

◆◆◆ 生涯勉強、社会の中で生きていく ◆◆◆

五所川原会場受講
佐藤靖子さん

西北地域男女共同参画ネットワーク「参画まぐ・ねっと」の会員であり、当時当番会長であった時、チラシを目にして「受講してみたいな！」と申し込みました。希望して受講するので仕事に差し障りないようにして参加しました。でも仕事の都合上どうしても抜けられない時もあり、休んだ回もあり、資料を送付してもらい、勉強させていただきました。若い時に受けていたら今の状況はもっと変わっていたのかもしれない。とてもいい体験でした。西北地区でも深浦町からは、行く人もなく「貴方が行くなら誘ってよ」と後から言われました。

グループワークで同じ班になった、Yさん、Hさん、Kさんお元気で頑張っていますか？なかなかお会いできずにおりますが、機会があったら是非お話したいと思います。

男女共同とは言ってもまだまだ女性の管理者は少ない状況です。適材適所に女性ならではの仕事もありますし、何が何でも女性という訳でもなく、社会進出も大事ですが、私に今一番なのは、自分のために生きるという事が、最大の目的だと思います。

生涯勉強。家庭に引きこもっても、自治会の狭い社会で動いても、女性団体の仲間と会っても、それぞれの社会の中で生きていきたいと思っています。

◆◆◆ 受講して・・・「学びとわたし」 ◆◆◆

五所川原会場受講
辻悦子さん

20歳の頃、ガールスカウトのリーダーとして地域活動に関わったことをきっかけに、子どもが生まれてからはNPO活動にエネルギーを注ぎ、現在は、仲間と賑やかにコミュニティカフェで、それを運営しています。(www.delsole-aomori.jp)

平成29年度あおもりウィメンズアカデミーを皆勤賞で終えることができ、修了証を頂いたときは感無量でした。ハードな毎日の中でやり遂げた達成感、様々な項目が盛り込まれた講義、女性の視点で地域の課題や解決策を考え、夢を語り合った時間はステップアップにつながりました。

女性が共に学ぶことは、経験値の共有、共感、刺激等、前に進むきっかけになることが多く、出かけた講座で腑に落ちて、迷いや不安が払拭され、自分を救ってくれることもありました。

Withコロナの時代、学びのスタイルはオンラインで、いつでも、どこでも、誰にでも届くようになるでしょう。これからも好奇心をもって学んでいきたいと思っています。



◆◆ 謙虚さ、堅実さ、仲間の言葉も気づきに ◆◆

五所川原会場受講

船越綾子さん

講座では座学からグループワークまで、沢山学ばせていただきました。また参加者の皆様との出会いから多くの刺激を受けました。

特に印象に残っていることに、ある方とお話したことがあります。その方は実際に地域を支える活動をしているにも関わらず、「自分は何もできないけど」とおっしゃっていました。特別なことをしようとするのではなく、その時の自分にできるところから、目の前の困りごとに手をつけていき、活動を続ける。周囲との関係も大事にする。その方からは謙虚さ、堅実さを学ばせていただきました。

私自身は子どもが小さいため、講座を受けるまでは、利用者目線で支援を受けていました。

修了後、改めて身の回りを見ると、誰が、どういう経緯で、どのように運営されているのだろうと、具体的に関心が向くようになりました。



◆◆ コロナ禍での新たな挑戦、オンライン講座開催 ◆◆

五所川原会場受講

津島弘美さん

コロナ禍で世界の状況が一変した現在、健康被害だけではなく経済にも深刻な打撃を与えており、いつ光明がさすのかがわからない状況にストレスを感じている方は少なくないと思われます。私も今まで当たり前のようにできていた研修や講演活動、イベント開催ができない状況となり、人が集い楽しく笑い、学びあえる時間の尊さと有難さを初めて痛感しました。

行動が制限される中、新しい取り組みとしてスタートしたのは「お家で笑おう!オンライン笑いヨガ」6月から毎週火曜日夜8時半から30分無料で開催しています。笑うことでストレスを減らし免疫力を高めていただけます。家にこもりがちになり気持ちが晴れない方も家にいながら安心して笑っていただけますし小さなお子さんがいるお母さんも介護をしている方も参加していただけます。

ZOOMのミーティングID74311405235パスコードは9512376です。どなたでも予約なしに参加していただけます。

コロナに負けない心と身体のリフレッシュの時間として沢山の皆様にご活用いただけましたら嬉しく思います。

今後も皆様の元気を応援する活動を状況に合わせてながら継続して参りたいと思います。

青森笑いヨガ研究所ホームページ <https://hikari526jp.wixsite.com/warai>

◆◆ 受講そして審議会委員になったの感想 ◆◆

五所川原会場受講
三上友子さん

・審議会委員になったの感想

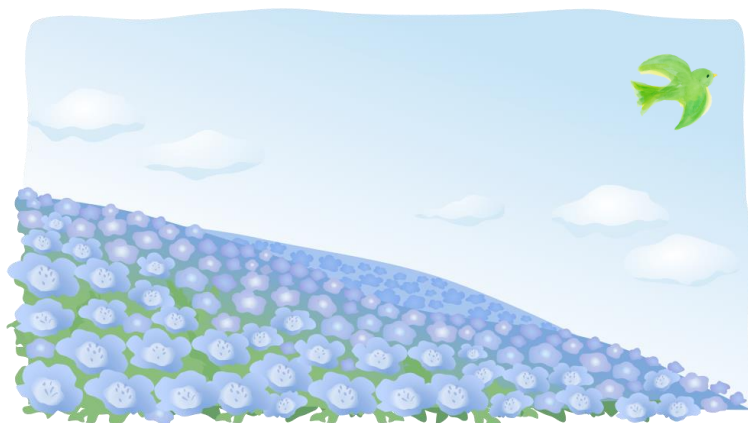
ウィメンズアカデミーを受講していなければ、審議会の委員の業務は決して担当することはありませんでした。委員会メンバーにはいろいろな専門性をお持ちの方もいますので、そこで出会った方に職業訓練の職業人講話を依頼することができ、「大変貴重なお話を聞いた」と訓練生に喜んでもらっています。同時に自分自身の世界も広がったと思います。

最初は男女共同参画審議会を担当させていただきましたが、その後、青森県原子力政策懇話会委員・青森県総合計画審議会委員・青森県公社等経営評価委員についても担当する機会をいただきました。お声がけいただけただけ理由を理解し、役割を精一杯努めて参ります。

・受講しての感想

同じく受講していた方との交流がうまれ、今も継続しています。お互いの仕事につながる場面もあれば、SNS 等で元気な様子を拝見するだけでも、自分もそこから刺激をもらい「何かやりたい」と気持ちがあまれてきます。

受講を通し人との交流が生まれ、自分から積極的にその方を知りたいと思いをかけることで、その後の付き合いにもつながります。人との出会いが楽しめる転機になりました。ありがとうございました。



◆◆◆ 高い意識と強い意志、刺激を受けて起業へ ◆◆◆

三沢会場受講
秋葉美早喜さん

2019年4月から個人事業主としてお仕事を始めました。

主にデザイン制作業で地域のお役に立てることをしたいと始めることにしましたが、きっかけとなる出来事のひとつに『あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコース』を受講したことも含まれます。

私と生活する環境も働く職種も、年齢も違う女性たちが、高い意識と強い意志を持って行動しておられ、その姿にとっても良い刺激を受けました。

そのとき、半分は諦めていた自分の気持ちに正直に生きてみようと思えることができました。自分のできそうな事から動いてみようと考え、約1年をかけて会社員を辞める準備を始め、今に至ります。

準備の段階から様々な経験を糧にと、青森県都市計画審議会の一般委員に応募する機会をいただき採用となり、2年間務めさせていただきました。私にとってはとても難しい議題でしたが、この様な過程を経て県民が安心して利用できる公共機関が完成していると知る良い経験となりました。

コロナ禍にあり、しばらくは苦悩と共に生きることになりますが、今後何ができるのか目標や課題については視野を広げ考えていきたいと思っています。

◆◆◆ 情報集め、施策に対する提案・提言 ◆◆◆

三沢会場受講
遠藤泰子さん

本年3月、多くの方々のご支援をいただき市議会議員2期目がスタートいたしました。新型コロナウイルスの影響により、思うような活動が出来ず苦慮しております。また医療経済の今後を考えると、今何をすべきなのか、情報収集をしながら模索している日々を送っています。もちろん、市の経済対策や医療現場の状況などは、市の担当者に状況を伺いながら、市民の求める施策とズレが生じていないか確認を行い、施策に対する提案、提言を申し上げております。

先般、2学期のスタートに合わせ、地域の青少年健全育成協議会で「朝の挨拶運動」を夏休みやコロナ禍で崩れた生活リズムの回復との願いを込め実施。私は町内会長として、地域の方を誘い一緒に子どもたちとのあいさつ運動に参加しました。

今年は、色々なイベントを断念し、活動が制限されておりますが、インターネット等の情報を集めつつ、今後の活動に活かしたいと考えております。



◆◆ みんなで向き合い、同じ思いで運営していく大切さ ◆◆

三沢会場受講
中村美穂子さん

私は、平成 29 年度あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコースを受講し、男女共同参画に関する基礎的な知識から、青森県の現状、理論的コミュニケーション、実践的なプログラムの企画・立案など、幅広く学ぶことができました。

グループワークでは、今までつながっていなかったような人とつながりを持ち、資源を持ち寄り、シェアし、それらを融合させることから、新しい気づきやアイデアが生まれること、アイデアを出し合いながら、一つの課題にみんなで向き合うことの楽しさを感じることができました。

また、今、地域に求められているリーダーは、人のアイデアや才能を引き出すコーディネーター力、企画力、演出力を持ち合わせていることが大切であると改めて感じました。一人でやろうと思わずに、同じ思いを持った仲間たちと運営していくことの大切さを感じることもできる、とても貴重な機会となりました。



◆◆ 受講での学びが自分の考えを切り拓く ◆◆

三沢会場受講
森田奈津子さん

3 年前こちらのコースを受講した際は、仕事と子育てを両立しながら働く女性として、そして母親として毎日奮闘していたことを思い出しました。

このコースを受講後、育児休業を取得し家族中心の生活を過ごしていたため、「社会の誰かのために何かを実行する」という、こちらで学んだことを活かしていない生活が続いていました。

しかし、原稿を作成するにあたり受講時の資料を読み返し、「人は気づかない前提があり、前提を問い直し突き詰めて考えてみると、それが切り拓く力となる」という言葉に、はっとさせられました。

私自身、家庭のことなどを理由にその前提をあたり前に思い、仕方ないことだと深く考えない生活になっていたもので、少しずつですがこれからは様々な角度で物事をとらえ、様々なことを切り拓いていけるよう頑張っていきたいと改めて思いました。



◆◆ 個人の問題は社会の問題、受講で得た気づき ◆◆

三沢会場受講
岩本ヤヨエさん

今が充実している。そう思えるのはウィメンズアカデミーを受講したからに他ならない。受講する前と後では、自分自身の意識が変わり生活が一変した。青森県男女共同参画審議委員から始まり、県総合計画審議委員や高校・警察署の評議員など次々と引き受けることになり、各会議で男女共同参画の視点、また生活者の視点で意見を述べることができた。特に構成員の女性割合が低い会議では女性の意見の重要性を意見でき、審議会のあり方を問うことになったのは有意義であったと思う。

また、新聞社へ男女共同参画の視点でのコラムを40回ほど寄稿させていただいた。自分の経験をもとに「個人の問題は社会の問題」として訴えることで、読者の皆様に共感していただいている。男女共同参画の視点も、「個人の問題は社会の問題」という気づきも、ウィメンズアカデミーを受講したからこそ得られたことであった。

先日、防災士の資格を取得した。私にとって防災は男女共同参画を社会へ浸透させるためのツールである。全ての人生きやすい社会を実現するために防災をとおして活動していきたいと思う。



◆◆◆ 身近なところから学びを活かす ◆◆◆

弘前会場受講
相馬香織さん

そもそも普段から率先してやる性格ではない私が、「地域女性リーダーコース」を受講して感じたことは、職業・年齢などを問わず何かを変えていこう、これは良くしたいと思う気持ちとやる気のあるリーダーが存在すれば、賛同する人も自然と増えて、そこからつながりもできてくるんだなあと感じつつ、今だに活かせていないのが実状です。

せっかく時間を作って受講の場を設けていただいたにもかかわらず、行動に移せていないことを反省し、身近なところで職場からリーダー風なことをはじめていきたいと思います。



◆◆ 学びを実践し地域に役立つ活動を ◆◆

弘前会場受講
引間由実子さん

ウィメンズアカデミーで学んだことは仕事、活動しているボランティアや審議会委員等、いろいろな場面で役立っています。

私は、ご縁があり青少年健全育成審議会の公募委員を務める機会をいただきましたが、思いだけでは務まるものではないということ学びました。委員として自分の意見や考えを伝えるには現状や課題について理解する必要があります。そういった知識を得たうえで現状を理解し、課題を発見する。そして、その解決に何が必要なのかを導き出し、論理的に発信する。まさしくウィメンズアカデミーで学んだことであり、それを実践することができました。

ウィメンズアカデミーでは一緒に学んだ方たちもみなさんさまざまな活動をしていて魅力的な方ばかりで、とても学ぶことが多かったです。

今後も仕事はもちろんですが、市や県問わず興味のある分野の公募委員や現在やっているボランティア等、地域の課題解決にお役に立てる活動を続けていきたいと思っています。



◆◆ 女性リーダー育成の場から大きな成果 ◆◆

八戸会場受講
赤坂美千子さん

令和2年4月より八戸市市民活動サポートセンターわいぐの指定管理者となりました。男女共同参画を視点に市民活動を続けその集大成と考え、女性3名が主となり、応募しました。

これまであおもりウィメンズアカデミーをはじめ、あおもり女性大学やはちのへ女性まちづくり塾など女性リーダーの育成の場に参加したことによって得たものは大きく、その成果が結果になったと思っています。

現在の女性リーダーの育成は、キャリアアップを目的とした世代に限定したものが多く感じていますが、リーダー育成は世代に関係なく幅広く行われるものと思います。

わいぐは、市民活動をしている、また、したいと考えている団体や個人をサポートするのが目的です。登録している方は年齢も幅広く、男女関係なくイキイキと活躍しています。この人たちの中から地域のリーダーが生まれてくるのだと感じています。そのサポートをしっかりとするのが今の役目だと思っています。



◆◆ 実現するために行動、リーダー目指す ◆◆

八戸会場受講
柏崎玲央奈さん

あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコースに参加したことで、社会人に成り立てだった私は、仕事でどのようにキャリアアップしていこうか。ということだけではなく、青森で生活している人として、人生をどのようにキャリアアップしていこうか。と考えるきっかけになりました。

元々ある環境の中で自分ができることを探していましたが、講師の方々の講演を聞いて、自分で環境を変えたり、仲間と一緒に新しい環境を作り上げたり、自分のやりたいことを実現するために行動することを学びました。みなさん自分のできる範囲で活動を始めて、少しずつ成長しながら事業を広げている姿を見て、特別難しいことではないのだと知ることができました。また、同じコースに参加した方々と話す機会がたくさんあり、その過程で仲良くなった方が主催している街歩きに参加したこともありました。

まずは、今回のコースで学んだことを活かしつつ、会社内でのリーダーを目指し、それらで培った経験を将来、地元還元していきたいと思っています。

◆◆ 行政と連携しながら地域づくり ◆◆

八戸会場受講
工藤恵美子さん

このセミナーを受講し、自分の成長と地域づくりが密接にかかわっていることを再確認でき、学びを行動に移し、そこからまた学んで行動というサイクルを回していきたいと感じました。「頭で理解できる」と「心で感じて納得して行動する」ことの隔たりが大きい私は、なかなか行動とリンクできないことが多かったので、セミナー終了後に仲間と一緒に「おせっかいし隊」事業を開始できたことは大きな収穫でした。

また今年の4月から、新たに八戸市市民活動サポートセンターの指定管理という大きな仕事に携わることになり、行政と連携しながら今までの学びを生かして地域づくりのお役に立てるように努めています。

どちらも残念ながら新型コロナウイルスの影響を受けていますが、この状況が既成概念にとらわれがちだったことを気づかせてくれた良い機会だと前向きにとらえ、大切なこと、優先すべきことを考えて、これからの行動につなげていきたいと思っています。

◆◆ おせっかいし隊、何とかしたい未婚率 ◆◆

八戸会場受講
関本 幸子さん

はちのヘウイメンズアクションのメンバー5人が受講後、早速活動に取り組んでいる。少子高齢化社会が一層進む中、結婚しない男女が多い。親にとっても深刻な悩みとなっている。年頃になると、そろそろ「結婚」を考える時代ではなくなったのか？若者の恋愛離れ、固定観念が恋愛の壁になっている。女性の社会進出により、一定の収入があれば結婚がすべてではない。恋愛よりも、自分の趣味や友達同士が気楽で楽しいという未婚者を持つ親との情報交換会を4回実施。当事者同士の交流会、人数を限定し、料理、ボーリング、ピンポンで、自由に会話し、意中の人の名前を記入して頂き、数日後連絡し、面談でサポートしていくようにしている。40～50代は、就職氷河期の世代で、正規・非正規雇用の格差もあり、結婚したくても、結婚生活に不安を抱いているのかな？

今後取り組んでいきたいことは、八戸市鷗盟大学と防災。八戸市鷗盟大学は、60才から入学でき、地域社会で活動する人材育成講座でもある。2年間の学びで最も重要なことは、高齢者同士が共に支え合う社会を目指し、地域活動に繋ぐ事。未婚率の増加、少子化で労働人口が減っていく社会状況の中で、高齢者だからって、甘んじてもらえない。少しでも自分にできる事があればと、自主研究を続けている。防災では、わたしたちの地域は単身高齢者が増えつつある中、防災に対する意識を高めると共に行動する事が重要であると思い、地域避難所での訓練で受付作業と避難者を配置区分に誘導する係を担当。この役割が大変であり、重要である事を学んだ。これからは予期せぬ災害に、お互い声がけで災害から身を守る事や、身近な所から、お互いに助け合いの輪を広げる活動にしていけたらと思っている。

◆◆ 講座での出会いにより新しい発見と成長 ◆◆

八戸会場受講
佐々木理央奈さん

「あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコース」を受講し、現在取り組んでいることはないですが、職場などでの人との会話の中で、講座で学んだことを少しずつ活かせるよう、考えながら発言するようになりました。

今後は、仕事や私生活にゆとりを持てるようになったら、地域をよりよくするために、女性が職場や地域で活躍できる環境になるように、様々な講習などに参加してみたいと思いました。

講座を受講し、話し方を学んだり、青森県の現状を知り、地域の事を考えるのはもちろんですが、人とのつながりが出来た事が 1 番大きいと思います。今までは同じ年代、会社や同業者の方と接する事が多かったですが、講座では様々な方と出会う事で他の方の見方や初めて知る事など新しい発見があり、より成長することができたので良かったです。

◆◆ 地域とつながりカフェオープンに向け準備中 ◆◆

八戸会場受講
花松美佐さん

現在の活動まとめ。青森県に移住してもうじき 3 年になる。移住するにあたり仕事探しに苦戦するも、タイミングよく七戸町地域おこし協力隊の募集が出ていたことから応募。2018 年 4 月、七戸町地域おこし協力隊として着任、今年最終任期期間となっている。

退任後の定住に向けた活動として起業を選び、カフェオープンに向け準備中。協力隊の起業支援金制度 100 万円を活用し着工。退任後も町づくりに携わっていくために拠点を持つことが良いと考えたのも起業を選んだ一つの理由である。店舗をどこにするかで二転三転したが、最終的には協力してくれる町民に出会い、街中の空き家をリノベーションしてくれることとなり、今年度中のオープンを予定している。

地域おこしの活動を通して町の様々な分野で役員推薦していただき、現在七戸町スポーツ推進委員や都市開発マスタープラン委員、任意団体(しちのへ移住サポーターの会、ドラキュラ DE まちおこし)などのグループに所属し活動している。

カフェは、衰退した商店街の中にあるが、町唯一の高校があることから交流スペースとなることや、空き家を活用した地域活性につながればと今後の活動内容を戦略中。

また、青森県内協力隊のネットワーク化にも携わり、今後青森県全体で PR していく媒体を作ることが出来たらいいなと模索中。

このように、受講して学んだことを活かせる機会に恵まれている。成果がまだ出ていないことから今後どう変化していくのか、期待が膨らんでいる。携わっている環境では、男女がそれぞれの得意分野を活かせる関係を築けていることから、今後は年功序列の壁をなくし、参加しやすい町づくり、交流人口関係を増やしていくための戦略を考え中。

◆◆◆ 学びを活かし人間力アップ ◆◆◆

八戸会場受講
鷹屋敷綾さん

あおもりウィメンズアカデミー地域リーダーコースを受講して、自分のスキルアップにかなり役立ち、受講して良かったと思いました。

私が特に興味があったのは、石塚ゆかり氏の説得力を上げる論理的コミュニケーション講座でした。うまく相手に伝わる話し方をするのが苦手でしたが、「ロジカルシンキング」を学び、今は根拠と結論をはっきりと示し、曖昧な表現をしないように話しをするようにしています。

地域課題の解決策の面では、思うような解決策を提案することが出来ずに心残りです。他の班の発表を聞き、自分の無知さを改めて感じました。県内の情勢・ニュースなどを知ることから始めようと思い、今更で恥ずかしいのですが新聞を読むようになりました。

この講座では、自分のスキルアップにつながる講座を受講できましたし、様々な職種・年代の方と交流ができ、有意義な時間を過ごすことが出来ました。これからも、人間力をアップできるよう、受講したことを活かして生活していきたいと思っています。

◆◆ 参加者との交流で新しい力を実感 ◆◆

八戸会場受講
濱澤優美さん

あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコースの受講をしてみて、様々な職種の方や、年代の方がいらっしやり、色々な話をする中で、今まで自分が考えたことのなかったものを発見することが出来たのでとても良い時間を過ごすことが出来たと思います。

このように交流する場は、仕事だけをしていると得ることのない機会でしたので、参加している時は、色々な方と話しをするように自分でも心がけていました。その後、会社に戻ってからも積極的に自分から会話していけるようになったので新しい力が身についたなど改めて実感することが出来ました。受講後はあまり機会がなく、何かに参加することは出来ませんが、このあおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコースで学んだことを忘れずに今後活かしていきたいと思っています。



◆◆ 「こうだと良いな」を形にしたい ◆◆

八戸会場受講
古間木志穂さん

私はこの講習会を受講して、普段接する機会のない職種の方々や、実際に地域の為に活動されている方々と接し、刺激をいただきました。それだけではなく、コミュニケーションについての講座や日々の私たちの安心、安全な生活には欠かせない防災についての知識などを学ばせていただく機会もあり、自分の為にもなる講習会でした。

特に、地域課題についてグループで話し合い、向き合うグループワークは、メンバーの方々とコミュニケーションを取ることができ楽しかったですし、地域のために実際に私たちに何ができるのかを考えさせられる時間でした。普段から私は、この地域で働きながら生活していく上で、こうした方がいいなと思うところや、ここがこうだと良いなと考えることがあります。それを考えたり思ったりするだけではなく、実際に自ら行動し、形にしたいと思いました。

今後は、私たちのグループが取り上げた教育、スポーツのカテゴリで、私が今も取り組んでいる卓球に若い方々や年配の方々が接することができる機会づくりをしたいと考えています。そうして地域の方々と接していき、また新しい課題を発見したときは今回講習会で学んだ知識や、つながりを生かし、積極的に取り組みたいです。

◆◆ 困難を抱える女性に寄り添うために ◆◆

八戸会場受講
森寿野さん

『(性)虐待されたり親との確執で家が安住の地ではない女性を保護し、一緒に住みながら自立のお手伝いをする』という志を持って自然が深い青森県に移住して参りました。

東京でシングルマザーだったので、貯蓄も然したる能力も持ち合わせていませんが、苦しみを感受し、その苦しみを乗り越えた後の笑顔を見たいがために、これから命尽きるまで寄り添っていく覚悟です。

その為に、受け入れてくれる地、空き家を見つけ、地域の課題解決を手伝いながら苦しんでいる方々の居場所作り、黒子としての人生を全うしたいと思います。

1人では到底成し得ないこと。心ある皆さまの受け入れ態勢も大事です。どうかお力をお貸してください。

笑顔でいっぱい地域にしていきましょう♪

HP『笑顔が一番♪』 <http://niko2smile39.wix.com/lastleaf>
ブログ <http://niko2smile39.blog.fc2.com/>



◆◆ 「女性の壁」ジェンダーの学びで気づきを得る ◆◆

大間会場受講
大畑彩美さん

私は2019年度に「あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコース」を大間町で受講しました。当時は、新卒後8年間務めた会社を辞めて佐井村に移住し、漁師である夫と義父母との同居生活が始まった頃でした。今振り返ると、「女性として壁にぶつかった」時期だったと思います。

講座を通して、身近な地域で活躍する女性たちに出会うことができ、刺激と元気をいただきました。また、ジェンダーの問題を改めて学ぶことで、自分を取り巻く問題は、「個人的な悩みではなく社会的な構造の問題だ」という気づきを得ることができ、救われました。さらに情報誌「クローバーあおもり」の企画編集スタッフを務める機会に恵まれ、企画を通して、漁家において女性の労働は経済的評価が伴いにくいという課題を社会に向け提起することができました。

現在は、佐井村内の一般社団法人に再就職し、悩んだり失敗したりしながらも、地域づくりに関わる仕事に取り組んでいます。

◆◆ 大きな世情の変化の中で自分を活かす ◆◆

大間会場受講
佐藤恵美子さん

受講時には考えたこともないほどの世情の変化にあらゆるものが足踏み状態です。特に公の事業は軒並み中止を余儀なくされ静かに過ごす日々が続いているようです。社会の激変に私たちも自ら変化していく必要があります、そこに痛みが伴うのは致し方ないことなのでしょうと言われています。

公としては教育委員、保健協力会、趣味の会としては大正琴、手芸の会、防護服を作るボランティアなど、今できることを少しずつすすめています。

公の場では、自分の意見は今回習ったロジカルシンキング（論理的思考）で伝えられるよう考えます。趣味の場では、代表としてみなさんの意見をできるだけ簡単に活かせるようラインやメールを使っています。そうして続けやすいように。

防護服ボランティアはコロナ禍、直接何か支援することはないかとネット検索の末見つけたことですが、工作の好きな私にはとてもやりがいのあるものとなっています。

経済力、資格が乏しくても、田舎に住んでいても60代でも、コロナ禍でも、今の私にできることを探って適度に自分を活かしていこうと思っています。日々変わっていく世の中は我々にも多くのチャンスを与えてくれているのかもしれないと、少しワクワクしながら過ごしています。

◆◆ 障がい者との共生社会、楽しみながら解決を ◆◆

大間会場受講
佐々木和美さん

地域リーダーではない私が受講したきっかけは……。春から長男が親元を離れ「息子ロス」にならないためと、子どもにはいつも”ガンバレ”と、言っているが、私は頑張っているのか?いつもとは違う事を頑張っている姿を子どもにみてもらいたくて参加することにしました。

受講するだけだと思っていたら、なんだかどんどん話が展開していき、もしかしたら NPO 立ちあげる?!なんて……。プレゼンまでし、自分でも驚きました。

私が 1 番テーマでとりあげたかったのは、障害者との共生社会です。次男に発達障害があり、障害者手帳を持っていますが、地域から障害者に対しての偏見がまだまだあり、「バカ、ヘン」など言われ、とても悲しい気持ちになります。私自身も子どもに障害があるとわかるまでは、福祉にはまったく興味はありませんでしたが、実際、自分の身に起こると困ったことだらけでした。そして、今は起きていない将来の不安等を毎日考えて悩み、眠れなく体調も崩しました。でもある日、” 遠い将来よりも今できることを楽しもう” と、奇跡的に気持ちを切替えることができ、今はどうすれば解決できそうか?!など、考えるのが楽しくなってきました。「普通」や「常識」の価値観は、人それぞれ違う!なんで?どうして?ではなく、今できることを楽しみながら解決する!田中弘子さんの”ケセラセラ”です!!

自分が前向きになることで、子どもに対しても、周りに対しても明るく接することができる!まだまだ未熟な私ですが、これからは、地域の福祉のために微力ですが、お手伝いしていけたらと思っています。

自分の殻を脱し、人との繋がり、できることの大きさ、補い合う大切さが大事だということ学びました。受講して本当によかったです。ありがとうございました。

※青森県社会総合教育センターの子育てネットの中の発達障害の動画に家族で出ています。

◆◆ 生活のすべてにつながる男女共同参画 ◆◆

大間会場受講
須藤恵子さん

- ・審議会についてはむつ市はまだまだ男性の方が多いように思います。
- ・長い間男女共同参画に取り組んできましたので自分の団体では数多くのテーマを取り入れてきました。
- ・受講後は「男女共同参画」って何?これを語り継いでいきたいと思います。
- ・昨年は大間会場でした。この下北はまだまだ、学習する事に対しては関心がないようです。「男女共同参画」こそは私たちの生活すべてにつながっております。
- ・ここに気付くようこれからも語っていききたいと思います。

◆◆ 育児中でも委員に挑戦、人との縁を大事にしたい ◆◆

大間会場受講
福田佳津子さん

現在は育児中で活動はしていませんが、受講生の数人と、おつきあいさせていただいてます。行動力のある人ばかりで、あせります。

子どもの一時保育を、思うように頼めず、困っていますが、8月の後半から、むつ総合病院の新病棟建設に係る基本計画策定委員会の委員に決定しました。全く知らない世界ですが、夫に10ヶ月の子をお願いして出席する予定です。そして、9月からは青少年健全育成委員にも決定し、参加しています。不安ですが、コロナで、家でおこもりしていることにも抵抗があり、チャレンジしてみます。受講後は、PTAのそうじなど、積極的に参加しています。

今後は、困っている人のために出来ることに取り組みたいです（でも、家庭を犠牲にしないように）。また、謙虚でない自分に気付き、もう少し年上の意見を取り入れたり、聞く耳を持つことが必要かと感じました。発言するかも、タイミングも、分からないことが多いのですが、言葉を用意して、人との縁を大事にしたいと願っています。



◆◆◆ 外ヶ浜モデル目指して活動中 ◆◆◆

外ヶ浜会場受講
木村みどりさん

①「あおもりウィメンズアカデミー地域女性リーダーコース」を受講して大変よかったです。大げさかもしれませんが人生が豊かになりました。その理由は、

- (1) 新しい友達ができた事。
- (2) 町のステキなところや場所の発見ができた事。
- (3) 未来に目を向けて考える新たな自分をつくれた事。

②地域に活かされたコトを紹介します。

外ヶ浜町のステキな場所を発見し、維持して残したいと思い、同じ気持ちの有志が集まり「外ヶ浜町・美化ピカ委員会」を発足したのです。今は町の登山道中心に草刈り、枝切り、展望台の清掃をしながら、安全確認をしたり、また来たくなる町を目標に、活動場所を広げています。

③現在取り組んでいるコトは2020年6月21日に開催予定だった「KAMISO この指とまれクラフト市」を開催したく、再活動してます。三密を回避し時短しながらではありますが、モチベーションが薄れないように打ち合わせを続けてます。1年前に初めて顔を合わせたメンバーと、開催に向けて積み重ねたプロセスになんとワクワクした事か！ぜひ開催したいです。

④今後は「外ヶ浜モデル」をめざし

- ・住みよく 人が行き交う
- ・自然をイキイキ後世に繋げ
- ・安心安全の防災意識を高める

これらのことにつなげる為の活動を続けて「外ヶ浜モデル」ができて行くといいなあと思っています。

◆◆ 受講した仲間とボランティア団体を結成 ◆◆

外ヶ浜会場受講
横岡千和子さん

現在私は、あおもりウィメンズアカデミーを共に受講した仲間達と一緒に「KAMISO この指とまれ」というボランティア団体を結成し、地域活性につながる様々なイベント等を企画・運営するという活動をしています。まず手始めに廃校を利活用したクラフト市を企画し、開催に向けて活動していましたが、コロナ禍の状況によりやむなく延期を決断。今はコロナ後にイベントを開催できるようメンバー皆で情報を集めたり、小規模なクラフト市を試験的に開催するよう計画してみたりと、日々研鑽を積みながら熱意とつながりを途絶えさせぬよう、メンバー全員で気持ちを共有しながら頑張っています。

また、コロナでクラフト市が開催延期になった時にも、地域の宝である子ども達のために、外ヶ浜町と今別町の小・中学校併せて全6校に、メンバーの手作りマスクを寄付するなど、常に「地域のために何が出来るか」を念頭に置いて仲間達と気持ちを高めています。

◆◆◆ 町の良さを体験し発信する ◆◆◆

外ヶ浜会場受講
工藤彩乃さん

令和元年度外ヶ浜町のコースを修了して、私の中でとても大きく変わったことは田中弘子さんも強くお話されていた”人との繋がり”を大切に考えるようになった事です。

三厩へ移住した当初から感じていた事ですが、三厩が1つの箱庭と思いその中で生活する事によって私自身が箱庭療法を自然と受けたようになりました。ロールプレイングゲームのように村人に話しかけるとゲームが進んでいく感覚です。そんな所からウィメンズアカデミーに参加し、仲間に出会い同じ目標を持ちプロジェクトを進めていく活動は私にとってとても楽しくやりがいのある体験でした。

今年は感染症が流行り、活動を中止せざるを得なくなりましたが、来年はまた再開します。

現在の私は仕事を通して外ヶ浜町の山や海の良さを知る事と（山と海へ行って体験する）仕事用のインスタグラム等 SNS で発信する事を好きでやっています。ゴミ拾い活動もします。

今後取り組んでみたい事は、ネイチャーガイド・子供キャンプ・仕事の創出場・コワーキングスペース・地域グルメ教室・ポタジェガーデン…と上げたらきりが無い程沢山あるのですが、主には多くの方が心を軽くし、自分を生かし、生きていけるものをみつける場所を提供し、『いつでも帰って来たい』or『ここに住みたい』と思ってもらえる場を作ることです。その為には1人では出来ませんので、既に活動している方と繋がり、話を聞き、問題点を一緒に考えていきます。実際に伺ったところイベントを開催しても人の流れが少ない事を問題にしているようでした。私は現代の人にとって必要とされる情報の提供において需要と供給が形になっていないからだと思います。私が頑張ってもこの状況を変えていけるかは全く分かりませんが、同じ気持ちを持っている人達と繋がりを大切に、私に出来る事を一つずつやってみたいです。

リラクゼーション葉（よう）HP <https://yoh.storeinfo.jp/>

Instagram yoh_relaxation

◆◆ 色々な事が動いています、今後に期待！ ◆◆

外ヶ浜会場受講
時苗志野さん

活動状況ですが、今、色々な事が動きすぎているため内容としてはまとめきれず、秘密です。

SNSでの発信もありますが、いつも周囲の流れや住民の声にアンテナを張って、思いついた事を自分のできる範囲で行っています。幸い、一緒に参加してくれる方々がいるという事については大変うれしく思っています。

この一人のおばさんが今後何をして何になっていくのか、私も楽しみです。

なので、秘密と内緒にさせていただきます。