

なは女性センター講座2023

ダイバーシティ (Diversity & Inclusion) & インクルージョン

～違いを認め、つながり合う社会に向けて～

「ダイバーシティ(Diversity)」は、人の多様な生き方が認められ、互いに受け入れ合うことを意味します。最近では「インクルージョン(包摂)」とセットで「ダイバーシティ&インクルージョン(多様性と包摂、D&I)」と使われることが多くなってきました。多様性を高めるだけでなく、個性を認め合い、心理的安全性を確保することが重要とされています。孤立せずに誰かとつながりあえる安心、安全な社会のあり方に通じる考え方です。

本講座では、ダイバーシティとインクルージョンをテーマに、アメリカ国務省主催の交流プログラムを昨年の夏に受講した、琉球新報社の玉城江梨子さん(琉球新報社 広告事業局 副部長)を講師に迎え、カリフォルニア州議会のLGBTQ議連やサクラメントLGBTコミュニティセンターの取り組みなど、先進事例を紹介してもらいます。

多様な生き方を阻んでいる、様々なアンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)に気づき、それぞれの能力が発揮され、生きやすい社会づくりの在り方を参加者と共に考えます。

日時 **5月27日(土) 午後2時～4時**

たまき えりこ

講師: **玉城 江梨子さん**(琉球新報社 広告事業局 副部長)

会場: なは女性センター 第2学習室

対象者: 関心のある方

定員: **36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。

5月19日(金)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。



講座のお申込みは、
QRコードからでもできます。

●講師プロフィール

2004年琉球新報社入社。編集局南部報道部、社会部、デジタル推進局デジタル編集担当、編集局政経グループ経済班・編集委員などを経て、23年4月から現職。2022年8月には約3週間、アメリカ国務省主催の交流プログラム(International Visitor Leadership Program = IVLP)に参加した。主な取材テーマは流通小売、女性、医療、沖縄戦など。2005年「沖縄戦新聞」で新聞協会賞、2012年「復帰39年医療保健の足跡」でファイザー医学記事賞優秀賞。最近の楽しみは子どもと一緒に「推し活」をすること。



なは女性センターを利用される皆さまへ

体調のすぐれない方は、ご利用をお控えください。なお、ご利用の際のマスク着用につきましては、政府の「新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針」に沿い、個人の判断に委ねることといたします。

講座を終えて

講座名:女性のための心とからだセミナー 講師:大島教子先生(Joyレディースクリニックくもじ院長)

①「月経(生理)にまつわるトラブルと女性ホルモンの関係」

開催日:2023年2月10日(金)午後7時~8時30分 / 参加者:21人(アンケート回答19人)

②「更年期をより良く過ごすために知っておきたいヘルスケア」

開催日:2023年3月3日(金)午後7時~8時30分 / 参加者:28人(アンケート回答26人)



▲講師の大島 教子先生

今回の「女性のため心とからだセミナー」は、厚生労働省が定めている、「女性の健康週間」(3月1日~3月8日)にあわせて、主体的に自分の心とからだの健康について考える機会になるようにと、大島教子先生をお招きし2回の講座を開催しました。

第1回目は、主に月経のしくみについて、スライドや画像をみながら詳しくお話いただきました。

10代から60代まで幅広い年代での参加があり、ご自身に不調がある方以外に、親子での参加や将来の娘のためになどの受講動機もありました。

講座の中で、婦人科を受診する際には、自分の生理のサイクルをきちんと伝えられるよう、基礎体温表や生理周期の記録をつけることをすすめられました。実際に大島先生のクリニックを受診した中学1年生の子が、生理周期をきちんとメモをとって持参したエピソードを話されました。

第2回目の講座では、ライフステージによって変動する「女性ホルモン」についてお話いただきました。「女性ホルモン」の減少により、からだに現れる症状、例えば、月経周期の異常の始まりを記録しておくことをすすめられました。

月経の異常から、さまざまな病気につながることもあるので、不調が続く時に我慢しすぎず、家族や友人に相談、協力を求める、かかりつけ医や産婦人科医へ相談する、受診するようにとアドバイスされました。そして、産婦人科で行う治療の中で、ホルモン補充療法(HRT)があり、その開始時期や効果と合併症について、説明がありました。

講座後半は、受講者からの質問票に記された、個々に感じている不調や不安に感じていることやその治療法などに、大島先生が一つひとつ丁寧に教えてくださいました。

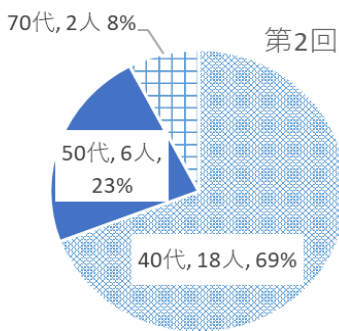
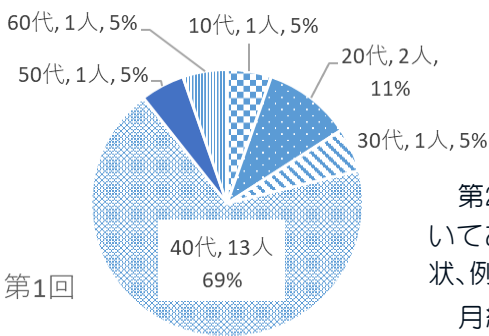
受講者のアンケートには、「とても分かりやすく、学ぶことがいっぱいでした。20年前に学んでいたらと思いました。(生理に対しての考え方が変わっていたと

思います)」、「先生の最後の言葉「より豊かな人生を送るために」で少し気持ちが軽くなりました」、「自分の体に関する理解が深まり、マイナスに捉えていた「更年期」イメージが軽減できた」などのメッセージが寄せられました。

講話途中のスライドに、大島先生が撮影された綺麗な空の写真が数枚、映し出され、気持ちが和みました。自分の心のリラックス法を探すことも大切なことだと学びました。



講座の様子(第2回)▶



★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

新着本です♪

①『言葉を失ったあとで』

信田さよ子・上間陽子 著/筑摩書房
2021年11月発行/348ページ



②『母親になって後悔してる』

オルナ・ドーナト著/鹿田昌美 訳/新潮社
2022年3月発行/304ページ

③『日本のフェミニズム』150年の人と思想

井上輝子 著/有斐閣/2021年12月発行/342ページ

④『ADHDの旦那って意外と面白いんよ』

本気で発達障害に向き合った夫婦の物語
ナカモトフウフ 著/講談社/2022年3月発行/143ページ



⑤『男性育休義務化の基礎知識』

男性育休の教科書
片野温・羽田光 編集/日経BP
2021年4月発行/102ページ



⑥『当たり前の日常を手に入れるために』

性搾取社会を生きる私たちの闘い
仁藤夢乃 編著/影書房/2022年9月発行/341ページ

⑦『黙殺される教師の「性暴力」』

南彰 著/朝日新聞出版/
2022年3月発行/278ページ

講座を 終えて

講座名:「性の多様性と人権～ありのままの自分を生きる～」 開催日:2023年3月25日(土)午後2時～4時
講師:宮城 里沙さん(「いろんな想いのカタチ」代表) 参加者:16人



▲講師の
宮城 里沙さん

那覇市は、2015年7月に「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)を発表し、「性的マイノリティ」への理解を拡げ、生きづらさからの解放に取り組んでいる中、同性婚の法制化について後ろ向きな首相答弁に加え、元首相秘書官のヘイト発言が報道され、当事者がどのような思いで聞いたのかを想像すると、心が折れてしまいそうになる時の講座開催でした。

小学校の臨時教諭として10年間働き、現在は小学校の非常勤講師として勤務し、プライベートでは、同性パートナーと事実婚で、ママ二人、子ども一人の3人家族で生活している宮城里沙さんをお招きして、お話をさせていただきました。「多様な性」についての講義では、性別は、女と男だけではなく、「顔が違うように性別も違う」ことを4つの要素で説明してくれました。①「こころの性」自分が認識する性別です。「性自認(=Gender Identity)」とも言います。②「からだの性」生物学的な性別です。生まれたときに医師の判断で割り当てられます。③「好きになる性」恋愛や性的欲求の対象となる性です。「性的指向(=Sexual Orientation)」とも言います。④「表現する性」服装やしぐさ、言葉遣いなどから表現される性です。



宮城さんは、学校現場で子どもたちと向き合っている中で、10代の当事者の自殺率が高いことに心を痛め、悩み、当事者に寄り添う支援として、「性の多様性と人権」をテーマに小中高生に向けた講演会や教員向けの研修などを意欲的に行っています。性別に関係なくズボンやスカートなど制服を選べる「制服選択制」は、沖縄の県立高校では制服を定めている57校全校で導入しており、県内公立中学校では、制服を定めている139校のうち97%に相当する135校が制服を選択できるようになりました。ジェンダー平等の視点に立った人権教育の取り組みが、ますます必要とされています。



受講後に感じたことは、まず、「多様な性」について知ることが大事です。誰でも「知る」前は「知らない」のですから、そして、一歩前に進んで行動してみることです。例えば、今回のような講座に参加して、学んだことを周囲の人に伝えることも大事です。また、6色のレインボーバッジをバッグや身に着けることで、アライ(AIly=仲間や味方)であることを示し、アライの仲間の輪を広げることで、自分も社会も変わっていくのではないかと思います。宮城さんの、気づきの多いお話に、誰もが排除されることなく共生できる社会について考える充実した時間となりました。

平和交流 ・男女参画課から

4月になり、なは女性センターでは、新たな旅立ち、出会いがありました。スタッフからのメッセージをお届けします。

なは女性センター担当主事です！

はじめまして。この度、市民税課から異動してきました。これまで税に関する業務を行ってききましたが、これから初めてだらけの業務に従事することとなり不安はありますが、楽しみながらやっていきたいと思えます。女性センターでの様々な取り組みを通して知識を積み重ね、成長したいと思えます。元気に明るく気合入れて取り組みたいと思えますのでこれからよろしくお願ひします。(森芳 克哉)

新しくスタッフとなりました。

こんにちは。4月から指導員として新しく仲間入りすることになりました。とても緊張していましたが、優しく温かいスタッフの皆さんに色々教えてもらって、これからたくさんのお話を吸収していきたいと思えます。不慣れな事も多いですが、笑顔で頑張ります。どうぞよろしくお願ひ致します。(大庭 紗英)

新スタッフです！

4月から新しく仲間入りすることになりました。慣れないことだらけですが、スタッフのみなさん温かい方々で笑いの絶えない職場です。市民の方々のお力添えになれるよう、スタッフの皆さんとがんばっていきたく思います。どうぞよろしくお願ひ致します。(宮城 千恵)

～あつという間の4年間でした～

これまで、たくさんの方々に大変お世話になりました。この場をお借りして、お礼申し上げます。女性センターでは、「ジェンダー平等の推進」や「性の多様性の尊重」など、私たちの生活に直結する業務に携わることができました。そのおかげで、家事や育休取得に無頓着だった私を、ひと回りふた回りも成長させてくれました。これからも、なは女性センター(実はインスタも開設しています)をよろしくお願ひいたします。(仲宗根 学)

出会いと学びに感謝です。

「ジェンダー平等の実現は、多くの課題解決の鍵になる」。なは女性センターで過ごした1年2カ月、講座の開催や広報紙の執筆などを通し、そんな希望を感じていました。素晴らしい方々との出会いと学びに感謝です。性別や年齢にかかわらず、沖縄で生きる誰もが伸びやかに働き暮らせるよう、私自身これからも日々を大切に過ごしてまいります。(佐藤 ひろこ)

女性センターでの経験を糧に歩きます。

なは女性センターは、沖縄の女性たちが蓄積してきた史資料に出会える宝箱のような場所です。女性たちの活動の拠点となる女性センターで働くということに、日々私自身が支えられていました。「沖縄女性たちがたどってきた道のりを知る」「社会に弱くされてしまう人々の声を聴く」「彼女たちから学ぼう」。そう思い続けるきっかけとなった2年間でした。女性センターでの経験を糧に、ゆっくり歩き続けられたらと思います。(玉城 愛)

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」を利用していませんか。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。

周辺地図



■ モノレール「古島駅」下車 10分

路線バス

- 新都心区内(10番)なは市民協働プラザ前バス停すぐ(8番)銘苅1丁目バス停下車5分(99番)那覇国際高校前下車7分
- 県道82号線側 古島バス停下車10分
- 国道330号線側 真嘉比バス停・興南高校前バス停各下車10分

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
※利用時間が1時間に満たない場合は1時間として計算。	

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・ファミリーシップ登録」は、市長がパートナーシップ・ファミリーシップの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、「登録証明書」及び「登録証明カード」を交付するものです。

登録数 **49組**

2023年4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。

- 「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)の理念に基づく取り組みです。登録によって何らかの法律上の効果(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

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(12/29～1/3)を除く

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。

開催日時: 2023年5月20日(土)午後2時～4時

場所: なは女性センター(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

※「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。



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 24時間 365日

TEL **#8891**

※繋がらない場合は、098-975-0166へ

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、申込みQRコード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)

お問合せ

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

開館時間	休館日
月～金:午前9時～午後9時	年末年始(12/29～1/3)
土曜日:午前9時～午後5時	日曜日・祝日・慰霊の日(6/23)



なは女性センター
メール



なは女性センター
ホームページ



Facebook