

男女共同参画の視点からの復興～参考事例集～(第3版)  
(追加分のみ)

復興庁男女共同参画班

- 「東日本大震災からの復興の基本方針」の基本的な考え方では、「復興のあらゆる場・組織に女性の参画を促進する」「子ども・障害者等あらゆる人々が住みやすい共生社会を実現する」としており、多様な生き方を尊重し、全ての人があるあらゆる場面で活躍できる男女共同参画社会の実現に向け、復興に当たっても、男女共同参画の視点が必要です。
- 復興庁男女共同参画班では、自治体や各地で活躍する方々の参考となるよう、まちづくり、仕事づくり、健康づくりなどの分野に関し、女性が活躍している事例や被災地の女性を支援している事例等を収集しています。
- 今後も、引き続き事例を収集し、公表していく予定です。

## インデックスの凡例

\* 各ページ右上のインデックスの凡例は、以下のとおりです。各事例で該当する部分を赤で表示しています。

**まちづくり**：行政と協働し、まちづくり計画の策定・提言、これからどのようなまちに復興していくか検討する取組

**仕事づくり**：就業支援、起業支援、産業の創出や地域経済の活性化に関する取組

**健康づくり**：心身の健康維持・増進のための取組

**居場所づくり**：孤立を防止するための場づくりや、ネットワークづくり、地域の人が集まるスペースづくりなど、様々な人と交流や情報交換を行うための場を提供するための取組

**人材育成**：地域住民やNPO、自治体職員など、復興を担う人材を育成するための取組

**情報発信**：復興に向けた被災地の現状を伝える取組や、東日本大震災の記録を残すための取組

\* 上記以外について重要なワードがあるものは、空欄に記載しています。

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成	情報発信		

分類※	事例	実施主体など	ページ
まちづくり	1. 女性グループの学びを政策提言につなげる	エンパワーメント11 (い) わて	2
	2. まちの将来を担う人材を育てる	田老元気なまちづくりプロジェクト 実行委員会	4
	3. 子育て世代が考える、新しいまちづくり	特定非営利活動法人みらいと	6
健康づくり	4. 助産師による、24時間対応の産後ケア施設	一般社団法人福島県助産師会	8
居場所づくり	5. ひとり親家庭支援のモデルをつくる	特定非営利活動法人インクルいわて	10
	6. 男性の孤立を防ぐ	大橋メンズクラブ	12
情報発信	7. 福島の子どもの声を、全国へ発信	株式会社女子の暮らしの研究所	14

※事例が複数の分類にわたる場合は代表的なものに分類しています。

# 1. 女性グループの学びを 政策提言につなげる

## エンパワーメント11(い)わて

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成		情報発信	



アンケートの分析を行う「エンパワーメント11(い)わて」のメンバー

取組主体：民間団体  
 対象者・受益者：住民  
 実施時期：平成23年5月～  
 活動地域：岩手県  
 キーワード：行政への提言、研修会

平成21～22年度、もりおか女性センター主催の連続講座「女性のためのエンパワーメント塾」で学んだ女性たちが、修了後に自主グループ「エンパワーメント11(い)わて」を結成。復興には女性や少数者の視点が必要だと、県の復興計画に意見書を出すとともに、女性の被災者・支援者を対象に実施したアンケート調査を実施した。

### 取組の背景・経緯

- もりおか女性センターが主催した「思いを力に変える、女性のためのエンパワーメント塾」（平成21～22年度）の第一期生が、講座の記録をまとめていた最中に、東日本大震災が発生した。内陸部在住者が多く、直接の被害は小さかったため、しばらくはメンバーそれぞれの立場（自治体職員、教員、大学職員、歯科衛生士、主婦ら）で、沿岸部の支援活動を行った。
- 2ヵ月後の5月に集まり、被災者支援の活動で女性や少数者の視点が不足しているという問題意識から、今後も緩やかにつながっていこうと、11人の有志で「エンパワーメント11(い)わて」を結成。メンバーは20歳代～70歳代と年代も、経歴も、居住地も多様で、月1回、同女性センターに集まり、学習を続けている。

### 取組の概要

- 「岩手県東日本大震災津波復興計画復興基本計画案」がパブリックコメントにかけられた際（平成23年6～7月）に、計画書を読むのも初めてのメンバーもいる中で全文を確認し、女性や少数者に関する項目をチェック。男女共同参画や少数者への配慮を求める意見書を提出した。また、同年秋のもりおか女性センターフェスティバルで「思いをカタチに～いわての復興とわたしたちにできること」と題したワークショップを行った。
- 各機関や団体から出される「震災記録集」は支援への感謝や感想などが多く、女性の被災者や支援者の経験をジェンダーの視点で記録に残そうと、24年の4～5月、震災経験や復興に関する全30項目のアンケート調査を実施した。調査結果は、25年7月に公表された。

- アンケートの自由記述欄の回答から「女性の復興感、自身のことだけでなく家族や周囲の状況によって規定される」と考え、平成24年度の女性センターフェスティバルで「『わたし』のふっこう（復興・復幸）～いわてのふっこうと女性にチカラ」をテーマにグループ討議を開催。アンケート分析の中間報告をもとに、約30人の参加者らと、地域の復興には何が重要か、女性たちは何ができるかを話し合った。

## 工夫した点・特色

- 「行政の計画や報告書などを読むのは初めて」というメンバーも多かったが、学び合いながら岩手県への提言をまとめた。以来、行政の施策や事業に関心を持つようになり、県だけでなく地元自治体の男女共同参画や復興関連施策について調べたり、議員として活動する人も現れた。
- アンケートは、直後の支援活動でつながった陸前高田市や宮古市の被災女性グループ、盛岡市の支援グループの女性たちに協力を依頼。計150通の回答が寄せられ（回収率47.5%）、自由回答欄などにもびっしり記載されていた。

## 取組の効果

- 講座修了生による自主グループが自治体に政策提言を行った事例として注目され、東京大学や国立女性教育会館などで発表の機会を得た。
- 「男女共同参画」から、性的マイノリティや外国人女性らの問題も含めた「ダイバーシティ（多様性の尊重）」へと視野を広げて、活動を続けている。

連絡・問い合わせ先

エンパワーメント11(いわて)

e-mail: empowerment.iwate@gmail.com

# 2. まちの将来を担う 人材を育てる

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成	情報発信		

## 田老元気なまちづくりプロジェクト実行委員会



まちづくりコーディネーター養成講座の会場で打合せをするメンバー

取組主体：民間団体  
 対象者・受益者：住民  
 実施時期：平成23年秋～  
 活動地域：岩手県宮古市田老地区  
 キーワード：自助活動、研修会

津波で大きな被害を受けた岩手県宮古市田老地区を元気にしようと、女性を中心とした「田老元気なまちづくりプロジェクト実行委員会」が平成23年秋に発足。暗いまちにソーラー灯を設置する活動や仮設住宅入居者向けのコミュニティ紙の発行（月1回）、まちづくりの人材養成や地元学の講座などに取り組んでいる。

### 取組の背景・経緯

- 宮古市の田老地区では、かつて「万里の長城」と称された長大な防潮堤が津波で壊れ、大きな被害を受けた。大規模仮設住宅が建設され、田老地区の被災者はそろって入居したが、当初400世帯ほどいた入居者が、2年後の今は半分ほどになっている。また、宮古市が実施した意向調査で、浸水地域の住民の約半数が「田老地区には戻らない」と答えており、まちの将来像を描くのが難しくなっている。
- 被災当初、外から来たボランティアがニーズとは異なる支援物資を無料で配ったことに疑問を持った田老地区の女性たちが、被災者自身が問題を解決するような活動をしたいと、物資の配布調整や手仕事の場づくりといった取組を個々に始めていた。
- 盛岡市で開かれた「まちづくりコーディネーター養成講座」（主催：紫波町／NPO法人風・波デザイン共同体）に、彼女たちや宮古市職員らが参加していたことから、つながりができ、任意団体「田老元気なまちづくりプロジェクト実行委員会」を結成した。

### 取組の概要

- 実行委員会の目的は、震災でバラバラになった人をつなぎ、外からの援助に頼るだけでなく、地元でまちづくりの担い手を育てること。特に、市民参加や、女性が気軽にまちづくりについて語れるサロンを開催し、男女共同参画のまちづくりに力を入れている。

- 当初、建物も電柱も流され、真っ暗だったまちを少しでも明るくしようと、農林水産省「食と地域の絆づくり被災地緊急支援事業」の助成を得て、500個のソーラーライトを通学路やバス停近くに設置した。また、中学生をまきこんで、外からの支援に対する感謝の言葉を表したイルミネーション（電飾）を作成し、国道から見える学校のフェンスに取り付けた。
- 大規模仮設での暮らしを少しでも良くしたいと、棟番号を示す表示板（タイルアート）を制作したり、宮古市から派遣された生活支援員と協力して生活環境の改善に取り組んでいる。また、月1回「明日に向かって」と題した仮設の住民向けのコミュニティ新聞を発行、仮設団地内のお店や人物の紹介、まちづくりの進行状況といった地元ニュースを掲載するほか、ブログなどで情報を発信している。
- 住民が主体となる地域活動のためには、地域の魅力を再発見し、まちづくりのプランニングができる人材を育てることが重要だと気づき、岩手県の新しい公共支援事業や三菱財団、トヨタ財団などの助成を受けて、先進地視察や人材養成講座を企画。新潟県のコミュニティビジネスのスタディツアーのほか、「田老ちいき学～みらいのタネ探し」や「まちづくりコーディネーター養成講座～復興に向けて、今、できること」と題した連続講座を開いて、自らも学び、同土を育てている。

## 工夫した点・特色

- 呼びかけ人の女性（30代）は、まちづくり計画の検討の場で女性が少ないことに疑問を持ち、仮設で女子会を開いて10～70代の女性の声を集めた。
- 現在の実行委員会では田老地区在住者は3人だけだが、同町の出身者や宮古市の職員、震災当初から支援に入った紫波町のNPO法人のメンバーらが参画し、内外の資源をつないでいる。

## 取組の効果

- 講座などを通じて、住民が、被災した田老町にもまだまだ魅力が残されていることに気づき、住民がまちづくりの主役だという意識が強まった。
- 女性が多い実行委員会が存在感を増すことで、老若男女でまちづくりを考えようという雰囲気、町全体に浸透してきた。

## 連絡・問い合わせ先

### 田老元気なまちづくりプロジェクト

HP：<http://tgmp.jp/blog/>

Facebook：<http://www.facebook.com/taro.gennkinamachidukuri>

# 3. 子育て世代が考える 新しいまちづくり

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成		情報発信	

## 特定非営利活動法人みらいと



ワークショップの様子

取組主体：民間団体

対象者・受益者：住民

実施時期：平成24年8月～

活動地域：福島県新地町

キーワード：行政への提言、まちづくりワークショップ

福島県新地町は、東日本大震災で町域の5分の1が浸水し、町の玄関口であるJR常磐線新地駅も全壊するなど、大きな被害を受けた。復興に向けた未来のまちづくりは、若い世代が中心になろうと、平成24年8月、同町在住の20～40代の子育て世代16人が「NPO法人みらいと」を結成。女性リーダーを配し、スポーツや商業、観光の振興を狙ったイベントや、高校生を巻き込んだまちづくりワークショップを開催している。

### 取組の背景・経緯

- 新地町は、福島県浜通りの最北部、宮城県との県境に位置し、人口は約8,000人。農業と漁業を中心とする町だったが、震災によって港は壊滅状態になり、農地の約4割が浸水被害を受けた。町の復興計画で、駅舎を数百メートル内陸へ移転し、駅前周辺市街地も再整備されることになった。
- これまで買い物やレジャーは町外で済ませていた若い世代が、震災を機に故郷の未来や今後のまちづくりに本気で取り組もうと集まり、NPO法人を設立した。

### 取組の概要

- 「みらいと」のメンバーは、町内在住の20～40代の子育て世代。以前から商工会青年部などで活動していた人もいれば、震災を機にまちづくりに関心を持った人もいる。組織内にスポーツ促進事業部、コミュニティ事業部、都市環境事業部、地域振興事業部、観光・物品開発事業部の5つの部門がある。
- 「都市環境」と「コミュニティ」の2つの事業部は女性がリーダーを務めている。都市環境事業部の女性リーダーは、「みらいと」の理事と事務局を担う傍ら、新地町の都市計画課に事務局を置く「住まいまちづくり研究会」の副代表も務め、まちづくりに精通している。コミュニティ事業部の女性リーダーも、町の助成金を活用して、子ども向けの座禅教室を開くなど、次世代の育成を見据えた事業を実施している。

- 都市環境事業部では、平成24年度に、未来のまちづくりを若い世代が考えるきっかけを作ろうと、連続5回のワークショップを実施。「新地町に若者が集まる『 』をつくろう！作戦会議」と題して、活性化のアイデア（『 』の中身）を出し合った。延べ100人以上の参加者があり、「若者が出店できるチャレンジショップをつくろう」「カフェを併設した情報発信ステーションをつくり、雇用の場をつくろう」といった意見が出た。結果はまとめて町行政に提案している。

## 工夫した点・特色

- これまでNP0の活動が見えにくかった新地町で、住民に活動を知ってもらうため、町の広報誌を活用することで、認知度や信頼度を上げた。
- ワークショップ参加者を集めるにあたり、町内の高校に直接声をかけて高校生の参画を促した。また、町の職員も参加しており、住民と行政との垣根を取り払った場で、地域課題や解決のアイデアを共有している。

## 取組の効果

- 町内にはコミュニティセンターのような施設や育児サークルがなく、これまで若い女性のつながりが希薄だったが、ワークショップを通じて輪が広がり、住民参加の意識も芽生えつつある。
- ワークショップを重ねる中で、「こんな施設がほしい」という夢や希望だけでなく、地元の高校を卒業した8割が町外に出てしまい、Uターン率も低いという厳しい現実を見据え、解決策を模索する議論も始まっている。



ワークショップの様子

連絡・問い合わせ先  
特定非営利活動法人みらいと  
HP: <http://www.miraito.info/>

# 4. 助産師による 24時間対応の産後ケア施設

## 一般社団法人福島県助産師会

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成		情報発信	



会津助産師の家おひさまのスタッフ

取組主体：助産師会  
 対象者・受益者：妊産婦、乳幼児とその母親  
 実施時期：平成23年7月～  
 活動地域：福島県  
 キーワード：妊産婦支援、産後ケア

発災直後から避難所で妊産婦と乳幼児の支援にあたってきた福島県助産師会は、震災から4か月後の平成23年7月、会津若松市内に「会津助産師の家 おひさま」を開設した。地域で活動している助産所と提携して、不安や悩みを抱えている母子が安心して過ごせるよう、産後母子の受け入れや母乳育児の支援にあっている。

### 取組の背景・経緯

- 妊産婦が災害やその後の避難生活によって受けるダメージは大きく、ストレスは母体や母乳育児など身体に影響する。また、乳幼児連れでの避難所生活は周囲に気を遣い、心理面でも負担が大きい。
- 母親たちは、集団避難所（一次避難所）から個室のある避難所（民間の二次避難所）、さらに民間借り上げ住宅や仮設住宅へと、慌ただしく移動した。警戒区域内の産婦人科に通っていた人は、病院が閉鎖されて孤立し、周辺地域の人も広域避難すべきかどうか迷いがあった。
- 福島県助産師会では、平成23年度に「福島県被災妊産婦支援事業」の委託を受け、妊婦および母子への訪問活動を357組延べ1,020回行った。平成24年度には、「福島県母子の健康支援事業」の委託で『ふくしまの赤ちゃん電話健康相談』も併せて実施している。
- 母親たちから「産後、安心して過ごせる場所が欲しい」という声を聞き、避難所閉鎖後も支援を続ける必要性を痛感。民間団体の支援を受け、平成23年7月、会津若松市内の民家を借りて「会津助産師の家おひさま」を開設した。

### 取組の概要

- 「おひさま」の利用期間は2週間程度、利用料は1日3,000円。24時間助産師が常駐し、食事も提供する。開所から平成25年3月までの間に、52組の親子を受け入れた。
- 「おひさま」を利用して、母乳育児の支援や子育てサロンの運営も行っている。平成25年1月にはサロン運営の拡大をめざし、猪苗代町に移転。今後は、助産所内での日帰り利用やベビーマッサージ教室、父親向けの子育て講座にも取り組んでいく。

## 工夫した点・特色

- 福島県では、震災の起きた平成23年3月から8月までの5か月間で、前年同期に比べ出産数は2割減、特に県外から福島に戻って出産する「里帰り出産」は4割減った。そういった**妊産婦や、仮設住宅暮らしの乳幼児に少しでも安心して過ごしてもらうためにも、助産師を24時間常駐にした。**
- 同時に、県外での講演活動も精力的に行い、福島県の妊産婦の状況を発信することで、減少している支援に歯止めをかけ、支援継続の依頼とネットワーク組織を構築している。

## 取組の効果

- 泣き続ける子どもを抱き「子どもの口を塞ぎたい」と疲れ切った表情で「おひさま」に来た夫婦が、十分に睡眠をとったことで落ち着き、子どもも安心して夜泣きが少なくなったケースがあった。
- 福島県の母乳育児率は34%（福島県保健福祉部・ふくしま母乳の会「母乳育児に関するアンケート調査」2007年）で、全国平均よりも低い。しかし、災害直後に温かいお湯とミルクが手に入りにくかった避難所では、母乳で育てていた母親たちの方が落ち着いて過ごすことができていたことも分かり、助産師会として母乳育児の普及に一層力を入れている。



生後10日の乳児

連絡・問い合わせ先

会津助産師の家おひさま

HP : <http://fukushima-midwife.org/ohisama/>

# 5. ひとり親家庭支援の モデルをつくる

## 特定非営利活動法人インクルいわて

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成	情報発信		ひとり親支援



事務所で打ち合わせをする「インクルいわて」のメンバーら＝盛岡市内

取組主体：民間団体  
 対象者・受益者：ひとり親家庭  
 実施時期：平成23年10月～  
 活動地域：岩手県  
 キーワード：ひとり親支援、子育て支援

震災後、より困難な状態に陥った母子家庭・父子家庭の支援を通じて、社会的包摂（ソーシャル・インクルージョン）の理念に沿った社会をつくろうと、保健・福祉、教育、法律など幅広い分野の専門家が集まって、平成23年10月に結成。交流会や相談会、就労支援、支援者の育成など多彩な事業を展開している。

### 取組の背景・経緯

- 岩手県内には震災前の推計（平成20年、県調査）で1万3,409世帯のひとり親家族（うち母子世帯が92%）が存在したが、他府県にあるようなシングルマザーの自助グループが県内にはなかった。母子家庭の多くが経済的に困窮。また、父子家庭も含め、子どもの接し方に悩んだり、周囲の偏見に苦しんでいる人が少なからずいる。
- 震災で配偶者を失い新たに父子家庭・母子家庭が増えたのを機に、離別による母子家庭・父子家庭も注目されるようになった。
- 多重債務者の相談や、生活困窮者支援に携わってきた代表（40歳代）の呼びかけで、個別にひとり親家族を支援していた女性相談員や母子支援員、弁護士、助産師、司法書士、子育て支援関係者らが集まり、平成23年10月に「インクルいわて」を結成、24年1月にNPOとしての法人格を取得した。

### 取組の概要

- 平成24年6月に、被災女性とシングルマザーのための「インクルフェア」を盛岡市内で開催。母子家庭が使える制度の解説や弁護士らによる相談会、参加者交流会、スキンケアなど多彩な内容で集客し、その場で彼女たちの状況やニーズを把握するためのアンケートを採った。
- その結果、▽子どもにいろいろな体験をさせてやりたい▽同じ境遇の人と語り合いたい▽就労を支援してほしい▽金銭や人間関係のトラブルを相談できる窓口を探している、など**多様なニーズが明らかになった。**

## 取組の概要

- 国際NGOや民間団体などの財政支援を受けながら、親子の社会体験教室「おひさまくらぶ」、同じ立場の女性が気兼ねなく話せる「おちゃっこサロン/シングルマザーズカフェ」、実務経験を積みながら就職活動をする中間的就労の場「インクルーム」など**多彩な支援事業を展開**。啓発のためのシンポジウムや、ひとり親家族をささえる人材養成講座を開いている。
- インクルフェアに参加していた岩手県沿岸広域振興局の職員から、沿岸部での交流・相談サロンへの協力要請があり、釜石市や宮古市で「出張インクルカフェ」を開いた。柔らかい雰囲気にとしようと、相談員が参加者にハンドケア（マッサージ）を施し、くつろいだ雰囲気の中で相談に応じた。

## 工夫した点・特色

- カフェでのおしゃべり会は平日開催と土日開催を交互に行い、参加者の幅を広げるよう工夫した。
- 就業支援は「**包括的支援事業**」として**研修生を雇用し、中間的就労支援を実施**。生活支援のために養成したパーソナルサポーターの配置と、保育料を補助した子育て支援をセットし、団体のプロジェクトを手伝ってもらうことで実践力を育てている。例えば、就職の面接などに来ていけるスーツをレンタルする事業を立ち上げ、在庫管理のためにエクセルを覚える。また、生活再建の基礎として、パソコンによる家計簿付など、成果が実感できるように工夫し、ご本人の自信につなげている。
- 当初は、「**シングルマザー支援**」を打ち出していたが、**父子家庭の支援も視野に入れて**、人材育成を始めている。スタッフの中には男性もあり、男の子との接し方に悩む母子家庭や、女の子との接し方に悩む父子家庭の相談にも応じられるようにしている。

## 取組の効果

- **これまでバラバラに活動していた多様な分野の支援者が結集したことで効果的な支援ができ**、行政とも震災遺児家庭支援の活動（相談会・サロンなど）などで連携している。
- 被災後の緊急対応的な個別支援から、中間的就労支援、居場所づくり、「支援する人を増やす」講座や「社会を変える」調査提言などに徐々にシフトしている。
- 「かわいそうな母子家庭の支援」ではなく「ひとり親世帯が暮らしやすい社会は誰にとっても暮らしやすい」という社会的包摂の理念に基づく支援のモデル（生活支援・子育て支援・就業支援の三本柱と一人ひとりに寄り添うワンストップサービス）をつくらうとしており、少しずつ賛同者が増えている。

### 連絡・問い合わせ先

#### 特定非営利活動法人インクルいわて

ブログ：<http://incluiwate.blog.fc2.com/blog-category-5.html>

# 6. 男性の孤立を防ぐ

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成		情報発信	

## 大橋メンズクラブ



健康教室の様子

取組主体：自治体、市社会福祉協議会、看護協会  
 対象者・受益者：仮設住宅の男性住民  
 実施時期：平成24年7月～  
 活動地域：宮城県石巻市  
 キーワード：孤立防止、健康教室

宮城県石巻市の大橋仮設住宅で、孤立しがちな男性を対象とした健康教室を、行政と訪問支援員、看護協会が連携して平成24年7月から開催している。講話や調理実習、健康相談、運動実践など多様なプログラムを準備し、参加者にも特技を生かし役割を担ってもらう運営を心掛け、好評を博している。

### 取組の背景・経緯

- 仮設住宅や復興住宅で中高年の男性が孤立したり、アルコール依存症になりがちなことは、過去の災害から判明していたが、交流会や相談会を開いても男性は参加してくれず、効果的な支援メニューが見出せずにいた。
- 石巻市の大橋仮設住宅には、約700世帯、1,700人が住んでおり、単身高齢者が1／7を占める（平成25年1月現在）。入居者がもともと住んでいた地域は多様だが、自治会は結成されており、市社会福祉協議会に所属する19人の訪問支援員が配置されている。
- 石巻市では、震災前から、管理栄養士が健康的なお酒の飲み方や低カロリーのおつまみの作り方を教える「居酒屋講座」というユニークな啓発メニューを考案、実践していた。

### 取組の概要

- 大橋仮設住宅で孤立しがちな男性が増えていることから、石巻市の管理栄養士や保健師、歯科衛生士、市社協の訪問支援員とコーディネーター、宮城県看護協会の保健コーディネーターらが集まって対策を検討した。その結果、男性だけで集まる場が必要ではないか、ということになり、自治会や食生活推進員らにも協力を呼びかけて、平成24年7月から「大橋メンズクラブ」と銘打った健康教室を開催した。
- 初回に、提供できるメニュー（調理実習や運動実践など）を提示し、参加者に何をしたいか意見を求めたところ「どれもやりたい」と前向きな反応があり、月1回ずつ計6回の講座を開くことになった。毎回平均して30人程度の参加があり、さらに2回分、追加のプログラムを行っている。

- 参加者の交流を促したり、得意技を引き出す（元パティシエからお菓子作りを習うなど）ような運営を心掛けた結果、「健康教室を通じて、同じ趣味の人と出会えた」「もう一度、生きがいを感じることができた」など喜びの声が寄せられている。終了後に受講生らが自主グループをつくる動きもある。

## 工夫した点・特色

- 年齢や病歴にかかわらず、仮設住宅に入居している男性全員に声をかけ、「健康づくり」を前面に押し出すことで、参加のハードルを下げている。
- 普段から仮設の入居者に信頼されている訪問支援員が積極的に勧誘することで、予想以上の人数が集めることができた。
- 会場を居酒屋風に飾り付けたり、ビールの写真を机の上において「飲んだつもりで話し合いました」と呼びかけるなど、楽しい雰囲気づくりを心掛けた。

## 取組の効果

- 仮設住宅の内外から、運動実技の指導や運営面でのボランティアが集まり、支援のネットワークが広がった。
- 近所トラブルが多かった人も、健康教室への参加を通じて態度が変わり、トラブルが減ってきた。
- 女性の健康教室「レディースクラブ」を作ろうという声も上がっている。

**連絡・問い合わせ先**  
**石巻市健康部健康推進課**  
TEL:0255-95-1111(代表)

# 7. 福島の子の声を 全国へ発信

## 株式会社女子の暮らしの研究所

岩手	宮城	福島	
まちづくり	仕事づくり	健康づくり	居場所づくり
人材育成	情報発信		



ラジオ放送中の研究員

取組主体：民間団体  
 対象者・受益者：福島県の若年女性  
 実施時期：平成24年12月～  
 活動地域：福島県  
 キーワード：コミュニティ放送、SNS、商品開発

震災後の福島県内で暮らすことに不安を感じていた若い独身女性たちが、本音で語り合う場を求めて集まり、平成24年12月に「女子の暮らしの研究所」を設立した。交流カフェや旅行などのイベント、ホームページやコミュニティラジオでの情報発信のほか、福島の伝統工芸品を使ったアクセサリーの開発・販売も手掛けている。

### 取組の背景・概要

- 東京電力福島第一原子力発電所の事故によって、多くの方が福島県内に残るか県外に避難するかの、つらい決断を迫られた。その中で「母子避難」の実態や妊産婦の不安については注目され、官民双方からの支援もあったが、若い独身女性たちの葛藤が取り上げられることはあまりなかった。近い将来に結婚や出産を希望している彼女たちは、「事故後の福島」で生きていく悩みや不安を抱えながらも、学業や仕事に追われ、ゆっくり考える時間も、話せる相手もなかったという。
- 研究所の代表は、郡山市出身の独身女性。震災後しばらく東京で勤めていたが、福島県内に戻ってきた。同世代の女性たちが本音で語れるサークル（peach heart）に立ち上げから参画しているが、雇用を意識した組織を作りたいと、内閣府の「復興支援型地域社会雇用創造事業」の支援を受けて、平成24年12月に「（株）GIRLS LIFE LABO／女子の暮らしの研究所」を設立した。

### 取組の概要

- 研究所の構成員は、福島在住あるいは出身の「18歳以上、ママ未満」の女性たち21人。大学生や会社員など様々な立場の方がいる。暮らしを見直し、福島の現状を内外に発信する活動をしようと「研究員」と呼んでいる。
- 県内各地のライブハウスやカフェで、若い女性たちが気軽に参加できるトークイベントなどを開催。一方で、講師を招き、女性の身体の仕組みや出産・妊娠について学ぶ学習会も開いている。

- 「Fukushima Pieceプロジェクト」と称して、県内の伝統工芸品である「会津木綿」のピアス（模様部分をピアスに加工）といった商品を開発し、販売している。インターネットのクラウドファンディングサイトで寄付を募り、民間団体と共同で開発を行った。
- 週に1回、ラジオから情報発信している。福島で暮らす上で必要な情報や問題（放射能や原発、選挙や法律など）について、リスナーと情報交換、共有をしている。

## 工夫した点・特色

- Fukushima Pieceプロジェクトでは、伝統工芸品を加工し「モノ」として販売するだけでなく、会津木綿の生産現場を訪ね、地元の価値の再発見につながるようなメッセージのほか、若い独身女性たちの想いをHPに掲載し情報発信している。デザイン性も高いものを目指している。
- 研究員のプロフィールをHPに掲載し、Facebookなどのソーシャルメディアを活用して、福島と外の世界を着実につないでいる。

## 取組の効果

- イベントに参加した女性から、「学校で話しにくかった放射能について、話せるようになった。」  
「いつも一緒にいても真面目な話をしない友達に、福島のことや社会問題をどう思っているか聞けるようになった。」などの声があがっている。
- ソーシャル・ネットワーキング・サービスを活用していると、声をあげれば反応があり、応援してくれている仲間が全国にいる手ごたえがある。



Fukushima Pieceプロジェクトで開発したピアス

## 連絡・問い合わせ先

株式会社女子の暮らしの研究所

HP: <http://www.girls-life-labo.com/>