なばりの きらきら ウーマン vol.2

なばりの きらきら ウーマン vol.2

私らしく、自分らしく

男らしく、女らしくではなく

自分らしく輝く５人へのインタビュー

企画・発行：名張市人権・男女共同参画推進室、名張市男女共同参画センター
助成：公益財団法人三重県文化振興事業団（三重県男女共同参画センター「フレンテみえ」）

なばりの
きらきらウーマン。

男女それぞれが性別にかかわらず、個性や能力を生かして
さまざまな分野で活躍できる社会を、
男女共同参画社会といいます。
「男だから」「女だから」などの男女の役割分担に縛られず、
仕事、家庭、地域活動など「自分らしく」生きることで
ひとりひとりの豊かな生活につながります。

私たちは、この名張・伊賀地域の様々な分野で活躍し、
仕事もプライベートも自分らしく、いきいきと輝く女性たちを
「なばりのきらきらウーマン」として、取材を続けてきました。
女性は、結婚や出産などのライフステージの変化がその生
き方や働き方に反映されやすく、活躍、社会参画の方法も多
様です。
そんな中で、地道に、確実に、時に大胆な発想や行動で、
自分らしい人生を歩んできた女性たち。
そんな女性たちの想いをこの冊子にまとめました。
「自分らしく」いきいきと輝く女性たちの想いを発信することで、
男女の役割分担に縛られず、自分が選んだより豊かな人生を
実現するためのきっかけになってほしいと思います。

※記事は2021年4月～2022年2月のものです

Rika Miyama
P04～

kaoru Mizuguchi
P06～

Mai Shigemori
P08～

Ayumi Ikeda
P10～

Tomi Enami
P12～

Special interview

※このインタビューは2021年4月のものです

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

美山（みやま） 莉香（りか）さん

Rita Design（リタデザイン）
代表

profile

名張で生まれ育つ。都会に憧れ大阪の高校・大学へ通い、松阪のデザイン会社に就職。結婚を機に津へ。子どもはのびのび育てたいと、名張へ帰郷。中学生の娘と小学生の息子の2児の母。

デザインが好き！真っすぐで熱い想い

お仕事のことを教えてください。

「デザイン」という手法で、広報のお手伝いをさせていただいています。会社やお店の経営や、サービスの内容をより多くの方に知っていただけるように、ロゴやチラシ、パンフレットやホームページなどを制作しています。色や形を作ることだけが「デザイン」ではなく、目的や計画を形にする手段も「デザイン」の1つだと考えています。

また、nanowaというwebサイトを運営し、名張市の農業者さんや移住者さんの生活、まちの情報などの発信もしています。

デザインのお仕事を始めるきっかけは何ですか？

絵を描くのが好きで、美術の先生に憧れて芸術大学に進学しました。中高美術の教員免許を取得しましたが、大学の授業で、当時まだ珍しかったコンピューターでのデザイン制作の授業もあって、グラフィックデザインの魅力にどっぷりとはまっていきました。

インターネットが普及し始めた頃でもあり、これから通信環境はもっと進化していくと感じていたので、「デザインの仕事を選べば将来、結婚して子どもができても家で仕事をする選択ができるはずだ」という確信もありました。

初めからデザイン業で起業しようと考えていたのですか？

「デザイン会社に所属しながら在宅で働ける世の中になる」と思ってはいましたが、自分で起業する気はなかったですね。

では、起業する転機は何ですか？

転機となったのは、結婚後に3年ほど働いていたデザイン会社の経営がリーマンショックで傾き、女性社員だけが突然解雇されたことです。転職活動もしましたが、面接のたびに「子どもの予定は？」と聞かれ、就職先が見つかりませんでした。その後たまたまお仕事をいただける人脈があって、フリーランスとしてデザイン業をするようになりました。デザイン業は夜遅くまで働くことも多いので、いつか子どもを授かった時、今のように働けるかを考えると、雇用されて働くには条件が合わないという理由もありました。当時はまだ、フリーランスは珍しかったと思います。

フリーランスになって1年ほどで上の子を授かり、しばらくは子育てに専念していましたが、「やっぱりデザインがしたい！」と思ったんです。自分のためじゃなく、「誰かのためのデザイン」がしたかった。子どもが3歳になる頃に開業届を出し、本格的にデザイン業を始めました。軌道に乗り始めた頃、下の子を妊娠し、出産ギリギリまで仕事をしていましたが産後、契約していた仕事を解消されました。悔しかったですが原動力になったと思います。

スキルを持っているのに、私みたいに子どもを理由に、活躍したくてもできない女性はいると思うので、そんな女性の活躍の場を作りたいという思いも生まれました。

お仕事をしていて、嬉しいことは何ですか？

「反響よかったよ！」とか、「問い合わせやお客さんが増えたよ！」などの声をいただいたり、自分が作ったチラシやホームページが、お客様の事業成長のプラスになっていけたりすると、とても嬉しく思います。

目標や、今後の夢をお聞かせください。

起業した当時は「自分の居場所を作る」という気持ちが強かったですが、起業して15年経った今は、デザインの力でお客様を「勝たせたい」と思っています。自分に依頼してくれる人を1番にしたいんです、このまちで（笑）それに一番辛かった時に支えてくれた人たちがいたから、今までやってこれたと思うので…。感謝を忘れず、デザインのお仕事で結果を出して、恩返ししていきたいです。

また、最近ではSNS広告が主流となり、デザインの力を活かしたWebマーケティングに力を入れています。名張伊賀で頑張る事業者様が広告運用で迷われた時に、いつでも気軽に頼れる存在になりたい。「ここに頼めば大丈夫」と確信していただけるような、心強いパートナーであり続けたいです。

見つけた「彼女らしさ」

周囲の方々に対する誠実な姿勢は、美山さんの手がける温かで繊細なデザインにも表れています。挫折を2度経験し、辛い時でも「好き」を手放さなかった美山さん。誰かの「伝えたい」想いを受けとめる感受性の豊かさと、それを形にするスキルの高さ、そして「デザインが好き！」という真っすぐで熱い想いが、美山さん「らしさ」だと感じました。

Special interview

※このインタビューは2021年6月のものです

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

水口（みずぐち）　薫（かおる）さん

みんなの居場所「こどものとなり」プロジェクト
なばりこども食堂　代表

profile

名張で生まれ育つ。留学の経験を活かし、子どもの英会話サークルも主宰している。名張で結婚・出産を経験。小学5年生の女の子と小学1年生の男の子を持つ2児の母。

子どもの笑顔が私のエネルギーの源

活動のことを教えてください。

5年前から、子どもの居場所作りを目的に「なばりこども食堂」を旧細川邸やなせ宿で、毎月1回開催しています。温かな団らんの中で、栄養のある食事をする時間を通して、子どもたちやご家族が楽しく過ごしちょっとでも楽になれることをめざして活動しています。また、食事だけでなく、折り紙やフラワーアレンジメントなどの催しを行うことで一緒に遊んだり勉強したりしています。とくにアレンジメントは好評です。子どもも楽しく上手にできるから嬉しいみたいです。やって良かったなと感じています。

子どもたちには様々な人と食事や遊び・学びを通じたかかわりを持つことで、色んな経験をして自己肯定感を高めてもらいたいと願っています。

食材はどうしているのですか？

「こども食堂」のお肉や野菜など食材は、地域の方が畑で採れた野菜を分けてくださったり、地元企業が食材を寄付してくださったりするので、助かっています。食材は、その時々によって変わるので、集まった食材によってメニューを決めています。

活動をはじめたきっかけは何ですか？

ひとり親家庭対象の学習支援事業のコーディネーターもしているのですが、以前、親から夕飯代をもらっていても、自分で買いに行ける場所にスーパーがないため、駄菓子屋でお菓子を買って夕飯を済ませている子どもがいることを知りました。その頃、たまたまニュースで「こども食堂」をやっているお寺の様子を見て、学習支援のときにご飯も一緒に食べられないかな、と思ったのがきっかけです。「ワンデイシェフ」で市民にキッチンを開放しているやなせ宿だったら、保健所の許可も下りていて安全だし、一から自分たちで保健所に許可を取るより気軽に始められるかな、と考えてやってみることにしました。

子どもたちやご家族の反応はどうですか？

「美味しかった」とか「子どもが家で食べない野菜を食べていた」という声を聞かせてもらっています。「こども食堂」で食べることが親子の会話のきっかけになったり、親にとってもほっとできる場所になっていたりすることが嬉しいです。親に心の余裕ができることで、子どもとも向き合うゆとりもできて、親子のコミュニケーションにつながると思っています。

活動と家庭の両立で心がけていることはありますか？

我が子とのふれあいで大切にしていることは、1日1回はちゃんと顔を見ることです。毎日の予定も必ず子どもに伝えています。なるべく子どもと一緒に行動できるように心がけていますが、子どもの都合や意思が合わない時もあるので、その時は家族や友人に助けてもらっています。

目標や今後の夢などあったら教えてください

これからは、もっと子どもたちと踏み込んだ話をしてもいいのではないかと考えています。定期的に通って来てくれている子どもたちやご家族と、「世間話くらいできる間柄」からめざしてみようかと。無理やり交流を持たないといけない場所にはしたくないので、少しずつ歩みよれたらという想いでいます。また、「子どもアドボカシー（子どもの声を聴き、どうすれば改善できるかを一緒に考え支援する）」に興味があって、自分も実践できるようになりたいし、ボランティアさんで興味がある人にも講習を受けてもらって、子どもたちに還元したいです。こういった活動が、子どもたちが将来希望を持った大人になっていくための1つのきっかけになれたらいいな、と思います。

見つけた「彼女らしさ」

「考えてばかりいないで、まずはやってみよう！」と行動に移せるエネルギッシュで前向きな水口さんは、とても明るく笑顔の素敵な方でした。子どもたちが笑顔でいられる居場所作りをめざして活動している姿から、地域をもっと良くしたい！という熱い想いが伝わってきました。自分自身が楽しみながら熱心に活動に取り組む姿勢に水口さん「らしさ」を感じました。

Special interview

※このインタビューは2021年8月のものです

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

重森（しげもり）　舞（まい）さん

一般社団法人　滝川YORIAI
事務局長

profile

1983年愛媛県生まれ。結婚を機に赤目町に移住。2019年、一般社団法人滝川YORIAIを地域メンバーと共に立上げる。年少児から中学3年生の5人姉妹の母。

地域の資源を次世代につなげたい

お仕事のことを教えてください。

2年前から、赤目四十八滝キャンプ場の運営と、地域活性化のためのプロジェクトの企画・運営を行っています。地域資源をビジネスに繋げることで地域の不（不平等・不平・不満）を解消し、より魅力的な地域に成長させていくことを目的として活動しています。現在行っているのは、様々な事情により耕作できなくなった農地で地域の方々と野菜を作る耕作放棄地利活用事業や、空き家でマルシェを企画・開催するなどの空き家利活用事業、大学生とともに魅力的な地域資源を発掘するYORIAIプロジェクトなどです。

お仕事のモットーは何ですか？

第一に自分自身が楽しむことですね。はじめに自分たちが「なんか赤目でおもしろいことせぇへん？」という視点で地域資源を活用した企画を発案します。そこから、少し工夫を取り入れたら地域で悩みを抱えている方の“不”も解消できるのではないかと結び付けていくのです。

「地域の課題をなんとかしたい」という気持ちだけで先走っても、企画も運営も長く続かないですよね。まずはワクワクする魅力的な企画を立てること、それが結果的に地域の課題も解決できたらいいなという姿勢で取り組んでいくことを大切にしています。

例えば、赤目地区で間伐の活動をされている方に山に連れて行っていただいたらすごく楽しくて。この体験をプロジェクトにしたら喜んでくださる方が増えて、ひいては、森林を守る活動として広げられるのでは、といった流れです。

農業委員としても活動されていますね。委員になったきっかけは？

昨年7月から赤目地区の農業委員として活動しています。6年前の農業委員会法改正により、農業者以外で中立な立場から公正に判断ができる人も必ず選出し、女性の割合を増やすべきという方針に変わったことを受け、委員に推薦していただきました。滝川YORIAIのプロジェクトとして耕作放棄地利活用事業を始めていたとはいえ、農業に関しては素人同然なので、周りの方に教えていただきながら勉強しています。農作物のありがたみと農業従事者への感謝の気持ちが増しました。

お子さんが5人いらっしゃいますが子育てとお仕事の両立は大変では？

むしろ家族が多くてよかったと思っています。料理は夫の方が上手ですし、子どもたちも当番制で家事を担当しています。上の子たちに家事のやり方を教えると、上の子が下の子に教えるようになりました。今では3歳の末っ子以外はみんな包丁を扱えます。

また、同居している夫の両親や、近所の方々も強力な味方ですね。以前、仕事で私の帰りが遅くなった時、ご近所さんがうちの娘を連れて買い物している場面に鉢合わせしたこともありました。地域で育ててもらっていると強く実感し、本当にありがたい限りです。職場も理解のある方ばかりなので、学校行事などを優先させてもらえて助かっています。

今後の目標や夢を教えてください。

元々は慎重な性格でしたが、楽観主義の夫の影響を受け、「やりたいことはすぐやる！」「どうにかなる！」という気持ちで何事も楽しめるようになりました。歳を重ねていくと価値観も変わっていくものですが、その時にやってみたいと思ったことにはブレーキをかけずに挑戦していきたいと考えています。

時には上手くいかないこともありますが、できないなりにも一生懸命取り組んでいる姿を子どもたちに見て欲しいですね。地方だからこそチャレンジできることもあるのだと感じてもらえればいいなと思います。子どもたちがたとえこの地を離れることになっても、この地で育ってよかったと地元を誇りに思えるような地域活動をしていきたいです。

見つけた「彼女らしさ」

赤目の町が好き、赤目の人々が好きという熱い想いが強く伝わりました。子どもたちや家族のため、地域のため、そして自分のために何事にも挑戦する姿は魅力的です。5人のお子さんを育てながら、やりたいことに楽しみながらチャレンジして自分の今を精一杯生きる。その姿勢に重森さん「らしさ」を感じました。

Special interview

※このインタビューは2021年12月のものです

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

池田（いけだ）　歩美（あゆみ）さん

名張市消防本部名張消防署
救急室

profile

1999年生まれ。名張出身。高校を卒業後、専門学校の消防官コースで1年学び、2020年度、名張市消防本部の消防士に。8ヶ月の初任科教育を経て名張消防署救急室に配属。

市民に頼られる消防士をめざして

お仕事のことを教えてください。

名張市消防本部の消防士をしています。所属は名張消防署救急室ですが、救急と消防の両方を兼任しており、119番通報があれば火災・救急・救助それぞれに対応した装備に着替え出動します。女性で消防士というと事務仕事をしていると思われがちですが、他の男性の隊員と同じく私も火災などの災害現場に出動します。また、普段は消火や救助などあらゆる状況を想定して訓練しています。救急講習、保育園や幼稚園・学校などでの避難訓練の指導も業務の内です。

消防士をめざしたきっかけは何ですか？

もともとは別の職業をめざしていましたが、高校2年生のときに自分自身が救急車で病院に搬送されました。119番通報で救急隊員の男性3人が駆けつけてくださったのですが、当時の私は男性の隊員ばかりで恥ずかしさや不安を感じました。もちろん感謝の気持ちでいっぱいではあったのですが。その時に「じゃあ女の私が救急隊員になろう！そして同じように不安に感じる人を減らしていこう」と、消防士を志すことを強く決意しました。

消防士としてやりがいを感じることは何ですか？

女性や小さな子どもの救急現場で「女の人がいてくれてよかった」「話しやすい」と言われたときは、役に立ててよかったと思います。年配の方からは「不安だから手を握っていて」と言われることもあります。以前、妊婦さんからの救急要請がありました。その時、「池田を連れて行こう！」と言われたときは自分が必要とされて嬉しかったですね。やっぱり女性も消防で活躍できる現場があるんだと実感した出来事でした。また、保育園などに訓練指導に訪問したとき、子どもたちからも先生からも「かっこいい！」と言ってもらえると素直に喜びを感じます。誰かの憧れの存在になれるなんて、消防士になってよかったなと心底思えます。

消防士として大変なことはありますか？

消防士は、過酷な現場に遭遇します。消防の仕事には体力が必要で、性別を言い訳にしたくはないのですがやはり男性にはかないません。現場で運ぶ資機材は軽いものを渡してくれたり、負担が小さい役割を回してもらったりすることがあり、自分は現場でも気を遣われる存在なのかと悔しくなるときがあります。少しでもチームの足を引っ張らないように、さらなる体力づくりに励みたいです。

これから消防士をめざす方にメッセージを

間違いなく女性も消防士として活躍できます。しかしやはり大変な職業なので、生半可な気持ちでは務まりません。「人の命を守りたい」という気持ちと、冷静な判断力が必要になります。あとは、最低限の体力があることは大切な資質の1つなので、心身ともに鍛えておくと良いと思います。

目標や、今後の夢をお聞かせください。

市民の皆さんが話しかけやすい、困ったときに頼りやすい消防士になることをめざしています。また、現場では女性が必要とされる場面があることを実感しているので、ずっと現場に立ち続けたいですね。そのためにも救急救命士の資格を取って、救急の現場で処置ができるようになりたいです。

それから女性の消防士のイメージも変えていけたらな、と思っています。警察官に女性がいることは「当たり前」になりつつあるけど、女性の消防士はまだまだ珍しくて驚かれます。男性にしかできないという偏見を払拭し、性別を理由に消防士の道を諦めることのないよう自身が示していくことができたらな、という思いです。

車を運転するのが好き
大好きな音楽を聴き
ながら夜景や海を
めざしてドライブに
行くのが最高！

見つけた「彼女らしさ」

消防士に対する熱い想いを語ってくれた池田さん。やわらかい雰囲気の中に、「命を救いたい」という芯の通った強いまなざしが印象的でした。男性ばかりの職場でも持ち前の気持ちの強さを発揮し奮闘している姿と、市民に安心感を与えてくれる温かさが池田さん「らしさ」だと感じました。

Special interview

※このインタビューは2022年2月のものです

「男女共同参画」とは「自分らしくあること」ではないかと私たちは考えています。
男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす。
そんな風に「自分らしく」人生を歩んでいる地域の女性たちをご紹介します。

江南（えなみ）　登美（とみ）さん

profile

1938年、名張に生まれ育つ。子どもの頃に戦争を体験。大阪で教員生活、結婚、出産を経験。1974年に名張に戻り、1991年には市内で女性初の校長を務めた。現在も多方面で活動を続けている。

教員時代をふりかえられていかがですか

1961年に新卒で大阪の中学校の国語教諭になり、名張の夫の実家から大阪まで通勤していました。それはそれは大変でした。家事と幼い子の世話をしてからでは始業時間に間に合わず、授乳時間を認めてもらうための活動をしました。

大阪へ転居した後は、保育所や学童保育所（現・放課後児童クラブ）の充実を国や自治体に求める運動、組合運動などの活動をしながら、教職に全力を注ぎました。自分の指導のすべてに一貫していたことは「生命の大切さ、人権を守ること、平和を守ること」でした。

その後、義父母も70歳を超え健康面で不安も出てきたので、家族で名張に帰郷しました。名張へ戻ってきた当時、職員室には「女はお茶くみ」といった家庭内の「妻と夫」の関係が残っていました。同年代の女性教職員同士で集まって、悩みや困りごとを話し合ったものです。

市内で初の女性の校長になられた時のことを教えてください

私が校長に就いたのは1991年、母校でもある赤目小学校（現・錦生赤目小学校）でした。校長になるには覚悟が要りましたが、教師を続けていく中で思い続けてきた、子どもたちのために学校や教育を変えたいという強い想いで取り組みました。「女性初」ということを、自分より周りが意識し続け、最も神経が疲れた時代でした。学校づくりは教職員やPTA、地域の人たちと一緒に進めていきました。また、子どもと関わりを持って変化に気づくこと、一人一人とのふれあいを大切にすることを心がけていました。改革には抵抗もつきものですが、子どもたちが素晴らしい成長を見せてくれれば信頼も得られました。

退職後から現在の活動について教えてください

1997年、認知症の義母の介護のために定年より2年早く退職しました。それまで夫が介護をしていましたが、24時間の介護は1人では厳しく、「校長の代わりは後輩がいるが、親を看る代わりは私しかいない」と考え介護に専念することにしました。その後、中学校の「心の教室相談員」や民生委員児童委員などの地域活動に携わるようになりました。また1999年に桔梗が丘南小学校で戦争体験の語り部の活動を始めて、今も続けています。そしてフレンテみえ発行の「三重の女性史」編さんに携わり、「三重の女性史研究会」の一員として、主に名張の女性史の聞き書きをしています。

現在に至るまでどうしてそんなに幅広い活動を続けてこられたのでしょうか

小学校3年生の時に日本国憲法が施行され、女性にも選挙権が与えられました。たくさんの女性が立候補し当選したことに、とても感動しました。「男女平等」の意識を強く持って育ってきたことが、原動力の1つになっていると思います。また、戦争時における鮮烈な体験と家族からの影響が、今の生き方の基準にもなっています。

子育てをしながら教員を続けられたのも、校長を務めることができたのも、私一人ではできませんでした。先輩や周りの人たちが支えてくれたことと、支えてくれた人たちの期待に応えたいという想いがあったからです。教諭時代はあらゆる会議で発言し、意見を言ってきました。だから校長になった時、教職員から出た要望や意見を実現するのが私の務めだと考えていました。「だれかのために」が自分の喜びにつながっています。

大切にされてきたこと、これからも大切にされたいことは何ですか？

女性への理解が行き届かない時代から、民主主義が個人にも社会にも浸透し変えられてきた中を生きてきました。今、私ができることは、私自身が体験したことを次の世代へ語り継ぐことです。戦争を知らない子どもたちや世代に伝えていきたい、女性たちの歴史を知ってもらいたい、という想いで活動をしています。

私が子どもの頃から「男女平等」にと言われてきていますが、まだまだ平等とはいえません。もっと女性が活躍し輝ける世の中になってほしいと願っています。

何事も一生懸命に取り組み、目の前の人と誠実に話をすることで、自分も相手の方も変わっていけると信じています。真の心の通い合った仲間、隣人として誠実であり続けたいです。

見つけた「彼女らしさ」

昔より女性の参画は進んだと思うが、女性はもっと主張していいし、活躍してもいいと話す姿に胸が熱くなりました。「私は伝えることしかできない。これからの女性の生き方を変えていくのは、あなたたちだから頑張ってほしいです」と謙遜されながら話す江南さんの言葉からは、これからを担う子どもたちと女性たちの活躍を願う強い想いを感じました。

名張市男女共同参画センターってどんなところ？

家庭や職場、学校、地域などのあらゆる場で、性別に関係なく個性と能力を発揮し、のびやかに輝ける男女共同参画社会の実現を推進するための重要な活動拠点として、2009年6月に開館しました。
相談事業や情報の収集・発信、図書の貸出、情報紙「名張市男女共同参画つうしん」の発行、交流や学習の手助けを行っています。どうぞお気軽にお立ち寄りください。

どんなことをしているの？

男女が互いにその個性と能力を発揮し、喜びも責任も分かち合う男女共同参画社会の形成に向けて、男女平等意識の確立や男女の自立、女性のエンパワーメントなどを図る活動を進めるための地域の拠点施設です。

- 情　報
- 調査・研究
- 交　流
- 文化活動
- 啓発・学習
- 相　談

男らしく、女らしく、ではなく、ありのまま生き生きと暮らす地域の拠点！

情報紙の発行、情報の発信

男女共同参画センターとホームページにて、イベントや講座、助成金情報などの男女共同参画に関する情報を発信しています。
また、情報紙「名張市男女共同参画つうしん」を発行し、男女共同参画に関する情報を市民のみなさんへお届けしています。隔月発行で、市役所や各市民センター、図書館、市立病院などの公共施設などでも配布しています。ホームページではバックナンバーもご覧になれる他、SNSでも発信しています。

Instagram　Facebook

図書ライブラリー

図書や映像作品の貸出を行っています。貸出期間は2週間で、1度に5冊まで借りることができます。
男女共同参画に関する専門の書籍のほか、絵本や小説、エッセイなどもあります。

相談窓口のご案内

ひとりで苦しんでいませんか？　どんな小さなことでも結構です。
困ったなと思ったら、ひとりで悩まず、一度、ご相談ください。
相談は無料で、秘密は固く守られます。

予約・問い合わせ ☎0595-63-5336（月曜日休館、9:00～17:00）

女性のための相談

予約優先、電話相談、面談
※祝日はお休み
毎週 水曜日 9時～12時
　　金曜日 13時～16時

- ☑夫との関係がうまくいかない…
- ☑人間関係がうまくいかない…
- ☑子育てのこと
- ☑自分自身の生き方のこと

女性弁護士による法律相談

要予約、面談のみ。1回30分
毎月 第1金曜日 10時～14時

法律に関する相談に応じます（女性対象）。
おひとり30分の相談時間ですので、事前に相談内容をまとめておくことをお勧めします。

- ☑離婚したいけど条件が折り合わない
- ☑相続やお金の貸し借りについて知りたい
- ☑養育費や親権のことで相談したい
- ☑セクハラを受けて困っている

メンタルヘルス相談

要予約、面談のみ
毎月 第4火曜日 13時～16時

産業カウンセラー、社会福祉士の資格を持つ男性相談員

- ☑仕事がうまくいかずに落ち込んでしまう
- ☑職場の人間関係に悩んでいる
- ☑悩みを相談できる人がいない
- ☑ストレスが多くて心身がつらい

名張市男女共同参画センター

名張市希央台5-19 Navarie2階 名張市市民情報交流センター内
業務時間▶9:00～17:00　休館日▶月曜日・年末年始
TEL▶0595-63-5336　FAX▶0595-63-5326
Mail▶danjo-center@emachi-nabari.jp
HP▶https://www.emachi-nabari.jp/j-kouryu/?page_id=15

メール　ホームページ