

おすすめの冊

一筋に生きた女の歴史

市川房枝集

— 婦人参政50周年記念出版 —

日本の女性たちの地位向上に87年の生涯をかけた、その活動の集大成。戦後女性が男性と同等に参政権をえられたのは彼女たちの活躍による。参議院議員として金権政治を批判、クリーン選挙を実行し、青島都知事、横山府知事を生む源に。東京新宿の婦選会館は彼女の意志と業績を継ぎ、今も多くの女性たちの学習の場となっている。

読んでね

ベストセラーは公民館図書で

予算で、中央公民館の図書室に購入した。市川房枝集も当分の間は購入したいと思ふ。最近購入した図書は『あこがれ』『老いの道づれ』『キョウコ』『時はうどのように』『天空の密』阿久悠、沢村貞子、村上千鶴、椎名誠、東野圭吾、新刊『ナミ』にあり、その購入は四百冊と多い。前年度は八百冊、今年度は四百冊と減った。公民館の図書は、多くの方々に利用して戴きたいと思ふ。環境では年間百二十万(平成七年度)の予算で、中央公民館の図書室に購入した。市川房枝集も当分の間は購入したいと思ふ。最近購入した図書は『あこがれ』『老いの道づれ』『キョウコ』『時はうどのように』『天空の密』阿久悠、沢村貞子、村上千鶴、椎名誠、東野圭吾、新刊『ナミ』にあり、その購入は四百冊と多い。前年度は八百冊、今年度は四百冊と減った。公民館の図書は、多くの方々に利用して戴きたいと思ふ。

クッキータイム

— 女のためいき — 現場リ

リフレッシュ体操

— 足腰を鍛えよう —



ふくらはぎ



太ももの前面



ももの内側



太ももの後面

いずれも反動をつけずに30秒間を3回

◎足首のねんざぐせのある人は、くるぶしまでつまみハイカットの靴をはきましょう

待っていま〜す

女性問題とは、今あなたが感じている女だとなぜこうなの？から始まるのです。日ごろ思っている女のなせを、このコーナーで取り上げて行きます。お電話、お便り等お待ちしております。掲載の場合は匿名にしますので、本音をお寄せ下さい。採用の方へは「アモルフラス」永久無料進呈。

今回は茨城県T市に住むH子さんの話、某中学校で講師をしている彼女はある日、職員の研修会に出て驚いた。市の教育長が、その学校に女性教師が多いのを見て「女なんかどうせ教頭や校長になれないのだから、入れない方がいいのだ」という意味の発言をしたのだ。彼女は子育ても一段落したので教師の資格を生かそうと張り切っていた矢先だったので、教育長のあるまじき発言になんとやり切れない思いがした。そしてそれ以上に、その発言を当然のように受け入れている同僚の女性たちにもやり切れないう思いを抱いたという。

編集後記

アサーティブ(主張する)トレーニングが女性たちに浸透しつつある。とかく日本では声高に主張する女ははしたないという感覚があるが、そのことが女性たちのしなやかな感性と能力の開発を遅らせ、社会進出を阻んでいるのだ。自然な人間関係の中でその人らしく生きるには、時には声高に主張していかなくてはならないのではないだろうか？いい女は皆アサーティブ・ウーマンなのだ！

発行部数 1500部
 設置場所 中央公民館 役場 常陽銀行
 その他 20数箇所
 購読希望の方は
 87-1032 内海又は
 87-8227 藤嶋まで

ライフ・S・サークル

- 学習内容
- ・話し合いの学習 月 2回
- ・会費 月 500円
- ・(資料代他)
- ・連絡先 87-1032



心を開いて話し合おう
 楽しさを共有して
 みませんか！
 自分らしく生きる勇気
 もちましょう！

お待ちしていま〜す

連絡先・87-1032

困り事、悩み事お伺い致します。行っておりません。ライフ・ステップ・サークルでは女性のためのセミナーを企画しております。楽しみながら本音で語り合える場を作りたいのです。日頃、疑問に思っていることなど、なんでも投げかけて下さい。なお、「フェミニズム・カウンセリング」も

会員・原稿募集