

特定非営利活動法人  
和歌山 e かんぱにい



ニュースレター VOL. 5  
(2014. 3)

## —contents—

P 1. イベントレポート

エンパワー・エンカレッジ研修会

P 3. お試しあれ♪ 布ナプキン

P 4. 開催します♪「大人のための絵本会」

P 5. eか・んコラム

『eかんぱにい おすすめ♡ブック♡』

『知っ得！なっ得！ジェンダー用語』

編集後記



イベントレポート☆エンパワー・エンカレッジ研修会  
「～自分をもっと好きになる～  
カラダとココロの『女子力』 up! 講座」

男女共同参画の視点を持った人材を育成するため、子育て中の若い世代を対象にリプロダクティブ・ヘルス/ライツの観点からの4回連続講座を開催しました。

それぞれのテーマは「布ナプキン」、「子育て」、「大人の性教育、命の誕生」、最後にDVや女性の人権にまで広げ、「女性として知ってほしいこと」で展開しました。



布ナプキンについては、宮崎公立大学准教授の  
しかたゆみ  
四方由美さんからリプロの視点でのお話をうかが  
いました。市販のケミカルナプキンは、高分子吸  
体が良いものとしてCMなどで紹介されているが、

実際は体を冷やし、子宮の水分や経血を吸い出してしまうため子宮が収縮し痛みを感じ、より生理痛がひどくなっているということ。布ナプキンを使用するとからだに優しい変化が起きること。処理が大変そうと思う布ナプキンのほうが、簡単に洗えてゴミにならない、におわないなどの利点がたくさんあることを知りました。この講座終了後、参加者からは布ナプキンを使いたいとの声が多く、eかんぱにいでとりまとめ布ナプキンを購入。現在、布ナプキン愛好者の輪を広げつつあります。実際に使用してみると、その温かさや洗濯の簡単さ、それ以上に生理期間が短くなり夜はほとんど気にせず眠れるなど、「一度使うと心地よくてケミカルナプキンには戻れない」という感想を多くいただいています。

子育て編では、主に乳幼児の子育て真っ最中の方などが参加。幼児教育の専門家、つばさ保育園園長の市原悟子さんから子どもの発達についてのお話を聴き、子育ての悩みについてのQ&Aを行いました。参加者一人ひとりの子育ての悩みに丁寧に答えていただき、参加者にとっては、ほっと癒される時間になったようです。





3回目は助産師の中西理予<sup>なかにしまさよ</sup>さんから、大人向け

の性教育として、命の誕生などについてお話いただきました。ワークでは自分を大切にすることについて学びあいの機会となりました。私たちが生まれてきたことがいくつもの奇跡の連続によるもの

であることを知り、自分を愛することの大切さや、生まれてきた命をあるがままに受け入れることへの気づきとなりました。

最終回は心理カウンセラーの市場恵子さんから、リプロの視点で女性の人権やDVなどについて学びました。歌と詩の朗読を交えゆったりとした時間を共有しました。午後からは講師を交えての交流の時間としました。講師が持参した『パパ、ママをぶたないで』というノルウェー映画 — 子どもから見たDVをアニメで表現したこのアニメで表現した作品— を鑑賞し、DVを深く学ぶ機会となりました。



小さい子どもさんがいる中で、2人の方が4回連続で参加いただけたのをはじめ、単発の参加もOKとし、のべ46人の参加がありました。またこのような講座を企画・運営してみたいとお名前をいただいた方もおり、来年度に向けて一緒に企画していけたらとスタッフ一同楽しみにしています。参加者からは「楽しく勉強させていただきました。今年の自分を振り返り、来年のことも考えられる時間となりました。ジェンダー、DV、女性の性に関することの内容が良くわかった。ありがとうございました」「自分のことをもっと大切にしようと思ったし、女性に生まれてよかったと思った」といった感想もいただき、参加者にとってもスタッフにとっても充実した講座となりました。(平野)

※市場恵子さん紹介DVD「パパ、ママをぶたないで！」

ノルウェーのアニメータ・キリ監督が6年かけて完成。広島国際アニメーションフィルムフェスティバル2010グランプリ受賞。DVDのお問い合わせは、(株)パンドラ (03-3555-3987 info@pan-dora.co.jp まで)



## お試しあれ〜♪ 布ナプキン

研修後、スタッフ（井上）も布ナプキンデビュー。それまでの生理時のストレスが激減しました！(^)！ 扱いは思った以上にカンタンです。生理用だけでなく、おりもの用、尿モレ用などとしても使えるスグレモノ。ぜひ、お試しあれ〜 スタッフ3人とも？「もう手放せない」

今回のエンパワー・エンカレッジ研修会で紹介された布ナプキン。化学的な処理や漂白をしていない、未ざらしのネルなので、肌ざわりはとても優しく、着けると腰回りが温かく感じます。



布ナプキン

「どんな風に使えばいいの？」と思ったあなたには、このパンフレット！『はじめてみよう！布ナプキンLife』。(四方由美さん監修)



布ナプキンの分かりやすい使い方、布ナプキンへの疑問や不安について、使用者の声などから解説してくれています。

「自分のからだのことを大切にしよう」、そんな気持ちになれるステキなパンフレットです。

りいぶる図書室リプロコーナーでも閲覧できます。  
宮崎県内の電子書籍サイト「ミヤザキイーブックス」  
(<http://www.miyazaki-ebooks.jp/>) で読むこともできます。  
サイト内『布ナプキン』で検索してください。

### ひろげよう〜布ナプキン愛好者の輪〜

布ナプキンを使ってみたい！ 実物を見てみたい！

eかんぱにいで、布ナプキンの取扱いをはじめました。(5枚セット 1650円)  
購入前にサンプルをご覧になりたい方など、布ナプキンについてのお問い合わせやご注文は、メールでお願いします。

メールアドレス：ecompany821@gmail.com まで。

ココロに栄養、届けませんか？

## 大人の絵本の会 開催します♪

仕事や家事、子育て…と、気がつけばあっという間に過ぎる日々。  
少しだけ、ひと休みしませんか。  
絵本から感じる、“ことばの栄養”。  
あなたのココロにじんわりと、ゆっくりと。

大人だけの  
読み聞かせです♪

### 大人の絵本の会 (読み聞かせ)

詩の朗読や  
絵本の読み聞かせ、  
大人も  
楽しみたいですね。

(^^)

ゆったりとした  
時間を過ごしませんか？  
みなさまのご参加、  
お待ちしております。

☆0歳児からの  
一時保育も  
あります☆  
(定員あり)

主催：  
特定非営利活動法人  
和歌山eかんぱにい

後援：和歌山県男女共同参画センター“りいぶる”

日時：3月19日(水) 10:30~11:30

場所：和歌山県男女共同参画センター“りいぶる”

図書・交流スペース (和歌山ビッグ愛9階)

一時保育：あり(0歳から就学前までのお子さんを無料で預か  
ります。定員あり。事前申込必要3/12まで)

申込み・問合せ：NPO 法人和歌山eかんぱにい

メール ecompany821@gmail.com

電話 090-8375-1333 (平野)

※0歳からのお子さんをお預かりします。(定員あり、3月12日まで連絡)  
このイベントは、男女共同参画センター“りいぶる”の後援を得ています。

# eか・ん コラム

## eかんばんにい おすすめ♡ブック♡

“りいぶる” 図書室の蔵書から、スタッフ選りすぐりの2冊です。  
ぜひ図書室へお立ち寄りください(\*^\_^\*)

### おんなの・ほん わたしのくすりばこ



著 者：増田智江  
出版社：三五館

女性のからだについて、中学生でも読めるようにわかりやすく解説されている。「今の健康のために、将来のあかちゃんのために、おばあちゃんになってからのために、知っておくべき『わたしのからだ』とセルフケアの方法を伝えたい」「自分でケアができるからこそ、関心ももてるし、正しい知識を知ろうとして、病気やトラブルを予防できるはず」と著者。

私たちが多くを学んでこなかった自分のからだ、その変化がわかる女性になってほしいとの思いが込められた一冊。

大人の絵本の会で読み聞かせしま〜す

### 猫の事務所



作：宮沢賢治  
絵：黒井健  
出版社：偕成社

宮沢賢治の童話を、黒井健が繊細に描く大人の絵本。

寒さに弱く夜はかまどの中に入って眠るため、からだがいまも煤で汚れている「かま猫」。そのことから、かま猫は猫の事務所のほかの猫たちに嫌われ、ひどい仕打ちにあう。どうしたらかま猫を救えるのか、そのために何が 필요한のか…。

黒井健の絵がより深く心につきささり、現代社会にもある理不尽な差別やいじめについて深く考えさせられる。

## 知っ得！なっ得！ジェンダー用語

ジェンダー用語って、毎日生きる上で得はあっても損はないものばかりです♪ 今回はこの2つをチョイス！



### — エンパワー・エンカレッジ —

「エンパワー」の意味は、「力をつけること」。女性にとっては自分自身の生活と人生を決定する権利と能力を持ち、社会的・経済的・政治的な様々な分野で参画していく、そのためのパワー（力）をもつことです。1995年第4回世界女性会議の「行動綱領」は、「女性のエンパワーメントに関するアジェンダ（テーマ・議題）である」とされ、12の重大問題領域（貧困、教育と訓練、健康、女性に対する暴力、人権、メディア、環境、女兒など）を設定、戦略目標と政府やNGO等のとるべき行動指針が示されました。

「エンカレッジ」の意味は、「励ます、発達などを促進すること」。エンパワーした女性たちが、さらに発展して社会で活動していくイメージでしょうか。長い間、力を持つことを阻まれてきた女性たちが、自己決定して行動する。「女性が強くなって男性は立場がない」なんて言う人もいますが、「女性がカッコよく輝いているから、男性も輝いている」、こう言う男性、いませんか。

### — マタハラ・パタハラ —

「マタハラ」はマタニティ・ハラスメント、「パタハラ」はパタニティ・ハラスメントの略。職場の上司や同僚が、女性社員に対して妊娠・出産を理由とした解雇や嫌がらせをするマタハラに対して、パタハラは男性社員の育児休業取得や、時短勤務などを活用することへの嫌がらせを指します。特に、マタハラは“セクハラ”よりも被害が深刻だといわれています。

新しい言葉に聞こえますが、これまで表面化してこなかっただけ、とも考えられます。根底には、「色々な働き方があっていい」という多様化を認める意識が欠けていることや、「育児は女の仕事。男が仕事に私生活を持ち込むな」という批判意識があるのかも…。

それって、相手の立場を想像する、少しの“思いやり”だけなんだけどなあ…。

それぞれが「自分らしい」働き方ができることは多様な生き方、ダイバーシティの意識ですよ。職場がお互いを尊重しあえる環境なら、業績アップもまちがいないし！

## 編集後記



ソチオリンピックが開幕し、連日、様々な競技に出場した日本人選手たちの健闘ぶりが報道されました。10代から、“レジェンド”とよばれる40代まで…。

和歌山でも、来年にはいよいよ「紀の国わかやま国体」が開催です。どんな盛り上がりを見せるのでしょうか。

出るか、“和歌山レジェンド”、“紀の国クイーン” …。

「男女共同参画」は“レジェンド”になりませんように。

## あなたも会員になりませんか？

和歌山eカンパには、平成21年5月に認証された特定非営利活動法人です。一人ひとりが持てる力を十分発揮できる男女共同参画社会の実現をめざしてさまざまな活動を展開し、ふるさと和歌山を元気にすることを目的としています。

## お問合せ・お申込みは下記まで

—あなたらしく生きる、キーワードは3つのe—

特定非営利活動法人 **和歌山eカンパにい**

〒640-8323 和歌山市太田 2-4-24

TEL 080-4645-2424

FAX 073-471-5557

E-MAIL [ecompany821@gmail.com](mailto:ecompany821@gmail.com)

URL <http://wakayamaecompany.web.fc2.com/>

