

MIW通信 57

MIW（ミュウ）は、千代田区男女共同参画センターの愛称です。公募で区民から寄せられました。Mはman（男性）、Wはwoman（女性）、Iはintercommunication（情報や意見交換）の頭文字です。

2025

MIW マスコットキャラクター
みゅうじろう



左上 伊藤直孝さん。右上 凧さん。左下から
大森匠真さん、『制作現場のハラスメント防止
ハンドブック』、映画監督の西川美和さん。



◆ 特集 1
映像作品の制作現場でのハラスメントを防止する
インタビュー 西川美和さん …p2

◆ 特集 2
「編み物男子」という存在
ジェンダーを超えて、ハマるニットの魅力 …p6
男もすなる 編み物といふもの～編み物のススメ …p8

映像作品の制作現場でのハラスメントを防止する 女性や若いスタッフが働き続けられる環境づくりを

映画監督 西川美和さんに聞く

法制度の整備など、職場におけるハラスメント防止の取り組みが進むなか、映画・映像業界はその流れに取り残され、さまざまな問題が顕在化しました。その状況に一石を投じるべく、業界内部からの改革の取り組みとして、2023年10月『制作現場のハラスメント防止ハンドブック』が発行されました。中心になって作成にあたった映画監督、西川美和さんにお話をお聞きしました。



Profile 西川美和さん (映画監督)

大学在学中、是枝裕和監督「ワンダフルライフ」(99) にスタッフとして参加、卒業後はフリーの助監督として活動。オリジナル脚本の「蛇イチゴ」(02) で映画監督デビュー。長編2作目「ゆれる」(06) は第59回カンヌ国際映画祭監督週間に出展、「ディア・ドクター」(09) で日本アカデミー賞最優秀脚本賞を受賞。小説やエッセイも執筆し、小説「きのうの神様」は第141回直木賞候補に選出。16年の「永い言い訳」は、映画制作に先行して出版した同名小説が第154回直木賞候補となり、自身のメガホンで映画化。「すばらしき世界」(21) で佐木隆三のノンフィクション小説「身分帳」を映画化。同作で第45回日本アカデミー賞優秀作品賞および優秀監督賞を受賞。

問われる映画界の
コンプライアンス

2022年春、映画界のハラス
メントが問題になりましたね

当時、監督やプロデューサー、俳優などによる性加害・性暴力の告発が相次いで報道されました。欧米の映画界で#MeToo運動が起こり、日本でも被害を告発する声が上がりが始めたのです。「映画界のコンプライアンスは一体どうなっているのか？」という話題でもちきりになり、業界として何らかの対応を迫られていました。でも、日本には、業界全体としてこの問題に対応できる統括機関がありませんでした。

諸外国に目を向けると、フランスにはCNC（フランス国立映画映像センター）、韓国にはKOFIC（韓国映画振興機構）があって、業界全体を統括する機関がさまざまな問題に対応しています。2020年ごろから数名の映画監督有志によって、統括機関の設置の必要性は業界内にも提案されてきたのですが、

報道が出てしばらくしても、やはり既存団体が性暴力問題に対応する動きはなく、また必要なルールを設ける権限を持つていないことが明らかになり、映画監督有志で「映画監督の立場を利用したあらゆる暴力に反対します」という声明を出すとともに、改めてこのような事態に公式な対応をできる機関の必要性も実感しました。その後2022年6月に是枝裕和氏、諏訪敦彦氏を共同代表として8人の監督たちで「日本版CNC設立を求める会」(actionCinema)を発足。1日も早く現場改善に取り組まなければならないという思いでした。

それで、『制作現場のハラスメント防止ハンドブック』作成に取り掛かれたのですか？

団体ができてすぐに『現場責任者が講じるべきハラスメント



サイトで配布している「ハンドブック」PDF版は台本に刷り込めるようになっています。

防止措置ガイドライン草案』を弁護士監修のもとに作成して発表しました。ただそのガイドライン草案はとても中身が濃く、文言も堅いものだったので、制作現場でスタッフが日常的に読み直すにはハードルが高いようにも感じました。韓国では、映画監督組合(DGK)が『中止・支持・申告』と題したガイドライン(性暴力防止のための行動綱領)を台本に印刷していると聞き、日本でも、最小限の持ち出しで、全てのスタッフの手元に届くハラスメント予防の手引き書を作れないかと思いました。

誰が読んでわかりやすく、かみ砕いた言葉で、制作現場に特化した内容を加え、台本の中に刷り込める形にすることによって、『制作現場のハラスメント防止ハンドブック』(以下ハンドブック)を作成しました。

余裕のない職場でのハラスメント防止対策

ハンドブック作成ではどんなことに留意されましたか？

映像の現場でもハラスメント講習が当たり前になってきましたが、そのようなレク

チャーを受けられる環境になり現場がたくさんあります。ハラスメントについて、これだけは知っておいてほしいことを全12ページにコンパクトにまとめ、台本に刷り込んで違和感のない縦書きデザインにしました。

内容は、基本的なパワーハラスメント、セクシュアルハラスメント、ジェンダーハラスメントについてわかりやすく説明し、現場で起こりがちな具体例を盛り込みました。台本を開いて、そのページを見れば、誰でも、いつでもハラスメント予防の基礎を見直せるようにしています。起きてしまったハラスメントの再発防止についても触れ、何かあったときに相談できる相談窓口も掲載しました。

私の世代以上は、監督もスタッフも俳優もハラスメントという概念がない時代にこの業界に入っています。好きで入った仕事だから厳しくて当たり前、理不尽なことも耐える以外ない、という考え方でずっと過ごしてきました。そんな40代以上の世代にこそ刺

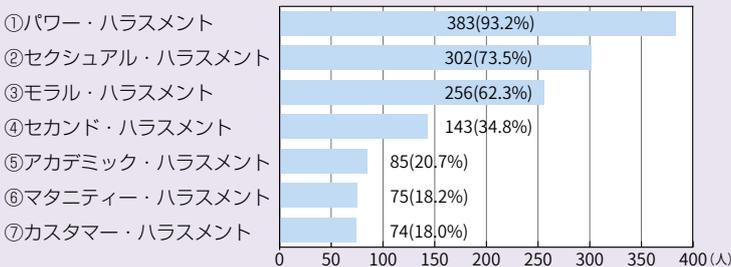
さる言葉で、ハラスメントは「自分には無縁だ」「わかりきっている」と思った時が一番危険だということを伝えたいと思いました。

ハンドブックを公開した反響は？

さまざまな現場で台本へ刷り込んで、撮影前にスタッフ間で読み合わせをしていると聞いています。誰でも必要な人がダウンロードできるようにとウェブで配布

芸能・芸術・メディア業界のハラスメントの実態調査

下記のハラスメントを受けたり見聞きしたことがありますか？
※複数回答可(411件回答)



一般社団法人日本芸能従事者協会「芸能・芸術・メディア業界のハラスメント実態調査アンケート2022」

しているのです、映画だけでなく、演劇業界の方からも「簡潔にまとまっていて使いやすい」と感想をいただきました。「actioncinema」が作ったというところに拘らず、広く共有して使ってもらえるといいですね。折にふれて読み返してもらうことで、安全な現場づくりが広がっていくきっかけになればと思っています。

センシティブな問題 セクシユアルハラスメント

セクシユアルハラスメント防 止について、どのように取り 組んでいますか？

映画では肌を露出したり、性的な行為をするシーンなど、現実世界ではクローズドな環境でしか起こらない場面を撮影します。ハンドブックでは、撮影現場という特殊な環境で起こる具体例をいくつも挙げて、何がセクシユアルハラスメントにあたるのかを示しました。理想としては、撮影開始前の脚本段階で俳優と十分に打合せて、双方合意の上で演出方針を固め、その上でインティマシー・コーディネート

ネーターの起用も検討すべきでしょう。日本ではまだ人数が少ないですが、インティマシー・コーディネーターが入ると、適切なコミュニケーションとケアで俳優の意思を確認できるので、合意形成を明確にし、俳優のみならず作品を守ることもつながります。私自身も以前は事細かに自分で俳優に説明して、合意形成をするものだと考えてきましたが、監督という権威的な立場の人間がそれをするということ自体が圧力になることもあると聞いて、「なるほど」と思いました。セクシユアルハラスメントの防止については、ずいぶん意識が変わってきましたね。

誰もが安心して 働ける環境に

映画の世界でハラスメント対 策は進みましたか？

コロナ禍以降、映画界は深刻な人材不足におちいりました。長時間労働、不安定な立場、将来への不安、パワハラ・セクハラが横行する現場で女性や若い人が次々と職場を去っていきました。この20年で女

“インティマシー・コーディネーター” とは？



2025年のNHKドラマの「べらぼう」で取り入れられたことが話題になったインティマシー・コーディネーター。性交渉やヌードシーンの撮影において、俳優と監督から細かく意見を聞き、両者が合意した上で撮影できるようにサポートするスタッフのことです。これまで言葉で表現されてこなかったインティマシー（親密な）シーンの安全対策を言語化することで、撮影がスムーズになり、俳優の意思表示がしやすい環境になったといえます。性暴力の防止に貢献するだけでなく、安全に撮影し、より良いものを作るために必要な役割です。

『さわってほしくないチェック リスト』

俳優、モデル、ダンサーなどの実演家を対象に、身体の触られたくないところ、見られたくないところについて、事前に話し合うためのサポートツールとして「さわってほしくないチェックリスト」が公開されています。



出典：一般社団法人日本芸能従事者協会

性スタッフの数は何倍にも増えましたが、女性が結婚・出産・育児をしながら映画の仕事が続けるのはとても大変で、両立できる仕組みもありません。映画の世界には女性がライフイベントとともにキャリアを断念していくのは仕方がないという暗黙の了解のよくなものもあって、私自身も、女性が働きやすい職場にできるといふ発想を持つことすらできませんでした。しかし映画にはいろんな性別の人が描

かれるのに、男性と男性化した女性だけで作ってはいけません。豊かなさが損なわれ、世界の水準からどんどん置き去りにされてしまいます。女性や若いスタッフの多様な力がなければ日本の映画界はやっぱり変わっていけないでしょう。誰もが安心して働き続けられる環境を実現するためにも、ハラスメント防止の学習は必須だと思います。

ここ2〜3年で、長時間労働を是正しようという動きは



“西川組”の撮影風景 ©佐木隆三／2021「すばらしき世界」製作委員会

広がっています。「日本映画制作適正化機構」(以下映適)が発足し、「準備・片付けを含め1日13時間以内の作業・撮影、2週間に1日の完全休業日」を適正な労働時間として決めました。「映適」に登録された作品の制作現場ではこのガイドラインに従っています。それでも大手映画会社の作品や予算1億円以下の作品は対象外ですし、1日13時間の労働は、一般の基準から比べればかなりハードです。これから先、若い人が減り、働き手の取り合いになる中で、どう改善を続けていけるかが日本映画の存続の鍵になっていくと思います。

日本映画の未来のために、どんなことが望まれますか？

映画の世界をより豊かにしていくためには、業界全体を統括・支援する機関を設立して、労働(誰もが安心して働ける環境づくり)、制作(豊かな作品を作る)、流通(多様な作品に出会う機会を実現する)、教育(観客、そして未来の作り手を育む)の4つの面から支援していくことが必要

と考え、業界内で出た収益をプールして、労働環境改善やハラスメント対策、人材育成などの「共助」にあてる仕組みづくりを提言してきましたが、この利益循環への反発は強く、映画業界内だけの自主的な変革には進みませんでした。一方、内閣府主導で、映画産業振興の司令塔として「コンテンツ産業官民協議会」の設置及び「映画戦略企画委員会」の開催などの動きもあります。新たな支援の仕組みが生まれ、映画文化がこの先も続いてゆく環境が整うことを願っています。



5月から新作がクランクインしました。この作品は、戦後の東京を舞台に、親を戦争で失った子どもたちの物語です。

「編み物男子」という存在

ジェンダーを超えて、ハマるニットの魅力

いま、若者の間で編み物がブームになっています。従来、編み物など“手芸”はもっぱら女性がするものとされ、女らしさの象徴でもあったので、男性が手芸をしづらい状況がありました。いまでも手芸をするのは女性が多いものの、最近はYouTubeやInstagramなどのSNS上で、編み物を教えたり、習ったり、発信することが一つのトレンドになっています。この特集では編み物を楽しむ「編み物男子」にお話を聞きました。

伝統ニットに魅せられて

なぎ
凧さん（ニット作家）

編み物を始めたきっかけは？

古着が好きでアランセーターやフェアアイルなどの伝統ニットを集めていました。フィンランドの「コルソナス」セーターが欲しくて探しましたが見つからず、手に入ったのは英文のパターンだけ。「じゃ、自分で編もう！」と一念発起したのが3年前。編み物の基礎をYouTubeで学び、独学で伝統的な編み模様や技法を研究して、さまざまなセーターを編んできました。



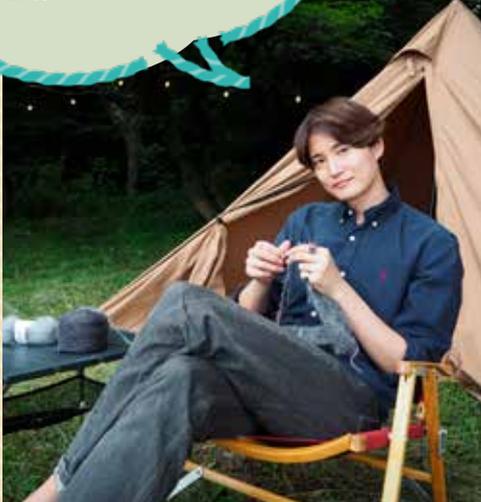
自作のカーディガンを着て。大好きなロックバンド、ニルヴァーナのカートコバーン着用のカーディガンからインスパイアされたデザイン。手に持っているのは、ガンジー島の伝統的なセーターを参考にデザインしたセーター。

男性が編み物をするということについて どんな風に感じますか？

編み物をしていて「男なのに」などと差別的な目で見られたことはありません。ただ、「編み物は女性がするもの」というイメージを覆したい！という思いはあります。「男性が編み物をする」とがいまの社会にいい影響を与えるのではないかと考えました。

趣味のギターや

アウトドアのキャンプの経験も
作品作りに活かしています



SNSで活動を発信しています Instagram:@nagis_knits

編み物の魅力は？

背景に物語のあるファッションが好きで、伝統的なセーターの魅力にハマりました。世界中の伝統模様からインスピレーションを受けて、現代にマッチしたニットウェアを制作しています。編み物は手間がかかりますが、その間はスマホを触らず、程よいデジタルデトックスの時間。編み物と仕事を両立させながら、自分の作りたいものをデザインして、編んでいきたいです。編み会の開催など、編み物を通じたコミュニティづくりや初心者向けのワークショップの企画などにも活動を広げています。将来は、編み物を文化にすることを目指して、若い人、今まで編み物をしてこなかった人に編み物の楽しさを伝えていきたいと思います。



自分らしいスタイルを自分で作りたい

おもしろしょうま
大森匠真さん(大学生)

初めての大作作品である
アウターは、大好きなブランド
作品のイメージを参考にして
デザインしました!

編み物を始めたきっかけは？

子どもの頃から洋服が大好きで、おしゃれに関心がありました。手先が器用で、家庭科は得意でしたね。大学に入って母に編み物がしたいと伝えたら、プレゼントされたのが祖母のお下がりの編み針セット。編み物の基礎はYouTubeで学びました。

男性が編み物をするということについて どんな風に感じますか？

編み物をしていて、男友達に「え、何それ!」と驚かれたことがあります。ネガティブには感じませんでした。編み物は女の子のイメージがあったけれど、もともと男女についてフラットな考え方をしているので、ぜんぜん気にしません。逆に、「編み物男子」とラベルを貼られることに「ん?」と違和感があります。

バッグや小物も作ります。友達や家族にプレゼントすることも。

編み物の魅力は？

こんなのがいいなと思ったものを形にすること、自分らしいスタイルを自分の手で作ることが本当に喜びです。素敵だと思ったファッションを参考にして、デザインして編みます。大学で機械工学を学んでいるのですが、設計して物を作ることに共通するものがあると思いますね。毛糸代がかかるので、学業のかたわら、アルバイトも。編みたいものがいっぱいあるので、自分の好きなものをデザインして、たくさん編んでいきたいです。

作品はSNSでも発信中。
Instagram :@sho_ma.knitting



編み物と男性の関わり

日本では江戸時代に下級武士が大砲の手袋を内職で編んでいたと言われています。明治維新後、学校教育で女子向けの科目として手芸が導入され、主に女性がするものとされましたが、船乗りや海軍関係者には編み物をする男性が多かったと言われています。1950年代、作家横溝正史は小説『女王蜂』で編み物をモチーフにしたトリックを執筆しました。1980年代には作家橋本治が編み物に関する本を出版、1990年代になるとニット界の貴公子、広瀬光治がメディアに登場しています。1994年、新学習指導要領への移行によって、高校の家庭科男女共修が開始され、男性にも縫物・編み物に親しむ機会が開かれてきました。

「編み物男子」という存在

男もすなる 編み物といふもの ～編み物のススメ



いとうなおたか
伊藤直孝さん(編み物研究家)

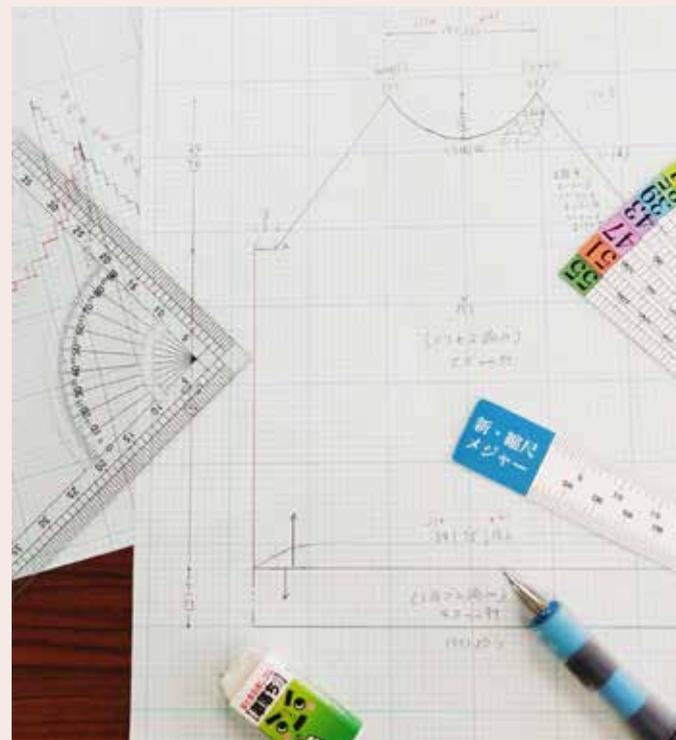
紀貫之は『土佐日記』で「男もすなる日記というものを 女もしてみむとて…」と女性のふりをして平仮名で日記を書いたとか。土佐日記から1000年、かつては女性がすると思われていた編み物を誰でも楽しめる時代になりました。男性にも、もっと編み物を広げたいと活動を続けている編み物研究家の伊藤直孝さんにお話をお聞きしました。

千葉県在住。佐倉編物研究所所長。東京大学大学院理学系研究科修士課程(化学)修了後、いくつかの職を経て編み物の道へ。ヴォーグ学園東京校にて学び、(公財)日本手芸普及協会手あみ師範の免状を取得。毛糸会社での勤務経験があり、パイヤー、作品デザイン、商品企画、編み物講習などに携わる。

編み物をお仕事にされるまでの経緯は？

小学5年の家庭科の副読本に編み図*が載っていて興味を持ち、母にかぎ針編みを習いました。高校の家庭科で編み物の得意な先生が受け持ちになって、棒針でマフラーを編んだんです。ちなみに先生はホウジョウマサコ先生といい、私の棒針はいわば尼將軍仕込み(笑)。家庭科がきっかけで編み物に出会った訳ですが、高校で家庭科が男女共修になったのは私の一学年上からでした。

その後、理系の大学に進み、大学院終了後に就職。30歳前にその仕事を辞めるとき、なにか手仕事を生業にしたいと思い、昔から好きだった編み物で身を立てようという決意しました。手編み講師の資格を取得して毛糸会社に勤めた後、独立して佐倉編物研究所を設立。「研究所」としたのは、手編みを中心に、編み物のあらゆることに興味を持ち、より多くの人に編み物を楽しんでいただくための活動をしたいと思ったからです。地元



編み図の制作には、√や三角関数を使うことも。

佐倉への愛着もありましたね。伊藤さんは理系の大学院を修了されていますが、編み物と数学にはどんな関係があるのでしょうか。

編み物は数学と深く関わっていて、その数学的側面に惹かれて、この世界に入りましかれた。例えば、かぎ針編みのモチーフで大きな面を作るのは幾何学でいう「平面充填」という概念に繋がります。かぎ針編みで編むフリルは、実は「双曲面」という形を表しています。いま動画で編み物を学ぶ人が増えていますが、音声で「○○を何目何段、◇◇を何目

何段…」と指示するのが、まさにコンピューターのプログラミング言語そのものとか。理系は苦手という方にも、身近にある数学的な視点を楽しみながら、編み物に触れていただけたらいいですね。

実際、「編み物男子」には理系の方が少なくないです。以前ニット男子部という男性編み物グループの活動をしていた時はシステムエンジニアとか、建築家などがいました。数理的に編み物を楽しむことをアプローチのひとつにできれば、より多くの方が編み物に関心を持てると思います。

*編み図とは、編み物の手順やパターンを視覚的に示している図で、どのように編んでいくかを記号や図形が使って表します。



高校の家庭科の先生から教わった棒針編み

編み物は従来、女性の領域の趣味や手仕事、技芸とされてきました。男性と編み物の関係についてどうお考えですか？

幸運にも私はあからさまな偏見にそれほど遭ったことはありません。小学生の頃、課外活動で、男一人手芸クラブに入っていました。親からは「いじめられるからやめなさい」と言われましたが、やりたいと思ったものは誰が何と言おうとやるような子どもだったので、入っちゃいました。もちろん周りも顧問の先生もみな女性でしたが、いじめもなく楽しく編み物や縫物をしていました。

一方、いろいろ差別や偏見に遭って「隠れキリシタン」のようにこっそり編み物を楽しむ男性もいます。いまでも男性お断りの教室があるくらいなので、男性の編み物愛好家は肩身が狭い思いをしがちです。男性が恥ずかしがることなく編み物を嗜んでもらえるといいのですが…。人口の半分は男性なので、男性が編み物をする市場規模は倍になり、編み物人口が増えるうちに、従来の編み物のイメージが変わるので、ぜひ男性に編み物を広げたい。とはいえ、編み物についてことさら男性、女性と区別すること自体、違和感があります。誰でも当たり前のように編み物を楽しめるのが基本ですから。

ただ私のように男性が編み物を職業にするのはなかなか厳しい。明治時代からレース編みが輸出されるなど編み物は日本の産業でもあったのですが、女性が担い手であったので、工賃は安く、編み物だけで生計を立てるのは難しいのです。そういった業界の構造はまだ根深く残っていますね。



かぎ針編みのフリルのバッグ。フリルは数学の双曲面を表しています。

編み物の魅力はなんでしょう？

無心に編んでいると、夢中になって嫌なことも忘れられること。『ニッターズ・ハイ!』というマンガがあるように、長い間編んでいると、すごく気分が高揚する瞬間があります。考えがまとまらないとき、ただただ手を動かして、編むと心が落ち着く。そんな効用もあります。そして完成したときの安堵の気持ち。やはりプロセスが長いので、生みの苦しみのあとの喜びがありますね。

いまは本当にいい時代で、YouTubeでやさしく教えてくれます。編み物は最初、難しく

「編み物」「手芸」に関する図書



「編み物ざむらい」
横山起也著
角川文庫



「現代手芸考：ものづくりの意味を問い直す」
上羽陽子・山崎明子編
フィルムアート社



「ものづくり」のジェンダー格差：フェミニナイズされた手仕事の言説をめぐって
山崎明子著
人文書院



「編むことは力：ひび割れた世界のなかで、私たちの生をつなぎ合わせる」
ロレッタ・ナポリオーニ著
佐久間裕美子訳
岩波書店

いんですが、ある時ふとすいすい編めるようになったりします。気負わずに、気軽に、やってみたいことから始めてはいかがですか？



11月25日は、国際連合が定める『女性に対する暴力撤廃の国際デー』

ということをご存じですか？

1999年12月17日に国際連合総会決議により「女性に対する暴力撤廃国際日」が採択されました。家庭内暴力など女性に対する暴力の実情の啓発目的としています。

国連開発計画（UNDP）によると世界では女性の3人に1人以上が生涯のなかで身体的・性的な暴力を経験しているといわれています。

日本では、配偶者から暴力を受けたことがある女性は約4人に1人、交際相手から暴力を受けたことがある女性は5人に1人との調査結果が報告されています。（令和6年3月内閣府男女共同参画局調査より）

暴力のない世界をつくるために私たちは何ができるでしょうか。一緒に考えてみませんか？



11月1日～12月10日は、

千代田区虐待等防止強化期間です！

千代田区では、11月1日～12月10日の期間を「虐待等防止強化期間」とし、子ども、高齢者、障害者への虐待、配偶者・恋人への暴力を防止するために、今年度も関係各課と連携して様々な啓発活動を行っていきます。

● 関係各課

児童・家庭支援センター（子ども）、在宅支援課（高齢者）、障害者福祉課（障害者）、MIW（配偶者等）

虐待にNO!



オレンジ&パープルリボン運動について

オレンジリボンは、児童虐待防止のシンボルです。2005年に、栃木県の市民団体により子どもへの虐待防止を目指すことを目的として、「オレンジリボン運動」が始まり、全国に広がっています。



パープルリボンは、女性に対する暴力のない世界を望む気持ちを表すシンボルです。「パープルリボン運動」は、1994年アメリカで始まったといわれており、今では世界中に広がっています。



昨年のキャンペーン中の区役所1階エントランスでの展示の様子



MIWでも、パープルリボンプロジェクト2025を実施予定です。詳細が決まりましたら、HP等でお知らせします。

第13回MIW祭りを開催します!



日時 10/3 (金) 12:00～20:00 ▶ 10/4 (土) 10:00～14:00

会場 千代田区役所区民ホール・男女共同参画センター MIW

テーマ

「今」を超えよう! 多様性が生み出す未来へ

MIW祭りは、地域で活動するMIWの登録団体が作るイベントです。世界や日本で「今」、様々な出来事が起こっています。「今」を超え、多様性が生み出す豊かな未来を目指して進むために、「誰もが生きやすい男女共同参画社会」について、一緒に考えてみませんか。

オープニングイベント

10/3(金) 12:00～ 区民ホール

- 開会の挨拶
- 「響け! ヘルマンハーブ」 by ヘルマンハーブちよだ



- 男女共同参画川柳コンテスト大賞発表



- MIW登録団体や区内大学、地域団体のステージやブース、物販、ワークショップなどを実施します!
- クイズラリーでMIWオリジナルトートバッグや景品をゲットしよう!



景品イメージ▶

メインイベント

10/3(金) 18:30～ 20:00 区民ホール

■ なっちゃん考える! 多様性が生み出す未来

講師 萩原なつ子さん
(独立行政法人国立女性教育会館理事長)

「男女共同参画」ってなに…? 「誰もが生きやすい社会」って…? ジェンダー平等に向けて少しずつ変わってきたわたしたちの社会。全国各地で「男女共同参画」に取り組んできた萩原さんとその歩みを振り返りながら、みんなで一緒に「未来」について考えてみませんか。



講師: 萩原なつ子さん

MIW祭り実行委員会のみなさんです!



みなさんのご参加をお待ちしています!



◀ MIW祭りの詳しい情報はこちらから





MIW相談室だより



MIWのスタッフはマンガ好きが多く、推しのマンガ情報をよく交換しています。中でも人気が高いのが、『きのう何食べた?』（よしながふみ / 講談社）、『作りたい女と食べたい女』（ゆざきさかおみ / KADOKAWA）、『しあわせは食べて寝て待て』（水風トリ / 秋田書店）など。いずれも、食がテーマのひとつになっています。

楽しい時でも、落ち込んだ時でも、食事は毎日の生活に欠かせない要素です。相談室にいらっしゃる方の中に、悩みを抱えて食欲がわかないと話される場合が少なくありません。こちらから「毎日の食事は摂れていますか?」と伺うこともあります。少しずつ困りごとが解消されて、「食べられるようになってきました」と話されるようになると、回復へ近づ

いているなど感じます。

食事は心身の健康のバロメーター。体調は悪くないのに美味しく感じない時は、ストレスや悩みを抱えているかもしれません。ちょっとしたお悩みであっても、MIW 相談室をご利用いただければと思います。

厳しい残暑が続いていますが、これからは待望の秋。美味しい秋の実りを楽しみたいですね。

尚、上記のマンガの一部は、MIW 情報ライブラリで借りることができます。(E)

相談室のご利用
お待ちしております。
情報ライブラリも
ぜひご利用ください!



MIW 相談室

予約専用電話 03-5211-4316

MIW相談室はあなたが抱えているさまざまな悩みや困りごとを一緒に整理し、問題解決の糸口を見つけるお手伝いをしています。夫婦やパートナー、家族との関係、働き方、ハラスメント、性に関すること、性暴力被害など、困っていることがあったら、一人で悩まずご相談ください。予約制です。(区内在住、在勤、在学の方対象)



▲ MIW相談室

- 一般相談 月曜日 / 水曜日 / 金曜日 10:00~14:50
火曜日 13:00 ~17:50
木曜日 / 第1・3土曜日 10:00~12:50
- 法律相談 毎月第2火曜日10:00~11:45 (女性のみ)
- LGBTQ相談 毎月第2・4木曜日 16:30 ~ 19:30

MIWのさまざまな情報をお届けします



MIWでは広報千代田や区内掲示板のほか、さまざまな情報発信をしています。ホームページやメールマガジン、SNS (Facebook、Instagram) に加え、MIW公式 YouTubeチャンネルではMIWの紹介をご覧いただけます。



▲ ホームページ



▲ Facebook



▲ Instagram



▲ YouTube

千代田区男女共同参画センター MIW (ミュウ)



所在地 〒102-8688 東京都千代田区九段南1-2-1 千代田区役所 10階
交通機関 東京メトロ東西線、半蔵門線、都営地下鉄新宿線「九段下」駅下車、徒歩5分
開館時間 月曜日~金曜日 午前9時~午後9時 土曜日 午前9時~午後5時
休館日 日曜日、祝日、年末年始
TEL 03-5211-8845 / 相談予約受付 03-5211-4316 FAX 03-5211-8846
Eメール miw@city.chiyoda.tokyo.jp URL https://miw.city.chiyoda.lg.jp
SNS Facebook @chiyoda.miw Instagram chiyoda.miw

■編集後記

表紙でMIWのマスコット「みゅうじろう」も編み物をしています。特集2では「編み物男子」3人にお話を聞きました。編み物は女性が楽しむものという先入観にとらわれずに、自分の好きなことを楽しむ姿が印象的でした。10月のMIW祭りでは、毛糸で「みゅうじろう」を作るワークショップが開催予定です。皆様のご参加をお待ちします! (S)



◀MIW講座情報等をお送りします。メールマガジンの登録はこちらへ