

# JAUW 茨城支部だより 2016 年度-3 号

URL <http://jauw-ibaraki.net/> 2016 年 11 月 25 日 一般社団法人 大学女性協会(JAUW)茨城支部 発

朝凍の初冬を迎えています。いかがお過ごしでしょうか？今夜は地球が最も月に近づくスパームーン、しかも 64 年ぶりの大きさと報道されています。雲隠れせず大きな素敵姿を見せてと、挨拶文を書きながら楽しみにしているところです。地球上の様々な喧騒を忘れ、しばし天空のロマンを味わいたい気分だからです。

去る 11 月 12 日、鷲見八重子新会長の下、大学女性協会創立 70 周年記念式典が盛大に開催されました。外務省の特命全権大使の西村篤子氏や内閣府男女共同参画局局長の武川恵子氏も駆けつけ祝辞も戴きました。何と言っても映画監督の松井久子氏の記念講演は圧巻でした。家庭の主婦こそ女性の幸せと刷り込まれた人生から、またDV被害者としても立ち上がり、男性社会の中で億単位の資金を動かして映画監督をされてこられているのです。正しく、めげない逞しい自立の女性のロールモデルとして大きな感動を呼んでいました。

今回の晴れの式典には、わが支部から 9 人の会員が参加されました。この行事の実行委員長を務められた牧島さん始め、城倉さん松本さんが本部役員として任務に就かれ、素晴らしい式典になりました。また、第 I 部の若手会員代表メッセージでは、我が支部会員の矢根さんが、産業技術総合研究所主任研究員として、子育て家事両立の奮闘ぶりが報告されました。当支部から今回の記念式典に多彩な人材が大活躍で、誇らしく思った次第です。

さて、今年の最後の事業は本『YOROI を脱いで』の最後の第 III 章校正に関わる、2 回にわたって開催する円卓会議です。幅広い会員の参加と有意義な意見交換会をもって、年度内本制作の完成を目指して参りたいと決意しております。どうか、皆様のお力添えを宜しくお願い申し上げます。

(M.K 支部長)



## 新年会のお知らせ

日時 平成 29 年 1 月 28 日 (土) 11:30~14:30

場所 水戸プラザホテル「四川飯店」個室

水戸市千波町 2078-1 TEL 029-305-8111

(水戸駅南口から 11:00 出発のシャトルバス有)

会費 3500 円

講話 「消費者市民社会とは—男女共同参画の視点から」 松本由美子 会員

企画 いきいき茨城ゆめ国体 2019 ダンス披露 茨城県女子体育連盟

出欠は同封のハガキまたは F A X ・ メールで 12 月 20 日までにお知らせください。

## 運動と笑いでストレス解消！ 自分らしく輝く生き方発見塾パート2

### ー責任世代のあなたを元気に！エクササイズと笑いヨガ編に参加して

9月25日 みと文化交流プラザにおいて、大学女性協会茨城支部主催、水戸市男女平等参画課共催で、楽しく笑いに満ちた講座が開かれました。「責任世代の女性を元気に」というチラシのタイトルにひかれて参加しました。第1部は理学療法士の先生から、ストレス対策と運動の講話があり、そのあと、実際に脊柱をねじったり肩甲骨の上げ下げなどのエクササイズを教えてくださいました。その時は毎日やると効果抜群と思いましたが、毎日できない自分がいます。笑いヨガはびっくりです。手拍子とともに「ホッホ、ハッハ、イエーイ、いいぞ、いいぞ、やった、やった、ベリグー、ベリグー、イガッペ、イガッペ、イエーイ」と声を出しながら、大笑い。声を出すことと笑うことで自然と気持ちが前向きになってきました。しかし、「舌をペローっと出して挨拶をしましょう」は、ちょっと照れくさかったですね。

参加者の皆さん約30名と、思いっきり笑った貴重な時間でした。体を動かし、笑うことがなくても大きな声で笑う動作をすることで、明るくなれることを実感でき、とても有意義な講座でした。「気持ちは動作で変えられる！」を発見しました。(Y.N)

### 受講者へのアンケート結果 受講者 34 人 (回収数 26 人) 回答率 76.5%

#### ● 受講者の年齢は？

20代	40代	50代	60代	70代	80代	未回答
1人	8人	6人	4人	5人	1人	1人

#### ● 大学女性協会について

知っている	聞いたことはある	まったく知らない
21%	12%	41%

#### ● 講座の内容はいかがでした？

とても満足	まあまあ満足	未記入
47%	24%	6%

#### ● 今後受講してみたいテーマは？

- ・ホットヨガ
- ・「いかり」について
- ・楽しいリラックスできる企画がよい

#### ● 今回の講座を受けて、心と体に変化は感じられましたか？

変わった(20人) — どのように変わりましたか？

- ・前向きになれた。元気になれた。(4名)
- ・かるくなった(2名)
- ・首の回りがすっきりした
- ・身体が温くなった
- ・とてもよかった
- ・関心をもった

- 姿勢に気を付けようとおもいます
- 解放感に浸った
- 少しずつ身体を動かそうと 思った
- 笑って過ごせる生活を目指したい。思ったより年齢層が高くてびっくり。働き盛り子育て世代など、本当にストレスを抱える年代の参加を促すことが必要では？
- 笑いヨガはあまり自分には合わないと思った。体験できて良かった。
- 内藤先生の話で筋肉の名前・動きがわかった
- 佐々木先生のご指導・予想を裏切るよいものでした。
- 笑いが大切
- リラックスできた

## JAUW 創立 70 周年記念事業—主に来賓・来席者について

120 人近い会員の参加があり、外務省や内閣府からの来賓も見えた。西村特命全権大使は母上の代からの JAUW 会員で、ご自身もルクセンブルグへの赴任のために退会され、今回再入会された。

JAUW と関係の深い団体からも数名の参加があり、国際婦人年連絡会の仲間である日本 BPW 連合会からは、元内閣府男女共同参画局長の名取はにわ理事長が、JAUW が会員で、正副会長なども兼務した JAWW（日本女性監視機構）や、JAUW の行事に参加の多いパシイワ、来年創立 60 周年を迎え、AUW（アジア大学女性連盟）総会を計画している香港からも Woo 教授の参加があった。

出席者には第 1 部で上映した「JAUW のあゆみ」の DVD と歴代会長の挨拶をまとめた冊子「ことばの肖像」をお持ち帰り頂いた。各支部にも用意したので、新年会などで会員の方々と是非見ていただきたい。JAUW の 70 年の歴史が良くわかる。筑西の設楽会員から祝電をいただき、上川陽子元大臣の祝辞メッセージなどと共に祝賀会で披露した。

(JAUW 創立 70 周年記念事業実行委員長 Y.M)



## 松本由美子会員瑞宝単光章を受章



2016年秋の叙勲で、支部会員の松本由美子さんが瑞宝単光章を受章されました。

調停委員20年の貢献に対する受章です。わが支部としても誇らしい栄誉です。心よりお祝い申し上げます。



## 新会員自己紹介

\*\*\* T.S \*\*\*\*

8年ぶりに再入会させていただきました。2008年春の渡米に伴い、退会という形でお暇して以来です。留守中も皆様のご活躍は報告書等で拝見しておりました。

「すごいなー」の一言です。

米国では様々なカルチャーショックもありましたが、楽しくたくさん学ぶことができました。

最近の米国は変化が急激で、今後の見通しが立ちにくい印象を持っています。女性に対する

「ガラスの天井」もまだまだ感じられました。年齢を重ねての再入会で皆様についていけるかと不安ですが、よろしく願いいたします。

### 編集後記

今年還暦を迎えた。定年でとりあえず第一線を退いた同級生から盛んに遊びのお誘いを受ける。社会参加との境目がはっきりしないような仕事しかしてこなかった私は、相変わらずダラダラと忙しい。一方、外資系企業の部長まで上り詰めた彼女は、憧れの平日ランチ・女子会・友人との旅行・習い事と、今までできなかったことを次々とこなしている。私の憧れは・・・もちろん、平日ランチでも女子会でもない。  
(目出鯛笑子)