

明日の家族を考える会 報



・発行 明日の家族を考える会・会長 羽賀絃一 ・事務局長 中村厚子
・発行責任者・編集人 羽賀絃一 ・毎月1回発行
・事務局 〒659-0091 芦屋市東山町10-2-701 中村方 TEL. 080-6165-7011
FAX. 0797-23-2488 URL <http://wnw-ashiya.com>

第82号

2016年3月

3月度幹事会

○日時 2016. 3. 24 (木)
19:00~20:30

○場所 ホテル竹園芦屋1階喫茶室

○出席者確認 (敬称略) 中島、宮本、守上、羽賀、以上4名

○配布資料 ①本日の次第

○報告事項

①フェスタあしや2016年3月13日(日)は、午前中のバザーは河村さん、中島さんがお手伝いした。午後の交流ひろばは、河村さんがお手伝いし、中島さん、羽賀さんが参加した。参加者は延べ50名、内子どもは15名。

②ワークショップ15日(火)は参加者25名、会員は河村さん、中島さん、宮本さん、羽賀さん(講師)、19日(土)は参加者18名、会員は大脇さん、中島さん、宮本



桃の花が満開のモモ畑。「桃の花」は春の季語、「桃の実」は秋の季語である。



守上さん 羽賀さん 宮本さん 中島さん
3月度幹事会終了後 ホテル竹園芦屋喫茶室にて

さん、羽賀さん(講師)。

○会計から(河村さん)

○HPから(大脇さん)第29回、第30回公開学習会終了報告掲載ください。

○カルガモクラブ、まちの寺子屋報告

3月1日(火)3組の親子、17日(木)は11組の親子、3月5日(土)は3名が参加した。

○3月26日(土)第4回公民館・親子ひろば・河村さんお手伝い参加予定。

○協議事項

1. 4月からの新年度について

・幹事及び幹事会について

幹事が2名減るが補充はしない。

幹事会について現在19:00より開催しているが、昼間に昼食をはさんでやることも検討する。

・芦屋市男女共同参画団体協議会登録について

継続して登録をする。羽賀さんが出席出来ないときは他のメンバーが出席する。

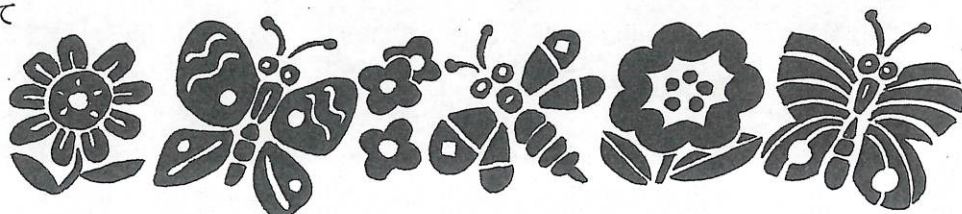
・新年度の事業について

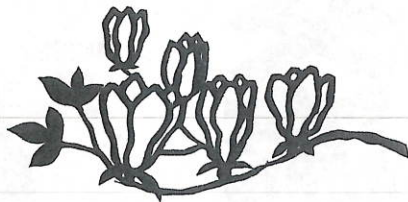
公開学習会・・・宮本さん検討

2月のラフターヨガは寒い時期なので来年はこの時期にはやらない。

2. 総会について

・総会月日





次回幹事会で決定する。6月はじめを予定。

- ・総会案内
守上さんが作成し発送する。
- ・決算資料作成について・・・案を作成し、次回幹事会(4月28日)で説明する。
 - ・役員の改選・事業報告・事業計画、以上は羽賀さん作成
 - ・決算報告、事業予算は河村さん作成
 - ・会計監査・・・守上さん
 - ・名簿の準備・・・守上さん

○次回幹事会

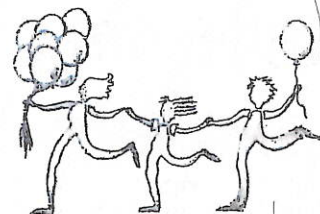
4月28日(木) 19:00~20:30 ホテル竹園芦屋1階喫茶室

ウィザスあしやフェスタ2016開催

手と手つないで 地球はひとつ

- 日時 3月13日(火) 10:30~15:00
- 会場 芦屋市男女共同参画センター ウィザスあしや
- 内容

- ・チャリティバザー 10:00~11:30 1階セミナー室
- ・喫茶コーナー 10:00~15:00 2階ロビー
- ・交流ひろば 13:00~15:00 2階会議室C・D
 - 13:00 開会のことば 代表幹事・村上さん
 - 13:05~13:15 オカリナ・ウクレレ演奏 AC30期会
 - 13:15~14:45 河村さん ひろばの進行
手遊びコーナー、工作・手作りコーナー、絵本相談コーナー
地球のオブジェ制作
 - 14:45~14:55 みんなで歌を歌う
 - 14:55~15:00 閉会のことば 実行委員長・吉川さん



DV被害者

支援のための
チャリティバザー

- ・お手伝い
中島さん(左)
河村さん(右)

交流ひろば

3月13日(日)
13:00~15:00



開会のことば 代表幹事・村上さん(左の人)

オカリナ・ウクレレの調べに乗せてー by 芦屋川カレッジ30期会

♪野に咲く花のように♪

1. 野に咲く花のように
風が吹かぬ
野に咲く花のように
人をよめやかに
よ人はふくに僕達を
生きてゆけたら 勇ましい
時にはくらい人生も
トンチンカチめければ
夏の海
よ人は時こそ野の花の
けなげな心を知ることが

2. 野に咲く花のように
雨に打たれて
野に咲く花のように
人とはごめんじや
よ人はふくに僕達を
生きてゆけたら 勇ましい
時にはくらい人生も
雨のちくもりで
まは晴れる
よ人は時こそ野の花の
けなげな心を知ることが

● 手のひらを太陽に ●

ほくらほみんは生きてい
生きているから歌うんだ
ほくらほみんは生きてい
生きているから悲しいんだ
手のひらを太陽に
透かしてみれば 光が
流れる ぼくの血し
みみすけを おけら
あひんまはつて みん
生きてるんだ 友だちなん

● バラが咲いた ●

バラが咲いた バラが咲いた
真赤なバラが
琳しか、僕の庭に
バラが咲いた
花はひとへ咲いたバラ
小さなバラで
琳しか、僕の庭が
明らかな バラよバラよ
小さなバラ そのままだ
よに咲いておくれ
バラが咲いた バラが咲いた
真赤なバラが 琳しか、僕の庭に
バラが咲いた





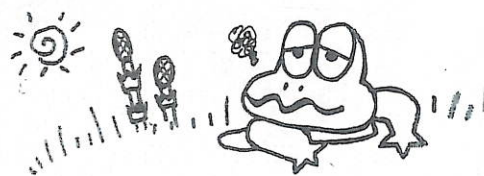
オープニングの演奏にはたくさんの方が参加されました。



**手あそびで
遊ぼう!**
明日の家族を考える会



絵本相談コーナー



[工作・手作りコーナー]

始めから終わりまで満席の盛況でした。



地球のオズジェを みんなで作ろう!

神戸パイロットクラブ
芦屋市男女共同参画団体協議会

シールに画かれた人や動物が地球のどのあたりにいるのか地図の上
に張りました。また、地球の周りには世界のいろんな人達が手
を繋いでいます。







地球のオブジェを囲んで手を繋ぎ、みんなで歌を歌いました。

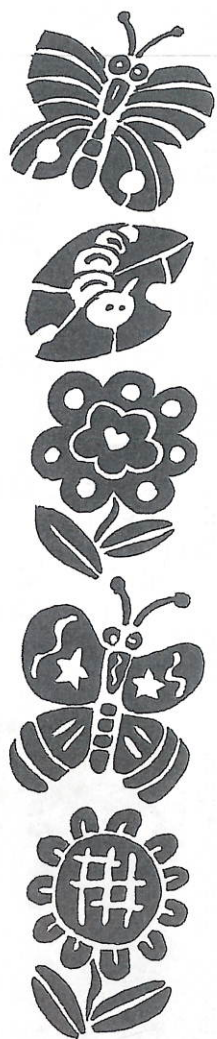
この町がすき

作詞 芦屋市の小学生たち・後藤悦治郎(紙ふうせん) 共作
作曲 後藤悦治郎(紙ふうせん)

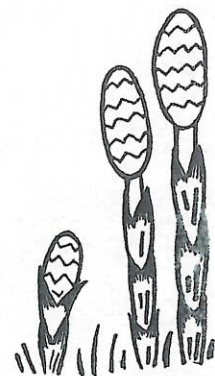
1. 春は魚たちが とびはねる
さくらふぶきながす 芦屋川
夏は子どもたちが あそんでる
白いヨットはしる あしや浜
海と山をそめて きょうもまた日が昇る
この町がすき あなたがいるから
ひまわりのような えがおに あえるから
2. 秋はとんぼたちを おいかけよう
山の上に月が 昇るまで
冬は空の星を みあげよう
夢をそっと星に あずけよう
海と山をてらし きょうもまた 日が昇る

* この町がすき あなたがいるから
ひまわりのような えがおに あえるから
(更に2回くりかえし)





閉会あいさつ 実行委員長 吉川さん(中央の人)



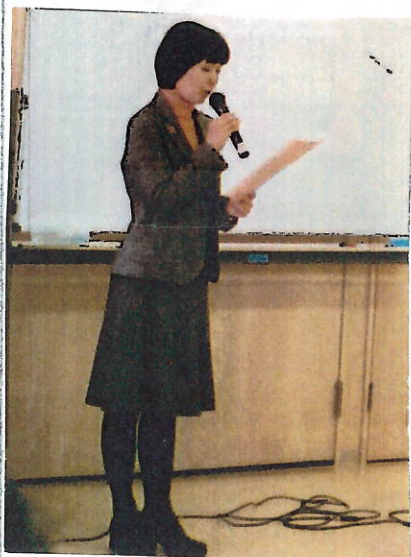
「明日の家族を考える会」第29回公開学習会

ミャンマー黄金の三角地帯 (ゴールドトライアングル)

- ◇日時 2016年3月15日(火) 13:30~15:30
 ◇会場 芦屋市男女共同参画センター2階会議室C?D
 ◇講師 アジア民族研究家・明日の家族を考える会会長
 羽賀 紘

本日の参加者は25名(男性10名、女性15名)前半は配布資料に基づいてお話し、後半は現地で撮影したスライドを放映してお話しました。当会会員の参加は河村さん、中島さん、宮本さん。

1. はじめに 2. 麻薬について 3. 宗教 4. 黄金の三角地帯の居住民族
 5. これまでの経緯 6. 現在の状況 7. おわりに



*司会、講師紹介：中島さん



アカ族の子どもたち・黄金の三角地帯にて



「明日の家族を考える会」第30回公開学習会

母系社会・通い婚の女性の生き方

＝東方女兒国の家族＝

- ◇日時 2016年3月19日(土) 13:30～15:30
 ◇会場 芦屋市男女共同参画センターセミナー室
 ◇講師 アジア民族研究家・明日の家族を考える会会長
 羽賀 紘一

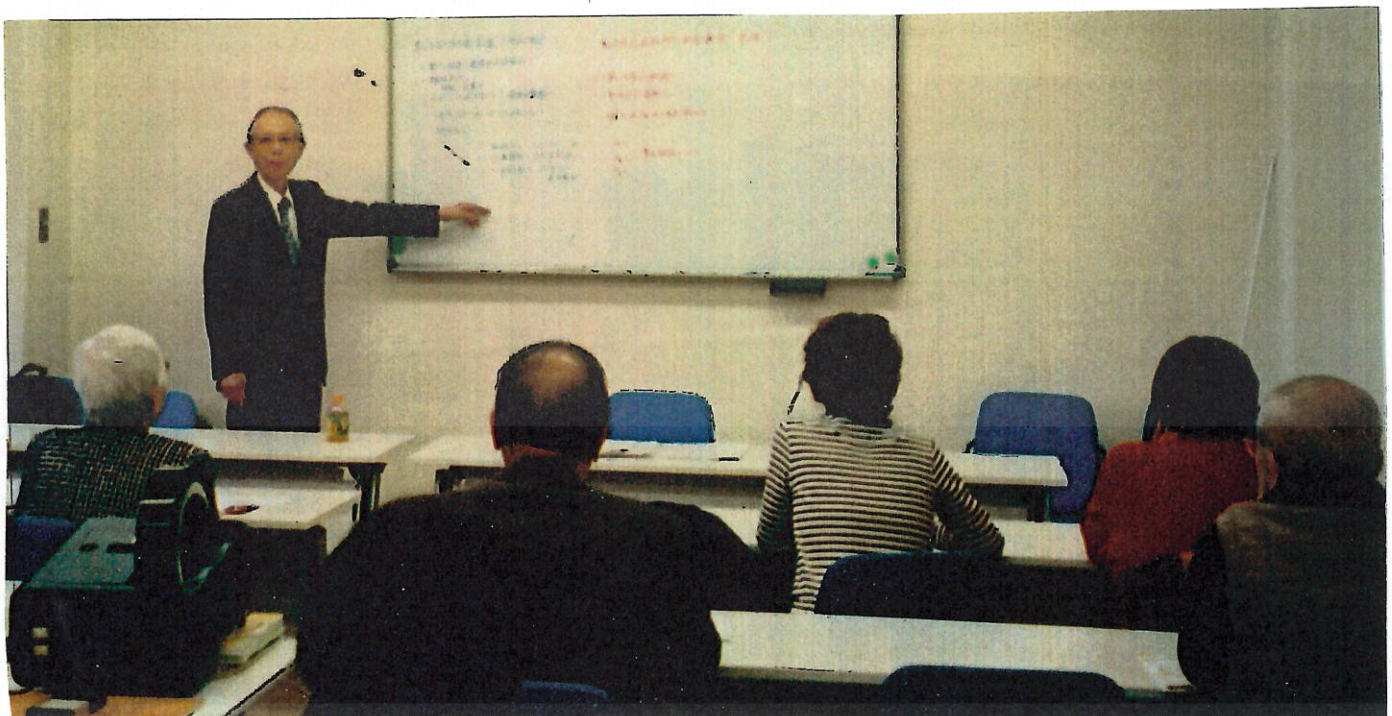
本日の参加者は18名(男性7名、女性11名)前半は配布資料に基づいてお話し、後半は現地で撮影したスライドを放映してお話しました。当会会員の参加は大脇さん、中島さん、宮本さん。

1. はじめに
2. 東方女兒国・瀘沽湖の位置
3. 母系社会・母系家族について
4. モースオ人
 - ①人口と居住地域
 - ②主な生業・食生活
 - ③学校
 - ④言葉
 - ⑤宗教
 - ⑥住居と家族構成
 - ⑦通い婚の現実
 - ⑧成人式(成年礼)
5. 日本の結婚形態、男女区別について
6. 通い婚が合理的と言われる理由
7. おわりに



正装したモースオの女性

*司会、講師紹介：大脇さん



3月の子育て支援活動

*カルガモクラブ・・・河村さん担当

毎週第1火曜日10:00～11:30 前田集会所にて

第3木曜日13:00～17:00 同上

0歳児～3歳児の親子が対象です。手遊びから、リズム遊び、紙芝居・絵本の読み聞かせ、自由遊びのなかで友達づくりなど、子どもの成長に合わせた遊びを行います。

また、新米ママの育児の悩みを先輩ママやボランティアスタッフがサポートしてくれます。子育て仲間をつくって育児を楽しみながら、子どもと一緒に学び成長しましょう。

3月1日(火)は、**3組の親子**(子どもは4人)が参加されました。

ボランティアは曾我部さん、山内さん

3月17日(木)は、**11組の親子**(子どもは11人)が参加されました。

ボランティアは、なし



まちの寺子屋



3月5日(土) 10:00~12:00 前田集会所にて

=ストローロケットを作りました=

まちの寺子屋は、幼稚園児、小学校低学年を対象に毎月第1土曜日、10:00~12:00 前田集会所(前田町8-17)で開設しています。

今日の参加者は、**3名**(女の子)でした。牛乳パックを利用して、ストローロケットを作りました。また折り紙でチューリップも作りました。
ボランティアは曾我部さん

芦屋市立公民館・親子ひろば

=影絵と絵本、音楽を楽しもう=

3月26日(土) 10:00~11:30

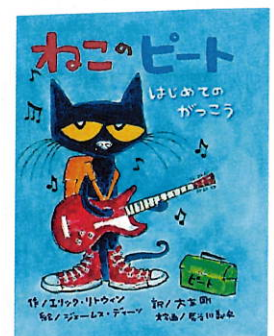
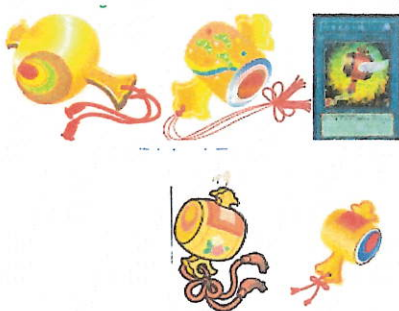
市民センター別館2階音楽室にて

対象は幼稚園児から小学生低学年の親子で 河村さんがお手伝いをしました。

参加者は **30組**の親子

- ①ラッキーの会が担当して影絵「うちでのこぶち」「花さき山」を楽しみました。
- ②ぼぼんたさんが人気の絵本「もうぬげない」「ねこのピート はじめてのがっこう」をお話されました。
- ③ラッキーの会が音楽で遊ぼうを担当されました。

ワイワイ、ガヤガヤ、おしゃべりや情報交換をして楽しく過ごしました。





=知っておきたい知識=

歩いて病気予防の目安は？

健康のために適度に運動することが良いと言われるが、どんな運動をどれくらいすればいいのか？専門家にとっても関心事で様々な研究がなされている。

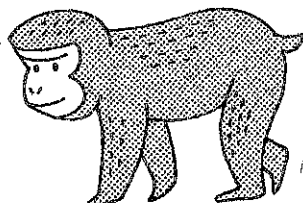
東京都健康長寿医療センター研究所が調査し、まとめた結果は下記通りで、中強度の運動は高齢者の場合、会話が出来る程度の早歩きが目安となる。

感染症などから身を守る「免疫」の働きを高めるためにも、適度な運動は重要であるという。またやりすぎると免疫力が低下する。運動量が非常に多いアスリートが「風邪をひきやすい」とされるのはこのためだということがわかっている。

頑張り過ぎない適度な運動として「1日8,000歩、中強度20分」が推奨されている。これからは気候も暖かくなって行く季節、毎日の習慣にして病気を予防しましょう。

病気が予防出来る目安となる歩数

予防出来る病気	1日あたりの歩数	中強度の運動時間
うつ病	4,000歩	5分
肺 大腸などのがん 骨粗しょう症	7,000歩	15分
脳卒中、認知症 心疾患	5,000歩	7~8分
糖尿病 脂質異常症	8,000歩	20分



編集後記

採用時の履歴書の性別欄に「男・女・その他」とその他が加わったものが登場した。そして「自認の性をお書きください」というただし書きもつけられている。

同性愛者など「LGBT」と呼ばれる性的少数者が無理なく就職活動をして、自分らしく働けるように対応する企業が増えてきた。LGBTは13人に1人とも言われ、レスビアン、ゲイ、バイセクシュアル（両性愛者）、トランスジェンダー（生まれつきの性に違和感がある人）などを指す。職場での対応も細やかで、理解を示したい社員は「LGBT ALLY（アライ、同盟、支援）」のマーク入りステッカーをパソコンなどに貼り付け、職場で差別されないように配慮がなされている。このように多様な人材の活躍を生かす企業が今後加速すると思われる。

(羽賀)