

全国地域婦人団体連絡協議会 全国女性団体連絡協議会

2026
いま、かがやいて活動している女性たち
ぐっとアップ!
NO.578

編集・発行 全国女性団体連絡協議会 〒150-0002 東京都渋谷区渋谷1-17-14
電話 03-3407-4303(代) <https://zenjo-kai.jp>
共催: 全国女性会館

プロジェクトの趣旨に賛同し、野菜の消費拡大に取り組みます。



野菜を食べようプロジェクト

検索



トップに聞く

筑波大学附属病院長 平松 祐司 先生に聞く ファシリテイドックとは



平松 祐司(ひらまつ ゆうじ) 筑波大学副学長・理事、附属病院長、医学医療系教授、心臓血管外科医。1986年 筑波大学医学専門学群卒業。聖隷浜松総合病院等勤務を経てペンシルバニア大学、フィラデルフィア小児病院留学。2015年 筑波大学心臓血管外科主任教授。日本心臓血管外科学会理事、国際会員。専門は小児心臓外科。
※2025年筑波大学でおこなったリーダー研修で講義をしてくださいました。

櫻井 本日はお時間いただきまして、ありがとうございます。
平松 今日はよろしくお願ひします。

櫻井 筑波大学附属病院では「ファシリテイドック」を迎えるためクラウドファンディングをおこなっているそうですね。

平松 ファシリテイドックは、医療施設などで活動するために特別なトレーニングを受けた犬です。同じく専門的な研修を受けたハンドラー(医療スタッフ)と常にペアを組み、治療や検査、リハビリなどの場面で子どもたちに寄り添いながら活動します。国立大学附属病院としては日本初の導入となりますが、現在は保険医療では無いので犬を迎えるのも、ハンドラーを雇用するのも、犬のご飯を買うのも全て病院から持ち出しになります。本当に現時点ではボランティア事業です。社会のボランティア精神がこの事業を支えています。だからクラウドファンディングなんです。

櫻井 率直に聞きます。なんで犬なのですか？

平松 私は小児心臓血管外科が専門

なのですが、子どもたちはみんな動物が好きです。動物園とか喜んでしょ？なかでも犬は特別な存在です。病院にいるはずのない犬がいると子どもはすごく嬉しい。犬を自分の妹や弟のように思うようです。だから、この妹や弟のために自分は頑張って手術を受けなきゃいけない、泣かないで検査に行かなきゃいけないとなるんです。勇気ももたらして頑張ろうという力が湧きます。この前も普段は泣いて嫌がる子どもが、犬と一緒に泣かずに検査室に行きました。担当医が「これはすごい力だ」と驚いていました。

櫻井 そんなにはっきり効果が出るものですか？

平松 日本ではまだ普及していないけれど、欧米では当たり前の医療の手段となっています。精神的なサポートやスムーズに医療を受けるための潤滑剤として、広く普及しています。私も子どもたちに寄り添うもう一人の医療チーム、仲間として、ファシリテイドックの導入を決めました。

櫻井 確かに子どもは動物が好きだし、こころの支えになりそうですね。ところ

でファシリテイドックの配属の目標はいつですか？

平松 来年(2027年)の春を予定しています。それに向けてハンドラーの募集をかけたりにしています。

櫻井 ハンドラーは女性ですか？

平松 女性でも男性でも大丈夫ですが、医療スタッフであることが重要です。医療資格を持った人の方が医療現場で犬と行動を共にするのに適しているので、看護師が適切だとされています。

櫻井 それはなかなか見つけるのが難しいんじゃないですか？

平松 いやいや結構希望者はいるみたいですよ。ただ、本当に365日24時間犬と一緒にいたいといけないから、それはそれで大変です。基本的に犬1頭に1人のハンドラーがついています。病気が怪我の場合は別として自分の子を育てる覚悟で接しないといけない。そうしないと犬が本当に馴染まないし、信頼関係も築けない。万が一にでも病院で子どもに噛み付いたり、危害を及ぼしたりしたら大変でしょう？だからかなり訓練を積んだ犬と看護師でないといけません。犬の世話はもちろん、完全に10年間は犬にかかりきりになります。



櫻井 えー！そんなに10年ですか？

平松 犬が勤務できる時間は大体10年くらいなんです。寿命が15年くらいで、3年は教育に使うでしょう。だから、現役として活躍できるのは長くて10年です。その間は同じハンドラーが衣食住を共にします。

櫻井 ハンドラーになるのも、相当な覚悟が必要ですね。

平松 そうですね。一方の犬もね、病室で子どもが犬の頭を撫でたり、犬が子どもの膝に頭を乗せたりしてまったりしています。犬としても活躍の場があるのは良いことですよ。一日中昼寝をしているより、病院でたくさんの友達と触れ合えるのは楽しいですからね。

櫻井 犬も自分の使命を理解しているんですね。ぜひ見てみたい。

平松 ファシリテイドックが配属になったらぜひ見に来てください。

櫻井 いつでも病院にいるのですか？

平松 今、1階に専用の部屋を作っているところです。夜はハンドラーが自宅に連れて帰るけれど、朝出勤してその専用の部屋で休憩したりします。週5日、平日は病院勤務の予定です。夏季休暇(2面に続く)

羽ばたいています

幸せのための健康を 多くの方へ届けたい

愛知県 鷹羽 幸子



健康指導の仕事をしているため、今回の研修の中でも特に、柳沢先生、平松先生の講義に興味がありました。平松先生には、懇親会で直接お話することができました。貴重な機会をいただき感謝しております。得た知識のおかげで、仕事ではもちろん、家族や友人など、多くの方々へ正しい情報提供や心に響く言葉を伝えることができました。正しい睡眠、野菜摂取の必要性などのアドバイスをした結果、生活習慣改善に繋がり、体調が整った方や検査値が改善した方から、感謝の言葉をいただくことができました。自分自身もより一層、生活習慣に留意し、健康を維持して幸せな時間を過ごすことで、周りの方々も幸せになりますよう、有意義な活動を実践していきたいと思いました。

研修に参加して「今」 私はどう変わったか

鹿児島県 岩本 祐子



2025年9月27、28日、10月18、19日、筑波大学で濃厚な4日間を過ごしました。素晴らしい講師陣のお話が刺激的過ぎて、あらゆる所でしゃべりまくっております。

1番印象深かったのが、薬剤師という職業柄、睡眠界のトップである柳沢教授のお話。今、柳沢教授が発見された「オレキシシン」という睡眠・覚醒を制御する物質の受容体を塞いで眠りにつきやすくする睡眠薬が続々発売されています。そういった薬の勉強会がある度、「柳沢先生!すごいです!」と鹿児島島の端から応援しております。学校薬剤師もしているので、中学1、2年生の薬物乱用の授業にて「先日、睡眠について勉強してきたんです」と言って、中学生は9時間寝た方が良く、睡眠の質にスマホは関係ないこと、目の悪さに暗さは関係ないこと等話しました。中学生も興味津々。

そして、大和証券会社 吉田先生の授業が終わってすぐに株を購入した私ですが、あれから毎日株価の動きをチェックしております。日本や世界の動きで株価が動くので、興味深いです。

筑波大学付属病院院長の平松先生が仰っていた「ファシリテッドッグ」。病気の子どもたちに寄り添うワンちゃん事業への寄付をする予定です。介護施設、老健施設で働いていると、子どももですが老人も動物との触れ合いで良い効果があるのではないかと思います。

最高の講義、仲間との出会いを企画していただいた櫻井会長に心から感謝申し上げます。このチャンスを多くの方に経験していただきたいです。



(2026年4月7日 筑波大学附属病院 院長室にて)

暇とかあるかもしれない。あと有給休暇もあるかもしれない。ハンドラーには有給休暇があるから犬にもあるかもしれない。(笑)

櫻井 まさにもう一人の医療チーム、仲間です。(笑)ところで病院に犬がいると抜け毛とか、感染症の問題とかはないですか?

平松 ファシリテッドッグは日本でも15年くらい歴史があるんだけど、感染症については1度も発生したことがありません。ハンドラーが毎日ブラッシングして、消毒して、週に一度はシャンプーをおこないます。

櫻井 しつかり管理されているということですね。

平松 そうです。私たち人間も必ず菌は持っているわけですが、常在菌はそんなに影響を及ぼすものではありません。犬が感染症を引き起こす可能性は科学的にも低いです。犬が嫌いな人は割とそこを心配するんですよ。ファシリテッドッグ導入の話をすると感染症大丈夫なの?と聞かれることが多いですが、そこは十分管理されているので安心して下さい。それよりも子どもの精神的支えになることや、それにより免疫力が高まる効果の方が大きいです。

櫻井 なるほど、ここの安定が免疫力につながるんですね。

平松 そうです。この前、記者会見に犬が来た時は、子どもが喜ぶのはもちろんだけれど、医者とか看護師がみんなもう目を輝かせて、まるで大スターが来たような、ジャニーズが来たようなそんな雰囲気になりました。ぱあっと病院全体が明るくなった感じがしましたよ。玄関でデモをしたんですけど、そこでもたくさん人が集まってみんなにこやかに見守ってくれました。

櫻井 そんなに人に囲まれても犬は鳴かないですか?

平松 鳴かないです。人慣れしているし、病院全体を明るくするポテンシャルを持っています。

櫻井 それはすごい影響力がありそうですね。

平松 クラウドファンディングのホームページでも寄付してくれると皆さんコメントを寄せてくれるんですが、「初の試み応援しています」というような応援メッセージが多くて嬉しい限りです。当院ではこの取り組みが本当に役に立つかどうか、どんな効果があるのかをきちんと報告しないといけない。そして将来保険医療にしないといけないことだと思っています。

櫻井 それは責任重大ですね。

平松 そうなんです。責任重大です。保険適用にして、ハンドラーの給料や犬の飼育費をちゃんと出せるようになることが、小児医療の未来を拓くことにつながると考えています。幸いにも去年、記者会見を開いた時点で結構注目されて、クラウドファンディングはすでに第一目標には達したので、第二目標を掲げています。お金はいくらあっても困らないので

嬉しいことです。櫻井会長もたくさん寄付をありがとうございました。

櫻井 先生が思うように使ってください。(笑)

平松 当院が迎える犬はゴールデンレトリバーという種で、オーストラリアから来ます。賢い上に優しい犬です。犬にとっても居心地が良い環境を整えるなど、来年の春までにやらなきゃいけないことがいっぱいですが、楽しみでもあります。

櫻井 忙しいところ、今日は本当にありがとうございます。最後に全国の女性たちにメッセージをお願いします。

平松 命を守るために必要な医療であっても、子どもたちにとっては、緊張したり、不安な気持ちになったりする場面が少なくない。医療の手だけでは届ききらない、「こころ」の部分にも、寄り添える存在が必要です。治療を受ける子どもたちが、ファシリテッドッグからたくさん愛情を受け取り、「タッグを組んで」治療に立ち向かう力を得てくれることが私の願いです。全国の皆さん、応援よろしくお願いします。

櫻井 平松先生がくばりにてくれて良かった。先生は小児医療の開拓者です。子どものためなら私たち女性性は全力で応援します。頑張ってくださいね。

平松 そうそう、開拓者だから。犬と一緒に新しい道を拓いていきますよ!(笑)

嬉しいことです。櫻井会長もたくさん寄付をありがとうございました。

櫻井 先生が思うように使ってください。(笑)

平松 当院が迎える犬はゴールデンレトリバーという種で、オーストラリアから来ます。賢い上に優しい犬です。犬にとっても居心地が良い環境を整えるなど、来年の春までにやらなきゃいけないことがいっぱいですが、楽しみでもあります。

櫻井 忙しいところ、今日は本当にありがとうございます。最後に全国の女性たちにメッセージをお願いします。

平松 命を守るために必要な医療であっても、子どもたちにとっては、緊張したり、不安な気持ちになったりする場面が少なくない。医療の手だけでは届ききらない、「こころ」の部分にも、寄り添える存在が必要です。治療を受ける子どもたちが、ファシリテッドッグからたくさん愛情を受け取り、「タッグを組んで」治療に立ち向かう力を得てくれることが私の願いです。全国の皆さん、応援よろしくお願いします。

櫻井 平松先生がくばりにてくれて良かった。先生は小児医療の開拓者です。子どものためなら私たち女性性は全力で応援します。頑張ってくださいね。

平松 そうそう、開拓者だから。犬と一緒に新しい道を拓いていきますよ!(笑)

生物の持つ働きを人々の暮らしに役立てる

つくばバイオ株式会社
〒305-0006 茨城県つくば市赤塚423
Tel.Fax. 029-838-0298

選ばれるリーダーの条件

島根県 園山 咲子



これまで私は、「努力は才能に勝る」という言葉を信じて行動してきました。そのため、山口先生の「才能はやはり存在し、努力だけではどうにもならないこともある」という言葉を聞いたとき、正直なところ「残念だ。これまで努力を信じてきたのに…」という思いが込み上げました。

しかし、研修後しばらく時間が経つにつれて、「やはりそうなのかもしれない」と受け止められるようになりました。私自身、柔道に打ち込んでいましたが、どれだけ努力しても怪我が多く、試合にも一度しか出られませんでした。その経験と重なり、努力だけでは越えられない壁があることを実感しました。だからこそ、研修を通して「頑張ってもかなわないことは、手放す勇気も必要である」と考えられるようになりました。諦めることは決して後ろ向きではなく、次に進むための選択でもあるのだと気づきました。

一方で、自分が人より恵まれている部分については、積極的に伸ばしていこうとも思えるようになりました。「自分は何に恵まれているのか」を考えることは、自分自身を見つめ直すきっかけとなり、それが自信にもつながりました。また、「技をかけるときは不安定になる。しかし、その波動は周囲に伝わる。自分から仕掛ける」という言葉も強く心に残っています。これをきっかけに、「そんなことをやるの?」と周囲に思われることでも、まずはやってみようという行動するようになりました。すると、自然と仲間が増えていき、「これが波動なのだ」と実感することができました。

また、ここ最近ではやりたいことが必ずしも収益につながるとは限らないという点に悩んでいることもありました。健康であること、やりたい仕事や活動があること、そして安定した収入があること。このバランスがあってこそ、生きがいのある生活が成り立つのだと感じました。研修をきっかけに、家族で収入や支出の状況を見直し、貯金や保険の見直しも行いました。その結果、より良い選択ができたと感じています。

最後に、睡眠についてです。家族に睡眠時無呼吸症候群の疑いがあったにもかかわらず、これまで受診を先延ばしにしていました。しかし、今回の研修を機にしっかりと話し合い、受診につなげることができました。現在はCPAPを使用し、よく眠れているようです。私自身もいびきに悩まされることがなくなり、快適に眠れるようになりました。

今回の研修では、新しい仲間とも出会うことができました。現在は、何か新しい企画ができないかと話し合っています。リーダーとは、「やりたい」と言えばなれるものではありません。健康、輝く人格、そして行動力と安定した基盤がそろったとき、自然と周囲から選ばれる存在になるのだと感じました。学びと出会いにあふれた、素晴らしい研修会に心から感謝いたします。

次世代リーダー研修会に参加して

長崎県 増田 梢



この度は、次世代リーダー研修会に参加させて頂き、様々な学課をみっちり勉強することが出来ました。また、私にとって茨城県は初めて訪れる土地でもあり、飛行機やモノレール、地下鉄を一人で乗り換えするというこれまでに無い体験をしました。全く違う分野の先生方から専門的な知識を得ることが出来、とても刺激的な時間となりました。他県の方々との出会いもあり、本当に良い経験となりました。本当にありがとうございました。

2025年度リーダー研修参加者は大きく

夜に眠くなるスイッチが入った

福島県 折原 光子



柳沢教授の講義から学んで、生活に取り入れてみました。(家族にも伝えました。)

夕方からカフェインをひかえたりスマホを見る時間、夜8時以降は見ない。明る過ぎる夜のリビングはダメ。白熱電球からオレンジ色に変えてみました。寝る前に軽いストレッチも取り入れました。

結果。毎日同じ時間に眠りにつく事が出来ました。柳沢先生が、TVに出る番組はみるようになりました。

この研修は、私にとって大変有意義なものとなりました。深く感謝致します。

興味はあっても踏み出せなかった

栃木県 麦倉 智美



始めにこの研修を拝見したのはSNS上での事で、ちょうど投資に興味があったので、目に留まりました。けれど、研修は2回、泊まりで4日間。家族を置いて行けるかなと思いつつ、申し込んでみました。実際、行ってみたら至れり尽くせりで、申し訳ないくらい。研修の内容も、健康やAI、教育、女性の事など、聞きやすく、分かりやすいお話でした。睡眠のアプリを入れたり、仕事中心身体をほぐしたり、役に立ちました。投資についても、経営者目線で見るとということが参考になりました。また、こんなにたくさんの女性が活躍されていると目の当たりにして、すごくパワーをもらった気がします。今までは積立Nisaだけでしたが、新Nisaには成長株もでき、個別株も勉強して買ってみました。今までより、研修などに積極的に参加するようになりました。皆さまからしたら全然、普通の会社員でしかありませんが、自分にできる事をしていこうと思います。このような場を設けていただき、ありがとうございました。

有意義な研修に心から感謝

栃木県 木村 菜津子



恥ずかしながら、この研修に参加させて頂き、初めて全国女性団体連絡協議会という組織と活動を知りました。講師の先生方はテレビで拝見する方ばかりで、全ての講義が刺激的で興味深いものでした。有意義な研修を開催して下さった櫻井会長をはじめ全女会の皆様、本当にありがとうございました。研修を受けてからは、経済や投資について興味を持ち始め、関連するテレビ番組を見たり、世界情勢や国内の政治経済も意識するようになりました。また、睡眠は日々の生活において大切な要素の為、まずは自分の睡眠を見直すべく柳沢先生監修のアプリを導入し、楽しみながら睡眠の質向上に努めています。

全ての先生の講義が自分の生活に活かされていると実感しております。今回知り得た知識は家族や友人とも共有していきたいと思っています。

次世代リーダー研修会に参加してからの変化

沖縄県 安永 亜矢



2025年9月、10月と研修に参加させて頂きました。地域の女性会には加入しているものの、定期的に活動できない状況でもあったことから、参加するまでは「私が行かせていただいても本当にいいのだろうか?」と内心不安もありました。ただ、一緒に行動を共にした県女性会の皆さん、また研修の地でお会いした各地女性会の皆さんと本当に楽しい時間を過ごすうちに、出会いの喜び、新しく学べる喜び、この機会を与えていただいた喜びと、多くの感謝の気持ちをたくさん抱えて地元に戻る事ができました。参加して本当に良かったと私自身が心から感じ、地域の女性会の集まりで周りの方に「機会があれば必ず自ら手を挙げて参加してね!」と声を掛けました。

家族にも時間を作って協力してもらい、思い切ってリーダー研修に参加したことで、学ぼうと思えばいつからでも学べる! 出会う方々やチャンスに感謝! の気持ちを感じることができています。これから研修会に参加されるかもしれない多くの女性の皆さんに、ぜひともこの気持ちを感じていただき、日々の活動に生かしていただきたいです。

この度は貴重な体験をさせて頂き本当にありがとうございました。

次世代リーダー研修会に参加して

沖縄県 大城 光美



このたび、筑波大学で開催された次世代リーダー研修に参加する貴重な機会をいただき、4日間を通して多くの学びと気づきを得ることができました。全国から活躍している女性がたくさん集まり、それぞれの思いや経験を共有しながら共に学べた時間は、私にとって大きな財産となりました。

まず、この研修に参加するきっかけをつくっていただいた沖縄女性連合会、那覇女性連合会の皆さまに、心から感謝申し上げます。また、櫻井会長をはじめ企画・運営に携わってくださった関係者の方々にも、このような素晴らしい研修を準備していただいたことに深く感謝しています。

研修内容は、多岐にわたるテーマで構成されていました。どの講義もとても興味深く、日常の視点を広げるきっかけとなりました。特に、大学を“テーマパーク”として捉える発想は新鮮で、学ぶことの面白さを改めて実感しました。また、最先端の研究の話など、ここでしか知ることのできない内容を学ぶことができました。

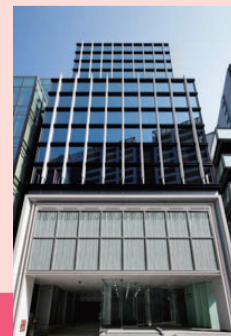
さらに、今回の研修を通して全国に仲間ができたことも大きな喜びです。同じ思いを持つお友達と出会い、情報交換をしながら学べた時間は、これからの活動の力になると感じています。築いたご縁を大切にしながら、これからも互いに学び合い、沖縄、地元地域をもっと元気にしていけるよう取り組んでいきたいと思っています。



オフィススペース空きあります。入居者募集!

全国女性会館

〒150-0002 渋谷区渋谷1-17-14 TEL:03-3407-4301 FAX:03-3407-4305



JR・地下鉄銀座線渋谷駅 (宮益坂口から徒歩5分)

東急田園都市線・東横線渋谷駅・地下鉄半蔵門線・副都心線渋谷駅 (地下出口20aかB1から徒歩3分)

2025年度リーダー研修参加者は大きく羽ばたいています

次世代リーダー研修会に参加して

長崎県 大石 靖子



令和7年9月27・28日、10月18・19日、筑波大学春日講堂において計8時限のリーダー研修が開催された。1時限目、筑波大体育系教授で柔道メダリスト山口香先生は1970年に女という理由で道場に一度断られたが、13歳1973年に最年少で優勝、女性は～あるべき!の考えを改めるキッカケになった。先生は柔道から、技をしかければ相手は反応する。自分も相手も学び技術が向上する。相手に伝えることが大事、違いがあるから気づきや発見がある事を学び、女性が多様な考えを施策に反映させる事に活かした。日本は女性リーダーが世界の118番目と少ない。女性が集り愚痴を言っても変わらない、自らが夢に向かって頑張る姿勢と行動アクションが大事!!などエネルギーワードが沢山あった。

最後にリーダーは孤独であり、自己中にならずアシストを上手く使う。一人ひとりがリーダーになり、若い人に自信を持たせ育てる環境が大事。逃げずに行動する事が次の扉を開く、自分にはできないと諦める事は後に続く後輩たちへの道を閉ざす!!とにかくパワーを頂いた。

2時限目、筑波大学長の永田恭介先生。大学はテーマパークと題し、筑波大の施設紹介や優秀な教授陣、研究施設、研究内容やノーベル賞受賞者の排出、筑波大の自由な発想と探求心、先生のフレンドリーな人柄と、世界中を飛び回る行動力が、筑波大の研究事業、宇宙事業、最先端技術革新の礎だと感じた。また、そのお人柄は懇親会でも大人気だった。

翌28日3時限目、保護者から見た学校トラブルと題し、筑波大人文社会系星野豊先生が事例を3つの視点から1学校トラブルが生じる背景事情。普段無関心な人ほど、ギャング言ってくる。SNSの多用は別の法律問題を生じさせる危険性がある。2保護者として学校トラブルにどう向き合う

か①事件事件の当事者でない場合、子どもの表情や態度の僅かな変化に要注意、間接的に関与していないか、良い子であればあるほど、さりげなく聴く。②事件事件の当事者になった場合、第一に必要な情報収集、第三者の助力を得る、弁護士など。3人格障害者どう戦うか。モラルハラスメント、当事者は障害の自覚がない。人格障害のデータが揃っていない。対策、基本的な対応は距離を置く。合理的な人間関係をもつ。戦うべき時には戦う覚悟すべきと、締めくくった。切実な事例で身近に考える貴重な体験だった。

4時限目、筑波大大学院人間総合科学学術院教授久野譜也先生の包摂的コミュニティプラットフォームの構築。包摂的企業経営とは多様性を理解し、年齢、性差、健康状態に伴う排除や摩擦、孤独や孤立から援護し、企業の生産性が向上する経営。その中で紹介されたのが、ママアップパークというネットワークで、「うごく・まなぶ・つながる」オンラインで交流し、育児等で孤立しない支援を実施していた。婦人会の役割がインターネットとスタイルを変え実践されていて、どんなに便利になり社会が進んでもコミュニケーション力は大切だし、孤立する今の時代だからこそ、婦人会の理念は揺るがない物だと確信した。この2日間は濃密で、興奮冷めやらず帰路に就いた。

第2回の研修は、前回の研修・懇親会で皆さん打ち解けた事もあり、会場にワイワイと活気があった。櫻井会長の思いが詰まったご挨拶のあと、5時限目大和証券株式会社吉田様による「あなたの資産を守るために」の演題で、資産運用や株、相続の講義。某ハンバーガーの30年間の値段の変化を元に、経済が分かりやすく学べた。

6時限目、筑波大学附属病院長平松祐司先生のライフワークとしての手術、研究、そして釣り、小児心臓外科という難しい分野を①シンプルに考える②ムダを省く③呑みこまない④現状に満足しない、この4点に加え手術と趣味の魚釣りは同じで、釣りも方法を理論的に考え、結果と検証を繰り返す事で、より良い答えに近づき結果、釣果へと繋がる

が永遠に満足する事はないと。加えて病院で働く特別な犬・ファシリテッドッグの紹介があり、先生から何に於いても準備と覚悟が基本だと学んだ。平松先生も懇親会で大人気だった。

翌2日目7時限目筑波大学国際統合睡眠医療科学研究機構長教授柳沢正史先生、睡眠の謎に挑む～健やかな睡眠から始まるウェルネス～240人の研究者がいる。脳を持たないクラゲも眠る大発見、睡眠中も脳は活動しているオフラインメンテナンスの様なもの。なぜオフラインするか?メカニズムが分かっていない。昼間の眠気は異常、睡眠不足の自覚が無いのは危険朝方か、夜型か、DNAできまっている。10歳は朝方、思春期は夜型、生理学的にそうになっている。寝る子は育つ、寝ない大人は横に育つと、ユーモアを交えた。更に、ウェアラブル波計とクラウドAIの実用化など、どうすれば質の良い睡眠を得られるか、解明されていない研究なだけに、今回の研修や情報がどれだけ凄い事なのか再認識する。

最後の8時限目、筑波大システム情報係長鈴木健嗣先生の人口知能について。超高齢化社会を支えるAIとサイバニクスの演題で、持続可能な共生社会を実現する未来像について、ロボットとの共生社会を学んだ。今、最も注目されるAIが介護やリハビリで実用段階にありとても素晴らしい事だと思った。おわりに、今回の研修に参加し、田舎に住んでいては得られない最先端の知識と、変化する社会のリアルタイムを体験できた。また、念願だった筑波大学や筑波山に行けて嬉しかった。

今後は、今回の学びを地域女性会活動、仕事や家庭の中で出てくる課題解決に向けた知識として活かし、今ある女性団体活動の継続・維持に女性リーダーとして努力したい。尚、今後OB会も実施の予定があり学ぶ機会があれば是非参加したい。最後に、櫻井会長、全国女性団体連絡協議会スタッフの皆様、茨城女性会の皆様4日間の手作りお弁当にも感動と感謝の気持ちで一杯である。

見つめています。
未来の豊かな生活環境。
looking toward a future.

食品ロスを無くそう!

関東商事グループ
代表取締役 櫻井よう子

株式会社 土浦関東商事
関東商事株式会社 有限会社総合整備 株式会社つくばESSA

HABOMAI 北海道 歯舞
全国女性団体連絡協議会公認昆布

歯舞早煮昆布

皆さまが支えています

歯舞早煮昆布は、全女会が北方領土返還運動の一環として、北方領土で採れた貝殻島産産前昆布を歯舞漁協で袋詰めしたものを全女会公認昆布として取扱っております。

歯舞早煮昆布のご愛用
地域女性会の活動資金源

歯舞早煮昆布 200g巻タイプ
歯舞早煮昆布 200g切タイプ

★歯舞漁業協同組合

LPガス 人と地球にスマイルを

正しく使おう、Life Power LPガス。

安心安全な暮らしを応援します。

美味しい料理でおうち時間もハッピータイム!

災害にも強いLPガス <http://www.lpg.or.jp/> LPガス安全委員会

あなたが輝ける場所へ。

茨城県 人材派遣 労働大臣許可第1号

Environmental Scientific Service Administration
エッサ

株式会社つくばESSA

☎029-836-3636 Fax029-838-1301
305-0062 茨城県つくば市赤塚616-1