

政治はあなたのもの

政治なんて自分には関係のないことだと思いがちです。しかし、市民たちの力が国を動かした例はいくつもあります。政治はあなたのもの。私たちの力でも、政治を変えられることができるのです。

衆議院議員 郡和子さん

【プロフィール】 1957年仙台市生まれ。東北学院大学経済学部卒業後東北放送入社。解説委員、報道制作局部長などを歴任。2005年に衆議院議員に初当選し、現在当選4回目。民進党男女共同参画推進本部事務総長、民進党東日本大震災復旧・復興推進本部事務総長代行を務めている。また、民主党筆頭副幹事長、民主党男女共同参画委員会委員長、内閣府大臣政務官を歴任。



アナウンサーから政治の道へ

1979年に地元の放送局にアナウンサーとして入社しました。当時、女性アナウンサーはニュースを読むことができず、メインで司会ができることはあり得ませんでした。女性はまだまともな仕事をさせてもらえないのが悔しくて、自分でネタを探してきては、「これを取材したい」「このテーマをやりたい」と訴え、少しずつ職域を広げていきました。

しかし、男性と肩を並べて仕事をしていこうと思ったらとても大変で、男性の倍働いて、ようやく少し認めてもらえるという時代でした。

2005年に民主党からお誘いをいただいた、政治の世界に入ることになりました。社内初の女性役員になることが目標でしたが、国会に女性が少ないことが気になっていたので、これはやるしかない、女性に悔しい思いをする社会を変えたいと思ったのです。

私たちの力で政治を動かすことができる

女性の多くは、政治という、自分には関係のないことだと思いがち

ちです。しかし政治は私たちの身近な生活と密着していますし、政治家にならなくても、政治的な活動はできるのだということを、ことあるごとに伝えていきます。

3・11の東日本大震災のときに現地を視察し、被災者を支える民間女性たちのパワーを目の当たりにしました。避難場所では、間仕切りもない場所で雑魚寝、女性は着替える場もない、洗濯物を恥ずかしくて干せない、赤ちゃん連れのお母さんは人目を気にしながら授乳をしている。大変不自由な思いをしていました。それを地域のボランティアや女性支援団体がこまごまと助けていました。かいがいしく働く彼女たちを見て、災害復興の基本方針に、女性の視点を取り入れることの必要性を強く実感し、国会で声をあげ、東日本大震災復興基本法に女性の視点を盛り込むことができました。まさに、地元の女性たちが政治をうごかしたのだと私は思っています。

今国会でホットな話題は、保活問題（保育園探し）です。山尾志桜里議員が衆議院予算委員会で、SNSの「保育園落ちた日本死ね」の書き込みを取り上げ

ましたが、安倍総理は「匿名の書き込みでは確認しようがない」と一蹴。これに怒った多くの女性たちが立ち上がり、男性議員たちも無視できないほどの大きな問題に。これも、政治は遠いことではない、自分たちでも国を動かすことができるということを証明する例だと思います。

1割の意見は抹殺されるが3割なら無視できなくなる

今、衆議院議員に占める女性議員の割合はわずか1割です。1割ではその意見は無視され抹殺される。でも、これが3割になったらどうでしょうか。多数決では負けても、無視するわけにはいけなくなる。5割になったら？ 即、国を動かす力になります。

女性が参政権を得て70年が経ちました。初めての選挙で、39人の女性が当選しました。しかしその後、女性議員の割合は増えていません。女性の活躍という面では、日本は世界の後進国です。この状況を打開するためにも、次の選挙は大切な戦いになります。今からでも間に合います。ぜひ、みなさんにも名乗りを上げていただこうお願いいたします。

トップダウン、柔軟な 人事制度がダイバー シティ成功の鍵

株式会社セブン&アイ・ホールディングス
セブン&アイグループダイバーシティ推進プロジェクトリーダー
株式会社セブン・イレブン・ジャパン 取締役常務執行役員 秘書室長
藤本圭子さん



【プロフィール】 玉川大学文学部卒業後、プラントエンジニアリング会社に入社。当時はまだ男女雇用機会均等法もなく、男女で待遇の格差も歴然。自分の可能性を切り開きたいと外資系ホテルに転職。1988年、セブン・イレブン・ジャパンに入社。2年目の2006年から20年以上にわたり、鈴木敏文会長の秘書を務める。2014年に取締役秘書室長、2015年に取締役常務執行役員室長に。

ダイバーシティの成否は トップのコミットメント次第

セブン&アイグループはコンビニや総合スーパー、ファミリーレストランなど主に流通小売業で構成されており、2005年9月に持ち株会社制を導入し、セブン&アイHDを設立しました。グループとしては約150社がありグローバルでは54000店舗を展開しています。

企業のダイバーシティ推進の成否は、トップがどれだけコミットするにかかっています。弊社では2020年までに、女性管理職比率30%、男性の育児参加促進、介護離職者ゼロなどの目標を掲げていますが、以前から、性別ではなく能力や成果で評価するというのが、会長の鈴木の方針でした。

1993年にはすでに初めての女性取締役が2名誕生していました。2006年に鈴木が社外に向けて、「幹部の2割を女性にする」と発信、その年に私も執行役員になりました。2012年にはダイバーシティ推進プロジェクトが発足。常に、鈴木が率先して旗振りをしてきました。

2014年3月に、最初の目標の女性管理職20%を達成したので

2020年までに30%と上方修正しました。

「コミュニティやセミナーで 情報共有と意識改革」

ダイバーシティ推進の課題は、次の3つでした。

- ① 女性の意識改革
- ② 制度、運用の見直し
- ③ 管理職の意識改革

これらを重点課題として、具体的な施策としては、研修セミナー、コミュニティ作りなどを実施しました。

コミュニティやセミナーとしては、(1) ママズコミュニティ、(2) Women's Management Community、(3) イクメン推進プログラム、(4) ダイバーシティ・マネジメントセミナーを作り、本音で話し合うとともに、情報を共有し、意識改革を進めていきました。

これらの活動を通して、いくつかの気づきがありました。

たとえば、育休から復帰した女性にとって、復帰初日はその後の働き方を決める大きなターニングポイントになります。このときに上司にはぜひ「よくもどってきたね」と言うてあげてほしい。この一言で、女性はその後もがんばれるのです。

また、もし部下の女性から妊娠を告げられたら、上司には間髪入れず「おめでとう」と言っていたきたい。ここで「えー」「まいっかなー」などと言ってはいけない。

男性上司は悪気があるわけではありません。ただ、どうしたらいいかわからないだけなのです。ですから、外部講師を招きダイバーシティ・マネジメントセミナーを実施したり、上司向けにNGワードなどが書かれたダイバーシティ・マネジメントハンドブックも作成しました。

ベットロスで休暇取得？ 時代は確実に変わっている

50代以上の男性の意思を変えるのは難しいと思っています。しかし、20代、30代の男性の意識は確実に変わっています。以前には考えられないことですが、7割の男性が、子育ての楽しさ、悩みなど、「職場で子育ての話をする」と答えています（資料③参照）。仕事と子どものイベントが重なったとき、7割が「子どもの運動会を優先する」と答えています。

先日、私の部下の男性が「ベットロスで妻がベットロスになっているので2、3日休みたい」と言ってきました。「えー、そんなことで休む

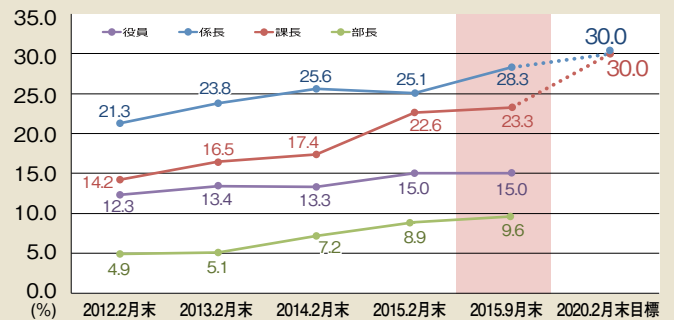
資料② コミュニティ・セミナー

すべてのコミュニティ・セミナーの共通目的は「風土醸成」(マインド醸成、意識変革)



▲株式会社セブン&アイ・ホールディングスで実施しているコミュニティセミナー。あらゆる層を対象としているが、共通の目的は「風土醸成」である。

資料① 女性管理職比率の変化

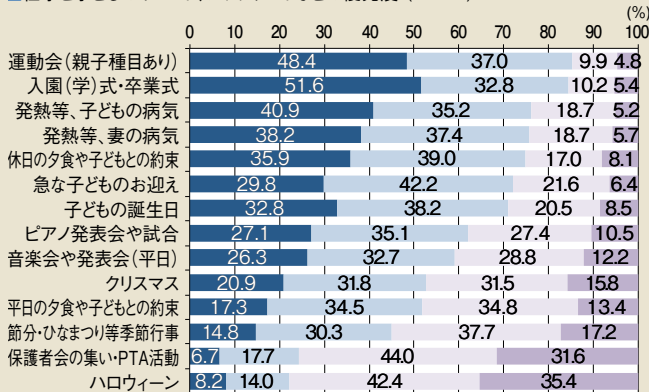


※グループ8社(セブン&アイ・ホールディングス、セブン・イレブン・ジャパン、イトーヨーカ堂、そごう・西武、ヨークベニマル、セブン&アイ・フードシステムズ、セブン銀行、赤ちゃん本舗)合計

▲株式会社セブン&アイグループの管理職比率の推移。目標としている係長・課長クラスでは、2020年の30%も見えてきた。

資料④ 子育て世代の男性の意識②

■仕事と子どものイベント、アクシデントなどの優先度 (n=777)



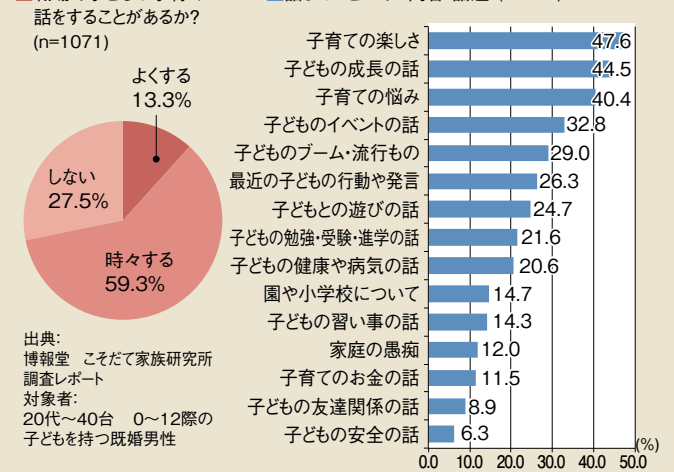
■子どもを優先 ■どちらかといえば子どもを優先 ■どちらかといえば仕事を優先 ■仕事を優先
出典: 博報堂 こそだて家族研究所 調査レポート
対象者: 20代～40代 0～12歳の子どもの持つ既婚男性

仕事よりも子どもを優先する項目は第1位「運動会」、第2位「入園(学)式・卒業式」

▲仕事よりも子どもの運動会、入園式・卒業式等を優先するという男性が増えている。

資料③ 子育て世代の男性の意識①

■職場で子どもや子育ての話をすることがあるか? (n=1071)



職場で子どもや子育ての話をしている男性は72.6%多くの男性が父親の一面も見せている

▲一昔前は、男性が職場で家庭のことを話題にするのは恥ずかしいことという風潮があったが、今や男性も7割が子育てを話題にする。

の？」などと言ったら世の中から取り残される、今はそんな時代です。なかなか意識の変わらない男性にも、感情論ではなく、「取り残されますよ」と知的なところに響く言葉は効くのではないかと思います。

次の課題は介護と仕事の両立

今、弊社の重点課題ととらえているのは介護と仕事の両立です。弊社でも約7割の社員が「近い将来介護が発生する」と答えています。まず初歩的な知識を得て、漠然とした不安を取り除くところからスタートしたところです。

これらの取り組みが世の中にも認めていただけて、昨年内閣府から「女性が輝く先進企業」として表彰され、東京証券取引所からは「企業行動」で表彰されました。『日経ウーマン』誌では、昨年、女性が活躍する企業ベスト2位に選ばれました。一昨年は7位、その前は100位以下でしたが、取り組みはきちんと認めてもらえるのだと実感しているところです。

従業員の評価では、2015年に実施した従業員意識調査の結果、仕事と家庭を両立しやすいと答える

た人が、2013年より10%アップ、育児をしながらキャリアアップできると答えた人は13%アップしました。

柔軟な人事制度もモチベーションアップに貢献

当社の特徴的な人事制度として弾力的な昇進・昇格制度があります。

私も「指定席はない」と言われていますが、一度管理職になっても成果が上がらなければ降格されます。でもそこで終わりではなく、本人がリベンジしようと努力したら復活することもできます。それが当たり前になってますし、再び努力すれば、その努力が報われるのでモチベーションも高まります。

また、多くの企業では、昇進に年齢制限があるようですが、弊社にはありません。もし、「〇歳までに課長になればその後の昇進がない」というような会社では、女性も育児休暇をとりながらキャリアアップしようと頑張れないと思います。

弊社のような、弾力的な人事制度が広がれば、自然と女性のさらなるチャレンジは進んで行くのではないのでしょうか。

政治の世界に入る“決断” 予期せぬ方向転換

英語で身を立てたいと、アメリカで学び長く英語教師としてキャリアを積んだ後、思いもよらず政治の世界に飛び込んだ東門美津子さん。なぜ政治家になったのか、そのいきさつを聞いた。

東門美津子さん



【プロフィール】 沖縄県うるま市生まれ。琉球大学卒業、オハイオ大学大学院修士課程修了。クバサキ・ハイスクールで英語教師を20年勤めた後、沖縄県国際交流財団専務理事、沖縄県副知事を経て平成12年に衆議院議員に初当選。2期を務めた後、平成18年に沖縄市長就任。2期8年務める。現在は、女性議員数を増やすために活動中。

アメリカの大学院を終了日本語教師としてキャリアがスタート

物心ついたころから英語が好きだったと東門さん。しかし、「中高等学校を通じて10年間も勉強するにも拘らず英語が話せないという日本の英語教育には疑問を感じていた」という。絶対に英語をものにしたいと、アメリカの大学院に留学。帰国後、地元のアメリカン・スクールで日本語教師として教鞭を執る。同時に、英語はまず耳が大事、幼い時期から教える必要があると思ひ、英会話教室も開いていた。その間、結婚・出産も。「女性が子どもを持ち働くとはこんなに大変なのか」と思ひながら20年が経った。地域活動にも参加し、忙しく飛び回った20年、少し疲れも感じていた。

沖縄にこんな元気な女性がいる！ カルチャーショックを受ける

当時の沖縄県国際交流財団は海外（発展途上国）から行政分野の研修費を受け入れ、県や国際センター

（国の機関）等と連携して事業を行い、国際交流を推進することを目的としていた。「これこそ自分がやりたかった仕事」と、引き受けた。このときに、沖縄で活躍する多くの女性たちに出会い、大いに刺激を受けたと東門さん。「明るく、活発で、はっきり意見を言う。ものすごく女性たちが輝いていました。教師として狭い世界しか知らなかった私にとってはカルチャーショック。あの人たちに追いつきたいと必死で追いかけていたことを昨日のこのように思い出します」

行政経験皆無で副知事に

3年が経った頃、沖縄県の副知事にならないかという話が舞い込んできた。当時の沖縄県の副知事は女性。女性副知事は、東京都に続き全国2番目の快挙だった。その後任もぜひ再び女性にしたいと、当時の大田昌秀知事から強い勧めがあった。聞けば、これまで自分が憧れて追いかけてきた女性たちからも推薦があったという。

「あの女性たちに付いて行くだけでも精一杯なのにできるわけがない」と固辞した東門さんだったが、「このまま女性知事が途絶えていいの

か」という大学の恩師でもあった大田知事の説得に負けた。

行政経験はゼロ。まず行政用語が全くわからなかった。必要な手続きのことも何一つわからない。

「本当に恥ずかしい毎日でした。とにかく知事に恥をかかせないように、必死にやるだけ。それでも1年もすれば慣れるもので、優秀な職員の方々が至らない私をしつかり支えてくれたこともあり、4年8カ月を務めることができました」

3期目は大田知事が落選。東門さんも副知事の職を去ることになり、次も女性副知事とバトンタッチできず残念だったと振り返る。

「大田知事は、在任中は女性政策室を立ち上げ、アフーマティブアクションを進めるなど、女性の力を高く買ってくださる方でした。戦後、自分の母親を含め、女性たちが大変な思いをして復興に尽力してきた姿を見てこれられ、女性がんばったから今があると感じていたからでしょう。そういう人のもとで働けたのは幸せでした」

土井たか子さんに憧れて 沖縄県初の女性国会議員に

副知事を退いてからは、女性議員を増やす会を立ち上げようと活動を



始めた矢先、今度は衆議院選に立候補しないかという話が舞い込んできた。

「副知事るときにもかなり悩みましたが、それ以上に苦しみました。副知事は、知事が最終的には全責任を負ってくれるという安心感があるからどうにか務めあげられた。でも、国会議員となるとそうはいかない。選挙に勝つために必要だと言われる三要素、『地盤・看板・鞆』のどれ一つ持っていない。私にできるのだろうか」と

しかし、心のどこかで、「なんとかなる」という楽天的な思いもあった。また、これまで自分が、管理職のオファーに対して尻込みする後輩女性たちに「せうかくあなたの能力を買ってお願いしているのだから、ノーと言わないで」とはづばをかけた。『その私がノーと言うわけにはいかない』。

東門さんを全面的にバックアップしてくれた社民党の党首、土井たか子氏への強い憧れもあった。「土井たか子さんのもとで働けるのなら」と、ついに決意がかった。

「沖縄県から初の女性国會議員を出そう」との掛け声のもと、選挙活動が始まった。立候補者の中に女性は一門さん一人。「好運でし

た。どこに行っても女性一人というのは大変目立ちました」と東門さん。おりしも、女性政治家、女性候補者を支援する超党派ネットワーク「win win」が発足したばかり。出陣式には代表の赤松良子氏も土井たか子氏とともに応援に駆け付け、メディアでも大きく報じられた。その勢いにも助けられ、見事初当選を果たす。

「当時、社民党のスローガンは、『頑固に平和、元氣に福祉』でした。私はそれに『本気で教育』を加えました。子ども達の教育は何より大事です。子どもが健やかに育つ社会こそが健全な社会。子どもの未来が明るいなら、高齢者の未来も明るい」。

もう一つ東門さんにとって大きな課題は、沖縄の基地問題。沖縄および北方問題に対する特別委員会（沖北特委）に入り、日米安全保障協議委員会、日米地位協定委員会のメンバーらと対話を重ねてきた。

しかし、3期目には当選ならず、道半ばで落選する。

落選のショックを経て 沖縄県で女性初の市長となる

「落選は辛いものです。自分が全否定されたような気がしてショック

でした。でも、そこでどまっていたはいけません。前を向いてたえ打ちひしがれても、あと1回は挑戦しよう」と胸に誓っていました」

そこへ、今度は沖縄市長選に出馬しないかという話が舞い込んだ。しかし、市長選に出馬すると、国政はあきらめることになる。東門さんは悩んだ。しかし、「地元のこととできないで何が国政だ」と叱咤され、立候補を決意する。

それまで沖縄県では女性市長は、立候補はしても一人として当選したことはなかった。

「選挙は、絶対に男性が優位なのです。それが悔しくて」

「沖縄県初の女性市長」に挑戦し2006年、東門さんは沖縄市長に当選。その後2期務め、任期満了に伴い退任するまで、市民のために精一杯働いた。

まず自分たちのまちをよくする それができるのは女性

「先日ふと、英語の世界で活躍し名をあげたいと思っていた自分を思い出しました。予期せぬ方向転換を繰り返してこまできましたが、これはこれでよかったのかなと今は思います」

これまでを振り返り、何の仕事に

「一番やり甲斐を感じたかと問われれば『市長』だと答える。『私たちのまちをどういつぶうにしていくなのか、市民の方々を幸せにするためにどうすればいいのか、とことん考え、そのために汗を流す毎日、一番やる気になった生きがいを感じた』と。男性は、ともすれば生活を良くすることよりも、ハードを作ること、ひいては自分の名を残すことに関心がいきがちだ。『生活をどうするか、市民の暮らしをどうするか。こまやかな感性を持ち、本気で市民のために尽くせる政治家は、女性からしか出てこないのでは』と東門さんは言う。

市長を退いた今、沖縄から女性議員を輩出するための活動を起こそうとしている。

「大田県政の頃、女性議員たちは本当にパワーがありました。女性性は、対面を気にする男性よりも、思いをストレートにぶつけられる強さがあります。国政も大事ですが、地方議会に女性が出てくることの意味はそこにあると思います」

2年後、統一地方選挙が控えている。そのときまでには女性を二人でも多く議員として世に出したい。東門さんの挑戦は続いている。

知っておきたい女性のライフステージと健康

女性が生き生き活躍するためには、健康であることが大事だ。しかし、女性特有の病気については、病院に行きづらいと感じている人は多いのでは？ 婦人科専門医として30数年にわたり、女性の健康を見てきた清水幸子さんに、定期健診や早期発見・早期治療の大切さをうかがった。

清水幸子さん

【プロフィール】 医学博士、婦人科専門医。昭和大学医学部卒業後、米国ニューヨーク州立大学バッファロー校に留学。現在は亀田京橋クリニック院長、亀田メディカルセンター主任婦人科部長。



月経は健康のバロメーター 面倒だと思わないで

皆さん、月経は順調でしょうか。

女性でも、月経周期の数え方を正しく知っている人は10人に1人くらいしかいません。正しくは、月経がはじまった日を1と数え、次の月経開始前日までが月経周期の計算法で、25〜38日型であれば正常です。月経が3カ月以上止まっていたら治療対象です。量が極端に多い、少ない、長く続く、月に何度もある場合は、何か原因となる病気が潜んでいる可能性がありますので、早めに婦人科を訪ねてほしいと思います。長く放っておくと治療にはその倍の時間がかかると思ってください。

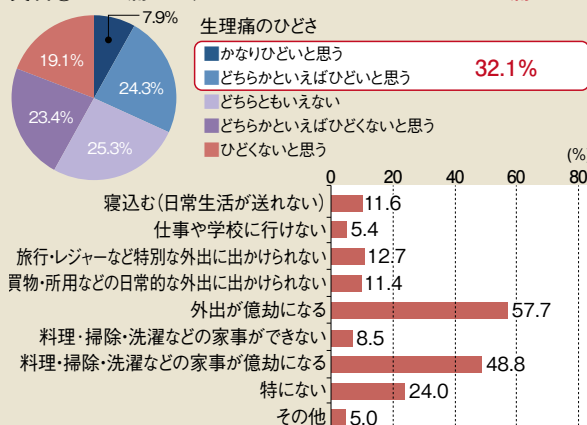
月経は女性の健康のバロメーターでもあります。面倒だと思わず、自分の体のようすを知る機会だととらえてほしいと思います。

月経痛は 重大な病気の可能性も

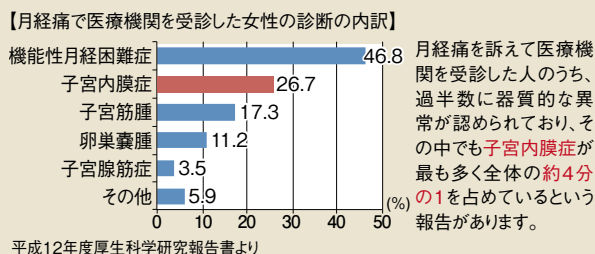
3人に1人が月経痛に悩んでいます。(資料①)

月経痛が激しい場合は早めに痛み止めを飲むことをおすすめします。昔は、痛み止めの服用はくせになるので控えたほうがいいと言わ

資料① 生理痛アンケート ▶3人に1人がひどい生理痛!



資料② 月経痛で受診した人の診断の内訳



れていましたが、今は薬も進化しています。激しい痛みのために仕事を休むなどによる日本の労働損失金額は、一年で約3800億円という試算もあります(注)。

気をつけなければならぬのは、

月経痛で医療機関を受診した人の過半数に、子宮内膜症、子宮筋腫、卵巣嚢腫、子宮腺筋症などの異常が認められたことです。最も多いのは子宮内膜症で受診者全体の約27%を占めています。(資料②)

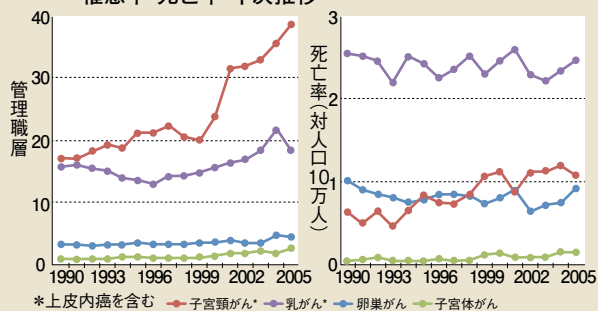
たかが月経痛と侮ってはいけません。無理にがまんをせず、早めに婦人科を訪ねてください。早期発見・早期治療であれば、手術をせ

子宮頸がんは、 予防できる稀有なガン

ず薬だけで治すことも可能ですが、放置しておくと、不妊症のリスクも高まりますし、がん化する可能性もあります。

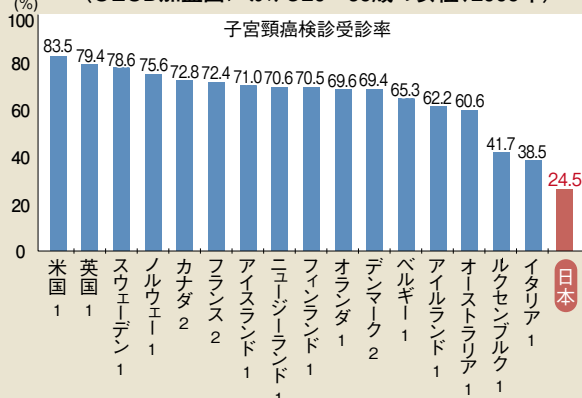
若い女性に増えているガンに子宮頸がんがあります。子宮頸がんとは、子宮の入り口にできるがんです。HPVというウイルスが原因で、感染しても治ることが多いですが、0・1%くらいの人が発症しますが、先進国では少ないガンですが、日本では例外的に20〜30代の女性で急増しています。年間3500人が子宮頸がんで亡くなっていま

資料③ 日本における20～30歳代の女性特有のがんの罹患率・死亡率 年次推移



*上皮内癌を含む ●子宮頸がん ●乳がん ●卵巣がん ●子宮体がん
国立がんセンターがん対策情報センター 地域癌登録全国推計によるがん罹患データ(1975年～2005年)より作成 / 国立がんセンターがん対策情報センター 人口動態統計によるがん死亡データ(1958年～2007年)より作成

資料④ 世界各国の子宮頸がん検診受診率 (OECD加盟国における20～69歳の女性、2009年)



1 Programme data. / 2 Survey data. / Health Care Quality Indicators Project, OECD 2009. OECD Health Data 2009 (cervical screening)

資料⑤ 腹圧性尿失禁

膀胱や尿道をささえている骨盤底筋が弱くなる
咳、くしゃみや笑ったとき、荷物を持ち上げたとき
お腹に力がかかり、尿がもれる

子宮
膀胱
尿道
骨盤底筋

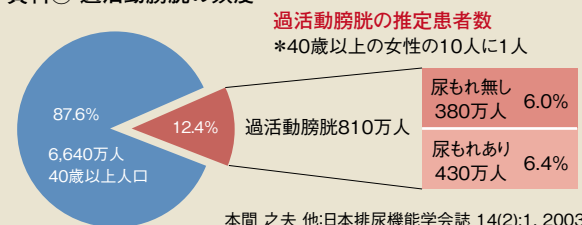
- 40歳以上の女性の8人に1人に腹圧性尿失禁の症状があります。
- 加齢や出産、女性ホルモンの低下などが関連します。
- 骨盤底筋体操により改善することができます。
- 薬や手術などによる治療もあります。

参考:尿失禁診療ガイドライン 2004

資料⑥ 過活動膀胱/腹圧性尿失禁 骨盤底筋訓練
骨盤底筋の筋力をつけることで腹圧性尿失禁を改善



資料⑦ 過活動膀胱の頻度



本間 之夫 他:日本排尿機能学会誌 14(2):1, 2003

す。この年代では乳がんよりも多い数字です。(資料③)

子宮頸がんは、原因がはっきりしていて予防できる稀有ながんです。ワクチンもありますし、定期健診をすれば早期発見できます。子宮頸がんは前がん病変(異形成・上皮内がん)の段階で発見できれば、「円錐切除術」という子宮頸部の一部を取り除く手術で治療できます。これによって子宮が温存でき、その後の妊娠や出産も可能になります。セクシャルデビューをしらば必ず定期健診は受けてほしいと思います。日本の子宮頸がん検診受診率は先進17カ国中最下位なのは残念なことです。(資料④)

低年齢化する子宮体がんの罹患者

かつては50～60代のがんと言われていたのが、40代未満でも最近見られるのが、子宮の中にある子宮体がんです。自覚症状としては不正出血があります。生理不順だと思っていたら子宮体がんだったという例もありますから、若いからがんなど関係ない、恥ずかしいと思わず、定期健診をしてほしいですね。

尿もれは治療できます 一人で悩まないで

40代の女性の悩んで増えているのが尿もれです。くしゃみや咳、笑ったり走ったりして腹圧がかかるときに尿

もれが起ることを腹圧性尿失禁といいます。出産経験のある女性では2人に1人が尿もれ経験があることが調査からわかっています。(資料⑤)

軽いのであれば、骨盤底筋訓練(膣と肛門を意識的に締めたり緩めたりする運動)を行うことで改善します。(資料⑥)

重症の場合は、30分くらいでできる簡単な手術で改善します。

膀胱が活動しすぎることによって、急にトイレに行きたくなったり夜中に何度もトイレに行く人は「過活動膀胱」の可能性があります。(資料⑦)

これは抗コリン薬の投与によって改善します。

尿もれの悩みは、家族にも言えず一人で悩んでいる人が多いですが、医療は進歩しています。簡単に解決することもありますから、ぜひ、医師に相談してください。泌尿器科でも婦人科でも扱っていますが、最近両方が合わさったウロギネ科という科ができています。私が院長を務める亀田京橋クリニックにも外来があります。

自分の体に関心を持ち 健康寿命を延ばそう

日本女性の平均寿命は85歳を超えましたが、健康寿命は78歳と言われています。長生きをしても健康でなければ充実した人生は送れません。

健康寿命の延長のためにはWell-Agingの維持が大切です。Well-Agingとは、疾患や障害に悩まされず、健康的かつ活動的に年齢を重ねること。

それぞれの年代の女性が健康に、いきいきと元気で活躍するために、女性自身が自分の健康に関心を持ち、女性特有の疾患に関する正しい知識や情報を得ること、定期的な健診でトラブルの早期発見・治療につなげることが大切です。

また、家族全体の健康を管理しているのも女性。女性が健康であることは、社会全体の活性とQOL(生活の質)向上にもつながるのです。

第二期塾生の声



挑戦の志に
日本の明るい
未来を感じます

小学校教諭

本田美恵子さん

小学校教員と女性センターの活動をしています。地元市の施策評価会議の会長（初代内閣府男女共同参画局長）から、赤松政経塾を紹介されたのが入塾のきっかけです。与党の政経塾生でもありましたが、圧倒的多数を占める男性の空気とは違い、女性たちならではのしなやかさと安心感があり、挑戦の志に日本の明るい未来を感じました。講師から政治・経済の具体的な話が聞け、時代の変動を実感できるのが魅力です。今後塾生とのネットワークを活かし、女性活躍社会の啓発・教育に寄与していきたいと思っています。

日本の状況を
改善できるのは
女性の声

アルファプレミア株式会社
代表取締役

青木憲代さん



海外調査を20数年あまり仕事としてきております。日本は、OECD諸国の中でも社会経済指標が最下位ということがよく報道されますが、新興国や後発国と比べても、日本が遅れていると感じることが多々あります。その理由のひとつは、意思決定の場に女性をはじめとする多様な代表者が不在であることです。日本の状況を改善していくのは、女性の声です。赤松政経塾でそのノウハウを学び、多くの女性の声が意思決定に反映するように、生涯にわたり活動をしたいと思っています。



先輩女性たちの
澁刺とした活躍に
励まされます

会社経営

中村和代さん

第二期が始まるにあたり「まだ定員に余裕があるので、ぜひ周囲にお声がけを」と尊敬する女性より依頼され、ご案内を読んだところ、「とても面白い！」と感じ、自分も参加することに決めました。行ってみると、かつての知己が何人もおられ、また塾生もみな魅力的であり、毎回の講師のお話も胸に響き、最近では毎回参加しています。後進の女性たちのために大切な時間を割いて会の企画運営にあたっておられる先輩女性の方々の澁刺とした笑顔に励まされつつ、その志をもっと社会に活かしていけたら、と思っています。

日韓の
女性政治参加の
比較研究に

日本学術振興会
外国人特別研究員

ユン ジソさん



東アジアの女性と政治参加に興味があり昨年8月から2年間、日本学術振興会のリサーチフェローとして御茶の水大学に来て、日韓の比較研究を行っています。特に、クォータ制度が行われている韓国と日本を比較し、この制度が女性の政治参加や意識改革にどのような影響を与えるのかを分析したいと思っています。研究に関する様々な情報を得ることができる赤松政経塾に参加しています。日本の政界では女性議員が少ないにもかかわらず、立派な女性政治家の方々が登壇されており、毎回感動の連続です。