

男女平等をともにすすめる情報紙



# アルザ

vol.50

2022年3月

## 特集 アルザフォーラム 2021

基調講演 吉川 美代子さん

ワークショップ

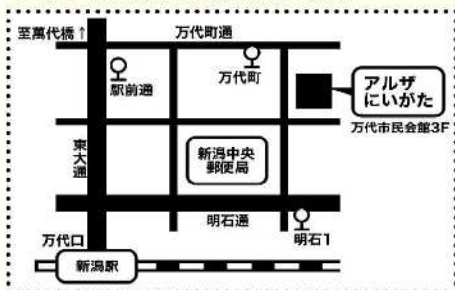
分科会

大学連携事業

協賛事業

### アルザにいがた

発行／新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」  
新潟市中央区東万代町 9-1 万代市民会館 3階  
電話：025-246-7713 8:30～17:30 土日及び祝休日を除く  
URL：<https://www.city.niigata.lg.jp/kurashi/danjo/alza/>  
E-mail：[alza@city.niigata.lg.jp](mailto:alza@city.niigata.lg.jp)



「アルザ」は、「志気を高める」、「高揚」という意味のスペイン語の「alza(アルサ)」が語源。開館 5 周年の公募で決定、センターが男女共同参画について意識を高める場であってほしいという願いが込められています。また、15 周年にはロゴとマークを募集。男女が互いに支え合い笑顔が広がっていくイメージをあらわしています。



#### アルザにいがた Twitter

講座情報や新着図書情報、職員が日常で感じたジェンダーに関することをつぶやいています。コメントや♥(いいね)、お待ちしております♪



情報紙のご意見・感想をお寄せください。アルザにいがたへのEメールはこちらから

基調講演（令和3年11月20日）

## 「誰もが輝ける社会へ

### ～自分が選んだ道を進んでいく～

講師：吉川美代子さん（キャスター・アナウンサー）

※アルザにいがた30周年記念事業

#### 念願の報道アナウンサーまでの道

私がTBSに入社した1977年当時の女性アナウンサーの仕事というのは、ラジオの場合はラジオパーソナリティのアシスタントとしてあいづちを打ったり、「ではここで交通情報です。」というようなアナウンスをする程度でした。テレビの場合は芸能ワイドショーのアシスタントや、お天気お姉さんとして天気予報を読む仕事しかありませんでした。バラエティーに女性アナウンサーが出るなんてことは全くなかったし、もちろん報道の場に女性は誰もいませんでした。

そういう中、私は入社したときからずっと報道をやりたいと希望していました。新人アナウンサー研修中もアナウンス部上司に「将来は報道番組に関わりたいと思います。」と言い続けていました。ある時、ラジオの報道の若手記者や若手の先輩アナウンサーとの飲み会がありました。その時に報道記者の先輩から「研修が終わったらどんな番組をやりたいの？」と聞かれ、私は当然、「報道をやりたいです。」と答えたら、「じゃあこれから中継をお願いするかもね。」なんて言う会話でその場は終わりました。翌日、面識のないラジオの報道デスクに呼ばれました。すると、挨拶した途端にそのデスクが私に向かっていきなり「お前は女のくせに生意気なんだよ！」って怒鳴ったんです。私は、「あれ？他の人と間違えて私のことを怒っているのかな？」と思っていたら、「昨日うちの若い記者に報道やりたいって言っただろ。女が報道やりたいなんて100年早いんだよ！」と一方的に怒鳴るんです。とてもびっくりしたしショックでした。それでもめげずに、事あるごとに周りに「将来は報道番組をやりたいです。」と答えていました。

ずっと報道をやりたいと言い続けてきた声がテレビの報道局長に届き、入社5年目の秋に、全国ネットの早朝のニュース番組を担当することが決まりました。すぐに担当していたラジオ番組を降板して、半年間国会担当の記者として政治部に入り、記者としての経験を積み、翌年の春に念願のニュースキャスターとしてのキャリアがスタートしました。朝、私が朝刊を読みながら原稿が来るのを待っていると、男性記者が担当デスクに原稿を渡しながら、「俺の書いた原稿を女に読ませないで」と言い放つこともありました。今だったらあり得な

いことです。TBSで初めての女性ニュースキャスターとして、報道内の反発も注目もありました。もし私が失敗したら他の女性の報道への道が閉ざされてしまうかもと、責任の重さに押しつぶされそうになりました。でも、入社以来ずっとやりたかった仕事。夢を諦めたくはありませんでしたから、本当に寝食忘れるくらい努力し頑張りました。報道局はもちろん社内でも、女性ニュースキャスターとしても仕事ぶりが認められて、1年半後にはJNN系列各局が総力を入れている看板ニュース番組「ニュースコープ」に抜擢されたのです。これは4年間務めました。

#### 何を言われても頑張り続けたからこそ…

その後も、土日のニュースのメインキャスターや数々のニュースの特番を担当して報道一筋でした。40歳の時でした。報道アナウンス班の班長から「僕は個人的に40歳過ぎた女の顔ってテレビで見たくないんだよね。」と言われたんです。今まで一緒に報道の現場で頑張ってきた戦友だと思っていたのでショックでした。でも、周りの報道アナウンサーたちが「気にするな。」と目配せしてくれたので、彼の個人的意見は無視することにしました。50歳直前になりました。今度は報道局長から、「50歳になったらもうテレビにお顔は出さなくてもよろしいんじゃないですか。」って言われたんです。報道局の局長というのはTBSの中でのエリートコースで、社長や役員になる立場の人です。男性アナウンサーは50歳過ぎても現役で仕事をしているのに、報道のトップに立つ人がこういう認識なのかと心底ガックリきました。その頃ちょうどTBSがアナウンススクールを作ったんです。そのカリキュラムを作るプロジェクトに入っていて本当に忙しかったこともあったので、抵抗する気も失せてニュース番組を降板しました。

ニュースキャスターとしての仕事はなくなりましたが、報道局解説委員としてワイドショーなどにコメンテーターとして時折顔を出すようになりました。その後、TBSアナウンススクールの校長にも就任し、朝の情報番組のコメンテーターやラジオ早朝番組を週1回のペースで担当していました。59歳、定年まであと1年という時に、朝の情報番組のプロデューサーから、「視聴者は若い女性コメンテーターを求めているので、定年までは隔週にしてもらえますか。」って言われたんです。また年齢を言うのかと。もう怒ったり呆れたりする気すらなくなりましたね。「視聴者は若い女性のコメンテーターを求めている」って平気で言いましたが、もう少し言い方あるだろうとは正直思いました。

いよいよ定年退職まで秒読み。先輩アナウンサーからは、定年退職が近づくと「なんで自分の能力は会社に認めてもらえなかったんだろう。」とか、「同期はあんな



に出世したのに何で自分は。」とかいろんな思いが浮かんでくるって聞いていたんです。私も悔しい思いをいろいろしてきたので、会社への恨みつらみが噴き出すのではないかと感じていましたが、不思議なことに思い出すのは楽しかったことばかりでした。やり遂げた、充実していた、良かったという思いしか浮かんでこなかったんです。きっと、ここまで本当に頑張った私に対して良い思い出とともに会社を去らせてくれるという、神様からのプレゼントなのかなと思いました。

### 「結果の平等」ではなく「機会の平等」を

ここ数年は女性管理職や女性社員に向けての講演会の依頼が多くなっています。今各企業で一番困っているのが女性管理職の数を増やせと言われてることだと、企業の人事担当役員がおっしゃいます。最近そのプレッシャーがありすぎて、部長候補が10人いて、その中から2人を部長に昇進させたい場合に、例えば100点満点で点数を付けたときに優秀な男性候補が95点90点で、女性候補が70点と低い点でも合格点であれば迷わずにその女性を部長にするそうです。そのために本当に優秀な男の人たちがちゃんとした評価もされないしポジションにつけないということが、今深刻な問題になってきています。

このようなことはさすがに会社にとってもプラスにならず、また能力不足なのに部長になった本人もつらいし部下も迷惑です。何が何でも女性の登用をすればいいという現状は反省すべきで、今のやり方は徐々に変わって来ると思っています。この問題の根源は社会において男女の「結果の平等」を求めていることなのです。「結果の平等」さえ与えたらそれで男女平等だと思っているんです。でも本当に能力があって頑張っている女性は「結果の平等」ではなく「機会の平等」を与えてほしいんです。「機会の平等」すら与えないのにとりあえず女性がいたから、ということではダメなんです。「機会の平等」を与えればダメな男の人は振り落とされるし、優秀な人は女性でも男性でも残るはずなんです。真の男女平等を考える上で最終的に必要なのは「機会の平等」で、そこで能力を発揮しその能力をきちんと評価してあげるシステムが大事だと思っています。

それと、何でも女性が進出し男性と同じことをすればいいというものではありません。やっぱり女性の妊娠出産や生理などの女性特有の体のことを考えるべきです。それぞれの身体だとか性だとか体力だとかいろんなことを考えて、それでいてその人が持っている潜在的な能力や頑張るに身につけた能力をきちんと発揮させてあげるような機会と環境を作ってあげる。それでもダメだったらダメ。「女だからダメ」なんじゃなくて「あなたがダメ」なんだと思うんです。

### 「個人」の能力を認める

私が部長や局長になった時に周りから、「女性部長としての見方を期待しているよ。」とか、「女性局長らしい意見に期待だよ。」とか言われました。でも、女性だから全部同じ考えや見方かと言ったらそうではないはずです。例えば、私は子どもを産んだことがない。だから子育ての経験はゼロです。それよりも若い男性でもおむつを変えたりしている人たちの方が圧倒的に子育ての大変さとかを分かっていると思うんです。それなのに、女だから子育て世代や働くママのことや子どものことを分かっている、というのは短絡的考えで間違っています。ですから、たとえば新しく支店長になった女性が良い結果を出したときに、「やっぱり女性が支店長になると支店全体が明るくなって業績が上がるね」じゃないんです。「女性」ではなく「その女性の名前」で褒めるべきなんです。私が局長としていい仕事をしたら、それは私の能力結果で女性だからじゃないんです。「吉川さんはやっぱりさすがだね。」って言ってほしいんです。でも、男性だったらやっぱり「男性の見方はすごいね。」とは言わないはずなんです。「〇〇君はやっぱり偉いね。元ラガーマンだけあるね。」みたいな事を言うと思うんです。でも女性だと「女性らしい見方はいいね」とか「女性の感覚だね」と言われるんですが、女性だってデリカシーのない人やだらしない人もいますよ。それなのに女性だから細やかとかデリカシーがあるとか。違うんです。その人「個人」がデリカシーがあってその人「個人」が細やかなんです。

女性だから男性だからではなくて、男女同格にして「個」としてのその人の能力を認めるようになってあげるのが、最終的には男性も活躍できるし女性も活躍できる社会を作ることだと思います。



もっと詳しく講演の様子をお知りになりたい方は、アルザフォーラム 2021 のホームページをご覧ください。ホームページはこちら→





# アルガフォーラムワークシヨツプ 2021

17団体の皆さんが、男女共同参画に関する様々なワークショップを開催しました。



★11月13日(土)

## かぐや姫と梅ちゃん

主催：劇団あかつき



新型コロナウイルス飛沫感染防止のためにセリフ、当日の案内、注意事項など音は前もって録音し、それに合わせて演技をするプレスコ方式で行いました。もの忘れが激しくなった梅ちゃんが今でも夢にうなされる秘密に迫りました。

★11月14日(日)

## 体を動かすことの大切さ ～痛みの出づらい体作り(実技)～

主催：NPO法人 健康生きがいつくり新潟



人生百年時代に突入し、健康寿命をどのように伸ばしていくか、自己管理の出来る身体作りを目指し、座学だけでなく、実技を伴ったワークショップを開催しました。実技では、人体模型を提示しながら、どこの筋肉を鍛えれば良いのかなど、丁寧な説明をしていただきました。

## 「いじめ防止CAP白書」報告会

～被害者・加害者・傍観者の意識はどう変わったか～

主催：NPO法人 子ども・人権ネット CAP・いいがた



子どもをいじめの被害者にも加害者にも傍観者にもしないためには、子どものSO Sに気付き、子どもの話に耳を傾けて、問題を解決する方法を共に考えるおとなが必要です。CAP子どもワークショップの一部体験等で、おとなにできることを考えました。

## コロナ禍の今、わたしたちに出来ること

主催：非営利活動法人 新潟キャリアコンサルタント協会



コロナ禍で、様々な業種業態において採用を控えたり、非正規社員の方の雇止めなどが聞かれる中で、キャリアコンサルタントとしてどのように個人のキャリアに関わっていきけるのか一般の参加者も交えながら座談会を行いました。

## 女性が生き生きと働くために!!

～「新潟市女性就労意識実態調査」から見えること～PART2

主催：いいがた女性会議 女性の労働部会



2021年3月に「新潟市女性就労意識実態調査」の報告書が発表されました。この調査結果を生かして女性が働きやすい地域になることを目指し、新潟市雇用政策課による報告書の解説と会員の体験談を皮切りに、参加者の感想や実体験の意見交換を行いました。

## 不登校の子どもたちの事例から私たち大人の生き方を考えよう!

主催：カトレア会



全国には不登校を選択した多くの子どもたちがいます。講師から不登校の現状をお聞きして、未来ある子どもたちが生き生きと生きていける社会にするために私たち大人がどう変わっていったらいいのかを考えました。

## どう変える刑法! 性暴力対策

主催：NPO法人 女のスペース・いいがた



性犯罪に関する刑法、手続法の改正が検討されている中、私たちはどのような改正を望むのか、刑法の改正にとどまらず被害を防止し、被害者が救済される社会にするためにはどのような取り組みが必要か共に学び考えました。

## もっともっと知りたい「LGBT」

主催：いいがた女性会議 男女平等教育部会



男女性別の隔てなく、自分らしく生きる社会を目指して、性的マイノリティの周知と学習のために企画しました。二人の当事者の講師からは、パートナーシップ制度後の生活の変化の話や赤裸々な体験談等をお聞きしました。

★11月19日(金)

### ねえ、どんないろがすき？～ピンクって女の子だけの色？～

主催：チーム・コカルベ



私たちの身近にある「色」をテーマにした、新潟県女性財団が発行する男女共同参画ハンドブック「ぶっくばらんす1号」を活用し、自分の中の固定観念に気づき、子どもがその子らしく選択するためにどんなサポートや学びが必要かを考えました。

### カーリンコンの楽しさがあなたを健康にします！

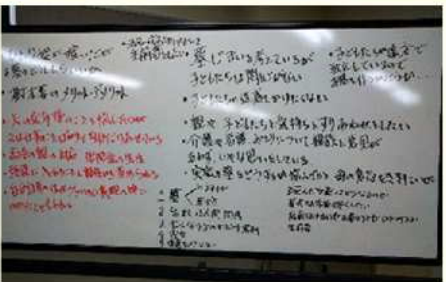
主催：新潟県カーリンコン協会



カーリンコンは、初めての人もすぐに覚えられて、幼児から高齢者や障がいのある方まで幅広い交流が可能なゲームです。生涯にわたる健康づくりの支援として、この楽しさを体験してもらいました。参加者はすぐにコツをつかみ、チーム内で声をかけ合いながら、明るい雰囲気が進みました。

### 昨今お寺事情 part2～もやもや持ち寄り座談会～

主催：わいわい夢工房



核家族化、少子高齢化が急激に進み、家族の形態も様々に変化している中で、新型コロナウイルスの世界的蔓延。誰もが漠然と抱えている将来への不安、現在目の前に立ちほだかる大きな壁と、不安は千差万別ですが、とにかくそのもやもやを持ち寄っておしゃべりしました。

★11月20日(土)

### …「後見人制度」等から考えてみませんか…

#### 女性・子ども・高齢者が安心して生きられる社会に

主催：NPO 法人 ウィメンズサポートセンターにいがた



家族がいても一人暮らしでも、高齢問題や心身の不調など、将来の不安は消えません。その対策の一つ「後見人制度」を法律や福祉の専門家から学び、地域で安心して暮らせるよう共に考えました。

### コラージュでストレス解消!!～あなたも体験してみませんか～

主催：放送大学心理臨床研修会・新潟



コラージュは、各自が持参した雑誌やチラシ、パンフレットの中から選んだものを切り抜き、カラー紙に貼り付けて作品をつくる簡単なものです。「心の安定化や「脳の活性化」に役立つ「創作コラージュ療法」を楽しく体験しました。

★11月21日(日)

### 地球やお財布にもやさしい食品ロス削減

主催：新潟市消費者協会新潟支部



「食品ロス削減」に役立つ情報(現状、削減の技、捨てない調理法)を提供し、参加者が自分の実践策を見つけ行動に繋げられるよう質問を投げかけながら進めました。また、講義後にはロス削減に役立つ「携帯用ビニール袋ケース」を作りました。

### オンライン・ファシリテーション

#### 実践者のためのステップアップ編

主催：日本ファシリテーション協会新潟サロン



コロナ禍に普及したオンライン会議は、家事・育児等多忙な女性が社会で活躍するためのツールになります。実りある対話と合意形成を実現するために、その特性を理解し、有効に活用する極意を学びました。

### 『老年期をどう生きる』～私達に与えられた役割は～

主催：イキイキ健康ふれ愛クラブ元気塾



初めての試みとして「全員参加型の発表会」という形をとり、今現在の想いやこれからどう生きたいかを全員で発表し合いました。恒例の「唄声サロン」では昔懐かしい小学唱歌や若かりし頃流行った歌謡曲をギター生伴奏に乗せて心地よく歌いました。

### <演劇> 女たちの72時間 お家に帰ってごはんをたべよう

主催：劇団 blue ジーンズ



女性解放運動、性の自己決定権、平和…いつ、どこでおこるかかわからない災害や事件、事故、突然の出来事には人は何を考え、誰を思うのか、いのちを守るタイムリミットは72時間以内。そんな中での人間模様を表現しました。

## 分科会1（令和3年11月14日）

### 「今ここで、身近なジェンダーを考える」

講師 中野洋恵さん

（独立行政法人国立女性教育会館 事業課客員研究員）

※アルザにいがた30周年記念事業



新型コロナウイルス感染症の流行により、ジェンダーの課題が改めて浮き彫りになった現在の状況や課題を学び、自分たちの身の回りで何ができるのかを考えました。

### コロナ下における男女共同参画の現状と課題

雇用面では、女性の非正規労働者の割合が高い宿泊飲食業や小売業、サービス業等がコロナウイルスの影響を大きく受けました。そのため、男性に比べ女性の非正規労働者の減少幅が大きく現在も回復していないことや、正規労働者についてはコロナを受けて看護や介護などの医療・福祉職に就く人数が増えるなど、女性の働き方に大きな影響をもたらしました。

生活面については、DVが日本も含め世界的に増加していることや、これまで少なかった主婦や女子高生の自殺率が上昇していること、家事・育児時間の増加が男性より女性の方が多く、テレワークで男性の家事・育児参加の兆しが見えること等を具体的な数字を挙げながらご説明いただきました。

### 未来に向けて

テレワークが普及し始め、通勤や職場の人間関係のストレスがなくなったりとメリットがありますが、テレワークが普及しているのはIT系などの男性が多い職種です。そのため、妻である女性の家事が増え、自分の時間が減ることで、それをストレスに感じる人が増えています。これらを改善するには性別役割分担の是正、相談体制の充実などのジェンダーの視点を踏まえた政策が必要になりますが、政策をつくるには意思決定の場に女性が参画することが不可欠だとお話いただきました。

### 参加者の感想

- ・ 家族の健康の保持についても女性に期待されている役割だということに気づいた。女性に期待される役割が多く、ストレスを抱え自殺などに繋がっているのではないかと感じた。
- ・ 働いている女性よりも、働いていない子育て中の女性などがストレスを感じやすいのは、社会と繋がりがどうかだと思った。市民団体など身近なところで繋がっていくことが大切だと感じた。

## 分科会2（令和3年11月13日）

### 「もっと夫婦がわかりあう

### ～上手に「怒り」とつき合う方法～

講師 立松有美さん

（アンガーマネジメントファシリテーター®）



夫婦がよりわかりあえるよう、ジェンダーの視点から「怒り」をテーマに夫婦で参加できる講座を開催しました。

### はじめに

まず自分の怒りやイライラが何によって発生するのか、最近のイライラした出来事を基に分析し、それを夫婦で共有して、お互いの怒りやイライラに対する気持ちを話し合いました。

### 怒りとは？

「怒り」の感情についての講義を聞き、その「怒り」には社会の「～すべき」が潜んでいたり、「～らしさ」に縛られた思い込みや無意識の偏見があることがわかりました。また、急な怒りを静めるための対処術や、どの対処術が自分に合っているのか、やり易いのかを日々試してトレーニングしていくことの大切さについてもお話いただきました。

### 怒りの感情を伝えるには

やってはいけないことは、「人格を否定する」、「感情だけをぶつける」、「人前で怒る」等で、怒りの感情を伝える時は「落ち着いた環境」で、「相手を責めず」、「具体的に、明確に、簡潔に」自分のリクエストを伝えることが重要とのことでした。そのためには、日頃のコミュニケーションがとても大事なことがわかりました。

### 参加者の感想

- ・ 初めて夫婦と一緒にこういう講座を受講した。同じ内容を学ぶことができてよかった。
- ・ 普段なかなか「怒り」について考えることがないし、相手がなぜ怒っているのか分からない時もあったので、夫婦の意識の差ということが分かって良かった。
- ・ 夫婦で来ることができて良かった。大変理解し易かったため、今から実践していきたい。
- ・ 同じ年代の聴講者ばかりでおどろいた。講師の説明もためになったが、同年代の人が同じように悩んでいるという事実が安心につながった。
- ・ 怒りについてゆっくり考えることがなかったので良い機会だった。保育もしていただいて助かった。

## 大学連携事業（令和3年11月2日）

「仕事も私生活も欲張る

～Work×Life×Socialで Hybrid 人生～

講師 川島高之さん

（株式会社 K&Partners 代表取締役社長）

新潟大学の学生を対象にオンライン講座を行いました。ワーク・ライフ・バランスや働くことについて考え、チャットで活発に意見を出し合いました。

家事や育児、趣味などの「ライフ」と地域活動やボランティアなどの「ソーシャル」の活動をしていると仕事の能力が高まるのはなぜだと思いますか？

<学生の意見>

- ・多方面の知識がつくことで、それを仕事に活かせるから
- ・家族や社会の役に立っていると自己肯定感が増すから
- ・生活にメリハリが生まれるから
- ・スケジュール管理が上手くなるから

「仕事をとるか」「家庭をとるか」ではなく両方やることで、シナジー（相乗効果）の関係ができ、男性も女性もワーク・ライフ・バランスが大切とお話がありました。

## 協賛事業（令和3年11月21日）

主催 ファザーリング・ジャパン にいがた

「夫婦ふれあい整体教室」

講師 剣持太智さん（赤ひげ整体院 院長）

プロの整体師から、自宅でもできる厳選した10種の技を伝授していただき、夫婦で交互に整体を行いました。

「子どもが生まれて初めてのイベントだったがとてもリフレッシュできた」「お互いの身体と心に寄り添うきっかけが掴めて良かった」等の感想が寄せられました。



## 令和3年度 講座などでご紹介した本①

アルザにいがたでは、講座に参加された皆様に、情報図書室で所蔵している講座の内容に関連する図書をご案内しています。今号では、その中から、何冊かをご紹介します。

私を大切にするための 「自己表現」講座 (5月)	『アサーション・トレーニング さわやかな<自己表現>のために(3訂版)』 平木 典子/著 日本・精神技術研究所, 金子書房(発売) ☆伝えたいことを自分らしく伝えるヒントを紹介
DVD 上映会 『82年生まれ、キム・ジョン』 (6月)	『82年生まれ、キム・ジョン』 チョ ナムジュ/著, 斎藤 真理子/訳 筑摩書房 ☆女性が負う重圧や生きづらさを描く
もっと子育てを楽しむ! 秘密の裏ワザ教えます。 (7月)	『子育てハッピーアドバイス』 明橋 大二/著, 太田 知子/イラスト 1万年堂出版 ☆子育てのヒントをイラストやマンガでわかりやすく描く
コロナ禍による子どもへの影響とケア (9月)	『コロナ禍、貧困の記録 2020年、この国の底が抜けた』 雨宮 処凛/著 かもがわ出版 ☆支援現場から届けるコロナ禍での「助け合い」の記録
アニメに潜む キャラクターからのメッセージ (10月)	『お姫様とジェンダー アニメで学ぶ男と女のジェンダー学入門』 若桑 みどり/著 筑摩書房 ☆アニメによって刷り込まれる男女の思い込みを読み解く
子どもにきちんと伝えたい 大切な「性」のおはなし (10月)	『赤ちゃんはどこからくる? 親子で学ぶはじめての性教育』 のじま なみ/著, 林 コミ/絵 幻冬舎 ☆子どもに教えたい正しい性の話をイラストとともに紹介





## 令和3年度 講座などでご紹介した本②

アルザフォーラム 2021 DVD 上映会 『スキャンダル』 『ピリブ 未来への大逆転』 (11月)	『ここからセクハラ! アウトがわからない男、もう我慢しない女』 牟田 和恵/著 集英社 ☆「わからない男、言えない女」にならないための指南書 『日本の天井 時代を変えた「第一号」の女たち』 石井 妙子/著 KADOKAWA ☆道なき道を進み、偏見と迷信を破った7人の女性の軌跡
自分の心と会話しよう♪ ～今の自分を知って一歩ふみ出す～ (11月)	『呪いの言葉の解きかた』 上西 充子/著 晶文社 ☆日常のハラスメントやジェンダーに隠された「呪いの言葉」を取り上げ、呪縛の解きかたを紹介
はじめよう! 地域活動 ～地域はあなたを待っている!～ (12月)	『地域活動のススメ すべての世代がひとつになれる、とっておきの方法』 新谷 和代/著 幻冬舎 ☆地域活動で得られる充実感や成長をレポートした作品
不安な時代のジェンダー (12月)	『ジェンダーとわたし <違和感>から社会を読み解く』 笹川 あゆみ/編著 北樹出版 ☆毎日の生活の中にあるジェンダー問題をわかりやすく解説
人生は短し 老後は長し ～今を充実 明日に希望～ (1月)	『定年からの青春未来図 一生を心明るく生きていく秘訣』 坂口 克洋/著 三和書籍 ☆定年後の時間を有意義に過ごすための秘訣を伝授



### ★アルザにいがた情報図書室のご案内★

開室日時：月～金曜 10:00～17:30

休室：土日及び祝日、第1水曜、第4月曜、年末年始、蔵書点検期間

\*新潟市図書館の共通カードで借りることができ、お近くの新潟市立図書館に取り寄せることもできます。

新聞や雑誌もあります。どうぞご利用ください。



## 令和4年度 アルザにいがた 相談室のご案内

### ◆こころの相談◆

電話：025-245-0545

【電話】

水・日曜：午前10時～午後3時30分

金 曜：午後2時～7時30分

【面接】

上記電話相談で予約

火・水・木・土曜：午前10時～午後5時

※祝日、年末年始（12月29日～1月3日）、  
第4月曜が祝日の場合の翌火曜はお休み

### ◆女性のこころとからだ専門相談◆

奇数月 第2水曜：午後2時～5時

電話：025-246-7713（予約専用）

### ◆男性電話相談◆

第4火曜：午後6時30分～9時

電話：025-246-7800

### ◆性的マイノリティ電話相談◆

第1月曜：午後5時30分～8時

（相談日はホームページでご確認ください。）

電話：025-241-8510



相談室のホームページはこちらから