



令和5年4月25日  
定例記者会見資料

書いてみて「自分らしさ」を発見  
男女共同参画情報誌「モヤモヤを言葉にする 私のワークブック」を発行

男女共同参画情報誌「モヤモヤを言葉にする 私のワークブック」では、周りの人との会話の中で感じるモヤモヤした思いを、抱え込まずに言語化することを提案しています。読者が書き込めるページを設け、書き出したものから「自分らしさ」を発見できます。

モヤモヤを言葉にする 私のワークブック（令和5年3月発行）

令和4年度に行ったオンライン男女共同参画連続講座「私の、あなたの、みんなの モヤモヤ会議」を基に作成しました。清田隆之<sup>きよた たかゆき</sup>さん（文筆家）の基調講演や、モヤモヤについて市民パネリストと清田さんが語り合ったパネルディスカッションの様子も紹介しています。講座ではグループワークで、モヤモヤした思いを「話すこと」で言語化することを学びましたが、情報誌では「書くこと」で言語化できます。  
（発行部数2, 000部）



▲左から「私のトリセツノート」、「beの名刺づくり」、「私のワークブック」（別刷りの付録付き）

◎「“私らしく” のその先へ」シリーズ

本誌は、「“私らしく” のその先へ」シリーズの3作目です。当シリーズは、それぞれ異なる手法で「自分らしさ」に出会えます。

1作目の「私のトリセツノート」（令和3年3月発行）は、新聞で紹介されたこともあり、第3刷まで増刷しました。（第1刷2, 000部、2刷500部、3刷500部、計3, 000部）

2作目の「<sup>ビー</sup>beの名刺づくり」（令和4年3月発行）は、これまで男女共同参画の情報が届きにくかった働く世代の男性を意識し、「肩書き・名刺」を取り上げ、関心を持った男性たちによる市民グループが結成されました。（発行部数2, 000部）

今後は3部作として、男女共同参画室のイベントや、連続講座と情報誌作成を共同したあびこ市民活動ステーションなどで配布します。

【問い合わせ】  
我孫子市企画総務部秘書広報課  
男女共同参画室 担当：大島  
☎ 04-7185-1752