

ているるちゃんがいく！

沖縄県男女共同参画センター「ているる」情報誌

Vol.56

2019.10



- 特集1 令和元年度「ているる塾」開講！
- 好評連載中！ ているる誌上講座「洗濯男子応援講座」
- 好評連載中！ すてきなあなたにインタビュー
- 事業報告と講座案内
- ご案内

令和元年度「ている塾」開塾！

「ている塾」とは

沖縄県は、女性が、そのライフステージに応じて安心して生活し、活躍できる社会を実現するための象徴的な組織として、今年度から「女性力・平和推進課」を設置しました。

女性の活躍を飛躍的に推進するための施策のひとつとして沖縄県と（公財）おきなわ女性財団の共催で「ている塾」を開講。様々なライフステージの中で自分の持てる能力を最大限発揮するため、ネットワーク・マネジメント力・論理的思考などを伸ばし、職場、家庭、地域のあらゆる場で活躍できる人材を育成し、さらに、講座終了後も支え合う仲間となっていくネットワークづくりも目指しています。

沖縄県内に在住する概ね20歳から40歳までの自身のキャリアアップに意欲がある女性を対象に募集を開始。募集人数は20人程度でしたが、大幅に超える50人の応募がありました。

修了まで全6回（月1回）のプログラムではコディネータの村山由香里氏（リムリムラボ代表、元福岡県男女共同参画センターあすばる館長）を中心に沖縄県内外の各分野で活躍している講師による講座やグループワークを行います。

開講式 令和元年度9月12日

沖縄県自治研修所にて9月12日（木）開講式を行い、1期生49人が参加しました。

（公財）おきなわ女性財団理事長 大城貴代子氏はあいさつの中で、「社会のあらゆる分野において2020年までに指導的地位に女性が占める割合をすくなくとも30%程度とする」という政府目標にふれ、「女性活躍社会と言われるが、現実はまだなかなか実現されていない。家庭や職場、地域で本当の意味で女性が輝く男女共同参画社会を皆さんの足元でつくれるように互いに学びあってほしい」と話しました。



公益財団法人おきなわ女性財団 大城 貴代子 理事長



塾長 玉城デニー 沖縄県知事

また、塾長の玉城デニー沖縄県知事は講和の中で「男女共同参画をベースにしながら、その上に女性

の力でみんなを支え合い、伸びていくために積極的に支援するための取り組みの一つが「ている塾です。」と話し、「同じ生き方をしている人は誰一人いない。一人ひとりが違う生き方をしている。ぜひみなさんは、このている塾で自らの生き方を主体的に考え、設計し、実行してほしい。お互いが刺激し合い、家庭や職場で年を重ねることに成長し、輝く人生にしたい」と激励しました。

「誰もが生きやすい社会とほ
くおばちゃん目線でみる男女共同参画く」

谷口 真由美 氏

（法学者・全日本おばちゃん党代表代行・日本ラグビーフットボール協会理事）

開講式後に、沖縄県男女共同参画センター「ているる」ホールにて公開講座を開催しました。



ている塾1期生集合写真

会場では、塾生と一般の方も含め150人が、法学者であり、全日本おばちゃん党代表代行でもある谷口さんの話に聞き入りました。

谷口さんは「男女共同参画」の意味について、「参画とは意思決定の場にいること。果たして現状は、男性も女性も一緒になって決めているか？」と会場に投げかけました。また日本の女性国会議員の数が全体の10%にとどまっていることにふれ、「友達10人でものごとを決めるとき、1人がお寿司、9人が焼肉、となった場合、焼肉に行くことになる。2人だと自分たちの意見がマイノリティと気づきながら、8人の意見に迎合してしまう。お寿司が意見として認識されるのが3人で、4人になると『では、どうしようか?』と話し合いになる。そして5人になると『んじや、別々に行つてあとで合流しよう』というように選択肢が増える。それと一緒に、政府が掲げる2020年30%（指導的位置に女性が占める割合を少なくとも30%程度とする）目標も、30%は集団として認識される数字であり、意見として聞いてもらえるようになるのは35%から」とユーモアを交えながら女性議員を増やす必要性を説明しました。



谷口 真由美 氏



また、女性差別撤廃条約は機会の平等だけではなく、結果の平等も求めていることにふれ、「今まで、ノウハウや仕事の与えられ方が同じではなく、上司が女性を引き上げようとしていなかった中で女性活躍推進法ができ、女性がいきなりその場に立たされている。チャンスがいくら平等でもその先は資源がないと先に進めない。数値目標として単に女性の管理職を増やせばいいというわけではない」と現状を指摘しました。

さらに、「多数者はなんの疑問も持たずに、『当たり前』『ふつう』『常識』『一般的に』などのキーワードを多用する。対して少数者はいつも『なぜ』と問われ、説明し続けている。経験したことがなくても共感や想像力などで理解しようとするのは大切なこと」と説明。「選択肢は多ければ多い方がいい。選択的夫婦別姓も、夫または妻、そして別姓という3つめの選択を増やそうとしているだけ。選択肢が増えたことにより生きやすくなるけど、いる。少数者や一番弱い人、一番大変な人の目線に合わせた制度やまちづくりの設計が誰もが生きやすい社会ではないか」と来場者に伝えました。

「男女共同参画講座&グループワーク」

村山 由香里 氏

(リムリムラボ代表、元福岡県男女共同参画センターあすばる館長)

公開講座終了後、塾生たちは、コーディネーターの村山さんによる「男女共同参画講座」を受講しま



村山 由香里 氏



した。49人の塾生は8つのグループに分かれ自己紹介を行い、ている塾への意気込みを話しました。村山さんは、男女共同参画視点での会社を経営したり、福岡県男女共同参画センターあすばる館長として働いてきた経験を塾生に伝え、男女共同参画視点でのものごとを考えたり、社会を見る大切さを話しました。また、世界経済フォーラムの男女格差を測る「ジェンダーギャップ指数2018」で日本は世界149カ国中110位、特に政治分野では125位と世界に後れを取っていることを説明し、「男女共同参画を学ぶことは、自分の生き方、働き方を考えること。一人ひとりの生き方、働き方が未来の日本をつくります」と塾生に伝えました。その後、塾生はグループに分かれ「課題検討」に入り、男女共同参画の実現に向け、解決したい課題を研究するグループワークが始まりました。職場や家庭、地域などいろいろな場での問題についての議論がくり広げられ、次回以降への熱い思いのスタートとなりました。



令和元年度 第1回男性の家事・育児参画講座

洗濯男子応援講座

8月18日(日)に開催した「洗濯男子応援講座」定員20名を大幅に超える大人気講座になりました!



洗濯のコツを学べば家事が面白くなる!?

日々のお洗濯大変ですね。洗濯といえば全自動洗濯機を使って洗濯するのが当たり前と思っている方々、意外と知らない洗濯の基本を知っていただけたらと思います。

今回の男子受講生の質問で一番多かったのがワイシャツの襟や脇の黄ばみの洗浄方法!

なぜ、襟・脇には黄ばみができてしまうのでしょうか? 白い衣類の黒ずみや黄ばみの原因の一つは「洗濯しても落とし切れずに残ってしまった目に見えない繊維の奥に蓄積した皮脂汚れです。お気に入りのシャツ、Tシャツの皮脂汚れをしっかりと落とし、「白さ」と「形」を保つお洗濯の裏技とは?

1 ポイント1 「分ける」

白物と色柄物とは分けて洗います。洗濯機などで色落ちしやすい衣類と一緒に洗うと、着色や白色のくすみの原因になります。



2 ポイント2 「塗布」

気になる部分の汚れは「塗布」洗濯機に入れる前に、「魔法水」重曹小さじ1、酸素系漂白剤小さじ3、食器用中性洗剤3滴を軽く混ぜ、塗布し、軽くもむか、歯ブラシ等で押しながら軽くゴシゴシする。10分ほど放置し、その後はそのまま洗濯機へ。



3 ポイント3 「つけこむ」

「つけこみ洗い」洗面器にぬるま湯(40℃以下)に漂白剤を入れ30分~2時間くらい「つけこみ洗い」をする。



魔法水の作り方

重曹小さじ1
酸素系漂白剤小さじ3
食器用中性洗剤...3滴

※作り置きはできないのでその都度作る。

その後洗濯機で通常通り洗います。つけおきすると、ほんの少しゴワゴワとした肌触りになりますが、気になる方は柔軟剤を入れてみて下さい。漂白剤には、白物用の「塩素系漂白剤」と色柄物用の「酸素系漂白剤」の2種類があるので間違えないように注意して下さい。また、つけおきの可否や漂白剤の使用の可否、洗濯機で洗えるか、洗濯機の情報確認は必ず洗濯表示を確認しましょう。

もし、自分で落とすことが大変そうでしたら、無理をせずにプロのクリーニング屋さんにご依頼ください! 汚れひとつない綺麗な服でおしゃれを楽しんでいくためにも、黄ばみには細心の注意を払うようにしてください。



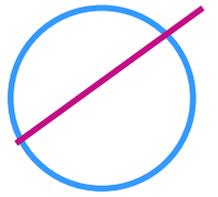
岩田 美和 (いわた みわ)

クリーニング師・沖縄県クリーニング業生活衛生同業組合 理事長

(公) 沖縄県生活衛生営業指導センター理事・(有) 沖縄イリョーサーサービス 代表取締役社長

沖縄県本部町出身。琉球大学教育学部卒業後

システムエンジニア、学校教諭を経て現在はクリーニング工場を経営しながら、クリーニング出前授業やクリーニング師資格試験予備講習会、アイロン講習会を行う。また、FMなんじょう「シニアのドリームライフ」の番組「トータルクリーンアップコーナー」に出演。「クリーニング音頭」2019年9月29日クリーニングの日にCDリリース。



すてきなあなたにインタビュー

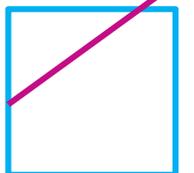
好きはハッピーの種

はなのたね文庫

大宜見 優子

おおぎみ

ゆうこ



宮古島で絵本中心の家庭文庫（私設図書館）「はなのたね文庫」を運営している大宜見優子さんにお話を伺いました。

生涯のライフワーク

「はなのたね文庫は宮古島に赤ちゃんから小さい、おばあまでみんなで絵本を楽しむ場所があるといいな、との思いから2014年に宮古島平良にオープンし、今年で5年になる。「これはわたしのライフワーク。最低でも40年、80歳くらいまで続けたい。無理をせず月に1回、マイペースでオープンしている」と大宜見さん。

大宜見さんは大学進学で東京に。人生の目標が「東京の大学に行く」までしかなく、卒業後のやりたい事Ⅱ就職先を決めることができなかつた。数年間は「無気力、無感動、無関心の暗黒時代」の日々だったという。その間、派遣社員で働いたり、宮古島へ戻り家業の手伝いをしてきた。その状況から抜け出すきっかけになったのは、憧れの人の目標が出来たことだ。「趣味の本を多数出版し、好きを形にしながら幅広く活躍されている、はなさん（モデル）と一緒に絵本が作りたいと思って」と大宜見さん。夢のような話だが「そうになりたい」と強く思うことにより、今

まで無関心で見えていなかったことが、いろいろ繋がってきたという。小さいころから本が好きだったこと。広告チラシの作成を通して何かをつくるのが好きだったこと。小さいころ母親に連れられて行った文庫の思い出。その光景にとっても感動し、大人になったら本に囲まれた生活をしたかったこと。

そこで大宜見さんは30歳目前にして東京の出版業界で働き始め、その憧れの人も繋がることができた。仕事の合間をみては絵本のイベントへ出向き、絵本の勉強などをしてきたが2009年「もっと好きを大切に」したいと思い仕事を辞め宮古島へUターンした。



好きを大切に

「文庫や絵本のイベントを通して色々な人と出会っていると好きのパワーはすごい！と感じる。子どもは好きに素直。乗り物の本や昆虫の本など好きなものを夢中に見ている。

大人は絵本を見て、『そういえばこれが好きだった』『気が付いたらこればかり見ていた』など、あとから自分の好きに気づかされることが多い」と大宜見さん。

はなのたね文庫は、2018年度伊藤忠記念財団子ども文庫助成事業の助成を受けた。運営当初からのコンセプト「出会いと発見で世界が広がる」に「好きを育む文庫」を加え、来年4月にリニューアルオープン予定。図鑑や自然・社会科学系の絵本などの蔵書を増やし、子どもも大人も「好きの世界」に没頭できる文庫を目指す。

広がる世界

大宜見さんは現在、文庫の運営以外にもアンガーマネジメントの講習を受けたり、放送大学で発達心理学を勉強したりと大忙しだ。「今後はその知識を文庫で活かしたいと考えている。お母さんと自然な会話の中で悩みや相談を聞き、わたしなりのポジションでヒントを出せたらいいと思う」。

最後に大宜見さんは、「好きなことをしていと楽しく、それを喜んでくれる人がいると嬉しい。とても幸せな気持ちになる。好きを見つけて育てていくと幸せになれるのかな！」と弾ける笑顔で語った。

大宜見 優子／おおぎみ ゆうこ



宮古島出身。2003～2008年まで東京で本づくりの仕事に携わる。2005年に受講した板橋区立美術館「夏の教室」で絵本に出会い直し、おもしろさを再発見。その頃から本棚に絵本が増え始め、宮古島に戻ったら文庫を開こうと思いつく。転職を機に、2009年にUターン。2010年JPIC読書アドバイザー取得。2013年よりG.W.とクリスマスの時期に「えほん楽祭」という絵本のイベントを開催し、2014年11月から「はなのたね文庫」をオープン。

(公財) おきなわ女性財団

【法律講座】「女性のための「離婚」に関する法律の基礎」

実施日：7月20日（土）
 講師：野崎 聖子 氏（うむやす法律会計事務所 弁護士）
 場所：ていいるる3階 研修室1・2
 内容：裁判所外での離婚と裁判所での離婚の違い。離婚に際して作成する書類や取り決め事項、また別居時のお金の問題などを学んだ。



野崎 聖子 氏

【男性の家事育児参画講座】「洗濯男子応援講座」

実施日：8月18日（日）
 講師：岩田 美和 氏
 （沖縄県クリーニング業生活衛生同業組合理事長）
 場所：ていいるる1階 ふれあいサロン
 内容：男性が家事の知識や技術を学ぶことは、男性の家事・育児参画を推進していくうえで重要。洗濯の基礎、汚れが落ちるしくみ、洗剤の選び方、アイロンのかけ方などを学んだ。



岩田 美和 氏



しみを抜く様子

【講師派遣事業】「嘉手納町/男女共同参画社会について」

実施日：8月22日（水）、23日（木）
 講師：垣花 みち子（公益財団法人おきなわ女性財団 常務理事）
 場所：嘉手納町役場 中会議室/地下展示室
 内容：男女共同参画社会の基礎知識、現状、課題などについて、嘉手納町職員の方を対象に話した。

【第2回スマートフォン・タブレット教室】「ステップアップ講座つき♪シニアによるシニアのためのスマホ教室」

実施日：7月24日（水）、7月26日（金）、7月29日（月）、9月3日（火）
 講師：房前 三男 氏+スマホ班スタッフ（公益社団法人那覇市シルバー人材センター）
 場所：ていいるる1F ふれあいサロン、活動室、2F会議室
 内容：スマホデビューをしたいシニア・関心のあるシニアを対象としたスマホ教室。3回の講座を受講した約1ヶ月後に忘れてしまったことを復習したり、新しいスキルを学んだりのステップアップ講座を実施した。

【日本テトラパック(株)助成事業 働く母親を応援する、男性・子どもの生活自立支援事業】 「簡単！？おいしい♡わくわく♪パパと子どもの料理教室」

実施日：9月15日（日）
 講師：石川 かおる 氏（調理師・食育アドバイザー）
 場所：ていいるる3階 生活実習室・創作室
 内容：働く母親を持つ小学4年生～6年生の子どもと父親のペア10組でミートパスタ、ゆでたまごサラダ、とろけるパンナコッタを作った。



石川 かおる 氏



親子で調理する様子



完成品

【第2回相談員研修】

「外国人が相談にやってきました！～在留、国際結婚・離婚の基本ルールとハーグ条約の基礎知識～」

実施日：9月26日（木）
 第1部：外国人在留管理の基礎知識
 講師：下田 浩靖 氏（法務省 福岡出入国在留管理局那覇支局 審査部門 統括審査官）
 第2部：国際結婚・離婚の基本ルールとハーグ条約
 講師：鎌田 晋 氏（真喜屋法律事務所 弁護士）
 場所：ていいるる1Fホール
 内容：外国人在留に関する基本ルール、外国人との結婚・離婚、ハーグ条約の基礎について学んだ。



講座風景

【男性の家事育児参画講座】「絵本の読み聞かせ講座」

実施日：10月5日（土）
 講師：NPO法人子育て応援隊いっぽ
 場所：ていいるる3階 和室
 内容：親子で手遊びなどを行い、ふれあった後、幼児期から絵本読み聞かせを行う意義や絵本の選び方について学んだ。また、子どもの年齢別に分かれてグループ毎に読み聞かせの実演、実習を行った。



NPO法人子育て応援隊いっぽ



参加者募集!

【健康講座】「みんなの気になる頻尿・尿もれの悩みについて」

【日時】11月2日(土) 15時～17時 【場所】ているる3階 研修室1・2 【講師】町田 典子氏(社会医療法人敬愛会 中頭病院泌尿器科 医長) 【受講料】無料 【対象】関心のある方 【定員】30名(定員に達し次第終了)

【女性起業塾】「女性起業家のための手帳活用術～やりたいことを実現しながらワークライフミックス!～」

【日時】11月16日(土) 10時～12時 【場所】ているる1F ふれあいサロン
【講師】高江洲 香織氏(株式会社かりさら 代表取締役・沖縄県在宅就業支援センター長) 【受講料】500円/1人
【対象】起業を目指す女性、起業をしている女性、関心のある方 【定員】30名(定員に達し次第終了)

【DV啓発講座】女性に対する暴力をなくす運動期間特別講座

「なぜ無罪判決がでたのか!? 性犯罪に関する刑法を知る ～2020年の見直しに向けて～」

【日時】11月15日(金) 14時～16時 【場所】ているる3階 研修室
【講師】矢野 恵美氏(琉球大学大学院法務研究科教授、琉球大学ハラスメント相談支援センター長)
【受講料】無料 【対象】相談業務に関わる方、関心のある方 【定員】40名(定員に達し次第終了)

沖縄県男女共同参画センター管理運営団体

【ているる講座】「介護予防ビューティタッチセラピー講座」

実施日: 7月31日(水)

講師: チーム「ククル・ドウ」

場所: ているる3階

和室(でいご・ゆうな)

内容: 第3回目は、フードセラピーを学んだ。体の基となる足のケアは、筋肉や腱を柔軟にし、こむら返りや転倒予防になることやリラクゼーション効果があるとの説明があった。



【夏休み子ども講座】「ピカソになろう!」

実施日: 8月3日(土)・4日(日)

講師: 江谷 紋子氏

(アート教室主宰)

場所: ているる3階 創作室

内容: 色えんぴつ・パステル・テンプレート(円) 定規の使い方、混色、色の三原色を教わった。受講者は学んだことを画用紙いっばいに描き二日間で完成させた。



【夏休み子ども講座】「しっくいシーサーづくり」

実施日: 8月11日(日)

講師: かずこ氏

(漆喰シーサー作り指導者)

場所: ているる3階 創作室

内容: オリジナルのシーサーを作った。講師より、屋根の上のシーサーについてのお話があり、漆喰とシーサーの勉強になった講座であった。



【ているる講座】「カレーマイスターによるカレー講座」

実施日: 9月25日(水)・10月2日(水)

講師: 下地 友香氏(野菜ソムリエ協会認定カレーマイスター)

場所: ているる3階 生活実習室



参加者募集!

お問い合わせ&お申込み

沖縄県男女共同参画センター管理運営団体 TEL: 098-866-9090

【ているる講座】「童謡・唱歌・うたの教室」

【日時】10月9日(水)、11月13日(水)、
12月11日(水) 14時～16時

【場所】ているる1階 ふれあいサロン

【講師】福井 貞幸氏

(那覇市内の公民館で童謡・唱歌指導)

【受講料】1回500円(初回のみ300円資料代)

【対象】一般 【定員】20名

【ているる講座】「作ってみよう『ナントウ』もち」

【日時】11月20日(水) 10時～13時

【場所】ているる3階 生活実習室

【講師】仲座 恵子氏(みなみの味グリーン・ツーリズム副会長)

【受講料】2,500円 【対象】一般 【定員】15名

【ているる講座】「介護予防ビューティタッチ予防講座 2」

【日時】12月18日(水) 14時～16時 【場所】ているる3階 創作室

【講師】チーム「ククル・ドウ」 【受講料】1,000円 【対象】一般

【定員】15名

～ているる相談室～

沖縄県男女共同参画センター「ているる」では相談窓口を開設しています。
相談料は無料(通話料は相談者負担)、秘密(プライバシー)を固く守ります。

| | 女性相談 TEL : 098-868-4010 | 男性相談 TEL : 098-868-4011 | |
|------|---|--|---|
| | 一般相談 | 特別相談 | 一般相談 |
| 日時 | 火曜～土曜 10:00～17:00 | 予約制 | 日曜と月曜 10:00～16:00 |
| 相談方法 | 電話／面接(面接は予約制) | 面接 | 電話のみ |
| 相談内容 | 生き方、性格、夫婦・親子関係、対人関係をはじめ様々な悩みや問題に関する相談を行っています。 ◆国際相談 外国人との結婚・離婚などの様々な問題に関する相談。 | 女性問題に詳しい専門家による 各種相談を行っています。 ◆法律相談(月2回) ◆こころの健康相談(月1回) ◆国際法律相談(月1回) | 男性からの相談を男性の相談員がお受けします。 男性が抱える家庭や職場での人間関係、生き方、心や体の悩みなどの相談を電話でお受けします。 秘密は厳守しますので、ひとりで悩まず、お気軽にお電話ください。 |
| お休み | 毎週日曜と月曜、年末年始(12/29～1/3) | | 祝日にあたる月曜、年末年始(12/29～1/3) |

～賛助会員入会・継続のご案内～

当財団の活動に賛同し、一緒に歩んでくださるみなさまのご入会をお待ちしております。
頂いた会費は各種事業などに活用させていただきます。

- 特典：情報誌「ているるちゃんがいっく！」や講演会・講座情報などを文書にてお届けいたします。
講演会や講座等へ優先的に参加、当財団が主催する有料講座は会員価格で受講できます。

- 年会費：個人会員：3,000円 学生会員：2,000円 団体会員：10,000円

※新規は、入会時期(申込日)により金額が異なります。

財団HPをご覧になるか、(公財)おきなわ女性財団(098-868-3717)までお問合せください。

(公財)おきなわ女性財団への寄付のご報告

「金秀グループ創業72周年記念チャリティーゴルフ大会」の収益金から寄付がありました。

令和元年9月20日に金秀グループ本社へ赴き、感謝状を贈呈いたしました。頂いた寄付金は、当財団の公益事業のために大切に使用させていただきます。



おきなわ女性財団インフォ～♪
フォローをお願いします!

沖縄県男女共同参画センター
マスコットキャラクター
「ているるちゃん」



facebook



twitter



ていーだブログ



(公財)おきなわ女性財団主催講座での受講料と一時保育料が、OKI Pay、銀行Pay、LINE Payでお支払いいただけるようになりました!



沖縄県男女共同参画センター「ているる」 〒900-0036 沖縄県那覇市西3-11-1

発行月：令和元年10月
表紙写真 大屋 玲奈

発行：公益財団法人おきなわ女性財団
TEL:098-868-3717 FAX:098-863-8662
HP: https://www.okinawajosei.org/

沖縄県男女共同参画センター管理運営団体
TEL:098-866-9090 FAX:098-866-9088
HP: http://www.tiruru.or.jp/