 市在住・在勤・在学の方は、手話通訳が利用できます。3月1日(月)までに申し込みください。なお、一時保育は当面の間、休止いたします。
- * 新型コロナウイルス感染症などの状況により、変更する場合があります。

年間出生数に占める
10代妊産婦の割合
全国では**1.0%**に対し、
沖縄県は、**2.4%**と、
2倍以上

H30年全国若年妊婦出産数



※資料: Ⅲ母子保健の主たる統計
(「沖縄県の母子保健」令和2年度刊行(平成30年度資料))より

「女性の健康週間」(3/1～3/8)

女性が生涯を通じて明るく、充実した日々を自立して過ごすためには、生活の場(家庭、地域、職場、学校)を通じて、女性の様々な健康問題を社会全体で総合的に支援することが重要です。厚生労働省では、毎年3月1日～3月8日までを「女性の健康週間」と定め、女性の健康づくりを国民運動として展開しています。

なは女性センターでは、この期間に合わせ、「女性のための心とからだセミナー」を開催いたします。

なは女性センターを利用される皆さまへご協力のお願い

「なは女性センターにおける新型コロナウイルス感染拡大予防ガイドライン」に沿って、ご利用いただきます。

体調のすぐれない方は、ご利用をお控えください。マスク着用、検温、手指消毒のご協力をお願いします。

今後の状況により、変更する場合があります。最新の情報は市ホームページでご確認ください。

「緊急事態宣言」期間中、開館時間を短縮しています。(※月～金：午後8時閉館)



再就職・離職・転職を考えている方へ ～コロナ禍での働き方について～



新型コロナウイルス感染症拡大で影響を受けた企業、事業所は多く、失業者も増えました。その大半が、パートタイムや非正規で働く労働者です。また、コロナ禍の影響で自宅待機、テレワーク等、働き方の変化に戸惑いを感じる人や、転職や副業、起業、資格取得やスキルアップなど行動を起こす人も増加し、自分のこれまでのキャリアを見つめ直す方も多くいるようです。今回の講座では、さまざまな就業形態に変わりつつある社会の中で、パートタイム労働者が自分の雇用はどう保障されているのか、離職や転職をする際に、知っておくと役立つ労働の制度や支援策についてお伝えし、情報を活用する方法を考えていきます。



日時：**3月9日(火)**
午後2時～4時

場所：なは女性センター

対象者：関心のある方

定員：18人(事前申込先着順)

*市在住・在勤・在学の方は、手話通訳が利用できます。3月2日(火)までにお申し込みください。なお、一時保育は当面の間、休止いたします。

*新型コロナウイルス感染症などの状況により、変更する場合があります。

内容

- ・離職、転職する際の雇用契約での注意点
- ・年金制度、健康保険などの社会保障制度について
- ・国や地方自治体などの支援について

たからえりこ

講師：**高良 恵利子**

(社会保険労務士/キャリアコンサルタント)



社会保険労務士。産業カウンセラー、認定心理士、キャリアコンサルタント。1997年に社会人編入した沖縄国際大学文学部社会学科心理コースを卒業。大学で学んだ心理学を活かし、なは女性センター相談員、21世紀職業財団の再チャレンジサポートコンサルタント、沖縄障害者職業センターのリワーク支援など、女性、高齢者、障がい者等の就職支援・相談業務に従事。2016年に社労士オフィスE.T(イー・ティー)を開業し、ハローワーク那覇の年金アドバイザーを兼務。労働法・社会保障制度、キャリア形成支援、メンタルヘルス対策、コミュニケーション講座等の講師を務めている。

3月8日は、 国際女性デーです。



1904年3月8日にアメリカ・ニューヨークで婦人参政権を求めたデモが起源となり、国連によって1975年に3月8日を『国際女性デー』と制定されました。

女性への差別撤廃と女性の地位向上を考え、行動する日となっています。

ジェンダーの平等と、女性のエンパワーメントに向けた取組みが、日本各地でも行われています。この機会に、「私にできることを考えてみませんか」。

講座予告

なは女性センター主催講座

『女性のうつを理解する』(仮題)

日時 **3月24日(水)** 午後**2時～4時**

◆講師：竹下 小夜子(精神科医)

◆場所：なは女性センター学習室

◆対象者：関心のある方

◆定員：18人(事前申込先着順)

*新型コロナウイルス感染症などの状況により、変更する場合があります。



講座を 終えて

講座名:「STOP! 介護離職」～介護に備えて～ (参加者12人)

開催日:2020年12月19日(土)午後2時～4時

講師:新本 当彦(那覇市地域包括支援センター小禄所長・主任介護支援員)



高齢者の介護を「社会全体で支える」ことを目的として、「介護保険制度」が2000年に施行され20年が経ちました。介護や看護を理由とした、介護離職の防止が叫ばれて久しいですが、なかなか状況は変わりません。

今回の講座では、地域包括支援センター小禄の新本所長に介護や看護と仕事を両立させるために必要な情報と方法を学びました。

「介護を続けていけるために」は、

①相談できる所(職場、市役所、地域包括支援センターなど)、相談できる人(家族、親族、知人、民生委員、地域など)を確保すること。

②介護休業制度、介護保険制度を活用すること。

③力任せの無理な身体介護ではなく、身体に負担をかけない介護技術を習得することも大切です。

完璧に介護をしようとする、無理をして介護疲れが蓄積してしまい、心身のバランスを崩しかねません。「共倒れ」になる前に、介護者自身の体調にも気をつけ、「短期入所生活介護」等を活用し、介護によるストレスを上手く解消することも大切です。

地域包括支援センターには、保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員、認知症地域支援推進員などの専門家が揃っています。介護に関することや、高齢者の健康や福祉、生活に関する相談だけでなく、その家族や近隣に暮らす高齢者に関する相談も受けています。

介護に関する悩みや苦しみを独りだけで抱え込まないで、専門家に相談することが重要だと知りました。

誰もが、いずれ一人で出来ることが少なくなり、介護が必要となる場合があるかもしれません。他人事ではなく、自分の問題として考える時間となりました。



Book



★女性問題やジェンダーに関する
図書の貸し出し及び資料の閲覧が
できます。

☆貸出し期間:2週間 お一人2冊まで

新着本を
ご紹介します♪

①『プレ更年期 1年生』

その不調、すべて女性ホルモンの減少が原因かも!

対馬ルリ子 著/つちや書店 発行/2019年6月発行

②『親に壊された心の治し方』

「育ちの傷」を癒やす方法がわかる本

藤木美奈子 著/講談社 発行/2017年1月発行

③『精神疾患をもつ人を、病院でない所で支援 するときにまず読む本』

小瀬古伸幸 著/医学書院 発行/2019年9月発行

④『自分らしく働く』

LGBTの就活・転職の不安が解消する本

星 賢人 著/翔泳社 発行/2020年3月発行

⑤『お母さん!学校では防犯もSEXも避妊も教えて くれませんか!』

のじまなみ 著/辰巳出版 発行/2018年12月発行

第29回 金城芳子基金

『金城芳子基金』は、「沖縄女性の地位向上のために
役立てたい」と願っていた、金城芳子さんの生前の強い
意志により、ご遺族によって1992年に創設されました。

助成金額
30万円
助成件数: 1件

沖縄の女性のため、社会的に
意義のある活動や調査研究を
行う個人、団体及びグループ
に資金を助成します。

助成対象: 原則として女性であること
(個人、団体及びグループ)

応募方法: 自薦、他薦は問わない

応募用紙: 「公益財団法人 沖縄協会」のホームページから
ダウンロード可

募集締切: 令和3(2021)年3月31日(水) *当日消印有効

審査発表: 令和3(2021)年4月下旬

問い合わせ・応募先

「金城芳子基金」運営委員会

事務局長: 浦崎 成子

電話: 098-944-5025

e-mail: urasaki1@diary.ocn.ne.jp



↑ アクセス
公益財団法人
沖縄協会

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、自分の意思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
- 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**
月～土 午前9時～12時／午後1時～5時

「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」へお問い合わせください。



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。

那覇市パートナーシップ登録

「那覇市パートナーシップ登録」は、戸籍上の性別が同じである2人の申請に基づき、市長が両者をパートナーシップ関係にあると認めた場合、その関係について登録簿へ登録し、証明書を交付するものです。

■「性の多様性を尊重する都市・なは」宣言(レインボーなは宣言)の理念に基づく取組です。登録によって何らかの法律上の効果(婚姻、相続、税金の控除など)が生じるものではありません。

■お問い合わせ・申請の予約■

098-951-3203

◆月～金：午前9時～午後5時

* 祝日、慰霊の日(6/23)、年末年始を除く

登録数 **33組**
2021年2月15日現在

レインボー交流会を開催しています!!

「交流の場がほしい」「当事者と知り合いたい」「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。みんなが安心して語り合える場所作りを目指します。

開催日：3月13日(土)14時～16時

テーマ：「コロナにかかったらどうする? LGBTQ+」

主催：市民団体ていだあみ

問合せ先：tiidaami.okinawa@gmail.com

※「レインボー交流会okinawa」で検索すると、フェイスブックで最新情報を確認できます。

→ <https://www.facebook.com/rainbow.okinawa/>

with you おきなわ

沖縄県性暴力被害者ワンストップ支援センター

はやくワンストップ
#8891
24時間365日

性暴力の被害にあわれた方の意思を尊重しながら、医療的支援を含めた必要な支援を行っています。24時間365日体制で相談を受け付けていますので、いつでも相談できます。

◆なは女性センター講座について

*受講希望の講座は、なは女性センター窓口、電話、FAX、Eメールでお申し込みください。また手話通訳、一時保育(現在休止中)の利用は、那覇市在住・在勤・在学の方が対象です。(事前予約が必要)

お問い合わせ

那覇市銘苅2-3-1(なは市民協働プラザ1FAコア)
TEL. 098-951-3203 FAX. 098-951-3204
Email: s-heidan002@city.naha.lg.jp

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

年末年始(12/29～1/3)

日曜日・祝日・慰霊の日(6/23)

駐車場のご利用について

「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」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。

☆なは女性センター利用者の一部免除料金

最初の2時間まで	100円
最初の2時間を超え1時間までごとに	100円

※利用時間に1時間に満たない端数があるときは、その端数を1時間として計算する。



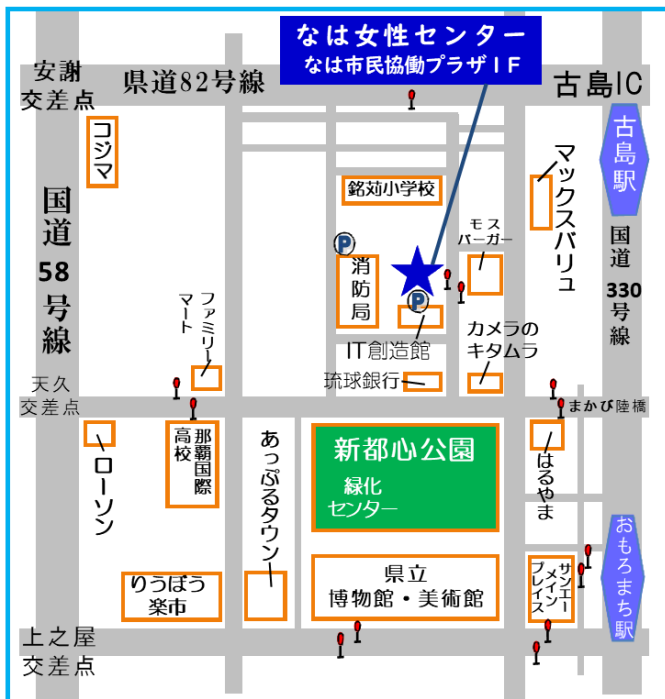
メール



ホームページ



Facebook



- ゆいレール「古島駅」から徒歩7分・「おもろまち駅」から徒歩20分
- 路線バス ★なは市民協働プラザ前バス停 IO 牧志新都心線
★銘苅一丁目バス停 8首里城下町線 徒歩3分
[国道330号側] ★興南高校前バス停 ★真嘉比バス停 徒歩7分
[県道82号側] ★古島バス停 徒歩7分

