

@ MyLife vol.9

固定概念に囚われない

自分にとって自由とは？

学生時代、「学校」という場で、他者に気を使ったり校則に縛られたり、少し窮屈に感じることがありました。大人になって、日本を飛び越えてどこか遠くへ行こうと世界一周に出かけたんです。たくさんの国々で日本とは異なる生き方や考え方があると知りました。私自身の視野を広げられたと思います。訪れた国の中で一番居心地がよく、自由に暮らすことの出来る「チリ」に移住しました。

行動の原動力

チリで、イラストレーターや漫画家、DJ、モデルなど、いくつもの仕事に挑戦してきました。「生きづらさを抱えている人を支えたい」そんな思いで活動しています。私は、昔から固定概念が苦手です…。例えば、「〇〇だから××すべき」と考えてしまい、悩むこともありました。同じように固定概念に囚われている人に、イラストなどで共感し、一歩踏み出す背中を押せる人になれるよう、日々がんばっています。

自由に生きたっていいじゃない！

人生は一度きり。人生をいかに楽しむかが鍵です。今いる場所を飛び越えたいなら、他のまちや国へ行ってみてもいい。その行動はきっとあなたの今後の人生に役立ちます。日本で感じることはありません。世界にはいろいろな考え方があります。視野を広げ、みなさんもどんどんチャレンジしていきましょう！

【プロフィール】

イラストレーターや漫画家、DJ、モデルなど幅広く活動している。AMA創業塾第1期生。2025年個展「ごちゃごちゃした街とそこにすむ住人たち」を横浜 LOFT で開催。

撮影場所／あま市役所

市民記者／美和高校 磯部禾奈、佐藤知穂、柴田和花

鰐部さんの元気のワンポイント

なんでもポジティブ！

男女共同参画と女性活躍のまちづくりをすすめています！

あま市男女共同参画プラン

「いろいろな私でいいあなたでいいみんなが笑顔で生きるまち」を目標像に「第2次あま市男女共同参画プラン」を策定しました。この計画に基づき、あま市では様々な取組を実行しています。女性も男性も性別に関わりなく、個性と能力を発揮できる多様性に富んだまちを実現しましょう！



男女共同参画週間

啓発イベント（令和7年度）

● 男女共同参画映画上映会

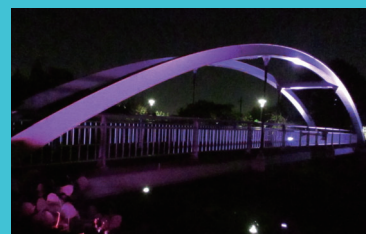
「老後の資金がありません！」など、男女共同参画社会について理解を深めてもらうために上映会を開催。

● 女性に対する暴力をなくす運動

運動の一環として、パネル展示とパープル・ライトアップを実施。



映画上映会案内



パープル・ライトアップ

女性のつながりサポート事業

コロナ禍以降、孤独になりがちな女性や悩みを抱える女の子を地域で支える取組です。つながり LINE（個別相談窓口、オープンチャット）があります。カフェでくつろぐような気分でお話してみませんか？



高校生と大人たち、あま市で暮らす市民記者が取材しました！

今年で9回目となる女性活躍情報誌の取材をして記事を書いたのは7人の市民記者のみなさん。五条高校、美和高校に通う高校生とあま市在住在勤の大人たちが参画してくださいました。市民のみなさんが素敵だと感じた等身大の声でつくられた情報誌です。

各チームの取材の様子



この情報誌へのご意見・ご感想を
ぜひお寄せください（上の二次元コードから）



わにべ まりえ
鰐部 麻里絵さん

市民記者のヒトコト

楽しく生きる
希望を与えてくれる
素敵な女性でした！



子供たちに 自分らしくいられる場所を

わたなべ しほ
渡邊 志保さん

as is ～こころのいばしょ～

「誰かの役に立ちたい」という思いから令和5年に仲間と「as is ～こころのいばしょ」を立ち上げ、中学生以上の「ここがづらい、話を聞いてほしい、どこか居場所がほしい」という人が集える場所づくりをしています。ここでは、なにをして過ごしても OK。トランプで遊んだり、いっしょにウクレレを弾いたり、歌を歌ったり。家とは違う場所。一歩踏み出せる場所。気軽に来てほしいと思っています。

つなぎ役になりたい

「そのままでもいいんだよ」「話さなくてもいいんだよ」「なにもしなくてもいいんだよ」「ここにきて一緒に時を過ごしてほしい」「それだけでいい」「もしかしたらなにか変わるかもしれない」そんな思いで活動をしています。私にできることは限られているけれど、あなたと地域をつなぐ橋のような存在でありたいと思っています。

あま市から支援の輪を広げる

あま市近隣には、私たちと同じような支援団体がいくつもあります。ネットワークを広げ、支援の輪を広げたいです。ウクレレやゴスペルが趣味なので、音楽を通して色々な人とつながれたらうれしい。今後も積極的に活動が続けていきます。

【プロフィール】

元保育士、幼稚園教諭を経て、放課後デイサービスでパートをしている。地域コーディネーター、まちづくり委員など多方面で積極的に活躍中。

撮影場所／七宝焼アートビレッジ
市民記者／吉兼千香子、前田建美

市民記者のヒトコト

ポジティブな渡邊さんの優しいオーラに引き込まれ楽しくお話をうかがうことができました。



渡邊さんの元気のワンポイント

悩んでも深く考えないよ。なんとかなるさ～！

知識と経験を活かして命を守る

あらい さちこ
荒井 佐知子さん

誰かのために

あま市で防災意識を高めるために語り部として活動しています。2011年3月、私は宮城県で東日本大震災に被災し、地域の人たちと助け合う経験もしました。当時の避難生活や防災対策の反省を踏まえて、お話をしています。語り部になって苦労もありましたが、誰かのためになっていると感じるのがなにより嬉しい。これからもこの活動を続けていきたいです。

「絵」で防災を身近に

活動する中で「言葉だけでは伝えきれない」と思うことがあり、防災関連の絵を描き始めました。聞く人にとって少しでも分かりやすくなればと考えています。以前から絵を描くのが好きでした。防災だけでなくより目を引きやすい四季折々のイラストなども SNS に投稿しています。「画力を上げたい」「トンチを効かせたい」そんな気持ちが私の原動力です。

防災のカードゲームを広げる

防災の勉強をして 2022 年に防災士の資格を得ました。今の目標は「HUG」を広めること。「HUG」は、避難所運営を疑似体験することで被災地の現実を知れるカードゲームです。まだまだ知名度が低いので、たくさん遊んでもらう機会をつくり、防災力向上に役立てられたら。

防災や減災には、正しい知識と備えの意識を身に付けることが大切です。さらに地域の人々とつながることも大切です。「HUG」を通して、こうしたことを多くの人に知ってほしいと思っています。

【プロフィール】

防災士、語り部、イラスト制作などさまざまな活動をしている。防災につながると思い、地域の祭りに積極的に参加している。

撮影場所／あま市美和図書館
市民記者／五条高校 辻村純麗、小塚陽日

荒井さんの元気のワンポイント

何事も思いっきり楽しむ！

市民記者のヒトコト

隅々まで丹精を込められた素敵なイラストが印象的でした。

