

性別や国籍にとらわれず、「自分らしく」
輝く女性たちをご紹介します。

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63 - 7559

このまちで、あなたらしく！



フォローし合って
楽しく活動

名張市PTA連合会 副会長

加藤 理沙 さん
KATOU RISA

2020年からPTA活動に関わり、23年度に市PTA連合会会長、24、25年度は副会長。女性の悩みに寄り添うサロンを開く他、パート勤務も。4児の母。



サッカーで生き方を
伝えたい

伊賀FCくノ一三重

那須 麻衣子 さん
NASU MAIKO

5歳から名張在住。2009年～11年には、サッカー日本代表（なでしこジャパン）として活躍。18年間の選手生活を経て、指導者の道へ。



歌うことは
私の生きる力

声楽家

久保田 道子 さん
KUBOTA MICHIKO

これまで数々のオペラやコンサートに出演。結婚を機に名張へ。不動産管理もしながら声楽家として活躍中。4児の母。



日本とベトナムを
繋ぐ架け橋に

関西技術協力センター 通訳

**グエン・ティ・バン・
トゥオン さん**

ベトナム出身。結婚を機に名張へ。2024年から通訳の仕事に就く。ボランティアで通訳・翻訳や国際交流にも取り組む。2児の母。



人とのつながりが
私の財産

名張ユネスコ協会 副会長

中尾 美恵 さん
NAKAO MIE

伊賀市出身。結婚を機に名張に住んで50年。10年前まで夫と新聞の販売店を経営しながら、ユネスコの活動を30年以上続けてきた。



私らしい働き方は
周りのおかげ

看護師・助産師

松本 亜依 さん
MATSUMOTO AI

名張市出身。助産師として市内の産科医院で多くの分娩に携わった。現在は、同院で外来勤務をしている。1児の母。

最初は義務感で参加していたPTA活動。今では前向きな仲間にも恵まれ、楽しく活動しています。一方で、活動で家を空けると末っ子が寂しさで泣いてしまうことも…。会長の打診を受けた時は悩みましたが、「悩んでる時点で、引き受けないって思ってるんやろ？やってみたら」と夫が背中を押してくれたことで決心ができました。周りの人たちのフォローのおかげでやりたいことができているので、私もみんなに恩返ししていきたいな！

小2の時、兄の練習風景を見て感じた「楽しそう！」というワクワクが私の原点。当時は男の子のスポーツという風潮もありましたが、周りの支えのおかげで打ち込むことができました。指導者となった今、選手たちに一番伝えたいのは「サッカーが好きであり続けてほしい」ということ。これからも大好きなサッカーを通して、子どもたちが夢中になれるものを見つけ、未来へ向かってチャレンジする力を育むお手伝いをしていきたいです。

第4子の妊娠中に夫が亡くなり、悲しみに歌えなくなってしまいました。そんな時、「あなたでないと歌えないよ」という仲間の声に背中を押してもらい、再び舞台に立つことができました。ずっと誰かのためにと思っていた歌が、実は私の「生きる力」だったのだと気付いた経験でした。全身を使って自分だけの声を出すことは、自分らしく生きることそのもの。これからも自分らしい歌をこの名張で歌い続けていきたいです。

名張で暮らし始めて9年。初めの頃は言葉や文化の違いで戸惑いました。現在はその経験を生かして、日本で働く技能実習生のサポートをしています。また、多文化共生センターのサポーターとして通訳・翻訳をするなど、互いの国の良いところを伝える活動もしています。日本で家族や周りの人にたくさん助けもらったから、今の私がある。これからももっと日本語を学んで、名張の人とベトナムの人をつなぐ架け橋になれたらいいな。

先輩に誘われて思い切って飛び込んだこの活動も、気がつけば30年。活動の中でできた人とのつながりが私の財産です。車椅子生活になった夫の介護と家業、ユネスコの活動を両立した時期もありましたが、家庭や仕事とは違う「活動の場」があったからこそ案外頑張れたのかなって。ユネスコ憲章にある「人の心の中に平和のとりでを」。この精神を胸に、これからも平和への取組を、若い世代にも繋いでいきたいですね。

出産前は助産師として夜勤もこなし、産後もバリバリ働くつもりでした。でも実際に息子が生まれると「子どもとの時間を大切にしたい」という思いが。働き方を見直し、現在はパートタイマーとして働いています。これも周りの人の支えがあってこそ！自分がしんどいと、周りの人に優しくできませんよね。だからこそ、無理せず頼ってほしい。きっと周りの人が助けてくれます。これからも大好きな名張で、支え合って暮らしていきたいな。

ジェンダーの話題を身近に！

Instagramで3コマ漫画「モヤモヤ委員会」などを配信中。みんなで考えてみよう！



地域の女性取材してみませんか

「男女共同参画つうしん」の編集員を募集中！あなたも、輝く女性取材してみませんか？

☎ 人権・男女共同参画推進室 ☎ 63 - 7559



彼女たちの魅力を深掘り！「男女共同参画つうしん」

今回ご紹介したのは、男女共同参画センター発行の情報紙「男女共同参画つうしん」2025年4月号から2026年2月号に登場いただいた皆さん（偶数月発行）。より詳しい彼女たちの活動や思いは、男女共同参画センターHPにも掲載しています。

