

地域の未来を考える  
～男女共同参画と人口減少の視点から～

愛媛県男女共同参画センター 館長 仙波 純子



第1回目の前半は人口減少の要因として若年層、とくに若い女性が地域から流出しているという点を踏まえ、若い世代の仕事・結婚・子育てについての意識の変化などをデータで見ながら、世代ごとのニーズに合わせた誰もが暮らしやすいまちづくりについて考えました。また、愛媛県と各市町の担当職員の方から、子育て支援や移住支援など男女共同参画の視点を取り入れながら推進している各種施策について説明していただきました。

### 受講生の感想

- ◆ 実際の数字を見て驚きました。今後、なにができるかを考えていかないといけないと感じました。
- ◆ 身近な重要問題を再認識する機会になりました。
- ◆ 人口減少には、最も大事な視点だと気づきました。ジェンダーのことも、今の時代、大事だと学びました。

## 人から人へつながる、鬼北町のまちづくり

移住コーディネーター

コワーキングスペースwarmth 管理人 早川 優子さん



早川さんは、5年前に地域おこし協力隊として東京から鬼北町に移住されました。はじめて鬼北町を訪れた時に、ゆったりと流れる時間と鬼北町の景色に一目ぼれしたそうです。「何も無いのが良くて、何も無いのが贅沢、人と景色が本当に自慢できる」と語り、鬼だけじゃない鬼北町をもっとアピールしたいと思ったそうです。そして協力隊卒業後の現在も、鬼北町で移住コーディネーターと、地域の方が新たに交流できる場所としてコワーキングスペースwarmthをオープンしました。人から人へつながる場所と時間をこれからも作り、繋がりを大切にしていきたいと話されました。

### 受講生の感想

- ◆ 「ふるさと」を好きになる！地域の良さをしっかりと見つけることの大切さを早川さんの話より学べたと思います。
- ◆ 人から人へつながる鬼北町 住んでいると分からないけど町の良さを再発見しました。

## 学生服が紡ぐ地域の絆

学生服リユースショップ UNIUSE (ユニユース) 代表  
塩出 穂乃香さん



西条市で初めてとなる学生服のリユースショップとして商店街にオープンした「UNIUSE(ユニユース)」。捨てるのは“もったいない”と新品を買うのは“もったいない”を繋げることをコンセプトにしています。代表の塩出さんはUNIUSEを、思い出の制服を託す人とこれからの学校生活を楽しみに制服を買いに来る人をつなぐ場所、そしてさまざまな世代の人たちが気軽に立ち寄れてホッとするような、あたたかい場所にしたいと語られました。子育て世代の応援、SDGs、女性の就労の場づくり、商店街活性化など、お店作りに込められた思いを聞いた受講生たちには、西条市をもっと元気な町にしたいという塩出さんの気持ちが伝わったようです。

### 受講生の感想

- ◆ すごく興味深く聞きました。同じ西条市でも、制服のリサイクルショップは知りませんでした。店舗を通してSDGs、女性のため、地域活性化とすごいと思います。
- ◆ ユニユースの活動がよく分かり、女性活躍が素晴らしいと思います。

## 自分らしく輝くまちづくり

愛南町地域おこし協力隊 関根 麻里さん



東京都出身の関根さんは、海と山に囲まれたのどかで穏やかな暮らしに魅力を感じて、地域おこし協力隊として愛南町に移住されました。町内のスナックやバーの情報をまとめた観光マップの作成や、地元女性団体と一緒に地域の特産品を使った新メニューを開発するなど、独自の視点で食と観光を通じて愛南町の魅力を発信しています。“自分らしく、楽しみながら愛南町を盛り上げていきたい。”と、まちづくりにかける意気込みを語られました。

### 受講生の感想

- ◆ 関根さん、愛南町のために頑張っておっしゃって、地域での取り組みに感心しました。
- ◆ 愛南町の住民でありながら、東京から来られた関根さんの方がすごく愛南のことを考えてくださって、もっと考えていかなければと思いました。

トマトと地域に育てられて  
～元気に暮らし続けるために～

トマト農家 上村芽衣子さん



久万高原町に移住してトマト農家になった上村さんは、地元の伝統芸能の継承や、まちおこしイベントの開催など、農家としてだけでなく新たなチャレンジを続けながら地域を盛り上げようとされています。“誰もが元気に暮らし続けるためには、幅広い世代間交流や多様性を認める寛容さが大切”と、移住者として、そして地域の担い手の一人として考えるこれからのまちづくりについて語られました。「私らしく生きて久万高原町を元気にしていきたい」とこれからの目標をお話し、講義を締めくくりました。

### 受講生の感想

- ◆ 上村さんの生き方に感動しました。ストレスフリーな生活を送りたいと、改めて思いました。
- ◆ 上村さんのお話はとても分かりやすく、とても幸せそうな、前向きなお話で良かったです。「男らしく、女らしく」また時々聞きますが、「私らしく」「自分らしく」になるよう切望しています。

R5 地域エンパワーメントカレッジ  
第2回 前半

人生100年時代をよりよく生きる  
～健康づくりは、地域参画の第一歩！～



愛南会場

生活習慣改善アドバイザー  
株式会社グリーンダイヤ代表取締役

川口 みどりさん

鬼北・西条会場  
松山市エアロビクス協会会長  
ナチュラル・フィット代表  
井門 恵理子さん



久万高原会場

管理栄養士・健康運動指導士

松本孝子さん

第2回目前半は、人生100年時代をいつまでもイキイキと過ごすためのヒントについて、簡単にできるストレッチや体操を実践しながら学びました。健康寿命をのばすには、適度な運動習慣を身に付け心身ともに元気になることが大切です。そして、健康な体で積極的に地域に参画していくことが、より豊かで輝く人生につながるということが分かりました。

### 受講生の感想

- ◆ 正しい座り方を教えていただき、目から「ウロコ」です。日々、よりよく生きるために自分が変わっていくことが大切だと感じました。
- ◆ 姿勢を整える大切さを、少しの運動で感じることができました。良い姿勢を維持し、元気に健康でいたいと思います。
- ◆ 今日習ったことを、常に意識して、体を動かしたいと思います。少しの時間 動かただけでも気持ちよく楽になりました。

人生100年時代をよりよく生きる  
～みんなでワイワイトーク～



第2回目後半は、自分たちの住むまちの将来像について考えるグループワークを行いました。災害に強いまちづくり、高齢者もイキイキと活躍できるまちづくり、といった意見も出るなど、様々な視点で地域のことを考える意見が出たワークとなりました。受講生からは、「地元で頑張る若い世代のお話を聞いて、自分の住むまちの良さを再認識した。豊かな自然や温かい地域柄など今ある良いものを未来に残せていけたら。」といった声もあがるなど、地域の未来について考える貴重な時間となったようです。

受講生の感想

- ◆ 人口減少が著しい地域で暮らす中で自分にできることは何か、世代を超えて考えないといけないということを実感しました。
- ◆ 若い世代が住みやすい地域になればと思いました。そこには地域に住む私たち一人ひとりが努力して住みやすいまちにしていかなければならないと思いました。