

若い女性が社会を変える

チカラを引き出すワークショップ集

EMPOWERING  
**YOUNG WOMEN** TO  
LEAD CHANGE

▶ a training manual



## 発行によせて

若い女性たちは、毎日のようにさまざまな問題に直面しています。社会が抱える限られた資源—あるところでは水、または土地、あるいは仕事など—の共有の問題とは別に、単に女性であるという理由で組織的な排除を経験します。この問題は、身体的・性的暴力、教育からの排除、女性に偏る HIV 感染、そして財産や他の権利の欠如という形で表れます。

しかし世界の若い女性たちは、生活、地域社会、そして、世界を変えることができる集結した力を持っています。彼女たちは、さまざまな問題に日々直面する一方で、生活を改善するために斬新で有効な方法を日々生み出しています。知恵と創造力を集結させ、若い女性たちは変化をもたらしています。

現在そして未来の社会変革のために、若い女性たちのリーダーシップに投資することは不可欠です。世界 YWCA は国連人口基金(UNFPA)の惜しみない支援を受けて、若い女性たちのための若い女性たちによる、このワークショップ集を制作しました。

このワークショップ集は、若い女性のスキル向上を支援し、若い女性に関わる問題において彼女たちがリーダーシップを発揮できるように考案されています。若い女性たちを動かし、変化をもたらすことができる自らの力を信じることができるようになり、さらに他者へも影響を与えられるようになれる、ダイナミックなアクティビティが紹介されています。また、このワークショップ集は、人権や女性に対する暴力から、ボディ・イメージや自尊心、リーダーシップのスキル向上まで、柔軟に幅広い問題について学ぶことができるツールです。アフリカ、アジア、カリブ、ヨーロッパ、ラテンアメリカの若い女性たちが、この冊子で紹介するワークショップを実際の現場で試してみました。

世界 YWCA は、若い女性のリーダーシップと、意思決定の場への若い女性の意義ある参加が重要だと確信しています。これは、各国 YWCA および世界 YWCA のすべての意思決定機関へ、少なくとも 25% の若い女性の参加を義務付けることで一部果たされています。2006 年現在、世界 YWCA 常任委員の半数は、若い女性で構成されています。さらに世界 YWCA は、力あるリーダーになるために研修と支援を女性たちに提供しています。これには、インターンシップや交換プログラム、全地域および世界レベルのプログラムにおける若い女性のリーダーシップ研修、また、さまざまな段階にある若い女性リーダーを対象にしたネットによるフォーラムで情報やネットワークを提供することなどが含まれます。60 万人を超える若い女性たちが、過去 4 年間でリーダーシップ研修を受けました。これは、YWCA が世界中で展開しているすべての研修の、約 40% を占めています。

国連人口基金は、1994年にカイロで開催された国際人口開発会議(ICPD)で合意に至った「行動計画」のほか、国連ミレニアム開発目標(MDGs)など、他の関連する国際的合意を指針としています。ICPDの文書は、女性のエンパワメント・自己決定・地位の向上、若者の権利の保護、そしてジェンダーの平等と公正さは、とても重要なものだと言っています。性や生殖に関する健康を含む自身の健康について学び、自らを守るための機会を若者に与えることは、彼女らが自らの潜在能力を完全に発揮できるようになる上で欠かすことのできないことです。

国連人口基金は幅広い協力団体そして若者たちとともに活動し、文化的にデリケートな問題を扱った、人権を基盤とした、参加型のプログラムを通して、若い世代の男女の成長を後押ししています。

国連人口基金は、世界YWCAとのパートナーシップでこのワークショップ集を発行できたことを大変嬉しく思っています。これは、若者たちの成長とエンパワメントにおいて、最も有効な材料になると信じています。そしてこのワークショップ集が、世界中の若い女性たちのエンパワメントを支援する、価値ある材料となることを期待します。

ロゲリオ・フェルナンデス=カスティラ  
国連人口基金 テクニカル・サポート・ディレクター

ナタリー・フィッシャー=スパルトン  
世界YWCA 副総幹事

## もくじ

発行によせて	・・・2
導入	・・・5
ファシリテーターの手引き	・・・6
ワークショップ1:ワークショップを始めよう	・・・8
ワークショップ2:若い女性のリーダーシップ	・・・18
ワークショップ3:経済の公正	・・・26
ワークショップ4:HIVとAIDS	・・・37
ワークショップ5:人権	・・・52
ワークショップ6:平和	・・・78
ワークショップ7:自尊心とボディー・イメージ	・・・89
ワークショップ8:性と生殖に関する健康	・・・104
ワークショップ9:女性に対する暴力	・・・116

## 導入

このワークショップ集は、若い女性たちが自らの生き方やコミュニティの在り方に前向きな変化をもたらすためのツールです。また、若い女性たちが自らを教育し力をつけ、自分たちの生活や命に関わる重要な問題に対処できるよう構成されています。そして何より、有能な若い女性リーダーを養成することを使命とする世界 YWCA が、彼女たちの彼女たちによるワークショップ集として発行したものです。ワークショップは、自己決定型のアプローチを採用しており、リーダーシップの構築と、自らの力と権利への気づきができるようになっています。そして、自己決定をし、自分の人生の舵を取り、良い変化をもたらす実践的な機会を若い女性たちに与えます。

9カ国からの30歳以下の女性リーダーと活動家によるグループが、この出版物の制作を指導するために立ちあげられました。協議により、若い女性たちに大きな影響を与えるものとして、7つの重要な課題が確認されました。7つの課題とは、HIVとADS、性と生殖に関する健康、自尊心とボディ・イメージ、女性に対する暴力、人権、経済の公正、平和です。これらの課題に焦点を絞ることで、このワークショップ集は情報とツールを提供するとともに、若い女性たちを次のことができるように導きます。

- ・ 問題への洞察力をもつこと
- ・ ワorkshopを自ら実施し、問題に協力して取り組むよう仲間を教育し動かすこと
- ・ アドボカシー(提言)のスキルを獲得し、課題について確実な行動を起こすこと

文化的背景が異なるどんな社会においても、この冊子が実践的で若者が使いやすいものであることを確認するために、ベラルーシ、ジャマイカ、エルサルバドル、レバノン、ザンビア、フィリピンで冊子を試用しました。

各ワークショップの説明は、楽しく、参加者が繋がりを感じられるようなワークショップを“プロのファシリテーター”なしで実践できるように構成されています。一連のワークショップは自由な組合せが可能で、参加者の必要に合わせた特別スピーカーや人材を招くなど、柔軟な調整ができるようになっています。参加者の興味や要求、時間制限、入手可能なリソースなど状況に合わせて、単独のアクティビティ、あるいはいくつかの組み合わせで実施できるでしょう。たとえば、半日あるいは1日のワークショップを開くのも良いですし、1週間のリーダーシップトレーニングとして適切なアクティビティを組み合わせで行うのも良いでしょう。またこの冊子には、ウォーミングアップや導入、アイスブレイキングのアクティビティが含まれており、必要に応じてこれらのアクティビティも取り入れられるようになっています。

この冊子は若い女性を対象に構成されていますが、彼女たちと一緒に活動する団体や個人にとっても役立つ資料です。

若い女性たちと一緒に活動するための次の主な原則は、世代を超えた協力と、有効なプログラ

ム開発を促します。

- ・ **尊重:** 若い女性のリーダーシップと、若い女性が持つ困難を乗り越える力を信じてください。力を発揮する場とサポートをください。
- ・ **相談:** 若い女性が直面する問題の解決策を若い女性に聞いてください。若い女性の人生に影響ある決定をする場への、若い女性の参加を確実にしてください。
- ・ **ピアラーニング:** 若い女性たちは、他の若い女性たちから学ぶ人生のスキルを最もよく受け入れます。お互いに学び、協力できるよう若い女性たちを考慮してください。
- ・ **広い心:** 創造力を持ち、心を広くしてください。若い女性たちが持つ、問題を解決する独創的な力を尊重し、励ましてください。
- ・ **経験:** 若い女性たちにとって、行動することが一番の学びです。経験に基づく学びの機会を与えてください。危険を冒し、間違いから学ぶ余裕をください。
- ・ **楽しむ:** 笑いを楽しむことを忘れずに。若い女性たちは楽しい時間を感謝し、社会の変革に伴う辛い時間でさえ感謝します。

## ファシリテーターの手引き

### 「雰囲気を作る」

ワークショップを始める前に、前向きな雰囲気を作ることは大切です。秘密を守ることや異なる意見を尊重することを参加者に強調してください。そして、シスターフッド(姉妹のような繋がり)や楽しさを、参加者に広げてください。導入やアイスブレイキング、雰囲気作りのアクティビティは、安心とは言え初対面で慣れない雰囲気の中で役立ちます。ワークショップ1の1、「基本のルール」は、女性に対する暴力や自尊心などの敏感なテーマを取り上げるときに役立ちます。

### 「混ぜる組合せる」

このワークショップ集で扱うテーマは相互に関係しています。ワークショップ集のレイアウトに縛られず、例えば、自尊心と女性に対する暴力に焦点を置きたい場合は、目的に合った最も関連があるアクティビティをそれぞれの章から選んで実施するなど、あなたのワークショップを創作すると良いでしょう。あるいは、経済の公正のワークショップを微調整したら、家に持ち帰って平和と正義について話ができると感じるかも知れません。自由に使いこなしてください。他には、いくつかのワークショップを織り交ぜて1週間のリーダーシップトレーニングを主催するのも良いでしょう。このワークショップ集は、若い女性に行動とエンパワメントをもたらす閃きであり導火線です。このワークショップ集を使ってあなたの創造力に火をつけ、若い女性たちが直面する問題に対し彼女たち自らが行動を起こすよう、あなたの地域コミュニティの若い女性たちを巻き込み、動かしてください。ワークショップ1の11で紹介するアクティビティ、「キャッチボール(ワークショップの終わり方)」は、参加者を行動へ導くものとして各ワークショップの結びに使うことができます。

### 「状況に合わせる」

このワークショップ集のターゲットは、「世界中の若い女性」というとても広いグループです。これは、ここに収録されているアクティビティや状況設定が、あなたの地域コミュニティにいる若い女性たちの現実には合わないこともある、ということです。対象者に合うワークショップを実施するために、調整と準備に十分時間をあててください。調整とは、不要な点を省いたり、あなたや対象者の地域コミュニティに合うように例や状況設定をより現実的なものに変えることです。あなた自身の地域については、あなたがエキスパートです。その専門知識を活用し、学びと経験を増やし、参加者のために活かしてください。

### 「準備する」

このワークショップ集には、それぞれのテーマに関する基本の情報やツールが収録されていますが、実際のワークショップ中に参加者から出る質問すべてに答えられるものではありません。あなたに必要な準備の1つとしては、参加者から挙がりそうな質問に答える自信がつくまで、テーマに関して事前に調べることです。参加者がテーマに関してより深く理解したいようなら、ワークショップの一部に専門家を招いたり、参加者による調査をワークショップに組み込んで情報を集めさせるのも良いでしょう。

### 「挑戦」

ワークショップ集で扱う問題の中には、参加者に辛い経験を思い起こさせるものもあるでしょう。敏感に、順応になり、その参加者の心のケアのために十分な時間をとり、個別に話し、必要または適切なら、専門家（例えば、レイプに関する相談ができる専門家など）を紹介するなどの対応をしてください。参加者の気持ちに寄り添って、この問題についてより良いアドバイスができる人から助言を得て良いかどうか、確認・許可を得るようにします。

ワークショップ中にあなたが答えられない質問が出た場合は、答えられないこと、情報を得る方法がわからないことを率直に認め参加者に伝えましょう。数日間のワークショップの場合は一晩調べて答えを出したり、昼休みを調査の時間として使うこともできるでしょう。創造力を使って、参加者と一緒に答えを見つける方法を考えてみてください。

### その他

ディスカッションでの参加者への質問を多めに準備して、参加者から地域の現実を引きだしたり、参加終了証や景品などを準備して、参加者のモチベーションを高めるのも良いでしょう。

# ワークショップ1 ワークショップを始めよう

自己紹介 | アイスブレイキング | 雰囲気作り

## はじめに

ワークショップを始めるにあたって、アイスブレイキング、自己紹介、雰囲気作りをおこなうことは、次のような点で効果的です。

- ワークショップの雰囲気を明るく、前向きにします。
- 参加者をリラックスさせます。
- 参加者の一体感を強めます。
- 参加者の意欲を高めます。
- 参加者にこれまでとは違った視点を与えます。
- 参加者同士の理解を深めます。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

## アクティビティ 1: 基本のルール (イントロ編)

時間: 30 分

### 目的:

- ・ 参加者にワークショップの目的を伝える。
- ・ 自由で開放的な雰囲気を作ると同時に、参加者に対してワークショップの進行方法を尊重するよう求める。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ ワークショップの目的を書きだしたフリップチャート紙一枚(模造紙)
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー

**準備:**

輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。また、ワークショップの目的を書き出した紙も、全員が見える位置に設置します。

**アクティビティの概要:**

ファシリテーターは、ワークショップの目的について、参加者と認識を共有します。そして、ワークショップを有意義なものにするためには、いくつかの基本ルールに同意してもらう必要があることを説明します。基本ルールは、参加者およびファシリテーターの提案により策定されます。新たなルールを付け加える際には、そのつど参加者全体の同意を得なければいけません。

**ファシリテーターの手引き:**

1. 参加者に対してワークショップの目的を説明し、ワークショップの目的を書いたフリップチャートを掲示します。
2. ワークショップを成功させるためには、基本ルールを守ることが重要であることを説明します。参加者であれば誰でもルールを提案することができること、新しいルールを付け加える際には参加者全体の同意が必要であることを説明します。
3. 参加者にルールを提案してもらい、白紙のフリップチャート紙にルールをリストしていきます。さらに、「私たちが守るべきルール」という見出しをリストに書き添えます。
4. 参加者から提案がない場合、ファシリテーターが自ら提案をします。例として、指名しないこと、個人攻撃しないこと、時間を厳守すること、人の話をよく聴くことなどが考えられるでしょう。ファシリテーターが口火を切ることで、参加者が発言しやすい雰囲気になります。
5. 出来上がった基本ルールのリストを、ワークショップ中掲示しておきます。

**アクティビティ 2: 私はモノに例えると…(イントロ編)**

時間: 1 時間

**目的:**

参加者同士の理解を深める。

**必要なもの:**

ファシリテーター1人

準備: 特になし

**アクティビティの概要:**

参加者は 15 分与えられ、自分の特徴を表していると思うものを探します。その後、自分が選ん

だものを使って自己紹介します。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 15分で、自分の特徴を表しているものを探そう伝えます。もの探しは、適宜、ワークショップ会場の中でも外でも構いません。
2. 15分が経過したら、参加者に集まるよう声をかけます。
3. 参加者に、名前を言った後に選んだものを見せ、それが自分の何を表しているか説明してもらいます。例えば、「私の名前はスーザンです。私はこの石を選びました。この石の強くてなめらかなところが、私に似ています」といった紹介をします。

### アクティビティ 3: 第一印象(イントロ編)

時間: 30分

#### 目的:

- ・ お互いの名前やバックグラウンドについて参加者同士が知り合う。
- ・ 外見に基づく判断は頼りにならないことを明らかにする。
- ・ 参加者が話しやすい雰囲気を作る。

#### 必要なもの:

ファシリテーター1人

#### 準備:

輪の形に席をつくります。

#### アクティビティの概要:

参加者は、右隣に座っている人を数分間観察し、紹介します。紹介された人は、紹介内容に間違いがあればそれを訂正した上で、次に自分の右隣に座っている参加者を紹介します。このような方法を通して参加者は、外見だけに基づく評価は多くの場合正確でないことを学びます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者が輪になって座ったら、右隣の参加者を数分間観察し、その外見だけに基づいて右隣の参加者を紹介するよう伝えます。私たちが外見に基づいて人を判断しがちであること、このアクティビティは外見に基づく判断がどの程度正確であるか確かめることを説明します。
2. 右隣の参加者を紹介するにあたり、その参加者の名前、年齢、兄弟姉妹の数、趣味関心事等を紹介しなければなりません。
3. 紹介を受けた参加者は、紹介内容に間違いがあればそれを訂正した上で、次に自分の右

隣に座っている参加者を紹介します。

4. 参加者全員の紹介が終わったら、このアクティビティを通じて学んだことについて少しの間ディスカッションします。

## アクティビティ 4: 芸術作品を創ろう (イントロ編)

時間: 1 時間

\*このアクティビティは、初対面のグループのために企画されたものです。参加者同士がすでに知り合っているグループは、アクティビティ7以降のアイスブレイキングへ進んで下さい。

### 目的:

- ・ お互いの名前やバックグラウンドについて参加者同士が知り合う。
- ・ 参加者が話しやすい雰囲気を作る。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 参加者 1 人につき、最低 1 枚の用紙 (余分にあると便利)
- ・ 参加者全員が使うのに十分な数の多色のマーカー、クレヨン、または色鉛筆

### あると便利なもの:

- ・ ビーズ、葉っぱ、種、ラメ、のり、古包装紙、布きれ、古雑誌など

### 準備:

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ 作品作りの材料をテーブル上に、または籠や箱に入れておきます。

### アクティビティの概要:

参加者は 2 人 1 組を作って、5 分間でお互いを紹介し合います。その情報に基づいて、それぞれ配られた画材を用いて作品を作ります。作品を作り終えたら全員集合し、作品を見せ合いながら各々のパートナーの紹介をします。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を適当に 2 人 1 組に分けます。
2. 全員に創作のための紙を配ります。
3. 5 分間で、各々パートナーについてできるだけ多くのことを聞くよう伝えます。そして、その後 15 分間で、聞いた情報に基づいて作品を作るよう伝えます。ファシリテーターは、タイムキー

パーであることも伝えます。

4. パートナーへの質問内容や作品に、独創性を働かせるよう参加者に呼びかけます。作品はパートナーの顔を正確に再現したものである必要はなく、抽象的であったり、その形や色からパートナーの個性がにじみ出るもでもよいのです。
5. 創作のための画材を置いたテーブル、または画材を入れた籠や箱の場所を示します。
6. 開始する前に、質問がないか尋ねます。
7. 時間になったら合図します。(パートナーへの質問各 5 分、作品作り 15 分)
8. すべての作業を終えたら、作品展示のための粘着テープ、画鋏などを配ります。作者の名前を書いたラベルを作品につけるよう参加者に指示します。
9. 参加者に作品について話してもらいます。特に、パートナーをどう表したか話してもらいます。

## アクティビティ 5: 大切なアクセサリー(イントロ編)

時間: 1 時間

\*このアクティビティは、初対面のグループのために企画されたものです。参加者同士がすでに知り合っているグループは、アクティビティ7以降のアイスブレイキングへ進んで下さい。

### 目的:

- ・ 参加者に自分の性格について考える機会を与える。
- ・ 参加者が自分について語り、相手に自分を知ってもらう。
- ・ 参加者がお互いの名前を知り合う。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ ビーズの詰め合わせ
- ・ ビーズ用の小さなボールまたは容器
- ・ それぞれの容器に貼るラベル
- ・ 糸

### 準備:

- ・ 色の異なるビーズに異なる意味を与えます。例えば、青いビーズは寛容を表す、赤いビーズは親しみやすさを表す、茶色のビーズは意志の強さを表す、というように。
- ・ 色の異なるビーズを、異なる容器に入れます。それぞれの容器にはラベルを貼ります。
- ・ 1 つだけ「???」としたビーズの入った容器を準備します。
- ・ ビーズ、糸、はさみなどをテーブルに並べます。

### アクティビティの概要:

参加者は、自分の特徴を表すと思うビーズを使って、15 分間でアクセサリーを作ります。アクセサリーを作り終えたら参加者は再び集まって、自分の作ったアクセサリーを使って自己紹介し、自分の性格などについても使ったビーズの意味をもとに紹介します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者にアクティビティの概要を説明します。
2. 制限時間(15 分)を伝えます。
3. 参加者全員が自己紹介できるよう配慮します。参加者には、自分が作ったアクセサリーを使って自己紹介および性格などについて話すよう説明します。また、「???」のビーズを使った場合は、そのビーズがどんな特徴を表しているか説明してもらいます。

## アクティビティ 6: 無言で自己紹介(イントロ編)

時間: 1 時間

### 目的:

お互いの名前やバックグラウンドについて参加者同士が知り合うこと。

### 必要なもの:

ファシリテーター1人

準備: 特になし

### アクティビティの概要:

参加者は 2 人 1 組になります。参加者は、各々のパートナーに対して、自分自身のことについてできる限り多くのことを伝えます。この時、参加者は言葉を発してはならず、沈黙を保ったままでいなければなりません。その後、参加者全員で再び集まって、順番に各々のパートナーを紹介していきます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を 2 人 1 組に分けます。
2. 10 分間で各々のパートナーに対して、自分自身のことをできる限りたくさん伝えるよう説明します。この時、参加者は言葉を発してはならず、沈黙を保ったままでいなければならないことも伝えます。参加者は、パントマイムやジェスチャーゲームのように、身振り手振りで自己紹介をしなければなりません。
3. 20 分が経過したら、参加者に再び集まるよう声をかけます。

4. 参加者に、各々のパートナーを紹介してもらいます。
5. パートナーから紹介を受けた参加者は、パートナーによる紹介の後、その内容を訂正したり補足したりすることができます。

## アクティビティ 7: ねえ、私のこと好きなら笑ってよ (アイスブレイキング編)

時間: 20 分

### 目的:

参加者の意欲を高め、参加者同士がより話しやすい雰囲気を作る。

### 必要なもの:

ファシリテーター1人

準備: 特になし

### アクティビティの概要:

参加者は輪になって立ちます。参加者のうちの1人は「鬼」(天使でも何でもよい)になり、輪の中に立ちます。「鬼」は他の参加者を1人指名し、その参加者に対して「ねえ、もし私のことを好きなら笑ってよ」と声をかけます。声をかけられた参加者は笑わないようにしますが、もし笑ってしまったら「鬼」になり、元の「鬼」と交代します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に、立って輪を作るよう指示します。1人の「鬼」を決めて輪の中に立ってもらいます。
2. 「鬼」は他の参加者を1人指名し、その参加者に対して「ねえ、もし私のことを好きなら笑ってよ」と声をかけるよう説明します。声をかけられた人は笑わないようにしますが、もし笑ってしまったら交代して「鬼」になり、輪の中に立たなければなりません。
3. 参加者が笑ったかどうかの判断は、参加者全員ですると面白いです。

## アクティビティ 8: 私は以前・・・ (アイスブレイキング編)

時間: 20 分

### 目的:

- ・ 参加者の意欲を高め、参加者同士がより話しやすい雰囲気を作る。
- ・ 参加者同士の理解を深める。

**必要なもの:**

ファシリテーター1人

**準備:** 特になし

**アクティビティの概要:**

参加者は輪を作ります(座っても立っても構いません)。一人ひとり順番に、「私は、以前、ベジタリアンの彼／彼女に惚れました」とか「私は、以前、1人で20人分の食事を作ったことがあります」というように、かつて経験したことについて話していきます。同じ経験をしたことのある参加者は、話し手の参加者に向かって走っていき、ハイファイブ(相手の上げた手のひらと自分の上げた手のひらを、勢いよく合わせる)。よく、スポーツ選手がファインプレーをしたときにするジェスチャー。ハイファイブでなくても、それに代わるアクションなら何でもよい)をします。

**ファシリテーターの手引き:**

1. 参加者に輪になってもらいます。かつて経験したことについて順番に話すよう説明します。例を挙げて説明をすると分かりやすいです。
2. 同じ経験をしたことのある参加者は、話し手に向かって走って行き、ハイファイブ、ハグ、または肩をたたき合うなどのアクションをするよう伝えます。
3. 参加者全員に話す機会を与えます。

**アクティビティ 9: きみ (アイスブレイキング編)**

時間: 20分

**目的:**

参加者の意欲を高め、参加者同士がより話しやすい雰囲気を作る。

**必要なもの:**

ファシリテーター1人

**準備:** 特になし

**アクティビティの概要:**

参加者は立って輪になります。参加者のうち1人が他の参加者を指差して「きみ」と呼びかけます。呼びかけられた参加者は、今度は、他の参加者を指差して、同じように「きみ」と呼びかけます。「きみ」と呼びかける順番は特に決まっていますが、参加者が呼びかけていく度に、ジェスチャーと呼びかけの声を徐々に大きくしていきます。これ以上無理、となるまで続けます。最大の

ジェスチャーと声に到達したら、今度は徐々に小さくしていきます。ジェスチャーがなくなり、声が聞こえなくなるまで続けます。声が聞こえなくなったら、今度は声は出さずに、目の動きで呼びかけます。目の動きもなくなったら、呼びかけの合図は何もなくなりますが、誰が呼びかけられているのか分からなくなるまで(反応や動きが一切なくなるまで)続けます。誰が呼びかけられているのか誰も分からなくなったらおしまいです。

#### **ファシリテーターの手引き:**

参加者に、立って輪になるよう伝えます。上記の概要にしたがってアクティビティの方法を説明します。このアクティビティは、参加者の一体感を強め、気持ちの結びつきを感じさせる効果があります。

## **アクティビティ 10: 人まね「ブーム・チッカ」(アイスブレイキング編)**

時間: 20 分

#### **目的:**

参加者の意欲を高め、参加者同士が話しやすい雰囲気を作る。

#### **必要なもの:**

ファシリテーター1 人

**準備:** 特になし

#### **アクティビティの概要:**

参加者は立って輪になり、ファシリテーターが発する言葉を、同じような口調と声量で繰り返します。

#### **ファシリテーターの手引き:**

1. 参加者は立って輪になり、ファシリテーターが発する言葉を同じような口調と声量で繰り返すよう伝えます。
2. ファシリテーターと参加者は、次の言葉をリズムカルに言います。

##### **【基本形】**

ファシリテーター(以下F):「ブーム」

参加者(以下S):「ブーム」

F:「ブーム・チッカ」

S:「ブーム・チッカ」

F:「ブーム・チッカ・ブーム」

S:「ブーム・チッカ・ブーム」  
F:「ブーム・チッカ・ロッカ・チッカ・ロッカ・チッカ・ブーム」  
S:「ブーム・チッカ・ロッカ・チッカ・ロッカ・チッカ・ブーム」  
F:「オー、イエー」  
S:「オー、イエー」  
F:「さあ、もう1回！」  
S:「さあ、もう1回！」

次に、色々なスタイルで同じ言葉を言います。

#### 【変形】

F:「次は、オペラ歌手になって」(オペラ歌手のように言います)

S:「次は、オペラ歌手になって」(オペラ歌手のように言います)

F:「ブーム」(オペラ歌手のように)

S:「ブーム」(オペラ歌手のように)・・・

\*手話をしたり、ささやいたり、セクシーなジェスチャー、速いジェスチャー、ゆっくりしたジェスチャーを加えるなど、好きなスタイルでします。

3. ファシリテーターがスタイルを変えれば、参加者はそれを真似します。
4. ひと通り終わったら、他の参加者にファシリテーターになってもらっても良いでしょう。

## アクティビティ 11: キャッチボール (ワークショップの終わり方)

時間: 10 分

#### 目的:

- ・ 何を学んだかをはっきり整理する。
- ・ 明るく前向きな雰囲気、ワークショップを終了する。

#### 必要なもの:

- ・ 小さなボール
- ・ 立って輪になれるスペース

#### アクティビティの概要:

参加者はボールを投げ合います。ボールを受けとった参加者は、ワークショップで学んだことや、今後実践できそうな学びについて話します。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者はボールを投げ合います。ボールを受けとった参加者は、ワークショップで学んだこと

や、今後実践できそうな学びについて話します。

2. ひと通り終わったら、ファシリテーターは参加者の協力に感謝の意を述べ、ワークショップで得られた成果について簡単にまとめます。

## ワークショップ2 若い女性のリーダーシップ

### リーダーシップを伸ばす

#### はじめに

この章では、若い女性が、自らに内在するさまざまなリーダーシップの資質について考え、自らのリーダーシップスタイルを見つけ、力を伸ばすための計画を立てるワークショップを紹介します。

#### なぜ若い女性のリーダーシップを伸ばすのか？他のリーダーシップとの違いは？

若い女性ということで、私たちは被害者とか、弱者というレッテルを貼られるのは嫌です。しかし、事実として日々さまざまな課題に私たちは直面するため、社会に変化をもたらすには最も適していますし、問題の解決策を提供することができる存在です。私たちは社会に変化をもたらす橋であり、私たちのリーダーシップによって社会を変える活力・創造力・勇気をもたらされるのです。私たちには他の人々を前向きに・積極的にする力があり、生き方や選択肢を狭めている既存のシステムや信念に従うのではなく、疑問を投げかけるよう働きかける力があるのです。また、勇気によって私たちが生まれるずっと前から存在している不正にも立ち向かうことができるのです。

私たちはこの先、リーダーシップによって平和・正義・健康・人間の尊厳が尊重され、環境への配慮が全世界のすべての人々に対して達成されるまで、社会変革は止まらないことを確信しています。そして、お互いを支え合うことにより、不当な性差別、年齢による差別に直面したときも私たちのリーダーシップは強く保たれ、変革への力がより一層高まることを確信しています。

若い女性たちがリーダーシップを伸ばし、確立していく上で、経験豊かな女性たちの助言や事例は非常に貴重です。共に活動することによりすべての年齢の女性たちは相互に成長し、力を強

め、変革を導く者として力を発揮することができるのです。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: 車と運転手

時間: 45 分

### 目的:

先頭に立つことと、ついていくことに対する感情を考える。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 参加者が歩きまわることができ、かつ、壁のある(囲いのある)空間
- ・ 参加者の座席
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 紙
- ・ マーカー

### 準備:

- ・ 輪の形に席をつくります。
- ・ 作業を難しくするため、椅子や机などを障害物として散在させても良いでしょう。

### アクティビティの概要:

参加者はペアになり、それぞれ車か運転手の役になります。車の人は目を閉じて、運転手の人は車の人の後ろに繋がります。運転手の人は、声や音を一切出さず、車の人の背中に触れて進行の合図を送ります。車が衝突しないように守るのは運転手の責任です。ゲームの後におこなわれるグループの話し合いで、先頭に立つことと、盲目的についていくことについての気持ちを考えます。

### ファシリテーターの手引き:

1. グループを適当にペアに分け、パートナーと一緒に立ってもらいます。作業をより難しくするために、あまり良く知らない人同士をペアにします。
2. ペアのうち 1 人を車役にします。もう 1 人は運転手役になります。
3. 車役の人の役割は目を閉じて運転手役の人の指示に従うことだ、と説明します。
4. 運転手役の人の役割は目を開けたまま、車が衝突しないように守ることだと説明します。
5. 参加者には、声や音は出さず、運転手役は触れて合図をすることによりコミュニケーションをとる、と伝えます。
  - a. 背中の真ん中に触れる→歩く
  - b. 連続して背中の真ん中に触れる→もっと早く歩く
  - c. 右肩に触れる→右に行く
  - d. 左肩に触れる→左に行く
  - e. 頭に触れる→止まる

※ 車役の人には優しく触れるようにしてください。
6. 全員が自分たちの役割、合図を理解していることしていることを確認してから開始します。
7. 1～2 分で作業をやめ、ペアでお互いの役割を交替します。車役⇄運転手役
8. 1～2 分で役割を交換しての作業をやめ、全員元の席に戻ってもらいます。
9. 次のポイントに従い、アクティビティについて話し合います。

### 話し合いのポイント:

- ・ 車役の気分はどうでしたか？
- ・ 運転手役の気分はどうでしたか？
- ・ どちらが良かったですか？それはどうしてですか？
- ・ 車役で難しかった点は何ですか？
- ・ 運転手役で難しかった点は何ですか？
- ・ 両方の役で最も楽しかった点は何ですか？
- ・ この作業でリーダーシップについて教えられたことは何ですか？
- ・ 能力のあるリーダーになるとはどのということですか？
- ・ ついていくことに重要性はありますか？リーダーシップにおいて、ついていくという役割はありますか？もしあるのであればどのような役割がありますか？

## アクティビティ2: 良いリーダー／悪いリーダー

時間: 1時間

### 目的:

良いリーダーシップと悪いリーダーシップについて、それぞれの質を探る

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1人
- ・ 参加者 1人につき、最低 1枚の用紙 \*(余分にあると便利です)
- ・ 参加者全員分の筆記用具
- ・ フリップチャート紙
- ・ 紙
- ・ マーカー

### 準備:

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ フリップチャート紙に、表枠を 2つ書きます。1つの枠の上に良いリーダー、もう1つの上に悪いリーダーと書きます。

### アクティビティの概要:

参加者は自分たちが尊敬するリーダーと嫌なリーダーを考え、良いリーダー、悪いリーダーだと感じさせる資質をそれぞれ 3つ書きます。話し合いでは何があれば能力のあるリーダーになれるのか、悪いリーダーにならないためにはどうすれば良いのかを探ります。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者全員に紙と筆記用具を配ります。
2. 参加者に尊敬するリーダー((例)母親、地域の指導者、有名人、政治家)を考え、何がその人たちを能力のあるリーダーにしているのか、その資質を 3つ書いてもらいます。
3. 次に、参加者に嫌いな指導者((例)アドルフ・ヒトラー、ある教師)を考え、何がその人たちを悪いリーダーにしているのか、その資質を 3つ書いてもらいます。
4. 10分間作業してもらい、その後何と書いたか教えてもらいます。それらの資質をフリップチャート紙の「良いリーダー」または「悪いリーダー」の下に書きます。
5. 発表された資質の類似点と相違点について話し合います。何か驚いたことはありましたか？ 良いリーダーと悪いリーダーの資質で類似点がありましたか？ 私たちが嫌いなリーダーと尊敬しているリーダーの資質に類似点がありましたか？ 悪いリーダーにならないためにはどうすれば良いのでしょうか？ 能力のあるリーダーになるためにはどうすれば良いのでしょうか？

6. 話し合いの後、それぞれの若い女性の参加者にグループで確認した良いリーダーと悪いリーダーの資質すべてについて考えてもらい、以下のリストを作ってもらいます。
  - a. 自分がすでに持っている良い資質
  - b. これから伸ばしていきたい資質
  - c. 改善したい、あるいは抑えたい悪い資質
7. 後のアクティビティのためにリストをとっておくよう、参加者に伝えます。

## アクティビティ 3: ミスリーダー

時間: 4 時間

### 目的:

経験することにより、自分のリーダーシップスタイルと資質を理解する

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ 参加者1人につき、最低 1 枚の用紙（余分にあると便利）
- ・ 参加者全員分の筆記用具
- ・ 工作紙を数枚
- ・ 古新聞紙を数枚
- ・ 参加者全員が使うのに十分な画材、はさみ、セロハンテープ、のり、マーカー、クレヨンなど。布の切れ端、葉、石、ラメやスパンコールなどを追加しても良いでしょう。
- ・ お菓子など、ちょっとした景品
- ・ 以下の課題リスト

### 課題:

- 大きくて美しい建物を作りましょう。（全チームに対して、必ず同じ材料を同じ量提供します。材料には工作紙、はさみ、テープ、マーカー、その他の画材が含まれます）
- チームメンバー全員で、1つの機械になりましょう。その機械は何をするのか、各チームメンバーは機会のどの部品で、どんな役割担うのか説明できなくてはなりません。
- 「彼女にまだ息はあるの？」というせりふで始まる 2 分間の演劇を創作して発表しましょう。
- 「それって本当にそんなに大きいの？」というせりふで始まる、2 分間の演劇を創作して発表しましょう。
- 想像上の国に名前をつけ、国旗をデザインしましょう。チームメンバーは国旗のデザイナー一つひとつの意味を説明できなくてはなりません。
- 古い新聞紙やその他の画材を使用して、想像上の国を代表する衣装をデザインし、作成しましょう。チームメンバー1 人が衣装を着るモデルになります。全メンバーがその衣

装の意味を説明できなくてはなりません。

- 想像上の国のヒーロー／ヒロインに対し、メッセージを書きましょう。
- ダンスの振り付けをし、何を表しているのか説明しましょう。(例：雨のダンス、結婚式のダンスなど)チームメンバー全員がダンスに参加します。
- ゲームを作りましょう。チームメンバー全員がルールとどのようにして遊ぶのか説明できなくてはなりません。
- 想像上の製品を作り、その商品のテレビコマーシャルを作りましょう。

### **準備:**

作業テーブル上にすべての材料を準備しておきます。

### **アクティビティの概要:**

参加者は 4-5 人のグループに分かれます。参加者は一人ひとり順番にグループのリーダーになり、制限時間内で課題をおこないます。この作業は、参加者に自分のリーダーシップスタイルを探求する機会を与えます。

### **ファシリテーターの手引き:**

長時間のアクティビティのため、制限時間を守っておこなうことが大切です。参加者が疲れてきたら途中で短い休憩を入れましょう。

1. 参加者全員に紙と筆記用具を配布します。
2. 参加者をなるべく同じ人数のグループに分けます。(4~5 人が適切)
3. グループに課題を次々と渡します。それぞれの課題は 15 分以内に完成しなくてはならないことをグループに伝えます。課題ごとにリーダーになる人がチーム内で変わります。チーム全員がリーダーを経験するまで、同じ人がリーダーを繰り返してはいけません。課題が終わるごとに、勝ったチーム、すなわち制限時間内に課題を完成したチームが小さな賞品を受け取ります。
4. 各課題のあと 5 分間、その課題のリーダーを評価する時間があることを参加者に伝えます。リーダーもこの時に自分を評価します。参加者は、リーダーシップをとる上で良かった点と改善すると良い点について挙げ、リストにします。これらのリストは、あとのグループの話し合いのためにとっておきます。
5. 全員がアクティビティの流れを理解したら、最初の課題を伝えます。開始 1 分前に、すべてのグループが一斉にリーダー決め、全てのグループが同時に同じ課題をおこないます。制限時間内に課題を完成したグループに小さな賞品を渡します。
6. アクティビティの最後には、全員にチームのリーダーになる機会が与えられたはずですが、グループで丸く集まり、何を学んだか話し合います。次のポイントを参考に進めます。

### 話し合いのポイント:

- ・ 参加者一人ひとりが、自分のリーダーシップスタイルについてグループの意見を聞けるように配慮しましょう。意見を述べるときは、相手を尊重することが大切なことを強調します。リーダーに対する良い点と改善すべき点について意見を述べてもらいましょう。
- ・ グループの意見を聞いた後、それぞれリーダーをしてみてどうだったか感想を聞きましょう。何が楽しかったですか？何が難しかったですか？リーダーシップについて学んだことは何ですか？自分について学んだことは何ですか？アクティビティ2: 良いリーダー、悪いリーダーで書いたリストと自分がチームで見せたリーダーシップの資質は同じでしたか？異なった点がありましたか？
- ・ 参加者一人ひとりがグループの意見を聞けるようにし、自分の考えについても述べてもらいましょう。
- ・ 参加者全員に最大 5 分間話す時間を与えましょう。

## アクティビティ4: 私には夢がある

時間: 2 時間

### 目的:

- ・ 参加者が目標を定め、リーダーシップを発展させる計画を考えられるようにします。
- ・ 参加者が適切な組織計画力を伸ばす手助けをします。
- ・ 若い女性のリーダーたちの間に連帯と相互援助を促進させます。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ きれいな床、または参加者たちが横になれるくらいの大きさのシーツか毛布
- ・ 参加者 1 人につき、最低1枚の大きな画用紙（余分にあると便利）
- ・ 筆記用具、画材
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 紙
- ・ マーカー
- ・ 穏やかな、落ち着いた音楽(オプション)

### 準備:

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ SMART と SWOT という頭字語をフリップチャート紙に書きます。
- ・ 参加者が寝転がるためのシーツか毛布を広げます。

### アクティビティの概要:

参加者は床に寝転がり自分たちのコミュニティの将来について考えます。そしてコミュニティの現状から将来の展望へ向けてロードマップ(工程表)を作成します。この作業は、参加者が現状から将来の展望へ向けた実際的な方法を展開する上で役立ちます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に床に寝転がり、目を閉じてリラックスしてもらいます。
2. 深呼吸をして、心身共に完全にリラックスしてもらいます。
3. 参加者に自分たちのコミュニティについて考えてもらいます。どうしてそのコミュニティが好きなのか、どこが変わったらさらに良いかについて考えてもらいます。
4. 次に、今後 5 年間の自分たちのコミュニティについて参加者に考えてもらいます。このアクティビティの中では現実的になり過ぎず、コミュニティのすばらしい将来について自由に想像してもらいます。
5. 参加者に、準備ができたと思ったら目を開いて席に戻るよう伝えます。
6. 全員が席についたら紙と画材を配布します。
7. 全員に自分たちのコミュニティの現状と将来の夢について簡単に書き留めてもらいます。その夢を実現するために男性や少年たちとどのように一緒に活動していけば良いか考えてもらいます。
8. 5 分後に参加者にその夢を実現するために自分たちはどのように貢献できるか書いてもらい、現在から夢の将来までのロードマップを描いてもらいます。
9. そのロードマップには個人的な SWOT 分析と SMART 目標が含まれなくてはならないことを説明します。
10. SWOT は Strengths(強み)、Weakness(弱み)、Opportunities(機会)、Threats(脅威)という意味だと説明します。つまり SWOT 分析には強い部分を最大限にする、弱い部分に取り組む、機会を捕える、脅威を避けることを考えることが含まれます。
11. SMART 目標とは Specific(具体的)、Measurable(測定可能)、Attainable(達成可能)、Realistic(現実的)、Tangible(実現可能)という意味だと説明します。
12. 参加者に 45 分間で各自のロードマップを作成してもらいます。
13. ロードマップが完成したら参加者に計画を批評し、意見を交換するためのパートナーを選んでもらいます。それぞれが責任をもって計画を実行するよう、パートナー同士で助け合うよう伝えます。
14. セッションの最後に完成したすべてのロードマップを展示し、グループに対し、参加者一人ひとりが SWOT 分析と SMART 目標を発表できるようにします。

## ワークショップ3 経済の公正

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では、世界での富の分配の不公正についてワークショップを通して紹介し、公正な経済を促進するための私たちの責任を検討します。

グローバリゼーションとは、[www.globalisationguide.com](http://www.globalisationguide.com)によると、「資本主義のもとで、国境を越えた経済・社会・技術的な交流が急速に拡大」することです。これは、ヨーロッパで売られている服がカンボジアで作られていたり、同じマクドナルドのハンバーガーをアメリカのデトロイトでもアラブ首長国連邦のドバイでも食べることができたり、また若い韓国人が最新のラップ音楽を用いてパーティを開くことができるということを意味します。

ケーブルテレビやインターネットといった媒体、そして自由貿易協定(FTA)により、かつてない程の情報・文化・貨幣・モノやサービスが世界を移動しています。問題は、この移動の大部分が一方方向に起こっていることにあります。インターネットに接続できる人口は、世界人口の6パーセント未満の人々であり、その内の88パーセントは先進国の人々です。大半の大企業は、製品を先進国で売る際、より大きな利益が生み出せるように人件費の安い発展途上国に工場を移設しています。FTAにより、先進国が輸出する政府の補助項目にある製品は、発展途上国の農民や製造業者が作る同等の製品よりも安く取引されるようになりました。

グローバリゼーションや自由貿易協定から得られるものは多いですが、それは富・教育・権力がある者に限った特典です。

#### 主要な関係機関

- 世界貿易機関 (WTO) ([www.wto.org](http://www.wto.org)) は123の加盟国によって同意された国際貿易のルールを運用するために設立されました。WTOのルールは、他国の輸入品に対抗して自国の産業を助成する国や、特定国の輸入品を他国の製品に比べて有利に扱う国にとっては厳しいものです。
- 国際通貨基金 (IMF) ([www.imf.org](http://www.imf.org)) は「国際通貨協力を推進し、為替相場の安定や国家間の貨幣の交換システムの秩序を促し、収支の悪化している国に対して一時的な支援を提供」します。一般的に、制度改革を条件として国家に対して短期的な財政支援をし

ます。

- 世界銀行 ([www.worldbank.org](http://www.worldbank.org)) は、貧しい国の開発プロジェクトに融資を行います。水と衛生・天然資源管理・教育と健康のような投資プロジェクトに融資します。また、公共セクターのマネジメントの改善のような、政策改革に取り組む政府を支援するため、調整プロジェクトに対しても貸付を行います。

一般的に、これらの機関は国家間の貿易の発展がすべての人の富を増やすと主張しています。また、貿易により最も効率的な生産者によるモノやサービスの生産が可能となり、それゆえに価格を下げることができると主張しています。しかし、このようなシステムの結果、貧しい国は工場として利用され、しばしば環境汚染や労働者の搾取が起こっています。

### 女性の立場

貧困の中で生きている世界 13 億人のうち、女性と少女は 70%を占めています。また、読み書きのできない成人 10 億人の 3 分の 2、および学校に通っていない子ども 1 億 3 千万人の 3 分の 2 が女性と少女です。

このように、女性はグローバリゼーションの負担がかかっている人々の一員です。しかし、私たち女性は公正な経済に転換するための世界で最も素晴らしい潜在力をも持っているのです。一人の女性は家族に希望をもたらします。そして、多くの女性は人類に希望をもたらすのです。

調査によると男性に比べて女性は、期日どおりにローンを完済します。また、女性が初等教育を受けることにより、将来の女性の家族がよりよい医療や十分な栄養を享受できるようになることは立証されています。これは、教育や信用貸付・財産・女性の雇用への平等なアクセスが、公正な経済と社会のあらゆる持続可能性を保証することを示しています。

### 基本情報

- 1998 年の国連開発計画(UNDP)の報告書は、先進国の 20%の人々が世界中のモノの 86%を消費していることを報告しています。
- 1999 年の世界銀行の報告書は、途上国が 1 ドルの融資を受けるごとに 13 ドルの負債返済をしていることを指摘しています。
- Eileen Alt Powell は「60 万人の大富豪ランキング 2004 (“Some 600,000 join millionaire ranks in 2004”)」の記事で次のように述べています。世界の上位 830 万人の総資産は 2004 年には「8.2%上昇して 30 兆 8 千億ドルになり、世界の金融資産のほぼ 4 分の 1 を占めています」これは、世界人口のおよそ 0.13%の人々が、2004 年時点の世界の金融資産の 25%をコントロールしていると言い換えられます。
- 国連児童基金(ユニセフ)は「女性の労働は世界の労働の 3 分の 2 を占めていると推定されるが、収入にすると 10 分の 1、世界の財産の 1%未満を所有しているに過ぎない」と指摘

しています。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

15-25 人のグループ

### 目的:

- ・ 富や権力の分配が、人々が基本的なニーズに満たされた尊厳ある生活を送る上でどのような影響を及ぼすかを理解する。
- ・ 経済の公正にともなう人権について、しっかりと理解する。
- ・ 経済の公正を促進するための自分の責任を考える。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1人
- ・ ファシリテーター用のノートと筆記用具
- ・ フリップチャート紙(模造紙)数枚
- ・ マーカー
- ・ 参加者分のイス
- ・ 壁や展示板など、フリップチャート紙や成果物の展示スペース
- ・ セロハンテープや画鋏など、フリップチャート紙や成果物を貼るもの
- ・ 参加者に配布する資料のコピー
- ・ コイン 100枚

### あると便利なもの:

- ・ マーカー、はさみ、のり(ラメ入りなど)、ビーズ、葉、種、再利用の包装紙、布きれ、廃雑誌、紙等の工作用具
- ・ 休憩時の茶菓子・軽食
- ・ スコップ、棒磁石、手袋

### 準備:

- ・ イスを輪に並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。
- ・ アクティビティ内容を確認し、準備のし忘れがないようにします
- ・ フリップチャート紙を縦に3分割するよう線を引き、「大規模な富と権力」、「中規模の富と権

力」、「小規模の富と権力」と見出しを見つけます。

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2: 世界を統治しよう

時間: 2 時間

### 目的:

- ・ 富や権力の分配が、人々が基本的なニーズに満たされた尊厳ある生活を送る上でどのような影響を及ぼすかを理解する。
- ・ 経済の公正にともなう人権について、しっかりと理解する。
- ・ 経済の公正を促進するための自分の責任を考える。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ コイン 100 枚
- ・ フリップチャート紙(模造紙)数枚
- ・ マーカー
- ・ 参加者の座席
- ・ フリップチャート紙(模造紙)を掲示する壁のスペースや支柱
- ・ セロハンテープ、画びょう、フリップチャート紙(模造紙)をとめるもの
- ・ 参加者に配布する資料のコピー

### あると便利なもの:

- ・ マーカー、はさみ、のり(ラメ入りなど)、ビーズ、葉、種、包装紙、布きれ、廃雑誌、紙等の工作用具
- ・ スコップ、手袋

## 準備:

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ フリップチャート紙を縦に3分割するよう線を引き、「大規模な富と権力」、「中規模の富と権力」、「小規模の富と権力」と見出しをつけます。

## **PART** | 争奪戦

時間: 30分

### アクティビティの概要:

世界の富を表す100枚のコインがばらまかれています。お互いに接触しないようにして、参加者にできるだけ多くのコインを集めさせます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 世界の富と権力を参加者に分配することを参加者に説明します。  
この富は100枚のコインで表します。
2. いかなるときも参加者は、他の参加者と接触してはいけないというルールが1つだけあります。  
他の参加者に接触した時は、ペナルティーとして、1枚のコインを接触した人に対して支払います。
3. 争奪戦に参加しない3人を、参加者から適当に選びます。
4. 残りの参加者には輪になって立ってもらい、輪の中央に均一にコインをばらまきます。
5. 数人の参加者に手袋を配布しますが、ゲームが終わるまで、この理由は明かさないでおきます。他の方法としては、数人の参加者が他の参加者より有利なスタートを切っていることを強調するために、ゲームが始まる前に2、3人の参加者に5枚のコインを与える方法があります。あるいは、数人の参加者にコインが簡単に手に入れられるようにスコップや帯状の磁石を渡すという方法もあります。
6. ゲームスタートの合図をし、お互いに接触しないようにして、できるだけ多くのコインを参加者に集めさせます。
7. すべてのコインを集め終わったら、皆に自分の集めたコイン＝富を報告させます。
8. 参加者の名前とコインの数をフリップチャート(模造紙)に記録します。6枚以上のコインを集めた人は「大きな富と権力」に、3枚から5枚のコインを集めた人は「中程度の富と権力」に、2枚以下のコインを集めた人には「小さな富と権力」に分けて記録します。
9. コインが世界の富と権力を表していることを、参加者に思い出させます。富の大きさが、ニーズ(基礎教育、適切な食物と栄養、よい医療、適切な住居)や欲求(高等教育、車、コンピューター、おもちゃ、テレビ、その他の贅沢品)を満たすための能力に影響を及ぼします。
10. 6枚以上コインを持っている参加者は、自分たちの基本的なニーズと大抵の欲求を満たしているということを説明します。また、3枚から5枚のコインを持つ者は、自分たちの基本的なニ

ーズのみ満たしており、2枚以下のコインをもつものは、病気や教育の欠如、栄養不良、不適切な住居ゆえに生きていくことが難しいことを示すことを説明します。

11. 10番の説明をした上で、参加者が希望するなら、コインを他の者に与えることが可能であることを伝えます。また、無理に与える必要がないことも伝えます。
12. 自分の富を分かち合った者は「ドナー」として榮譽を受け、フリップチャート(模造紙)に名前が記録されるということを参加者に知らせます。
13. 参加者が希望すれば、コインを再分配するために数分の時間を与えます。そして、コインを手放した人の名前と、その量を尋ねます。
14. フリップチャート(模造紙)に名前を記録します。
15. コインのやり取りの結果、富の「大・中・小」のカテゴリーが変わったかを参加者に尋ね、それらの変化をチャートに記載します。
16. 世界中のすべての国において、食料・教育・医療・住居等の基本的に必要なものを欠いている人が存在する一方で、同じ国やコミュニティの中でも自分たちが必要とし、欲しいと願うほとんどすべてのものを手に入れることができる人々がいることを指摘します。
17. 資料を配布し、生活上の基本的な必要を満たすことは、人間の権利であることを説明します。

## **PART II** 経済の公正のための行動計画

時間: 30分

### **アクティビティの概要:**

所有しているコインの量に応じて、参加者を3つのグループに分けます。争奪戦に参加していなかった3人の参加者を、適当に各グループに割り当てます。グループごとに世界の富の公正な分配計画を立てます。どの計画を実施するかを投票し、投票数の多い計画を実行します。

### **ファシリテーターの手引き:**

1. フリップチャート(模造紙)に記録した富と権力の「大・中・小」カテゴリーに応じて、参加者を3つのグループに分けます。
2. 争奪戦に参加していなかった3人を適当に各グループに割り当て、各グループでの反応に注意しておきます。しかし、3人の配置に関しては、全体での話し合いのセッションまで保留します。
3. 20分間で、世界の富(コイン)の公平な分配計画を立てることを知らせます。
4. グループごとに、以下の項目に応える計画を準備させます。
  - a. なぜその計画が公平なのか
  - b. (実施するとしたら)何を実施すべきか
5. グループは独自の方法で発表を行い、自分たちの計画に対する他の参加者からの質問に

回答できるよう、準備しなければなりません。

6. すべてのグループが発表を終了したら、どの計画を採用すべきか投票をすることを伝えます。
7. 6枚以上のコインを所有する若い女性は5票、3枚から5枚のコインを所有する人は2票、2枚以下のコインを所有する人は0.5票と参加者に投票数を知らせます。\*これは、富と決定権力が関連しているという事実を補強するものです。
8. 参加者に投票させ、結果を表にまとめます。
9. 投票の多かった計画を実行し、必要に応じてコインを再分配します。

## **PART III** 話し合い

時間: 1時間

### **アクティビティの概要:**

参加者がアクティビティを通して何を感じ、何を学んだかを話し合います。

### **ファシリテーターの手引き:**

1. 話し合いのために以下の質問を用います。必要とされた変化や生じた変化について話し合う時間をとります。

### **話し合いのポイント:**

- コインを手に入れる方法や分配する方法についてどう思いましたか？
- 公平に扱われましたか？
- コインを手放した人はいますか？コインを受け取ったり、手放したりしましたか？その理由は？これについてどう思いましたか？
- コインを手放すかどうかを何によって決めましたか？コインが何を表すか知っていましたか？ある人の名前が表に記録された時、罪の意識やその他の感情を抱きましたか？
- どのように世界の富と権力が分配されているのか、このゲームのどんなところで示されていましたか？
- グループに割り当てられた3人の参加者はどうでしたか？3人は公平に扱われましたか？3人の参加者の身に起こったことが現実の世界でも起こっていますか？3人とは、現実ではどのような人々のことでしょうか？これは、単なる運命と言い切れるでしょうか？
- 手袋をしている(あるいはシャベルを持っている)参加者はどうですか？手袋をしている(あるいはシャベルを持っている)人は何を表していますか？そのような人々は最終的にどのグループに入っていましたか？
- 異なるグループのメンバーはそれぞれ自分たち状況をどのように感じましたか？選ばれた、コインの公平な分配計画は、グループのコインの所有数を反映していますか？

- ゲームにより、貧しい国や人々の環境や考え方に対して理解が深まりましたか？また、裕福な国や人々の環境や考え方についてはどうですか？
- なぜ他の人より多く投票できる人がいたのでしょうか？それは人々が持つ世界の権力の大小を正確に示していましたか？
- 今日の世界で「持てる者」と「持たざる者」は何にあたりますか？どの国が「持てる国」で、どの国が「持たざる国」ですか？今日の私たちの国で「持てる者」と「持たざる者」は誰にあたりますか？私たちの地域やコミュニティではどうでしょうか？どうしてそう思いますか？
- 「持てる者」は「持たざる者」の状況に関して関心を払わなくてはなりませんか？それは、経済的、道徳・宗教的、政治的理由などのどのような理由からですか？どのような理由から「持てる者」が資金や資源を「持たざる者」に提供すると考えられますか？それは貧困問題の解決手段ですか？
- 「持たざる者」が状況を改善するために、どのようなことを行えるでしょうか？世界や自国で富と権力の不公平のために「持たざる者」が行ってきた活動にはどのようなものがありますか？
- 世界中で富と権力の再分配が行われるべきだと考えますか？そのように考える理由は何ですか？そう考える上で、達成するためにどのような提案をしますか？変化を起こすためのあなたの計画は、どのような原則に基づいていますか？
- この国において富と権力の再分配がなされるべきだと考えますか？もし再分配がなされるべきであると考えれば、達成するためにどのような提案をしますか？変化を起こすためのあなたの計画は、どのような原則に基づいていますか？

### 行動しよう

経済の公正のために、闘いに挑む方法はたくさんあります。以下のアイデアを読み、自分のアイデアも加えて、経済の公正のために行動しましょう。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながるでしょう。あなたの行動で世の中は変えられるのです！

グローバリゼーション、世界貿易、そして、とりわけ貧しい国での女性への影響について学びましょう。有効な主張・提言をするためには、問題を明確に理解している必要があります。調べ始めるにあたって、地元の図書館や下記のウェブサイトを訪ねてみましょう：

[www.e-alliance.ch](http://www.e-alliance.ch)

[www.unifem.undp.org/trade](http://www.unifem.undp.org/trade)

公正取引(フェアトレード)に基づいた製品や企業を支援しましょう。公正取引を行っている企業はそのことを公表していることが多いので、製品についている公正取引のロゴを探してみましょう。貧困を助長し、女性の力を弱めるような貿易を慣行している企業からの購入を拒否しましょう。公正取引を行う、世界の企業リストが掲載されている下記ウェブサイトを訪ねましょう：

[www.ifat.org/memberslists.html](http://www.ifat.org/memberslists.html)

## 行動のツール:ロビー活動

### なぜロビー活動か？

ロビー活動は、国会議員など、問題のある政策を変える力を持つ立場の者に、圧力をかけることで変化を促すものです。ロビー活動には、直接的なロビー活動と草の根のロビー活動の 2 つの形があります。直接的なロビー活動では、自分の見解を権力ある人に伝え、特定の行動を求めます。一方、草の根のロビー活動では、一般の人々に対して影響を与え、エンパワーすることで、国会議員に対して行動を起こすよう圧力をかけることを目的としています。

### ロビー活動のヒント

- 要望を把握しましょう。ロビー活動は明確で、特定の目標がなければなりません。以下のようなことを望んでいるのかどうか、自問してみましょう。
  - ・ 不正を是正したいかどうか。
  - ・ 問題に取り組むためにより多くの公的資金を得たいかどうか。
  - ・ 危険な法案の立法を阻止したいかどうか。
  - ・ 政府および公的機関の対応や業務の遂行に、変化をもたらしたいか。
  - ・ その他、変化させたいことがあるか。
- システムを理解し、あなたの立場をよく理解しましょう。ロビー活動を効果的に行うためには、自国の政治的・立法的なシステムがどのように機能し、主要な関係機関の役割を知る必要があります。
  - ・ 国会(議員)
  - ・ 知事や地方行政関係者
  - ・ アドボカシー・グループ、団体、企業や専門職協会
  - ・ 大衆
  - ・ メディア
  - ・ 専門家(例: 弁護士、医療専門家、警察職員、経済学者・専門家、あらゆる分野の研究者、大臣、教育者、社会活動家、心理学者、統計学者等)
  - ・ 歴史(例: 近年の立法経緯、地方の政治史、人口的・経済的潮流)
- あなたと見解を共有する他の人々のグループに参加しましょう
- 直接的なロビー活動の内容:
  - ・ 個人的に会合する
  - ・ 電話会議
  - ・ 個人的に電子メールを送信する
  - ・ 郵便物の一斉送付
  - ・ 電子メールの一斉送信
  - ・ 請願
- 草の根のロビー活動の内容:

- ・ メディア・キャンペーン
  - ・ 地域コミュニティの組織を通じた活動
  - ・ デモンストレーション
  - ・ インターネットのキャンペーン
- ロビー活動の時期を戦略的に計画しましょう。ロビー活動に適切な時期:
- ・ 選挙前
  - ・ 議題が一般に公表される前
  - ・ 議題が議会に提出される前
  - ・ 立法の通過過程
  - ・ ニュースがない時期
- 自国の貿易政策や慣習を学んで分析しましょう。そして、どのようにすればより平等になるかという提案を手紙に書き、貿易を管轄する省庁の大臣に宛て、キャンペーンとして郵送します。
- 世界貿易や人権に関する提言の草稿や、事実・数値の情報をボランティアに提供します。
- グローバリゼーションや世界貿易に関連する問題のジェンダー分析を行い、政策策定過程に含まれるべき女性の意見を主張します。
- 請願書を回し、自国の政府が請願を真剣に受け止めるに至る、署名の目標数を設定します。
- 必要不可欠なサービスへのアクセス、食料への権利、多国籍企業への規制について討論するために、公正取引の会合や公聴会を組織します。可能な限りメディアの関心を引くようにします。人々を招待して体験を共有し、人類が直面している貿易問題について取り上げます。

#### **活動紹介** スリランカ: 貧困の根絶

スリランカの Baddegama と Madampe において、YWCA は、無職の女性や定収入のない女性、また従来の融資先から融資を受けられない女性に対し、資金・技術援助を行っています。融資は、畜産・園芸・裁縫・手工芸などの収入を生み出す活動に対して行われます。女性たちは、返済の共同責任を持つ小さなグループを作って働き、融資を返済するために週に一度、貯金を積み立てます。グループのメンバーは互いに保証人となり、その後の融資はグループ全体の返済能力に応じて行われます。プログラムを通して女性は、財源管理・企業の発展・マーケティング計画および手法のトレーニングを受け、収入を生み出すプロジェクトの成功を高めています。

## 参考資料 「経済の公正は人権です」

### 経済的、社会的及び文化的権利に関する国際規約

この規約は 1966 年 1 月 3 日に採択されました。以下は規約に記されている人権の抜粋です。

- 自決の権利。この権利に基づき、すべての人民は、その政治的地位を自由に決定し並びにその経済的、社会的及び文化的発展を自由に追求する。
- すべての人民は、互惠の原則に基づく国際的経済協力から生ずる義務及び国際法上の義務に違反しない限り、自己のためにその天然の富及び資源を自由に処分することができる。人民は、いかなる場合にも、その生存のための手段を奪われることはない。
- 人種、皮膚の色、性、言語、宗教、政治的意見その他の意見、国民的若しくは社会的出身、財産、出生は他の地位によるいかなる差別からの自由を享受する権利
- すべての経済的、社会的及び文化的権利の享有についての男女同等の権利
- すべての者が自由に選択しは承諾する労働によって生計を立てる機会を得る権利を含む労働の権利
- すべての者が公正かつ良好な労働条件を享受する権利
- すべての者がその経済的及び社会的利益を増進し及び保護するため、労働組合を結成し及び当該労働組合の規則にのみ従うことを条件として自ら選択する労働組合に加入する権利。
- 社会保険その他の社会保障についてのすべての者の権利
- 両当事者の自由な合意に基づいて成立する婚姻の権利
- 産前産後の合理的な期間において母親が特別な保護を受ける権利。働いている母親には、その期間において、有給休暇は相当な社会保障給付を伴う休暇が与えられるべきである。
- 出生その他の事情を理由とするいかなる差別もなく、すべての児童及び年少者が保護及び援助のための特別な措置を受ける権利。児童及び年少者は、経済的及び社会的な搾取から保護されるべきである。児童及び年少者を、その精神若しくは健康に有害であり、その生命に危険がありはその正常な発育を妨げるおそれのある労働に使用することは、法律で処罰すべきである。
- 自己及びその家族のための相当な食糧、衣類及び住居を内容とする相当な生活水準についての並びに生活条件の不断の改善についてのすべての者の権利
- すべての者が飢餓から免れる基本的な権利
- すべての者が到達可能な最高水準の身体及び精神の健康を享受する権利
- 教育についてのすべての者の権利。教育は人格の完成及び人格の尊厳についての意識の十分な発達を指向され並びに人権及び基本的自由の尊重を強化すべきである。教育は、すべての者に対し、自由な社会に効果的に参加すること、諸国民の間及び人種的、種族的、宗教的集団の間の理解、寛容及び友好を促進すること並びに平和の維持のための国際連合の活動を助長することを可能にすべきである。

## ワークショップ4 HIV と AIDS

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では HIV と AIDS の正しい情報を紹介し、HIV の予防、感染時の対応、HIV および AIDS と共に生きること、性や健康に関する人権について、ワークショップを通して紹介します。

#### どれだけの人が HIV に感染しているの？

国連エイズ合同計画(UNAIDS)の 2008 年版エイズ報告によると、07 年末時点の世界全体の HIV 感染者数は約 3300 万人で、AIDS による死者は約 200 万人。新規感染者は 270 万人で、2001 年時点の 300 万人より減少しましたが、中国・インドネシア・ロシア・ケニアなどでは、新たな感染が増加しています。日本では、2008 年 7-9 月に新たに報告された HIV 感染者数は 294 人で、3 カ月間の感染者数としては、統計を取り始めた 85 年以降最多。累計感染者数も初めて 1 万人を突破しました。(厚生労働省エイズ動向委員会) 日本は「先進国」の中で、唯一感染者数が増加して続けている国です。また、女性の割合を見てみると、HIV と共に生きる世界の 15 歳から 24 歳の若者のうち 62%を占めています。(国連エイズ合同計画／ユニセフ、2004 年)この統計は、若い女性が感染しやすい原因は何か、どうすればこの傾向を変えられるのかを検討する必要があることを示しています。

#### ポジティブに生きること

2004 年国連エイズ合同計画の推定によると、世界の 76 万人の若い女性たちが HIV ポジティブです。15 歳から 24 歳の女性たちの大半は 35 歳を迎えることなく亡くなります。しかし、HIV ポジティブの女性たちの早過ぎる死を嘆き続けてばかりはいられません。このような状況を変えるために、一人ひとりができることはないでしょうか。

まず、感染女性たちに、よりよい医療・保健サービスや、栄養のある食べ物をもっと提供できる方法はないか考えてみてください。抗レトロウイルス薬(ARV)や良質の医療・保健サービスが提供できれば、母子感染も防げ、感染女性たちの健康を改善でき、命も延ばすことができます。しかし問題は、世界の多くの女性たちが貧困や差別・政府の無理解などにより、このようなサービスを十分に受けることができていないことです。

また、HIV や AIDS に関する正しい知識を身につけ、社会にはびこる HIV 感染者に対する差別や

偏見を、どのようにすれば取り除けるか考えてみてください。HIV に感染した多くの女性たちは、たとえ治療を受ける環境にいても、周囲からの差別や偏見を恐れ、自分の状況を明らかにできず必要な助けを得られないままです。この差別は医療関係者の中にもあります。もし、HIV 感染を告白すれば、彼女たちは職を失い、医療スタッフには蔑まれ、住む家も家族も友だちも失ってしまうかもしれません。HIV に感染した女性たちは、病気と偏見という二重の苦しみを背負って生きているのです。

こうした苦難にも関わらず、ポジティブの若い女性たちは HIV の拡大と闘う強力な力になり得ます。HIV と共に生きる人々は経験と知識のある専門家であり、社会で用いられることで未来を保障する力となるのです。

## ○か×で答えてください

1. **結婚するまでセックスしなければ HIV に感染することはない。**
  - × もし夫が HIV 陽性であれば、結婚後 HIV に感染する可能性があります。
2. **HIV ポジティブの人が使った同じトイレを使うと感染する。**
  - × トイレや他のものを共有しても、感染しません。尿や便には HIV ウィルスは含まれていません。
3. **HIV 感染の危険が高いのは同性愛の男性である。**
  - × 世界的には異性間性交の方が HIV 感染率が高くなっています。
4. **性行為だけが HIV の感染ルートである。**
  - × 注射針のまわし打ちや、感染した血液の輸血などにより感染します。
5. **レイプは HIV 感染の危険を高める。**
  - セックスの強要は、女性の膣の組織や男性の肛門の皮膚を傷つけ、HIV ウィルスが簡単に体内に侵入してしまいます。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

10-20 人のグループ

### 目的:

- ・ HIV の拡大と予防についてしっかり理解する
- ・ HIV と AIDS に関する誤解を解消する

- ・ HIVやAIDSと共に生きる人、特に若い女性に対して持っている私たちの偏見に気づき、その偏見と闘えるようにする
- ・ HIV と AIDS と共に生きる若い女性の人権を理解する
- ・ HIV と AIDS に関する将来のアクションプランを導き出す

### 必要なもの

- ・ ファシリテーター2人
- ・ ファシリテーター用のノートと筆記用具
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 参加者用の画用紙や紙類(余分があると便利)
- ・ 多色のマーカー(10本ほど)
- ・ 参加者が、タテ・ヨコいずれにも並べる十分なスペース
- ・ 参加者全員の座席
- ・ 参加者の作品を展示できる壁などのスペースと、展示のためのテープや画鋏など
- ・ コンドーム(あれば女性用コンドームも)
- ・ 張形あるいはペニスの代用物

### あると便利なもの

- ・ プリステル紙(工作紙)ポスター用紙
- ・ ビーズ、葉、種、スパンコールやラメなど、のり、古包装紙、布の端切れ、廃雑誌、その他の画材
- ・ 呼び鈴、鈴(タイムキーパー用)
- ・ 休憩時の茶菓子・軽食

### 準備

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ アクティビティ内容を確認し、準備のし忘れがないようにします
- ・ 小さく折りたたんだ紙を参加者分用意します。必要事項を紙に書いておきます。(アクティビティ4参照)
- ・ フリップチャート紙に、実践するアクティビティの目的を書いておきます。

### アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう!」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2: 天才 VS 秀才

時間: 30 分

### 目的:

HIV はどのように拡大するのか、どうしたら予防できるか、若い女性にどんな影響があるかなど、HIV と AIDS に関する正しい情報を得る。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 2 人
- ・ 資料 Q&A(次ページに資料あり)
- ・ フリップチャート紙
- ・ マーカー
- ・ 鈴と台座(オプション)

### 準備:

- ・ フリップチャート紙を 2 つに分け、一方の見出しに“天才”、もう一方に“秀才”と書きます。
- ・ 鈴と台座を使用する場合は、予め配置しておきます。

### アクティビティの概要:

グループを 2 チームに分けます。HIV と AIDS、そして若い女性の状況について誰が一番よく知っているか競うために両チームとも向かい合って、一列に並びます(図参照)。1 人のファシリテーターが質問を出し、もう 1 人のファシリテーターは点数を記録します。

### ルール:

1. チームの先頭の人だけが質問に答えます。
2. 質問の後、先に手を上げるか、鈴を鳴らした人が答えられます。
3. 正解したチームは 1 ポイント獲得します。
4. 間違ったチームはポイントを獲得せず、相手チームに解答のチャンスが与えられます。
5. 相手チームも間違えば、ファシリテーターが正解を言います。
6. 両チームとも、答え終わった人は一番後ろにつきます。次に先頭になった人同士が次の質問に答えます。

### ファシリテーターの手引き:

1. グループを「天才」と「秀才」の 2 チームに分けます。
2. ルールを説明します。
3. 参加者から質問がないか確認し、適宜答えます。
4. 図のようにチームの列をつくります。
5. ゲーム開始。1 人のファシリテーターは質問し、もう 1 人は各チームの得点を記録します。
6. すべての質問を終えたら勝敗を知らせ、HIV と AIDS について学んだことを参加者と話し合います。ほかに HIV と AIDS に関する質問はないか、新しく得た情報によって考え方や見方が変わったかなどたずねてみましょう。



### 資料:Q & A

#### 1. HIV と AID はどう違うの？

HIV は Human Immunodeficiency Virus(ヒト免疫不全ウイルス)の略語で、人の免疫力を激減させるウイルスです。感染すると、白血球の中のT細胞が減少し、日和見感染症(健康な人なら通常かかることがない感染症)などにかかりやすくなります。HIV が原因で、日和見感染症にかかり体調が悪化すると、AIDS(Acquired Immune Deficiency Syndrome、後天性免疫不全症候群)が発症したと見なされます。HIV ウィルスは潜伏期間が長く、AIDS の症状が顕著に現れるまで、7～10 年かかります。

#### HIV

- Human(ヒト)——このウイルスは、人体にのみ存在し増殖します。サルにも HIV があると云われますが、これは SIV(Simian Immunodeficiency Virus—サル免疫不全ウイルス)で AIDS の発症はなく、HIV とは異なるものです。
- Immunodeficiency(免疫不全)——ウイルスによって徐々に免疫システムが弱まり抵抗力がなくなっていくこと
- Virus(ウイルス)——とても小さいので、強度の顕微鏡でなくては見ることはできません。HIV はもちろん、インフルエンザのウイルスに対する治療法もまだ確立されていません。

#### AIDS

- Acquired(後天性)——生まれつき持っているものではない、という意味。他の感染者を介して体内に入り込むもの。
- Immune(免疫)——「Aに対して免疫がある」ということは、Aに対して安全であるということ。ある病気に対して免疫があるならば、その病気にはかからないということです。免疫システムは身体の防御システムです。それは身体を細菌感染やウイルス感染から

守るもので、異なるタイプの白血球から成り立っています。これらの細胞は絶えず体内の異物を探して退治していきます。

- **Deficiency (不全)**——損なわれていること。免疫システムが損なわれると、人は AIDS になります。
- **Syndrome (症候)**——病気の一連の症状や徴候のこと。

## 2. 検査の結果 HIV 陽性だったら、命がなくなるのでしょうか？

いいえ。現在は、抗レトロウイルス薬などの治療で何年も健康を維持できるようになってきています。そのためにも、早期発見と治療が大切です。HIV はもはや死を宣告するものではありません。

## 3. AIDS は治りますか？

いいえ。完全治療はまだありません。しかし、体内でのウイルス感染拡大を防ぐ抗ウイルス薬 (ARVs) 療法はあります。もしこの薬が適切に継続投与されれば、感染者の寿命を延ばすことはできますが、完全に治すことはできません。

## 4. HIV 検査で陰性であっても、なおかつ陽性ということがありますか？

はい。HIV 検査は血液中のウイルスへの抗体を検知します。抗体が生成されるには、3 ヶ月～6 ヶ月かかります。もし検査時期が、抗体生成前の空白期であれば HIV 陰性の結果が出ても実際は陽性である可能性があります。この期間にセックスをすれば、他の人に HIV をうつすことになります。

## 5. 夫婦間だけでセックスをする場合や、恋人など相手をよく知っている場合、コンドームをしなくても大丈夫ですか？

いいえ。多くの女性たちが夫もしくはただ一人のセクシャルパートナーから感染しています。また、誰かをよく知っているからと言って、その人の HIV との関連状況がつかめるわけではありません。セックスの前に、あなたも、あなたのパートナーも一緒に HIV 相談と検査を受けるべきです。

## 6. 女性のほうが男性よりも HIV に感染しやすいのは本当？

はい。女性生殖器官は男性器よりもさらされる表面積が大きいため、感染しやすい傾向があります。膣性交の場合、男性から女性への HIV 感染は、女性から男性への感染の約 2 倍です。

## 7. 赤ちゃんたちは母親から HIV 感染するのでしょうか？

はい。母子感染 (Mother To Child Transmission, MTCT) は、妊娠・出産・母乳を通して起こります。出産時の母子感染は、帝王切開手術をすることで防ぐことができます。母乳に代わる栄養補給と抗ウイルス薬投与により、母子感染の危険を減らすことができます。母乳は与えやすく栄養価も高いので、子どもの生存力を強めるものとして推奨されていますが、HIV は母乳を通して感染しやすいのです。

## 8. コンドームは HIV 感染から守ってくれますか？

はい。コンドームは 98% 感染予防に効果的です。

## 9. HIV 感染を予防するための ABC って何ですか？

HIV 感染予防を呼びかけるため、「Abstain(セックスを慎むこと)、Be faithful(誠実であること)、use a Condom(コンドームを使用すること)」というスローガンがよく使われています。しかし、この ABC 方式は、15 歳から 25 歳の何万という女性たちの感染予防には年々役立たなくなってきました。それは、女性たちが ABC 方式を実行しないからではなく、そこには男性の性行動や女性の人権を尊重することの欠如など、複雑な理由が絡んでいます。

### A(セックスを慎むこと)

女性自身がセックスを慎む心構えでいても、女性は、望まないセックスを強要される危険に常にさらされています。世界の女性たちの約 20%は、最初のセックスは強要されたものだったと報告しています。アムネスティー・インターナショナルは、世界の女性たちの 5 人に 1 人はレイプまたはレイプ未遂の被害にあうと推定しています。レイプという暴力ではないにしても、あなたやあなたの女友だちは、彼からセックスを無理に迫られたり、コンドームを使わないセックスをお願いされたことはありませんか。そのような状況で、HIV 感染を防ぐために、若い女性から「いやだ」と意思表示することは容易ではありません。また、意思表示をしても、その気持ちは尊重されず、結局望まないセックスを強要されるということが、日常的に起こっており、女性の HIV 感染率は上昇し続けています。

### B(誠実であること)

国連エイズ合同計画は、既婚の若い女性のほうが、同年代の性行動の活発な女性たちよりも HIV に感染しやすい傾向があると報告しています。よって、たとえ結婚前は処女で、結婚後は夫とだけセックスをするという女性であっても、夫が HIV 陽性であれば感染してしまいます。単に 1 人のパートナーに誠実であることは、HIV 感染を避ける有効な方法ではないのです。その 1 人のパートナーがすでに HIV 陽性かもしれないのに、一方の誠実な妻は、信頼の名の下、感染リスクの高い性行為に対してあまりにも無防備であるからです。信頼は良い関係作りには役立ちますが、若い女性を HIV 感染から守ることはならないのです。

### C(コンドーム、または女性用コンドームを使用すること)

コンドームは、HIV 感染や他の多くの性感染を避けるのに有効なものとして推奨されています。では何故みんながこれを使うとは限らないのでしょうか？まず、多くの若い女性たちにとって、コンドームの箱をもってレジに行くということは、まだまだ抵抗がある行為です。レジやまわりの人に「ふしだらな女性」というレッテルを貼られかねません。また、最近は女性用コンドームもありますが、値段が高い上ほとんど手に入りません。また、夫や恋人にたいして、「コンドームを使って」と切り出すことは、ともすれば、相手を信用していない言葉と捕らえられ、ふたりの関係が悪化したり、暴力の火種になりかねません。また、もしパートナーが「性感が悪くなるからいやだ」といったらどうしますか？

若い女性たちは、このような会話の落とし穴にはまることを避けて、良い結果を生み出す方法を身につける必要があります。

### その他の要因

紹介したこれらのことが、HIV 感染予防のすべてというわけではありません。世界を見渡すと、若い女性たちの選択の自由は、貧困・教育の欠如・情報格差・抑圧的なジェンダー規範などによって、ずいぶん制限されているのです。若い女性たちにとって HIV 感染を避けることは、ABC 方式のように簡単なものではないことは明らかです。けれども、このような課題を理解することで、私たちはそれらに十分取り組み、対処できるようになるのです。

## アクティビティ 3: はじめまして(HIV の拡大について知ろう)

時間: 1 時間

### 目的:

- HIV と AIDS に関する誤解を解く
- HIV がいかに早く人々の間に広まるか、いつも正しくコンドームを使うことがいかに拡大を防げるかを示す
- 参加者に自分の HIV 状況を知ることの大切さを示し、検査に行くよう促す

### 必要なもの:

- ファシリテーター 1 人
- 参加者 1 人につき 1 枚の小さなメモ用紙
- フリップチャート紙(模造紙)
- 多色のマーカー
- 人数分の座席
- コンドーム(あれば女性用コンドームも)
- 張形、もしくはペニス代用物

### 準備:

- ファシリテーターは、紙に次のアルファベットを枚数分書き、書き終えたら中が見えないようにして折っておく。  
「X」=2枚、「C」=2枚、(女性用コンドームがあれば、「FC」=1 枚)、「N」=残り全部
- 椅子を輪に並べて、参加者に座ってもらう。

### アクティビティの概要:

参加者は輪になって座り、ファシリテーターから 1 枚ずつ紙を受け取ります。中身を確認し、ゲームが終わるまで他の人には秘密にします。次に、参加者は輪の中を歩きまわり 3 人の人と握手をします。握手を求められて拒否することもできますが、席に着く前に必ず 3 人の人と握手をしなければなりません。全員が席に着いたら、ファシリテーターは紙に書かれている文字の意味を明かします。参加者の反応を中心に議論を進め、質問に答え、自分の状況を知ることの大切さに気

付いてもらいます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に1枚ずつ、折りたたんだ紙を渡します。
2. 紙に何が書いてあるか他の人には見せないように注意します。ゲーム終了後に文字の意味を教えます、と参加者に伝えます。
3. 参加者に、輪の中を歩き回り3人の人と握手をするように指示します。近づいてきた人との握手を拒否することもできますが、着席前に少なくとも3人の人とは握手しなければならぬと伝えます。
4. 全員が席に着いたら、握手は性行為の意味だったと伝えます。
5. Xと書いた紙を持っている人に立ってもらい、その2人は自分がHIV陽性だと気付いていない人たちであると説明します。
6. この2人と握手をした人全員に立ってもらい、今立っている人はHIV陽性になっていて、それを知らない可能性があることを説明します。
7. その中でCと書いた紙を持っている人はいないか尋ねます。もしあれば、その人たちはコンドームをいつも正しく使っている人たちなので、座ってもらいます。(次に、FCと書いた紙を持っている人はいないか尋ねます。もしあれば、その人たちは女性用コンドームをいつも正しく使っている人なので座ってもらいます)
8. まだ立っている人たちの中で、最初に握手をした人が、Xの2人のうちの1人だった、という人はいないか尋ねます。「はい」と答えた人は、初めのたった1回の性交でHIVに感染していること、しかも女性のほうが男性よりも生物学的により感染しやすいことを伝えます。
9. 再び、今立っている人と握手をした人に立ってもらい、そのなかでCかFCを持っている人には座ってもらいます。
10. もう一度、今立っている人たちと握手をした人で、CかFCの人以外は全員立ってもらいます。
11. 最後になると、ほとんどの人が立っているはずですが、その人たちは全員HIV陽性であると説明します。動揺がしばらく収まるまで少し時間をおいてから、みんなに座るよう促し、次の話し合いのポイントを参照しながら議論を導きます。

#### 話し合いのポイント:

以下のポイントについて、ファシリテーターは議論を進め、情報提供し、まとめへと参加者を導きます。

- 参加者に、HIV陽性または陰性であることについてどう感じたか尋ねる。
- このゲームで驚きだったことは何か。このゲームで特に見えてきたことは何か。
- 1回の性行為で感染することがあることを強調する。女性が男性よりいかに生物学的に感染しやすいか説明する。
- HIVは性産業で働く人や不特定多数の相手とセックスする人、同性愛の男性だけに感染す

るものではないことを強調する。

- 検査を受けることについて今どう感じているか。検査を受けることへの抵抗感はあるか。
- 自分の状況を検査によって知ることの重要性について。
- HIV 陽性の場合、すみやかに、とるべき基本的なステップを踏まなければならないこと。
- 検査結果が陽性であっても、正しい情報を知ること、予知行動やよりよい健康ケアができるようになること。
- 告知されてからの感情を受け止めていく方法を見出すこと。信頼できる人に話す、など
- HIV 検査では、血液中のウィルスに対する抗体を検知して陽性か陰性を判断するものですが、抗体が生成されるまでに少なくとも 3 カ月はかかるので、この期間に検査を受け陰性であっても、後に陽性の判断が出る可能性があること。この空白期間にセックスや注射針の回し使い、輸血などを行うと感染が広まる恐れがあること。
- 抗レトロウィルス薬による薬物療法により、HIV の働きを抑えられること。しかし、薬を飲まなかったり、遅れて飲んだりすると、治療レベルが低下してしまう。
- 夫婦で子どもが欲しい場合、自分の健康状態を知ること、子どもの HIV 感染を予防することができること。また親が陽性でも、妊娠中の治療や母乳制限で HIV の母子感染は防ぐことができること。
- どこで HIV 検査が受けられるかを、参加者が周知しているか確認する。若者が HIV 検査やそれに続く治療を受ける際の障害となっている問題を考える。例えば、若者が、両親の承諾なしに自主的に相談や検査を受けることができないこと、など。
- 前向きな気持ちを持ち続けること。HIV 陽性だからといって世界が終るわけではなく、健康を保ち、仕事を続け、生活を送ることができること。
- HIV 感染から自分の身を守る方法、安全なセックス、自制を求める交渉の仕方について情報提供する、考える。
- コンドームや、女性用コンドームの入手先や、正しい保存や装着の方法について学ぶ。
- HIV 感染の危険なしに性を楽しむ方法について話し合う。例えば、男性、女性用コンドームを使う、キス、相互マスターベーション、など。セックスそれ自体は自然であり、汚いものではないことを参加者に理解してもらう。
- 特に無防備なアナルセックスは HIV 感染リスクの高い行為であり、単に膣挿入ではないから安全だとみなすべきでないという理解を徹底させる。
- 女性から男性へのオーラルセックスは、逆の場合より危険であること。なぜなら、膣液より精液のほうに HIV が多く存在するから。
- 友人や兄弟姉妹が仮に HIV 陽性だったら、どう反応するか。
- HIV 陽性の女性たちの、性の権利について。

## アクティビティ 4: 昼ドラをつくろう(解決法を考えよう)

時間: 1 時間

### 目的:

HIV と AIDS の問題解決について考える

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 参加者全員分の輪に並べた座席
- ・ シーンのリスト(資料参照)

### 準備:

- ・ 輪になった席をつくります。
- ・ 積極的な参加者 2 人にアクティビティの口火を切ってもらうよう予め頼んでおくと、スムーズに進みます。

### アクティビティの概要:

2 人の参加者は輪の中央で、ファシリテーターが語る昼ドラのあるシーンを即興で演じます。ファシリテーターは演出家役となって、ドラマの山場になると「カット！」と言って演技を止めます。参加者は山場で示された問題の解決法を考えます。

### ファシリテーターの手引き:

1. HIV と AIDS をテーマにした新しい昼ドラが始まった設定だと、参加者に伝えます。
2. 下のリストから 1 つのシーンを読んで、2 人の参加者にボランティア出演を依頼します。
3. 自分は演出家だと説明して、「カット！」と言ったら演技を止めてもらい、参加者に問題の解決法を考えてもらいます。
4. 参加者は演技を指示したり、キャストを交代して解決法をドラマ化したり、自分たちも他の登場人物となって「カット！」後のストーリーを演じるなどしてもよいと説明します。
5. 参加者に、1 シーンに対して複数の解決策を考えてもらい、実演してもらいます。

### 資料: 昼ドラのシーン:

- Aちゃんとその姉Bちゃんが学校にいます。2 人はBちゃんの元彼であるCくんが AIDS 関連の病気で死んだことを知ります。
- Aちゃんは優秀な学生です。一流大学への奨学金を手にしたのですが、規定の身体検査の結果、HIV ポジティブであることがわかりました。大学の入試センターから奨学金取り消しの知らせが彼女に届きました。

- AくんとBちゃんは付き合ってから6カ月になりました。Aくんはそろそろ性関係を持ちたいと思っていますが、BちゃんはHIVの感染を気にしています。
- Aさんの夫は遠い街で働いていて、一度出かけると3カ月家を空けます。Aさんはそんな夫の性生活が心配で、夫には必ずコンドームを使用するよう言っています。Aさんは一方で、赤ちゃんが欲しいとも思っています。
- 3週間前、Bさんは妊娠の嬉しい知らせを受けました。しかし今日、医者からの診察の結果、HIV陽性であることを知ります。
- AさんはHIV陽性です。しかし、掛り付けの病院スタッフ以外には、誰にもこのことを言っておりません。この病院の看護師であるBさんは、親友であるCさんの息子とAさんが手をつないで歩いているのを見ます。そして、恐らくCさんもその息子も、Aさんの状況を知らないだろうと確信します。
- Aさんと彼女の夫はどちらもHIV陽性です。AさんにAIDSの症状が出始めたとき、地域のAIDS支援機関が抗レトロウィルス療法を受けられるようにしてくれ、Aさんはそれ以降調子が良いです。しかし、具合が悪くなってきた夫には、地域の保健センターも支援機関も治療を提供することができません。
- Bさんはレイプに遭いました。彼女はHIV感染していないか心配しています。

## アクティビティ 5: 解決策のマーケット

時間: 1 時間

### 目的:

HIV と AIDS に関する将来的な対策のアイデアを考える

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 5つのグループがアクティビティをすることができる十分なスペース
- ・ 紙とマーカー
- ・ ブリistol紙(工作紙)と工作用品(オプション)

### 準備:

各グループに、紙とマーカーのセットを準備します。ブリistol紙や他の工作用品があればそれも各グループに準備します。

### アクティビティの概要:

参加者は5つのグループに分かれ、グループごとにHIVとAIDSの問題解決を導くプロジェクトを描いてもらいます。プロジェクトのコンセプトについてグループで発表し、最後に参加者全員で取り

組むプロジェクトを1つ選びます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. グループを5つに分けます。
2. 若い女性たち主導の HIV と AIDS に対処するプロジェクトを、各グループ1時間で作るよう指示します。焦点を当てる課題やテーマ、プロジェクトの形態もグループで自由に選ぶよう伝えます。テーマとして例えば、予防、偏見や差別、ポジティブの若い女性たちのサポート、アドボカシーキャンペーン(啓発活動)、ピア・カウンセリングなどがあります。
3. 最後に、みんなの前でそれぞれのプロジェクトの発表があることを説明します。発表の仕方はグループに任せます。創造力をしっかり発揮するよう励まします。
4. 茶菓の用意があれば、アクティビティ中いつでも自分で自由に取ってくださいと伝えます。
5. 終了15分前になったら、終了間近の合図をします。
6. 時間が来たら、各グループに発表をお願いします。
7. 発表が全部終了したら、全員で取り組みたいプロジェクトについてたずねます。
8. グループで1つのプロジェクトを選んだら、その計画を進める3人のボランティアを選びます。(あとは3人のボランティアを中心に、プロジェクトを実践に移してもらいます)

#### 行動しよう

感染を予防したり、HIV 感染と AIDS 発症の影響下にある人々を支援する方法はたくさんあります。以下のアイデアを読み、自分のアイデアも加えて、行動を起こして下さい。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながるでしょう。あなたの行動で世の中は変えられるのです！

- 自分の HIV に関する状況を知ってください。もし陽性であれば、十分に生産的な人生を生きること自らを懸けてください。もし陰性であれば、感染から身を守るためにあなたができるすべてをおこなってください。
- あなたの兄弟姉妹や友人たちに、男性用・女性用コンドームの使い方を教えてあげてください。
- HIV や AIDS と共に生きている人への差別に反対するよう、教会・学校・職場で話して下さい。
- 学校長に、若者のための AIDS 啓発ワークショップをおこなうよう頼んでください。
- 地域にある HIV 陽性の女性たちの会とコンタクトを取り、一緒にできることを探してみてください。

## 行動のツール：メディア・キャンペーン

### なぜメディア・キャンペーンか？

メディア・キャンペーンとは、ある期日までに特定の目的を達成するため、メディアを媒体として徹底しておこなわれる取り組みです。メディア・キャンペーンは啓発を促すのに優れた手段であり、幅広い層にメッセージをとどけるのに有効です。

### メディア・キャンペーンのヒント

- 何を言いたいかを決めます。メッセージは独特で明確でなければ届きません。HIVとAIDSは非常に多岐にわたる課題なので、キャンペーンのメッセージは、領域を絞った方が良いでしょう。例えば、検査を受ける重要性、ジェンダーの不正と HIV 拡大の関連性、あるいは抗レトロウィルス治療の世界規模での取り組みの緊急性、など。
- 伝えたいメッセージが決まったら、メッセージを届けたい対象者を絞ります。それぞれ異なる対象には、それぞれに相応しいアプローチが必要です。使用するメディア、メッセージの構成もそれに依って検討します。
- 決まったメッセージと対象者には、どんなメディアを使用すると最も効果的か見極めます。対象者に好まれるものを、ラジオ、テレビ、雑誌や新聞などから選びます。
- 選択したメディアに合ったメッセージを構成します。対象者に対しても、選択したメディアの運営母体にとっても魅力的なメッセージでなければなりません。テレビや印刷物は人を惹きつけるイメージを必要としますが、ラジオは言葉や音楽が重要になるでしょう。メディアの関心を引く要素として、興味、インパクト、意外性、斬新さ、娯楽性、知名度、独自性などが挙げられます。
- 選択したメディアの運営母体にコンタクトを取ります。その時に、次のことに注意します。
  - ・ 話しをするのにもっともふさわしい人物を把握し、直接コンタクトを取ること。
  - ・ そのメディアに相応しい形で、必要な情報を相手の眼を惹くフォーマットの資料にします。必要な情報には必ず、誰が・何を・どこで・いつ・なぜ・どのように、を忘れずに。
  - ・ 先方にキャンペーンの有用性を確信させます。この人が味方となってキャンペーンを成功に導くことになるからです。

### メディア・キャンペーンのスケジュール例

#### ～1カ月前

- メディアの連絡先リストをつくる
- メディア・キャンペーン計画を立てる：メッセージ内容、対象者、メディアの種類

#### 4～8週間前

- メディアに連絡を入れ、連絡先リストの更新をし、近日実施のキャンペーンであることを知らせる
- プレスリリース、取材願い、その他必要な公表文を書く

## 2～6 週前

- プレスリリース、公共サービスの通知文をメディアに送る

## 1～4 週前

- 取材願いをメディアに送り、イベントの記事掲載や放送をお願いする
- チラシ、ポスター、その他の広報物を配布する

## 1 週以内

- プレスリリースや取材依頼について各メディアに確認の電話連絡を入れる

### **活動紹介** ボツワナ:ピア・カウンセリング

ボツワナ YWCA は、若者に HIV 感染予防のスキルを備えさせる活動をしています。PACT—Peer Approach to Counseling by Teens(10 代の若者たちによるピア手法カウンセリング)という名称のカウンセリングプログラムを通して、1990 年以降 2 万人以上の若者たちを訓練し、同世代の若者に HIV と AIDS に関するアドバイスや情報、サポートを提供できるようにしてきました。

最初の研修プログラムで参加した若者たちは、自尊心・自己管理・価値や目標の設定について見つめなおし、HIV と AIDS 関連や一連の性と生殖に関する健康問題についての知識・情報を得ます。さらに参加者は、同世代の若者たちに行動を良い方向へ変えるよう促す力を養成するために、チーム形成力・カウンセリング手法・自信・問題解決力やコミュニケーションスキルを身につけます。男性や男の子たちには、ジェンダー不公正をなくしていくための要の役割があることから、男子・女子同数の若者たちをピア・カウンセラーとして訓練します。

PACT の卒業生たちは、自分の地域や学校で、自分たちが受けた研修課程を実践しながら、身につけた知識やスキルを人々へ伝えていくのです。月例会合が開かれ、そこで活動を評価したり、課題を述べたり、社会を巻き込む手法やプロジェクト推進スキルなどを身につける卒業研修を受けたりもします。PACT はナミビア・ジンバブエ・ケニアなど、ほかの国にも同様のプログラムを広げていくモデルとして貢献しています。国連は、このプログラムにより、ボツワナの若者たちに流行していた HIV 感染が減少したことを高く評価しています。

### YWCA の関連資料

- 『もしも誰にもうちあけなかったら』(2007、日本 YWCA)
- “If I Kept It to Myself” (2006、World YWCA)

## ワークショップ5 人権

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では、若い女性の生活と人権の関係について、若い女性を対象に作られたワークショップを紹介します。また、国内外での人権状況を学び、伝えるためのスキルの構築にも重点を置いています。

世界YWCAは次のビジョンを掲げています。「正義・平和・健康・人間の尊厳・自由・環境への配慮が女性のリーダーシップによって実現され、持続される、完全に開かれた世界を目指す」。人権は、世界YWCAのビジョンを実現するのに重要な役割を果たします。各種機関が私たち個人を、そして私たち一人ひとりが他者をどう扱うかについて最低限の基準を設定することにより、自由・公正・平和な世界がどのようなものかをはっきりと示してくれるものです。また、自分だけでなく他の人々の権利の要求と擁護のために行動が取れるよう、人々をエンパワーしてくれます。若い女性は、年齢や性別など多くの理由づけをされ、基本的権利を否定されやすい立場に置かれます。だからこそ、私たちは現在の、そして未来のリーダーとして、よりよい世界のためにこのビジョンを実現する力強い役割を果たすことができるのです。国内外すべての人の人権のための闘いに、私たちには他の若い女性たちを巻き込んでいく力があるのです。私たちの人権について、そして私たちの人権がどこに根差しているかを理解し、確認しましょう。

### 人権とは？

人権とは、一人ひとりが持つ権利です。女性・男性、少女・少年、子ども・年長者、どの人も皆持っています。それは皆、いかなる差も違いもなく、「人」だからです。人権とは、人間にあるべき根本的な基準を具体化したもので、それがなくては人は人間本来の尊厳を実現することができません。

人権は、君主や政府、または宗教のリーダーなどの権力者(機関)から与えられるものではありません。ですから、特定の国の市民または住民に与えられる憲法や権利宣言の中に記される、市民権とは異なります。

### 人権について、何に書かれていますか？

人権に関する基本文書は「世界人権宣言」で、国連で1948年に採択されました。さらに、2つの

重要な国際規約、「経済的・社会的および文化的権利に関する国際規約」と「市民的および政治的権利に関する国際規約」が 1966 年に採択され、人権宣言を強化しています。これらの文書をあわせたものが国際人権規約で、世界のすべての人々の人権の基礎となっています。

長年にわたり、国連は他の人権条約や協定を発展させ、これらを批准した国を法的に束ねてきました。条約を批准した国連加盟国は、その条約に沿って国の法律を改正し、状況の進捗を国連に報告しなくてはなりません。あなたの国が調印した条約を知ることは重要です。それは、政府が条約にきちんと従っているかを測る強力な手段となり、人々が基本的人権を享受できるように政府が責任を果たすことを促すからです。

国連は、次のような条約を発展させました。一部紹介します。

- ・特定の差別の対象になった人々に対するもの(女性差別撤廃条約(CEDAW)、人種差別撤廃に関する国際条約(ICERD))
- ・特別な保護と支援を必要とする人々に対するもの(子どもの権利条約、移住労働者権利条約)
- ・非人道的行為を定義し、禁止するもの(拷問等禁止条約)

## 人権を支える基本理念とは？

### I. 平等

人権の根拠は、“すべての人間は、生まれながらにして自由であり、かつ尊厳と権利とについて平等である”です。(世界人権宣言、第一条) (国連人権高等弁務官事務所、和訳より)

### II. 普遍

道徳や倫理に適った価値は世界で共有されるものです。政府と地域コミュニティはそれらを承認し、支持しなければなりません。しかし、権利の普遍性は絶対で変化しないとか、すべての人が同じ方法で普遍性を受け入れなければいけない、という意味ではありません。

### III. 非差別

世界人権宣言とそれに続く国際人権法の数々は、一人ひとりの役割や関係性によらず、同一の権利と責任をすべての女性・男性、少女・少年に平等に与えます。

### IV. 不可分

人権は、市民・政治・社会・経済・文化に関する権利を併せて 1 つとなるもので、ある権利は重要度が低い・必要ないなどと決めて、特定の権利を否定することはできません。

### V. 相互依存

人権は、家庭・学校・職場、そして法廷から市場まで私たちの生活すべてに関わることです。この

ように人権はすべてに繋がっており、ある 1 つの権利が侵害されると他の権利にも影響します。一方、ある分野に関わる人権状況が良くなると、他の分野での人権も改善されます。

## VI. 責任

**政府の責任:** 人権は、政府の意向で人々に与えるものではありません。また、与える人・与えない人を政府が決めるものでもありません。このような行為をおこなった政府は、説明責任を果たさなければなりません。

**個人の責任:** 人権について他の人々に教え、人権を尊重し、人権侵害や人権の乱用をしている機関や個人に対し、異議を唱える責任があります。

**その他:** 企業・NGO・教育機関など、社会を構成しているすべての組織は、人権の促進と保護について責任があります。

### 女性の人権については？

女性として最も重要な条約の 1 つで 180 の加盟国が調印したものに、女性差別撤廃条約 (CEDAW) があります。1979 年に国連で採択された CEDAW は女性のための国際人権規約と言われ、女性差別を定義し差別を終わらせる国内行動の提案をするものです。条約は、女性差別を次のように定義します。

「性に基づく区別、排除または制限であって、政治的、経済的、社会的、文化的、市民的その他いかなる分野においても、女子(婚姻をしているかいないかを問わない)が男女の平等を基礎として人権及び基本的自由を認識し、享有しまたは行使することを害しまたは無効にする効果または目的を有するものをいう」(外務省ウェブサイトより引用。条約第一部、第一条)

条約を批准した国連加盟国は、すべての女性差別を終わらせるため次のような対策を取らなければなりません。

- 男女平等の原理を法律制度に組み入れ、すべての差別的な法律を廃止し、女性差別を禁じた適切な法律を採用すること
- 確実に女性を差別から守るよう、裁判所と公共機関がその機能を果たすこと
- 個人、組織または会社などによる女性に対する差別行為を確実に減らすこと

条約は、選挙権・被選挙権を含む政治や社会生活に女性が男性と同等に参画すること、教育や健康、そして雇用の機会が女性にも男性と同等に与えられる事を通して、男女平等を実現する基礎を提供します。調印国が、法律並びに暫定的な特別措置を含むあらゆる手段をとることで、女性は人権と基本的自由を享受できるのです。

この人権条約は、女性の生殖に関する権利を保障し、性別による役割と家族の形成に根強い影響を及ぼしている文化や伝統から、女性を守るものであることを理解するのはとても重要なことです。さらに条約は、女性と子どもに国籍の取得・変更・保持の権利を保障しています。また調

印国は、形態を問わず女性の人身売買と搾取に対して、適切な処置を取ることに同意していません。

批准国は条項を実践するよう法的拘束を受けます。また、少なくとも 4 年毎に、実践状況の報告書を提出することが義務付けられています。

1999 年、国連は CEDAW の選択議定書を採択し、CEDAW に準拠しているかを監視する国連本体が、その調印国からの女性個人、または団体からの申し立てを受け、審議することが出来るようになりました。これは、人権侵害を報告する女性にとって有力な手段となります。とはいえ、もっと多くの国々が選択議定書に調印するよう、さらなる努力が必要です。180 ヶ国が CEDAW の調印国ですが、76 ヶ国だけが議定書を批准しています。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

10-20 人のグループ

### 目的:

- ・ 特に若い女性を対象に、人権について学ぶ
- ・ 世界中で女性が直面している人権問題についての意識を高める
- ・ 人権が彼女たちに与える影響について分析する
- ・ 人権を守るためのスキルを向上させる

### 必要なもの

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ 各参加者用の用紙と筆記用具
- ・ 紙とフェルトペン
- ・ フリップチャート紙(模造紙)またはホワイトボード
- ・ 展示用の画鋏(テープやピン) \* 会場で使用できるか予め確認
- ・ 質疑応答を印刷するための用紙
- ・ お菓子やチョコレートなど、アクティビティの景品となるもの
- ・ 裁判官役 1 人
- ・ 各グループにディスカッション記録用の用紙と筆記用具
- ・ テーブル 2 卓と参加者数分の椅子

- ・ 部屋を法廷らしくする小道具
- ・ 自国における人権問題についての情報で、証言資料として活用できるもの。(インターネットの接続ができる会場であれば、会場で情報入手していく方法も良いでしょう)
- ・ 手紙を書こうキャンペーン(アクティビティ 6)のアイデアを書くためのホワイトボードまたはフリップチャート紙(模造紙)

## あると便利なもの

休憩時の茶菓子・軽食

## 準備

- 後に紹介する「ワークシート A」、「配布資料 A」、「配布資料 B」のコピーを参加者数分とりまします。
- 後に紹介する「ワークシート B」の人権リストを切り抜き、これを参加者が取り出しやすい小箱や籠などの入れ物に入れておきます。
- 後に紹介する「付録:世界人権宣言」を見直し、一つひとつの権利の意味をよく理解しているかどうか確認します。詳細は国連のウェブサイト [www.un.org](http://www.un.org) のほか、人権宣言に関する書籍などが参考になります。
- 後に紹介する、「Q&A」(質問と解答)を切り抜き、質問と解答をそれぞれ切り離します。
- 参加者が親しく交われるよう、十分なスペースを確保します。また、ペアになる際に早く相手を見つけた人たちが座って待つための椅子を、部屋の隅に用意します。
- 参加者がアイデアに詰った場合に備え、予備のシナリオを必ず用意します。
- 部屋の正面に、テーブル 2 卓とそれぞれに椅子 1 脚を配置します。1 つは裁判官用に、もう 1 つは証言者用です。その他の椅子は、傍聴者用に列に並べます。
- グループ作業のため、十分な思考と作業ができる場になるよう配慮します。
- アクティビティ 5 で紹介する「裁判における女性の人権」は、手紙を書こうキャンペーンの絶好の例になるでしょう。また、ほかに使えそうな例も考えておきましょう。

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2: 人権クイズ

時間: 30 分

### 目的:

- ・ 参加者に人権について考えてもらいます。
- ・ ディスカッションやグループ作業のための準備運動です。

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 後に紹介する「ワークシート A」
- ・ 参加者全員分の筆記用具

### 準備:

「ワークシート A」のコピーを参加者全員分とります。

### アクティビティの概要:

全 7 問が記載されたワークシートが参加者に配られます。参加者は人権についての自分の知識を確認します。人権についてあまり知らない参加者にとっては、これが考えるきっかけとなるでしょう。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を迎え、人権に関するワークショップの目的を説明します。そして、今日おこなう事の概要を伝えます。(5 分程度)
2. 「ワークシート A」を参加者に配り、それぞれ完成してもらいます。(10 分程度)
3. 次に、「ワークシート A」の設問を一つひとつ見ていきます。参加者に解答を促します。1つの解答が出た後もほかに答えがないか尋ね、できるだけ多くの参加者を巻き込み、答えを共有します。(15 分程度)
4. すべての解答を終えたら問題の難易について尋ねます。全問正解の人、1 問不正解の人…というように参加者に聞いても良いでしょう。

## ワークシート A: 人権クイズ 質問例

- Q1. 人権にはどのようなものがあるか 1 つ挙げてください。
- Q2. 人権のために活動している団体(NGO)や国際機関を 1 つ挙げてください。
- Q3. 最も酷いと思った人権侵害を 1 つ挙げてください。
- Q4. 私たちの人権について述べられている文書を 1 つ挙げてください。
- Q5. 人権が無視されていると思う国を挙げてください。
- Q6. 子どもたちの権利について挙げてください。
- Q7. 著名な人権活動家を挙げてください。

## ワークシート A: 人権クイズ 解答例

**Q1. 人権にはどのようなものがあるか 1 つ挙げてください。**

予想される答に備え、世界人権宣言の要約を参照します。

**Q2. 人権のために活動している団体(NGO)や国際機関を 1 つ挙げてください。**

予想される団体には、YWCA、アムネスティ・インターナショナル、ヒューマン・ライツ・ウォッチ、国境なき医師団、などがあります。なじみのない団体の場合は、解答者に団体について簡単な説明をしてもらいます。

**Q3. 最も酷いと思った人権侵害を 1 つ挙げてください。**

それぞれの解答を分かち合い、それらがどのように人権を侵害するのかを尋ねます。

**Q4. 私たちの人権について述べられている文書を 1 つ挙げてください。**

1 つには世界人権宣言。人権についてより広い知識を持つ参加者は、市民的および政治的権利に関する国際規約、経済的・社会的および文化的権利に関する国際規約、子どもの権利条約、女性差別撤廃条約などを挙げるかも知れません。その場合は、これらの条約の解答者に概要を説明してもらいます。

**Q5. 人権が無視されていると思う国を挙げてください。**

国名と関連する人権侵害について挙げてもらいます。

**Q6. 子どもたちの権利について挙げてください。**

予想される解答は、生命、名前、国籍、考え方、養育、健康とケア、社会保障、生活水準、教育、文化、休息と余暇、情報、法的支援を受ける権利などがあるでしょう。さらに、表現・思想・結社の自由、暴力・搾取・性的虐待からの自由、麻薬使用と武力紛争からの保護などがあります。子どもの権利条約の閲覧は：[www.unicef.or.jp](http://www.unicef.or.jp)

**Q7. 著名な人権活動家を挙げてください。**

予想される人物には、アウン・サン・スー・チー(民主化運動指導者、ミャンマー(ビルマ))、ネルソン・マンデラ(反アパルトヘイト運動家、南アフリカ)、ワンガリ・マータイ(2004年ノーベル平和賞受賞者)、などが挙げられるでしょう。

## アクティビティ 3: 人権の絵を描こう

時間: 1 時間

### 目的:

参加型の楽しいアクティビティで、世界人権宣言を若い女性に紹介する

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 後に紹介する「ワークシート B」
- ・ 後に紹介する「付録: 世界人権宣言」
- ・ 紙とフェルトペン
- ・ フリップチャート紙(模造紙)はホワイトボード
- ・ 展示用の画鋏(テープやピン) \* 会場で使用できるか予め確認

### 準備:

「ワークシート B」の人権リストを切り抜き、これを参加者が取り出しやすい小箱や籠などの入れ物に入れておきます。「付録: 世界人権宣言」を見直し、一つひとつの権利の意味をよく理解しているかどうか確認します。詳細は国連のウェブサイト [www.un.org](http://www.un.org) のほか、アムネスティ・インターナショナル日本 [www.amnesty.or.jp](http://www.amnesty.or.jp)、人権宣言に関する書籍などが参考になります。

### アクティビティの概要:

このアクティビティは、世界人権宣言で謳われている重要な権利をクイズ形式で紹介するものです。参加者はそれぞれ人権について 1 つ考え、それを絵で表現します。グループの人たちは絵の意味を当て、ディスカッションします。参加者はディスカッションで、絵で紹介されたような諸権利を自分の住む地域や国の人々が享受できているかどうか、その国/地域の状況を照らし合わせて考えます。各グループでのディスカッション結果を壁に貼り、全体で共有します。中でもすべての人にとって重要な人権についてはワークショップ終了まで壁に掲示し、参加者がいつでも振り返られるようにします。

### ファシリテーターの手引き:

1. 紙とペンを各参加者に配り、「ワークシート B」の切り抜きが入った入れ物から、1枚引いてもらいます。
2. 参加者は選択した人権について絵を描きます。一人権が否定され、享受され、あるいは擁護されている絵かもしれません。また、描き方が思いつかない参加者もいるでしょう。
3. 参加者を 4 人~5 人のグループに分け、1 人ずつ描いた絵をグループに見せます。グループの人たちは描かれているものがどんな人権を表しているか当てます。誰も当てられない場

合は、描いた人が絵について説明し意味を共有します。グループ全員が絵を共有したら、参加者の国や地域の人一特に参加者と同じ若い女性たちが—これらの権利を享受できているかを考えます。享受できていないと判断した場合は、排除されている人たちについて考えます。全体に報告する時のために、グループの 1 人はディスカッションの内容を記録しておきます。

4. グループ作業が終了したら、各自の絵の隅に題名(表現した人権の名称)を書き、壁に展示します。
5. 全体に向け各グループから 1 人が代表でディスカッション結果を報告します。自分たちの国や地域で享受されている人権について、またグループで確認した諸権利について報告します。ファシリテーターは、報告された人権の意味を参加者が理解しているかどうか確認します。そして、参加者に質問や感想を促します。
6. 最後に、世界人権宣言の要約(後に紹介する「配布資料 A」)を参加者に渡し、以下に紹介するファシリテーターのメモを参考にしながら世界人権宣言について紹介します。

#### **ファシリテーターのメモ： 世界人権宣言を紹介する**

- 世界人権宣言はすべての人権の基礎です。
- 1948 年国連総会で採択されました。
- すべての国連加盟国は、宣言を公表し、促進し、履行するよう求められています。
- 人間である私たち一人ひとりに等しく人権はあります。
- 人権には、人は皆平等であるという大切な基本原理があります。文化やいかなる背景を持つともすべての人に対して人権は普遍的であり、ある 1 つの権利は他の権利に強い影響あたえるという相関関係があります。また、政府・団体・個人のすべてに、人権を擁護し確実にする責任があります。
- 世界人権宣言をさらに確実にするため、国際規約が作られました。それには、市民および政治の権利、そして経済的・社会的・文化的権利が述べられています。
- 非人道的行為を定義し、特定の人々そして差別にあっている人々を保護するため、条約および協定が作られました。協定の締約国は、これら文書に具体化された人権を尊重するよう国際法の拘束を受けます。
- 女性差別撤廃条約(CEDAW)は、人権を享受する中で女性が直面している差別を特に扱っています。
- あなたにある人権を知りましょう。そうすれば、あなたは行使すべき人権を行使でき、他の人々の人権を尊重し、政府に人権を守り確実にする責任を求めることができるのです。

## ワークシート B: 切りぬいて箱に入れましょう

\* ( )は、谷河俊太郎の「世界人権宣言」(アムネスティ・インターナショナル日本 ウェブページ掲載)より

平等の権利 (みんな仲間だ)
公正な審理を受ける権利 (裁判は公正に)
意見と情報の権利 (言いたい、知りたい、伝えたい)
教育の権利 (勉強したい?)
奴隷にされない権利 (奴隷はいやだ)
思想と宗教の自由 (考えるのは自由)
生活水準を保持する権利 (幸せな生活)
拷問や辱めを受けない権利 (拷問はやめろ)
財産の権利 (財産をもつ)
休息と余暇の権利 (大事な休み)
生命・自由・安全の権利 (安心して暮らす)
国籍の権利と国籍を変える権利 (どこの国がいい?)
社会保障の権利 (人間らしく生きる)
差別を受けない権利 (差別はいやだ)
法の下での平等の権利 (法律は平等だ)
政治参加と選挙の権利 (選ぶのはわたし)
社会の文化生活に参加する権利 (楽しい暮らし)
国内外の自由な移動の権利 (どこにでも住める)
結婚の自由と家庭の保護の権利 (ふたりで決める)
職業の選択や保障、組合に入る権利 (安心して働けるように)

## 付録:世界人権宣言

### ■一般訳

#### 前文

人類社会のすべての構成員の固有の尊厳と平等で譲ることのできない権利とを承認することは、世界における自由、正義及び平和の基礎であるので、

人権の無視及び軽侮が、人類の良心を踏みにじった野蛮行為をもたらし、言論及び信仰の自由が受けられ、恐怖及び欠乏のない世界の到来が、一般の人々の最高の願望として宣言されたので、

人間が専制と圧迫とに対する最後の手段として反逆に訴えることがないようにするためには、法の支配によって人権を保護することが肝要であるので、

諸国間の友好関係の発展を促進することが、肝要であるので、

国際連合の諸国民は、国際連合憲章において、基本的人権、人間の尊厳及び価値並びに男女の同権についての信念を再確認し、かつ、一層大きな自由のうちで社会的進歩と生活水準の向上とを促進することを決意したので、

加盟国は、国際連合と協力して、人権及び基本的自由の普遍的な尊重及び遵守の促進を達成することを誓約したので、

これらの権利及び自由に対する共通の理解は、この誓約を完全にするためにもっとも重要であるので、

よって、ここに、国際連合総会は、

社会の各個人及び各機関が、この世界人権宣言を常に念頭に置きながら、加盟国自身の人民の間にも、また、加盟国の管轄下にある地域の人民の間にも、これらの権利と自由との尊重を指導及び教育によって促進すること並びにそれらの普遍的かつ効果的な承認と遵守とを国内的及び国際的な漸進的措置によって確保することに努力するように、すべての人民とすべての国とが達成すべき共通の規準として、

この世界人権宣言を公布する。

## 第 1 条

すべての人間は、生れながらにして自由であり、かつ、尊厳と権利とについて平等である。人間は、理性と良心とを授けられており、互いに同胞の精神をもって行動しなければならない。

## 第 2 条

1. すべて人は、人種、皮膚の色、性、言語、宗教、政治上その他の意見、国民的若しくは社会的出身、財産、門地その他の地位又はこれに類するいかなる事由による差別をも受けることなく、この宣言に掲げるすべての権利と自由とを享有することができる。
2. さらに、個人の属する国又は地域が独立国であると、信託統治地域であると、非自治地域であると、又は他のなんらかの主権制限の下にあるとを問わず、その国又は地域の政治上、管轄上又は国際上の地位に基づきいかなる差別もしてはならない。

## 第 3 条

すべて人は、生命、自由及び身体の安全に対する権利を有する。

## 第 4 条

何人も、奴隷にされ、又は苦役に服することはない。奴隷制度及び奴隷売買は、いかなる形においても禁止する。

## 第 5 条

何人も、拷問又は残虐な、非人道的な若しくは屈辱的な取扱若しくは刑罰を受けることはない。

## 第 6 条

すべて人は、いかなる場所においても、法の下において、人として認められる権利を有する。

## 第 7 条

すべての人は、法の下において平等であり、また、いかなる差別もなしに法の平等な保護を受ける権利を有する。すべての人は、この宣言に違反するいかなる差別に対しても、また、そのような差別をそそのかすいかなる行為に対しても、平等な保護を受ける権利を有する。

## 第 8 条

すべて人は、憲法又は法律によって与えられた基本的権利を侵害する行為に対し、権限を有する国内裁判所による効果的な救済を受ける権利を有する。

## 第 9 条

何人も、ほしいままに逮捕、拘禁、又は追放されることはない。

## 第 10 条

すべて人は、自己の権利及び義務並びに自己に対する刑事責任が決定されるに当って、独立の公平な裁判所による公正な公開の審理を受けることについて完全に平等の権利を有する。

## 第 11 条

1. 犯罪の訴追を受けた者は、すべて、自己の弁護に必要なすべての保障を与えられた公開の裁判において法律に従って有罪の立証があるまでは、無罪と推定される権利を有する。
2. 何人も、実行の時に国内法又は国際法により犯罪を構成しなかった作為又は不作為のために有罪とされることはない。また、犯罪が行われた時に適用される刑罰より重い刑罰を課せられない。

## 第 12 条

何人も、自己の私事、家族、家庭若しくは通信に対して、ほしいままに干渉され、又は名誉及び信用に対して攻撃を受けることはない。人はすべて、このような干渉又は攻撃に対して法の保護を受ける権利を有する。

## 第 13 条

1. すべて人は、各国の境界内において自由に移転及び居住する権利を有する。
2. すべて人は、自国その他いずれの国をも立ち去り、及び自国に帰る権利を有する。

## 第 14 条

1. すべて人は、迫害を免れるため、他国に避難することを求め、かつ、避難する権利を有す

る。

2. この権利は、もっぱら非政治犯罪又は国際連合の目的及び原則に反する行為を原因とする訴追の場合には、援用することはできない。

#### 第 15 条

1. すべて人は、国籍をもつ権利を有する。
2. 何人も、ほしいままにその国籍を奪われ、又はその国籍を変更する権利を否認されることはない。

#### 第 16 条

1. 成年の男女は、人種、国籍又は宗教によるいかなる制限をも受けることなく、婚姻し、かつ家庭をつくる権利を有する。成年の男女は、婚姻中、及びその解消に際し、婚姻に関し平等の権利を有する。
2. 婚姻は、婚姻の意思を有する両当事者の自由かつ完全な合意によってのみ成立する。
3. 家庭は、社会の自然かつ基礎的な集団単位であって、社会及び国の保護を受ける権利を有する。

#### 第 17 条

1. すべて人は、単独で又は他の者と共同して財産を所有する権利を有する。
2. 何人も、ほしいままに自己の財産を奪われることはない。

#### 第 18 条

すべて人は、思想、良心及び宗教の自由に対する権利を有する。この権利は、宗教又は信念を変更する自由並びに単独で又は他の者と共同して、公的に又は私的に、布教、行事、礼拝及び儀式によって宗教又は信念を表明する自由を含む。

#### 第 19 条

すべて人は、意見及び表現の自由に対する権利を有する。この権利は、干渉を受けることなく自己の意見をもつ自由並びにあらゆる手段により、また、国境を越えると否とにかかわらず、情報及び思想を求め、受け、及び伝える自由を含む。

#### 第 20 条

1. すべての人は、平和的集会及び結社の自由に対する権利を有する。
2. 何人も、結社に属することを強制されない。

#### 第 21 条

1. すべての人は、直接に又は自由に選出された代表者を通じて、自国の政治に参加する権

利を有する。

2. すべて人は、自国においてひとしく公務につく権利を有する。
3. 人民の意思は、統治の権力の基礎とならなければならない。この意思は、定期のかつ真正な選挙によって表明されなければならない。この選挙は、平等の普通選挙によるものでなければならない。また、秘密投票又はこれと同等の自由が保障される投票手続によって行われなければならない。

## 第 22 条

すべて人は、社会の一員として、社会保障を受ける権利を有し、かつ、国家的努力及び国際的協力により、また、各国の組織及び資源に応じて、自己の尊厳と自己の人格の自由な発展とに欠くことのできない経済的、社会的及び文化的権利を実現する権利を有する。

## 第 23 条

1. すべて人は、勤労し、職業を自由に選択し、公正かつ有利な勤労条件を確保し、及び失業に対する保護を受ける権利を有する。
2. すべて人は、いかなる差別をも受けることなく、同等の勤労に対し、同等の報酬を受ける権利を有する。
3. 勤労する者は、すべて、自己及び家族に対して人間の尊厳にふさわしい生活を保障する公正かつ有利な報酬を受け、かつ、必要な場合には、他の社会的保護手段によって補充を受けることができる。
4. すべて人は、自己の利益を保護するために労働組合を組織し、及びこれに参加する権利を有する。

## 第 24 条

すべて人は、労働時間の合理的な制限及び定期的な有給休暇を含む休息及び余暇をもつ権利を有する。

## 第 25 条

1. すべて人は、衣食住、医療及び必要な社会的施設等により、自己及び家族の健康及び福祉に十分な生活水準を保持する権利並びに失業、疾病、心身障害、配偶者の死亡、老齢その他不可抗力による生活不能の場合は、保障を受ける権利を有する。
2. 母と子とは、特別の保護及び援助を受ける権利を有する。すべての児童は、嫡出であるか否かを問わず、同じ社会的保護を受ける。

## 第 26 条

1. すべて人は、教育を受ける権利を有する。教育は、少なくとも初等の及び基礎的の段階においては、無償でなければならない。初等教育は、義務的でなければならない。技術教育

及び職業教育は、一般に利用できるものでなければならず、また、高等教育は、能力に応じ、すべての者にひとしく開放されていなければならない。

2. 教育は、人格の完全な発展並びに人権及び基本的自由の尊重の強化を目的としなければならない。教育は、すべての国又は人種若しくは宗教的集団の相互間の理解、寛容及び友好関係を増進し、かつ、平和の維持のため、国際連合の活動を促進するものでなければならない。
3. 親は、子に与える教育の種類を選択する優先的権利を有する。

## 第 27 条

1. すべて人は、自由に社会の文化生活に参加し、芸術を鑑賞し、及び科学の進歩とその恩恵にあずかる権利を有する。
2. すべて人は、その創作した科学的、文学的又は美術的作品から生ずる精神的及び物質的利益を保護される権利を有する。

## 第 28 条

すべて人は、この宣言に掲げる権利及び自由が完全に実現される社会的及び国際的秩序に対する権利を有する。

## 第 29 条

1. すべて人は、その人格の自由かつ完全な発展がその中にあるのみ可能である社会に対して義務を負う。
2. すべて人は、自己の権利及び自由を行使するに当たっては、他人の権利及び自由の正当な承認及び尊重を保障すること並びに民主的社会における道徳、公の秩序及び一般の福祉の正当な要求を満たすことをもつぱら目的として法律によって定められた制限にのみ服する。
3. これらの権利及び自由は、いかなる場合にも、国際連合の目的及び原則に反して行使してはならない。

## 第 30 条

この宣言のいかなる規定も、いずれかの国、集団又は個人に対して、この宣言に掲げる権利及び自由の破壊を目的とする活動に従事し、又はそのような目的を有する行為を行う権利を認めるものと解釈してはならない。

## ■谷河俊太郎、アムネスティ・インターナショナル日本「世界人権宣言」

### 第1条 みんな仲間だ

わたしたちはみな、生まれながらにして自由です。ひとりひとりがかけがえのない人間であり、その値打ちも同じです。だからたがいによく考え、助けあわねばなりません。

### 第2条 差別はいやだ

わたしたちはみな、意見の違いや、生まれ、男、女、宗教、人種、ことば、皮膚の色の違いによって差別されるべきではありません。また、どんな国に生きていようと、その権利にかわりはありません。

### 第3条 安心して暮らす

ちいさな子どもから、おじいちゃん、おばあちゃんまで、わたしたちはみな自由に、安心して生きていける権利をもっています。

### 第4条 奴隷はいやだ

人はみな、奴隷のように働かされるべきではありません。人を物のように売り買いしてはいけません。

### 第5条 拷問はやめろ

人はみな、ひどい仕打ちによって、はずかしめられるべきではありません。

### 第6条 みんな人権をもっている

わたしたちはみな、だれでも、どこでも、法律に守られて、人として生きることができます

### 第7条 法律は平等だ

法律はすべての人に平等でなければなりません。法律は差別をみとめてはなりません。

### 第8条 泣き寝入りはしない

わたしたちはみな、法律で守られている基本的な権利を、国によって奪われたら、裁判を起し、その権利をとりもどすことができます。

### 第9条 簡単に捕まえないで

人はみな、法律によらないで、また好きかってに作られた法律によって、捕まったり、閉じこめたり、その国からむりやり追い出されたりするべきではありません。

### 第10条 裁判は公正に

わたしたちには、独立した、かたよらない裁判所で、大勢のまえで、うそのない裁判を受ける権利があります。

### **第 11 条 捕まっても罪があるとはかぎらない**

うそのない裁判で決められるまでは、だれも罪があるとはみなされません。また人は、罪をおかした時の法律によってのみ、罰をうけます。あとから作られた法律で罰を受けることはありません。

### **第 12 条 ないしょの話**

自分の暮らしや家族、手紙や秘密をかってにあばかれ、名誉や評判を傷つけられることはあってはなりません。そういう時は、法律によって守られます。

### **第 13 条 どこにでも住める**

わたしたちはみな、いまいる国のどこへでも行けるし、どこにでも住めます。別の国にも行けるし、また自分の国にもどることも自由にできます。

### **第 14 条 逃げるのも権利**

だれでも、ひどい目にあったら、よその国に救いを求めて逃げていけます。しかし、その人が、だれが見ても罪をおかしている場合は、べつです。

### **第 15 条 どの国がいい？**

人には、ある国の国民になる権利があり、またよその国の国民になる権利もあります。その権利を好きかってにとりあげられることはありません。

### **第 16 条 ふたりで決める**

おとなになったら、だれとでも好きな人と結婚し、家庭がもてます。結婚も、家庭生活も、離婚もだれにも口出しされずに、当人同士が決めることです。家族は社会と国によって、守られます。

### **第 17 条 財産をもつ**

人はみな、ひとりで、またはほかの人と一緒に財産をもつことができます。自分の財産を好きかってに奪われることはありません。

### **第 18 条 考えるのは自由**

人には、自分で自由に考える権利があります。この権利には、考えを変える自由や、ひとりで、またほかの人と一緒に考えをひろめる自由もふくまれます。

### **第 19 条 言いたい、知りたい、伝えたい**

わたしたちは、自由に意見を言う権利があります。だれもその邪魔をすることはできません。人はみな、国をこえて、本、新聞、ラジオ、テレビなどを通じて、情報や意見を交換することができます。

## 第 20 条 集まる自由、集まらない自由

人には、平和のうちに集会を開いたり、仲間を集めて団体を作ったりする自由があります。しかし、いやがっている人を、むりやりそこに入れることはだれにもできません。

## 第 21 条 選ぶのはわたし

わたしたちはみな、直接にまたは、代表を選んで自分の国の政治に参加できます。また、だれでもその国の公務員になる権利があります。みんなの考えがはっきり反映されるように、選挙は定期的に、ただしく平等に行なわれなければなりません。その投票の秘密は守られます。

## 第 22 条 人間らしく生きる

人には、困った時に国から助けを受ける権利があります。また、人にはその国の力に応じて、豊かに生きていく権利があります。

## 第 23 条 安心して働けるように

人には、仕事を自由に選んで働く権利があり、同じ働きに対しては、同じお金をもらう権利があります。そのお金はちゃんと生活できるものでなければなりません。人はみな、仕事を失わないよう守られ、だれにも仲間と集まって組合をつくる権利があります。

## 第 24 条 大事な休み

人には、休む権利があります。そのためには、働く時間をきちんと決め、お金をもらえるまとまった休みがなければなりません。

## 第 25 条 幸せな生活

だれにでも、家族といっしょに健康で幸せな生活を送る権利があります。病気になったり、年をとったり、働き手が死んだりして、生活できなくなった時には、国に助けをもとめることができます。母と子はとくに大切にされなければいけません。

## 第 26 条 勉強したい？

だれにでも、教育を受ける権利があります。小、中学校はただで、だれもが行けます。大きくなったら、高校や専門学校、大学で好きなことを勉強できます。教育は人がその能力をのばすこと、そして人としての権利と自由を大切にすることを目的とします。人はまた教育を通じて、世界中の人とともに平和に生きることを学ばなければなりません。

## 第 27 条 楽しい暮らし

だれにでも、絵や文学や音楽を楽しみ、科学の進歩とその恵みをわかちあう権利があります。また人には、自分の作ったものが生み出す利益を受ける権利があります。

### **第 28 条 この宣言がめざす社会**

この宣言が、口先だけで終わらないような世界を作ろうとする権利もまた、わたしたちのものであります。

### **第 29 条 権利と身勝手は違う**

わたしたちはみな、すべての人の自由と権利を守り、住み良い世の中を作る為の義務を負っています。自分の自由と権利は、ほかの人々の自由と権利を守る時にのみ、制限されます。

### **第 30 条 権利を奪う「権利」はない**

この宣言でうたわれている自由と権利を、ほかの人の自由と権利をこわすために使うはなりません。どんな国にも、集団にも、人にも、そのような権利はないのです。

**配布資料 A: 世界人権宣言(簡易版)** ※宣言全文を参考に要約したものです

国連総会は、社会を構成するすべての人々・すべての機関が、この世界人権宣言をいつも念頭に置きながら、国連加盟国そして加盟国の管轄下にある地域の人々の間に、指導および教育によってこれらの権利と自由の尊重を促進し、(宣言の)普遍的で効果的な承認と遵守を国内的・国際的な漸進な方法によって確実にするために努力するよう、すべての人々とすべての国が達成すべき共通の規準として、世界人権宣言を公布します。

第 1 条: 平等の権利 (みんな仲間だ)

第 2 条: 差別を受けない権利 (差別はいやだ)

第 3 条: 生命・自由・安全の権利 (安心して暮らす)

第 4 条: 奴隷にされない権利 (奴隷はいやだ)

第 5 条: 拷問や辱めを受けない権利 (拷問はやめろ)

第 6 条: 法の下に人として認められる権利(みんな人権をもっている)

第 7 条: 法の下での平等の権利 (法律は平等だ)

第 8 条: 法による救済を受ける権利(泣き寝入りはしない)

第 9 条: 逮捕・拘束・追放されない権利(簡単に捕まえないで)

第 10 条: 公正な審理を受ける権利 (裁判は公正に)

第 11 条: 無罪推定の権利(捕まっても罪があるとはかぎらない)

第 12 条: 自身・家族・家庭・通信などのプライバシーを干渉されない権利(ないしょの話)

第 13 条: 国内外の自由な移動の権利 (どこにでも住める)

第 14 条: 迫害を逃れ他国に避難する権利(逃げるのも権利)

第 15 条: 国籍の権利と国籍を変える権利 (どこの国がいい?)

第 16 条: 結婚の自由と家庭に関する権利 (ふたりで決める)

第 17 条: 財産をもつ権利 (財産をもつ)

第 18 条: 思想と宗教の自由 (考えるのは自由)

第 19 条: 意見と情報の権利 (言いたい、知りたい、伝えたい)

第 20 条: 平和的集会と結社の自由の権利(集まる自由、集まらない自由)

第 21 条: 政治参加と選挙の権利 (選ぶのはわたし)

第 22 条: 社会保障の権利 (人間らしく生きる)

第 23 条: 職業の選択や保障、組合に入る権利 (安心して働けるように)

第 24 条: 休息と余暇の権利 (大事な休み)

第 25 条: 生活水準に関する権利 (幸せな生活)

第 26 条: 教育の権利 (勉強したい?)

第 27 条: 社会の文化生活に参加する権利 (楽しい暮らし)

第 28 条: この宣言を実現する社会的秩序に対する権利(この宣言がめざす社会)

第 29 条: 人格の自由と完全な発展のために不可欠な義務(権利と身勝手は違う)

第 30 条: 国・個人は上記の権利を侵害してはならない(権利を奪う「権利」はない)

## アクティビティ 4: 宝探し—女性の人権侵害を明らかにしましょう

時間: 30 分

### 目的:

- ・ 世界中で女性と少女が直面している人権問題についての意識を高める
- ・ ジェンダーによる視点から人権を再検討するよう促す

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 後に紹介する「Q&A」(質問と解答)を印刷する用紙
- ・ お菓子などの景品

### 準備:

- ・ 後に紹介する「Q&A」をばらばらに切り抜きます。
- ・ 参加者が親しく交われるよう、十分なスペースを確保します。また、ペアになる際に早く相手を見つけた人たちが座って待つための椅子を、隅に用意します。

### アクティビティの概要:

身体を動かしお互いに交わり合いながら、世界中で女性が直面している人権侵害についての知識を深めます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 「Q(質問)」または「A(解答)」を書いた紙、どちらか 1 枚を各参加者に配ります。
2. 参加者全体で混ざり、「Q」と「A」が合う相手を探してもらいます。相手を見つけたらすぐに、「宝物！」と叫ぶよう説明します。
3. 「宝物！」と叫んだペアは「Q」と「A」を読み挙げ、残りの全員は相手探しを中断して聞きます。正解したペアには、景品(お菓子など)を渡し、残りの参加者が相手を探す間着席してもらいます。正解の組すべてに景品を渡します。
4. 終わりに、次の質問をします。  
驚いたまたは衝撃を受けた統計資料や情報がありましたか。  
提起された問題は、自国の女性に関する問題でもありますか。
5. 今度は参加者自身の国やコミュニティにおける女性の人権に注目しましょう、と述べて締めくくります。

## Q&A Q:質問

- Q1. 女性差別について述べている世界条約の名称は何ですか？
- Q2. アメリカ合衆国で、毎年何人の女性がドメスティック・バイオレンス(DV)を受けているでしょう？
- Q3. 西ヨーロッパでは、毎年何人の女性と少女が誘拐や売買などの人身取引に遭い、強制売春させられたり性奴隷の扱いを受けているでしょう？
- Q4. 世界でどれほどの女性と少女が、文化的習慣である女子割礼(女性器切除(FGM)とも言われる)を受けさせられているでしょう？
- Q5. 過去 10 年間に戦争兵器として強姦が行われた 3 つの国はどこでしょう？
- Q6. 小学校に通えない 1 億 3000 万の世界の子どものうち、何人が少女でしょう？
- Q7. 女性が世界人口の半分を占めますが、世界中で女性国会議員が占める割合は何パーセントでしょう？
- Q8. 若年結婚という文化的伝統により 18 歳未満で結婚する女性は、次の 10 年間で全世界で何人になるでしょう？
- Q9. 女性は、夫がセックスを求めてきたら応じなければならず、また、許可なく婚家を去ることはできないと法律で定めている国を 1 つ挙げてください。
- Q10. 刑を受けずに妻を殺すことができる国を 2 つ挙げてください。
- Q11. 女性の自動車運転を禁止している国はどこでしょう？
- Q12. 強姦されたことの証明のために、最低 4 人の男性目撃者の証言を必要とする法律のある国はどこでしょう？

## Q&A A:解答

※( )内はデータ取得年。最新の情報は、各機関へ問い合わせたり、図書館やインターネットなどで調べてみてください。

- A1. 「女性差別撤廃条約」(女性に対するあらゆる形態の差別の撤廃に関する条約とも言う)。これは特に女性が直面する人権問題について述べた文書です。
- A2. アメリカ合衆国では、年間およそ 300 万～400 万人の女性が、配偶者やパートナーから暴力を受けています。(Tjaden and Thoennes、2000 年)
- A3. 西ヨーロッパでは、年間およそ 12 万人の女性と子どもが売買されます。(国際移民機関、2002 年)
- A4. 1 億 3000 万人の女性と少女が、女性器切除を受けることになるでしょう。(Rahman and Toubia、2000 年)
- A5. ボスニア、コンゴ民主共和国、東チモール。女性と少女に対する強姦と性暴力が、武力闘争下でおこなわれました。(Eaton、2004 年)
- A6. 小学校に通えない子ども全体の 3 分の 2 は少女です。(ユニセフ(国連児童基金)、1999

年)

A7. 全世界で女性国会議員が占める割合は 16%です。(ユニフェム(国連女性基金)、2005年)

A8. 1 億人の少女が、親の意向により成人前に結婚させられます。(国際女性研究センター(ICRW)、2005年)

A9. イエメン。女性は夫がセックスを求めてきたら応じなければならず、また、許可なく婚家を去ることはできません。(Yemen's Personal Status Act、1992年)

A10. ハイチとシリア。姦通で捕らえられた妻を夫は刑罰を受けずに殺せることになっています。しかし、殺害は事前に計画されたものであってはなりません。(国連人権委員会、E/CN.4/2002/83)

A11. サウジアラビアでは、法律により女性の運転が禁止されています。(アムネスティ・インターナショナル、2004年)

A12. パキスタン。被害女性が犯罪を立証するためには、レイプの目撃証言を法廷で述べることができる4人のイスラム教徒成人男性目撃者を確保しなければなりません。(アムネスティ・インターナショナル、2004年)

## アクティビティ 5: 裁判における女性の人権

時間: 2 時間 30 分

### 目的:

- ・ 参加者の国やコミュニティの女性に対する人権法の効果を分析する
- ・ 現実的な解決または仲介の方法を探る

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 裁判官役 1 人
- ・ 各グループに、ディスカッションを記録するための筆記用具と用紙
- ・ テーブル 2 卓と参加人数分の椅子
- ・ 部屋を法廷に見立てるための小道具
- ・ 自国における人権問題についての情報で、証言資料として活用できるもの。(＊インターネットの接続ができる会場であれば、会場で情報を入手していく方法も良いでしょう)

### 準備:

- ・ 参加者がアイデアに詰った場合に備え、予備のシナリオを必ず用意します。
- ・ 部屋の正面に、テーブル 2 卓とそれぞれに椅子 1 脚を配置します。1 つは裁判官用に、もう 1 つは証言者用です。その他の椅子は、傍聴者用に列に並べます。

- ・ グループ作業のため、十分な思考と作業ができる場になるよう配慮します。

### アクティビティの概要:

人権裁判所は、人権の侵害について分かち合う効果的な場です。小さなグループでおこなうこのアクティビティでは、参加者の国やコミュニティで発生している人権の侵害を明らかにし、この侵害を受けた者として、参加者がフィクションの証言を展開します。各グループから証人 1 人を出し、各証言で示された問題について全体で議論し解決策を探ります。このアクティビティを通して問題の認識を高め、それに取り組む方法を見つけます。

### ファシリテーターの手引き:

#### **PART** 準備

時間: 1 時間

1. 参加者を小グループに分け、女性の人権が自国で守られていない、または侵害されている様子を自由に出し合ってもらいます。
2. 各グループはそのうち 1 つのテーマを取り上げ、証人役 1 人を決め、人権裁判所に送ります。証人は人権侵害の影響を受けた人々の 1 人として個人証言をします—できるだけ説得力を持ち大げさに演じてください。
3. 扱うテーマに関する重要なポイントと情報を各グループで共有し、証人が証言の要点を練習し展開できるようグループで準備を手伝います。証言は、1 事例 5 分以内で準備してください。
4. 4. 資料またはインターネット接続が可能な場合、これらを利用して情報を得るのもよいでしょう。
5. 5. 小道具や衣装を使えるのであれば活用し、法廷らしい演出をしてもよいでしょう。

#### **PART** 裁判

時間: 1 時間 30 分

1. 参加者の中から裁判官役を 1 人決めます。裁判官は各グループからの証人を紹介し、法廷秩序を維持し、法廷の議長を務めます。
2. 裁判官、証人以外のすべての参加者は、熟練陪審員役です。役割は証言を聞き、示された状況に対してどのように取り組んだら良いか解決策を提示することです。陪審員が考えなければならない重要なポイント: 侵害を受けた共同体、そして政府や国際社会がその状況を改善するためにどのような行動がとれるかという事です。
3. 裁判官は各証言の終わりに小休止を取り、陪審員に証言についての意見と、状況に対し考えられる解決策を尋ねます。ファシリテーターは、フリップチャート上の「侵害を受けた共同体」、「政府」、「国際社会」の各カテゴリーにそれぞれ出された提案を書き出します。陪審

員が意見を述べたら、裁判官は短く要約し、次の証言に進みます。

4. 裁判の締めくくりとして、裁判官は陪審員と証人にお礼を述べ、閉廷します。
5. ファシリテーターは前に進み、この経験で学んだこと、発見した有益な事について参加者全体に尋ねます。
6. さらに、実社会での人権侵害について社会認識を高める方法として、また、地元の専門家を巻き込み見解や解決策を示してもらおう手段として、この裁判ワークショップが活用できることを参加者に伝えます。

## アクティビティ 6: ペンは剣より強し—手紙を書こうキャンペーンで人権を守る

時間: 1 時間 20 分

### 目的:

手紙の書き方のスキルアップをし、人権侵害を告発する

### 必要なもの:

- ・ 各参加者に紙と筆記用具
- ・ 手紙の書き方について、アイディアを練るためのホワイトボードまたはフリップチャート紙(模造紙)

### 準備:

- ・ 以下の配布資料 B を人数分コピーし、目を通しておきます。
- ・ 「アクティビティ 5: 裁判における女性の人権」で紹介された課題、もしくは参加者の身近な事例を手紙を書こうキャンペーンで取り上げると良いでしょう。

### アクティビティ概要:

人権侵害を犯した責任者や、社会に影響を与える地位にいる人物に私たちの意向を伝える最も効果的な手段として、郵送やファックス、E メールで手紙を送る方法があります。E メールは書き換えられる恐れもあるので、郵送の手紙かファックスがより良いでしょう。手紙によるキャンペーンは多くの人を巻き込み、政府に影響を与えます。不当に収監されている人や死刑執行が迫る人を解放したり、法改正を導く力になります。

### ファシリテーターの手引き:

- ・ 人権問題を述べる中で、手紙を書こうキャンペーンの影響力についてグループに説明します。(5分) 効果的な手紙の書き方について基本ルール(配布資料B)に目を通しておきます。
- ・ キャンペーンを効果的にするものは何か、手紙を上手に書くスキルには何があるか参加者

に尋ね、自由にアイデアを出してもらいます。(10分)

- ・ 配布資料 B にある手紙の書き方基本ルールに皆で目を通します。参加者 1 人 1 つずつ、ルールを声に出して読んでもらうのもよいでしょう。(5分)
- ・ 参加者に 2 人 1 組になってもらい、「アクティビティ 5: 裁判における女性の人権」で共有した 1 例を用いて政府に手紙を書く練習をします。(20分)
- ・ ペアでの練習が終わったら、少し大きなグループ、そして参加者全体で手紙を共有し、手紙へのアドバイスや感想を出し合います。(35分)
- ・ 終わりに、国内外での人権侵害に対するキャンペーンの 1 つとして、手紙を書くことの効果と重要性を再度強調し、まとめます。(5分)

### 配布資料 A: 手紙の書き方基本ルール

1. 簡潔に、1 ページ以内に収めます。
2. 常に礼儀正しくします。政府は、罵倒や怒った手紙には返事を出しません。
3. 政府が討議を受け入れるような視点で手紙を書きます。
4. その国の政治体制を尊重し現在の困難を理解している事を示します。
5. 問題の政府にイデオロギー的にまたは政治的に反対であるとの印象を決して与えないようにします。人権へのあなたの関心は、あくまで国際法の原理に則していることを強調します。
6. あなたは誰で、どのような人物かを強調し、手紙は誠実なものであり、あらゆる社会的背景を持つ人々が事の成り行きに注目している事を示します。
7. その国に特別な関心を持っているか結びつきがある場合は、これを述べ、国外からその国の良くなったイメージを見たいということを伝えます。
8. 次のように手紙を構成します。
  - ✓ 公式名、役職
  - ✓ 正式な住所
  - ✓ 儀礼に適った挨拶
  - ✓ 第 1 段落 誰またはどの団体を代表して手紙を書いているのか、そして懸念される状況は何か。
  - ✓ 第 2 段落 侵害された、または侵害された恐れのある権利は何か。
  - ✓ 第 3 段落 役人や政府にどのような行動をとってほしいか。
  - ✓ 儀礼に適った結び
  - ✓ (手書きの)署名
  - ✓ 住所氏名
9. 「数の強さ」を覚えていてください。より多くの人々が手紙を書こうキャンペーンに参加すれば、より強い圧力になるのです。
10. 政府が人権を侵害した時だけ手紙を書くのではなく、これら権利の保護と促進のために行動した時も祝福の手紙を送って下さい。

**活動紹介** ベラルーシ: 国連女性差別撤廃委員会(CEDAW)に向けたシャドウ・レポート(2004年)

2004年、ベラルーシYWCAは女性独立民主運動(WIDM)と連携し、女性の人権について勇気ある行動をとり、女性差別撤廃条約(CEDAW)のベラルーシ政府の履行についてシャドウ・レポートを提出しました。シャドウ・レポートには、ジェンダーによる固定観念、女性の人身売買、女性に対する暴力などの報告のほか、ベラルーシ政府に対する国内における女性の地位向上の勧告が含まれています。ベラルーシYWCAは、人権教育を特に若い女性をターゲットにおこなっています。また、ベラルーシで初めて人身売買ホットラインを立ち上げ運営しています。

国連女性差別撤廃委員会は、各国が女性の人権を尊重し保護しているかモニタリングしています。また、政府による自国の進捗状況説明に対し、NGOが代替案としてシャドウ・レポートを提出することを奨励しています。

ベラルーシYWCAは、政府の行動とは別に、レポート作成に必要な調査そのものが女性への貢献に役立つと信じています。

## ワークショップ6 平和

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では、紛争がもたらす影響について深く考える機会を若い女性たちに与え、紛争解決能力を養い、コミュニティの内外で平和の構築者あるいは平和の推進者となるための自信を与えることを意図しています。

「地震にも太刀打ちできないくせに、戦争に勝とうなんて」 — ジャネット・ランキン

歴史が始まって以来、人間は常に互いに争うための理由を探し求めてきたように思えます。水や土地、ダイヤモンド、石油、宗教、肌の色、あるいは世界を支配したいという1人の男の単純な欲望を巡って私たちは戦争をしてきました。この侵略行為の習わしが私たちを多忙にしました。埋葬すべき人々、再建すべき町、気遣うべき孤児、そして社会復帰させるべき難民が存在して

きました。しかし、これは、難しい仕事ではありませんでした。戦争は苦勞する価値もないもの — という戦争の重要な教訓を学ぶことの方がはるかに困難な作業でした。

戦争は正当だと主張する人たちを目にすることがありますが、組織的に陵辱され、意図的に HIV に感染させられていることを、どう正当化するのでしょうか？ 村が焼き払われ、両親が火焰に倒れるのを目の当たりにすることを、何をもって正当化するのでしょうか？ 何百万もの腕や足や生命が失われていることを、どのように正当化できるのでしょうか？

「和解は正義を伴うべきです。そうでなければ、長続きはしません。私たちは誰でも平和を期待しますが、平和は基本原則に、すなわち正義に依らなければ決して実現しません」 — コラソン・アキノ

確かに闘うべき価値のある問題も存在しますが、この闘いには巡航ミサイルや戦闘機、いや兵士でさえ必要ではありません。平和や正義、あるいは人間の尊厳を求めるための闘いは、あらゆる人々、地域に対して十分な医療・教育・住居・食料を提供する活動によって勝利することができるのです。貧困を無くし、世界の富の公平な分配を確保することによって、紛争の引き金となる核心部分を排除できます。すべての人々の人権、肌の色の違い、国籍、あるいは宗教の尊重を促進することが、憎悪の火を焚く勢力を削ぐことに繋がります。

「『母さん、戦争ってどんなことだったの？』と、授かった子どもに尋ねられるような日を夢に描いています」 — イヴ・メリアム

女性は紛争と平和の両面で重要な役割を担っています。難民の立場であっても、兵士であっても、あるいは性的暴行の被害者であったとしても、女性は、男性とは違った形で戦争を経験するし、男性に比べて色々な面で被害を受け易いものです。戦争の騒乱と破壊の最中で、女性は子どもたちとコミュニティを守り、扶養する責任を担っています。しかし、和平交渉や、戦後の社会再建のための実質的活動を行なう局面では、女性はほとんど無視されています。幸いにも、多くの女性は、平和を構築し、維持する上での女性の役割の重要性を理解していて、活躍できる機会を、ただ待っているわけではありません。ケニア人で 2004 年のノーベル平和賞受賞者のワンガリ・マータイ、母国スリランカにおける人権侵害について報告した先駆けのスニラ・アベイセケラ、コロンビア人で反戦市民イニシアチブ国民ネットワークの創始者であるアナ・テレサ・ベルナルは、より公平で平和な世界を希求する上で指導的役割を果たした女性の数少ない例です。

「私たちは若い世代で、これが私たちの未来なのです。私たちの夢が、戦争や暴力によって歪められるのを、黙って見ているというのですか？」 — ガーダ・ハダッド

若い女性として、私たちはまた、正義を拠り所とする平和を推進する権利と責任を擁護しなけれ

ばなりません。私たちが手を差し伸べて創造する未来は、そこで子どもたちを育て、私たちが年を重ねて行く世界なのです。母親、姉妹、妻、教師、ケア提供者、政治家、コミュニティの指導者、有権者、あるいは友人としての私たちの重要な役割において、私たちには状況を変え、ついには歴史の流れをも変える力があるのです。

#### **基本情報:**

- 国際赤十字は、戦争での死傷者の 2 人に 1 人は、戦闘に巻き込まれた一般市民であると推定しています。
- 平和と人類の進歩のためのアリアス基金によれば、世界の半数の国で、政府の軍事費が医療費を上回っています。
- スtockホルム国際平和研究所は、2004 年の世界の軍事支出が 9,750 億米ドルであったと推定しています。同一期間に、28 億の人々が、1 日 2 米ドル未満で、また、11 億の人々が 1 日 1 米ドル未満で生活していたと世界銀行は報告しています。
- アイスランドは軍備を持ちません。従って、軍事支出はありません。
- 世界には 30 万人を超える少年兵士が存在し、現行の 30 を超える紛争で戦闘要員として軍務についていると国連は推定しています。
- カンボジアには、その人口を超える数の地雷が存在します。1 億個以上の対人地雷が散在する国は、世界で 64 ヶ国ありますが、カンボジアはそのうちの 1 つです。

## **ワークショップについて**

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

#### **対象:**

10-20 人のグループ

#### **目的:**

- ・ 武力紛争の影響について探る
- ・ 紛争解決能力の向上を促す
- ・ 平和精神の増長を促す

#### **必要なもの:**

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ ファシリテーター用のノートと筆記用具
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー

### あると便利なもの:

休憩時の茶菓子・軽食

### 準備:

- ・ イスを輪に並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。
- ・ アクティビティ内容を確認し、準備のし忘れがないようにします
- ・ 参加者一人ひとりに、何も書いていない折りたたんだ小さな紙を用意します。そのうち1枚には“X”を書いておきます。
- ・ ワークショップの目的をフリップチャートに書き出しておきます。

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2: 商品取引市場

時間: 45分～1時間

### 目的:

外見や憶測に基づいた判断は信頼できず、不適切な結論を導く可能性があることを理解する

### 必要なもの:

ファシリテーター 1人

### 準備:

座席を円形状に配置します。

### アクティビティの概要:

参加者を2つのチームに分けます。秘密裏に、それぞれのチームのメンバーに価値(1番から各グループの女性の人数までの数字)を付けます。チームはお互いに、相手チームで最も価値が高いと思われる女性を3人選びます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を無作為に 2 つのチームに分けます。
2. 参加者は 2 つの異なる会社の在庫商品であることを説明します。
3. 参加者に、自分たちのチームの会社名と各メンバーの価値を 10 分間で決めるよう伝えます。たとえば、5 人のチームの場合、1 から 5 までの数値で価値を付けます。1 人につき、1 つの数値です(同じ数値を複数に付けることはできません)。また、1 以下、あるいはチームのメンバーの数を超える数値は付けられません。割り振った数値を他のチームに絶対に知られないようにすることを、参加者に伝えます。
4. 10 分が経過したら、ファシリテーターは在庫商品市場のオープンを宣言します。両会社(チーム)は交代で在庫商品(チームメンバー)を相手会社(チーム)に見せ、在庫商品 3 つ(メンバー 3 人)を選びます。
5. 選ばれた 3 つの商品(3 人のメンバー)は、相手会社(チーム)の商品となります。そして、自分の価値(数値)を明かします。
6. チームで商品の価値を合算し、数値が大きいチームが勝ちとなります。
7. ゲームが終了したら参加者全員で丸くなり、話し合いのポイントに従ってディスカッションします。

#### 話し合いのポイント:

- 勝って、どう感じましたか？
- 負けて、どう感じましたか？
- どんな計画や読みをして選びましたか？
- その計画や読みには、どんな効果があったと思いますか？
- うまくいった／いかなかった の決め手は何だったと思いますか？
- 選択されてどう感じましたか？
- 選択されずにどう感じましたか？
- このゲームから何を学びましたか？
- このゲームでのあなたの経験は、平和と紛争にどのように関係しますか？

### アクティビティ 3: マーケットでの殺人

時間: 1 時間

#### 目的:

武力紛争がもたらすものについて議論を深める

#### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人

- ・ 人数分の何も書いていない折りたたんだ小さな紙。そのうち1枚には“X”と書いておきます。

**準備:** 特になし

#### **アクティビティの概要:**

参加者のうち“X”が書かれた紙を受け取った人が殺人犯になります。その人にウィンクをされた人は被害者になるというルールです。参加者全員は、互いに目を合わせながら会場を歩き回ります。殺人犯にウィンクされた人は、声に出さずに 10 まで数えてから脇に出て、殺されたことを示します。殺人犯が誰であるかわかったと思ったら、参加者は大声で「犯人は〇〇さんだ！」と言います。ただし、その判断が間違っていた場合は、言った人自身も被害者となり脇に出ます。

#### **ファシリテーターの手引き:**

1. 参加者に折りたたんだ紙を手渡し、参加者には何が書かれているかを誰にも見せないように指示します。
2. 殺人犯が紛れ込んでいて、ウィンクで人を殺すと説明します。
3. マーケットを歩き回り、お互いに目を合わせなければいけないというルールを参加者に説明します。
4. 殺人ウィンクで殺された人は、10 秒間普通に振る舞ってからマーケットを離れ、「墓地」に指定されたゲーム会場の脇の方に移動しなければならないことを説明します。
5. 殺人を止めさせる唯一の手段は、殺人犯が誰であるかを勇気のある人が指摘すること。ただし、犯人が間違っていた場合は、指摘した人も殺されることを参加者に説明します。
6. 本当の殺人犯が見つかったら、参加者を集めて輪になって座らせ、話し合いのポイントに従ってディスカッションします。

#### **話し合いのポイント:**

- 常に危険な状況にあることをどう感じましたか？
- このゲームで最も印象的だったことは何ですか？
- 驚いたことは何ですか？
- 人々が死に始めたとき、どう感じましたか？
- あなたが殺されたときは、どう感じましたか？
- あなたは、マーケットに出かけるというような日常的行動の中でも、常に危険と隣り合わせという争乱状況を経験したことがありますか？ あるいは、そのような状況を想像できますか？

## アクティビティ 4: 世界戦争

時間: 1 時間

### 目的:

- ・ 戦争、紛争、およびその解決策について、自由にディスカッションする
- ・ 紛争解決のための、暴力によらない色々な手段を考える

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー
- ・ 床面に境界線を引くためのテープ、チョークその他

### 準備:

- ・ 輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。
- ・ チョークで線を引く、ロープを置く、あるいは椅子を並べるなどして床に境界線を設けます。

### アクティビティの概要:

参加者を 2 つのグループに分け、それぞれ異なる部族とします。漁業に欠かせない大きな湖の所有権をそれぞれの部族が主張します。あらかじめ選出された 2~3 人の参加者は公平な立場で、2 つの部族間での論戦の結果に基づいて所有権の帰属を判定します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者は、争いあう 2 つの部族であることを説明します。
2. 公平な立場の役として、2~3 人を最初に選出します。※残りの参加者が、同数の 2 つのグループに分けられるように調整します。
3. 残りの参加者を、無作為に 2 つのグループに分け、床に引いた境界線を挟んで対面させます。
4. 公平な立場の人たちが各論戦の開始と終了、また、論戦ごとに誰が勝ったかを相談し発表します。より多くの論戦を制したチームがその湖を勝ち取ります。
5. 参加者にこの論戦について次のルールを説明します。
  - a. 相手の体に触れないこと。
  - b. 体のどの部分も境界線を越えてはならないこと。
  - c. 論戦の当事者は、言い争う際に次の 3 つの中から 1 語しか選べません。「そうです」、「違います」、または「多分そうでしょう」のいずれかを選択します。
6. 論戦は争う各メンバーが、選択した言葉を繰り返し強力に発することによって行ないます。言

葉をより強圧的にするために、抑揚を変えたり、威嚇的な体の動きを用いることができます。

7. 公平な立場の人たちは、各論戦をいつ終了させるか、また、誰が勝ったかを相談して決めます。負けた人は床に屈んで、相手チームのメンバーによって収容されます。
8. 両チームの全てのメンバーが論戦し終わったら、どちらのチームが湖の権利を勝ち取ったかを宣言します。
7. 参加者を集めて輪になって座らせ、話し合いのポイントに従ってディスカッションします。
8. 勝敗を決める手段として戦争に代わるアイデアが参加者から出されたら、フリップチャート紙に書き上げます。

### 話し合いのポイント

- 勝って、どう感じましたか？
- 負けて、どう感じましたか？
- 判定は公平だったと思いますか？
- 争いは意見の相違を解決するための良い手段だったと思いますか？
- 争いのもたらしたものは何でしたか？
- 争いのこのような結末は、どうすれば回避できましたか？
- 争いを防ぐために何ができましたか？

## アクティビティ 5: 紛争や戦争の解決

時間: 1 時間

### 目的:

暴力によらない、争いの解決のスキルを身につける

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター 1 人
- ・ 後に紹介する「紛争の状況」リスト

準備: 特になし

### アクティビティの概要:

参加者を3つまたは4つのグループに分け、各グループに紛争のシナリオを渡します。各グループには、渡されたシナリオに示された状況に対する和平プランを20分間で考えてもらいます。ファシリテーターは無作為に各グループから1人～2人を指名し、そのグループが検討した紛争の状況について一緒にロールプレイをします。グループの他のメンバーは、指名されたメンバーをサポートします。指名されたメンバーは、いつでも芝居を中断し、仲間にアドバイスを求めることがで

きます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を 3 つまたは 4 つのグループに分けます。
2. 各グループに 1 つの紛争のシナリオを渡し、その紛争を解決するために効果的な、暴力によらない方法を検討するために 20 分の時間が与えられることを説明します。
3. 検討した方法を説明するために、各グループから 1 人または 2 人以上のメンバーが、ファシリテーターと一緒にロールプレイを行なうことを説明します。
4. 順番が回ってきたグループは、まず、ファシリテーターに解決策を説明します。そして、ファシリテーターは紛争の当事者の役割を、ファシリテーターに指名されたメンバーは紛争の調停者の役割になり、ロールプレイで解決策を実演します。
5. グループの他のメンバーは、指名されたメンバーのそばにいるように指示します。ロールプレイをする人は、サポートが必要なときはいつでもロールプレイを中断し、グループにアドバイスを求めることができます。
6. 各グループとのロールプレイが終わったら、各グループが採用した紛争解決策についてディスカッションし、改善のための指導をする時間をとります。

#### 紛争の状況:

- アワン政府は、すべての人々への水の供給を約束しました。村々は、工事のための労働力の提供を承諾しました。しかし政府は、資材価格の高騰を理由に事業から後退してしまいました。略奪や破壊を伴う無秩序な抗議行動が、アワン中で広まりました。アワンの人々から尊敬されている社会的なリーダーとして、あなたはどのように平和的な解決に向けて交渉を進めますか？
- 交通量の増大による道路の拡幅工事のため、幹線道路の両側の住民が転居を迫られています。ところが、道路の西側の住民に対する補償額は少なく、転居までの期限も短くされたため、幹線道路の両側の住民の間に軋轢が生じました。道路西側の住民リーダーとして、あなたはどのように和解を調停しますか？
- ある女性グループが仕事の契約をしました。完成すれば報酬が支払われるという契約でした。グループのうち 2 人は病気になったため 1 日しか働けませんでした。病気になった 2 人は貧しくお金が必要なので、他のメンバーと同じく全額を受け取るべきだと言う女性もおり、グループ内で対立が生じました。病気になった当事者の 1 人の立場で、和解策を見つけてください。
- 15 歳になるある女性は YWCA についてとても良く理解していますが、年長の女性が、彼女は若すぎると考えていることを理由に、テレビ番組で YWCA について話す機会を与えられずにいます。この若い女性の立場で、和解策を見出してください。
- ある姉妹は大災害の影響で生活に困った際、家族 4 代で引き継がれてきた農地を売却しました。状況が改善した現在、姉妹は土地を取り戻したいと思っています。新しい土地所有者

はこれを拒否していますが、村人の大多数は姉妹と同じように大災害で被害を受けており、この災難に乗じて利益を得た新しい土地所有者に対し苦い思いを持っているため、姉妹を支持しています。新しい土地所有者の立場で、和解策を見出してください。

- 政府は海浜政策の中で、すべての市民が浜や海を平等に利用できることを掲げています。ところが、美しさで有名な浜辺にリゾート・ホテルが建設され、今では高額な入浜料金が課せられています。この浜辺の地域住民の間で怒りの声が高まっています。地域のリーダーとして和解策を見出してください。

## 行動しよう

平和のために行動する方法はたくさんあります。以下のアイデアを読み、自分のアイデアも加えて、行動を起こして下さい。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながるでしょう。あなたの行動で世の中は変えられるのです！紛争の状況を理解し、どうすれば、平和を創りだせるかを学んでください。新しい知識を友だちや同僚、家族、さまざまな人と共有しましょう。直接的であろうと、間接的であろうとあなたの国や地域に関する紛争の状況に特別な注意を払ってください。それは、あなたが最大の影響を与え得る状況であるかも知れないからです。

- パレスチナの YWCA と連絡をとって、中東における正当な和平への希望を抱き続けるためのオリーブの木キャンペーンに参加してください。
- 国際的に認知された平和を祈念する日に注目してください。これらの日を祝う NGO や市民グループを探してみてください。また、あなた自身が平和活動グループを立ち上げてもいいですね。
- 6月25日～7月1日 非自治地域の人々との連帯週間
- 9月21日 国際平和デー
- 10月24日～30日 軍縮週間
- 10月17日～23日 YWCA 非暴力週間
- 11月29日 パレスチナの人々と連帯する国際デー
- 11月25日～12月10日 ジェンダーによる暴力に対する16日行動

## 行動のツール：平和のためのビジル※

### ビジルをする理由は？

平和集会は、参加者が平和に対する決意を表わす絶好の場になるだけでなく、社会の多くの人々に暴力と武力紛争の現状を伝え、認識を高める機会になります。ビジルは戦争と平和について、意義のある対話を促すことができるのです。

※ビジルは徹夜を意味する言葉です。平和行動では多くの場合、人々が公共の場に集まってキャンドルを灯し、特定の事柄のために祈ったり、話したり、平和行進することなどをビジルと呼んでいます。

### ビジル実施のヒント:

- ビジルの成功は、熱意がありクリエイティブな企画・推進者の存在が決め手になります。企画・推進の中心となるグループを作ってください。
- どのようなタイプのビジルをしたいのかを決めます。ビジルは 1 回限りのイベントとしてでも、また定期的なものとしても実施できます。(例えば、毎週日曜の夜)
- 通りすがりの人たちの視覚に訴えることができるものを取り入れます。例えば、
  - ・ 参加者全員が同じ色の服を着る
  - ・ 参加者全員がキャンドルを持つ
  - ・ 大きなプラカードやバナー
- 質問をしたり、パンフレットを配布したり、請願のための署名を集めるなどして、通りすがりの人たちと交流する人を何人か決めます。
- できるだけ多くの人の目にとまる時間と場所を選びます。特に、場所はわかりやすいところが良いでしょう。また、その場所を使用するために必要な許可が取れていることを確認してください。
- ビジルは合法的なものであることを忘れずに。地域の警察署その他の管轄に確認してください。
- ビジルの参加者が道路へ出るのを阻止されたり、道路へのアクセスが制限されないようにしてください。

### **活動紹介** パレスチナ: 希望を抱き続ける

半世紀以上も続いている武力紛争下にあつて、パレスチナ YWCA は平和な未来への希望を抱き続けることの大切さを強調しています。オリーブの木はパレスチナの人々にとって希望のシンボルです。オリーブの木キャンペーンは、イスラエルの占領下にあつて武力により引き抜かれなぎ倒されたオリーブの木のうち、5 万本を植え直すことを目的としています。(2006 年)

このキャンペーンは、生計の手段としてオリーブ産業に従事している人々に希望を取り戻します。また、木を植え直す資金を調達するために世界中から寄付を募ることによって、紛争についての国際的な認識を高めます。パレスチナ YWCA は、東エルサレム YMCA と協働で、オリーブの実収穫や植林を国際的に展開する JAI(Joint Advocacy Initiative)も組織しています。こうした努力によって、非暴力の手段でパレスチナの人々と連帯し、パレスチナにおける紛争と人々の生活の実態について知り、理解を深める道が開かれているのです。

パレスチナ YWCA

P.O.B. 20044

Off Nablus Road, Wadi El-Joz Jerusalem

Tel: 972 2 6284654 Fax: 972 2 6284654

Eメール: [ywca@ywcapalestine.org](mailto:ywca@ywcapalestine.org)

## ワークショップ7 自尊心とボディー・イメージ

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では、若い女性の自尊心とボディー・イメージの意識向上を目的としたワークショップを紹介します。自尊心を高めることのほか、他の女性の支援もできるようになることを目的としています。

若い女性たちはきれいになりたいと思うあまり、自尊心を失い、自分の外見を恥じ、自分は無価値な存在であると思い悩んでいます。

欧米ではバービーが、アジアでは色白のパッチリ目が、外見に違いはあるにせよ、コンセプトは世界共通です。成功するために、女性は世間によって決められた美の基準に近づこうとします。世間の基準できれいでない女性は、仕事で成功したり学年トップの成績で卒業したとしても、きれいな女性とくらべて過小評価されることがあるでしょう。また、一般的な成功の指標とされる「結婚」が難しくなることもあるでしょう。

女性の価値は男性に対してどれだけ魅力があるかで決まることを、世の中は証明しています。その証拠に、男性より稼ぎの多い職業が、モデル業と性産業の2つに限定されるからです。

### きれいにもなう問題点

魅力的な女性になりたいという願望はごく普通のことです。けれども、美しさの定義がほとんどの女性にとって限定的で、不健康で遺伝的に非現実的なものになったときに、問題は起こるのです。例えば、アメリカでは平均的なモデル体型は身長約 180 cm で体重約 53kg です。一方、平均的なアメリカ人女性は身長約 162.6 cm で体重約 63.5kg。米国保健社会福祉省によると、モデル体型は痩せ過ぎで健康的ではありません。一方、平均的な女性体型は、身長に対する体重が健康的な範囲内です。実際、健康体重の西洋人女性の約 45%は、自らを体重過多と思い込んでいるのです。

豊かな国の女性だけが、容姿に悩んでいるわけではありません。アジアやアフリカの女性たちの間では、きれいになろうと発がん性の美白製品を使用することがめずらしくはないのです。

## 美の野獣を輸出

国際化と西洋文化の普及が、世界の女性たちを窮地に追いやっています。かつてアフリカ、中南米、カリブ共同体では、もって生まれた体型が昔から良しとされ、むしろ好ましいと思われてきました。しかし現在、拒食症や摂食障害等の女性が増加し始めています。南アフリカのズールーランド大学の調査によると、若い女性は「現代の」美の基準を目指して痩せたがっていて、多くの女性がテレビや雑誌に出てくる女性のようにになりたい、と明言しています。南アフリカの女性たちは、最近の服は小さめ作られているので、もっと痩せなきゃという思いに駆り立てられるとも述べています。アルゼンチンの女子学生たちは、拒食症をスーパーモデル現象と呼び、そうした症状になりたいと思っている女性もいます。アジアでは、目元を整形する女性が増加の一途を辿っています。

美しさのイメージは、胸にシリコンをいれたガリガリのブロード女性、という狭まった一つの方向にゆっくりと確実に進んでいます。

## 美しさの醜い真実

若い女性たちはきれいになりたいと思うあまり、自尊心をなくし、自分の外見を恥じ、自分は無価値な存在であると思いついて悩んでいます。自尊心を失うことによって、学校や職場での成績に悪い影響を及ぼしたり、セックス・パートナーや恋人からの暴力を受けやすくなったり、病気になったりする若い女性が増加します。その結果、人生を思いつき楽しんだり、社会を変えようと自分の可能性を試すこともできなくなってしまいます。

## データ

- Mire(2005年)によると2001年、美白市場は日本だけで56億米ドルと推定されています。アジア圏内では、中国の美白市場が急成長を遂げ、2001年には推定13億ドルを上回りました。
- 「Bliss」誌の2005年調査によると、13歳から19歳までの少女の10人中4人は美容整形を考えたことがあると答えています。アンケートに答えた少女2000人中、3分の2は平均14歳で、スタイル抜群の有名人または異性を意識しているそうです。
- Hill and Pallin が1998年、8歳の男女を対象におこなった調査によると、女子は自分の行動を認めてもらえなかったり、社会的認知や自尊感情が低い場合に、体重が適正であるにもかかわらずダイエットに走っていました。体重と自尊感情に対する自己認識は男子の場合はダイエットの重要な要因とはならず女子だけにみられた現象でした。女子は自尊感情を高めようとしてダイエットをすると調査は結論づけています。また男女共、ダイエットを意識する一番のきっかけは母親のダイエットでした。
- 869校の14~16歳の女子を対象に実施された調査によると、3分の1(36%)以上が、過去1ヶ月以内に少なくとも1度は過激なダイエット法(急激なダイエット、絶食、痩身薬、利尿薬、下剤、タバコ)を実施しており、77%の女子が「痩せ願望」があると回答しています。

(Grigg, M. 他、思春期少女の摂食障害と不健康な減量習慣。Preventive Medicine Vol 25 No 6 1996 年 p748-56 より)

- 拒食症・過食症患者の 90%は女性です。(1994 年米国精神医学会調査より)
- 女子学生約 500 人を対象におこなった調査では、10 歳の女子の 81%は、最低 1 度はダイエットを経験したことがあると答えています。(Mellin, Scully & Irwin, 1986 年より)
- 恥ずかしさもまた、女性が体型を気にする要素の 1 つのようです。Kinsey 調査では、女性は自慰習慣や同性愛経験を聞かれるより、体重を聞かれることのほうが恥ずかしいと感じるといいます。(Kinsey ほか、1953 年)
- Healthy Weight Journal (Berg, 1997 年)の編集発行人 Frances Berg 氏によると、現代の若者は痩せるためにごく一般的にタバコを吸います。現在、女子の喫煙者数は過去はじめて男子の喫煙者数を上回っており、太りたくない一心で喫煙しています。(若者の危険行動調査、1995 年米国)。女性喫煙者の 40~50%は体重をコントロールする主要な方法として喫煙し、うち 25%は、喫煙が原因の病気で死亡するとみられます。(Wolf, 1992 年, p.229、Garner, 1997 年)

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

10—20 人のグループ

### 目的:

- ・ 自尊心とボディー・イメージについての意識を高める
- ・ それらに影響を与える要因についての意識を高める
- ・ 健全な自尊心とボディー・イメージを高め、それらを持続させる方法を身につける
- ・ 他の若い女性の自尊心とボディー・イメージ向上の支援ができるようになる

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ ひも
- ・ 紙
- ・ はさみ
- ・ 全員分のペンまたは鉛筆
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 多色のマーカー

- ・ 全員が縦横どちら方向へも並ぶことのできる広いスペース
- ・ 人数分の椅子
- ・ フリップチャート紙や書いたものを貼るスペースや掲示板、画鋲やテープ
- ・ ごみ袋
- ・ 中くらいの入れ物(籠、箱等)
- ・ 種類ごとに分けたビーズの入った小さな容器を数個
- ・ 四角い小さい硬紙
- ・ レターサイズの硬紙

### あると便利なもの

- ・ プリストル紙または厚紙
- ・ 葉、種、ラメなどキラキラした手芸材料、接着剤、古い包装紙、切れ端布、古雑誌など画材として使えるもの
- ・ アップテンポな音楽
- ・ アルミ箔で作ったトロフィーやメダル(アクティビティ4)
- ・ 休憩時の茶菓子・軽食

### 準備:

- ・ イスを輪に並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。
- ・ アクティビティ内容を確認し、準備のし忘れがないようにします。
- ・ 文具をテーブルに並べるか、籠に入れておきます。
- ・ フリップチャート紙にワークショップの目的を書き出します。
- ・ 小さな硬紙に「私は自分を好きになり、それを他の人にも伝えることを約束します」と書くか印刷します。この「行動の約束」カードに署名欄と日付欄を入れます。全員分と予備の準備も忘れずに。参加者が署名した後、時間に余裕があればカードを会場に飾りましょう。
- ・ 人のさまざまな特徴を書かします。紙1枚につき1つの特徴を書きます。人数分行き渡るよう、いろいろな特徴を考えてみましょう。(アクティビティ2)
- ・ 会場内に店のスペースを作り、店名を表示します。例えば「美しさのボトル: スキンケア化粧品」、「あなたもファッションモデルに: 最新ファッション」、「魔法の指先: 美容整形であこがれのスターに」、「新しいあなた: ヘアサロン」、「スリムシルエット: 減量クリニック」など。(アクティビティ2)

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう!」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2 : お買い物ツアー

時間: 1 時間

### 目的:

自尊心とボディー・イメージの問題を提起し、話し合う

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 人物の特徴リスト(このアクティビティの最後のページに記載)
- ・ プリストール紙または厚紙
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー

### 準備:

- ・ 人のさまざまな特徴を書きだします。紙 1 枚につき 1 つの特徴を書きます。人数分行き渡るよう、いろいろな特徴を考えてみましょう。
- ・ ボディー・イメージ問題にもっとも関連性がある業種を選び、4 店舗分の場所をつくります。
- ・ 店名を表示します。例えば、「美しさのボトル: スキンケア・化粧品」、「あなたもファッションモデルに: 最新ファッション」、「魔法の指先: 美容整形でここがれのスターに」、「新しいあなた: ヘアサロン」、「スリムシルエット: 減量クリニック」などです。

### アクティビティの概要:

美容関係の店主役になってくれる若い女性を参加者の中から 4 人募ります。参加者(店主を含む)は、これから自分になる人物の特徴の記載された紙(中身が見えないように折ってある)を渡されます。参加者は中を見ずに、他の人と接する度にこの紙を手渡します。もらった人は渡された紙に書かれた人物の特徴を意識して、相手と接してください。最後に、参加者の自分への接し方をもとに、最初に渡された紙に書かれた人物の特徴(自分はどんな人物と思われて接しられていたか)を当てます。ファシリテーターは話し合いの進行役を務めます。

### ファシリテーターの手引き:

1. このアクティビティでは、架空の買い物ツアーに行くと言明し参加者に説明します。
2. ショッピング・センターの店主になってくれる人を参加者の中から 4 人募ります。おしゃれなブ

ティック、スキンケアと化粧品の店、減量クリニック、全メニュー75%オフの美容整形、美容院などから選択します。参加人数と必要に応じて、店を増やすこともできます。

3. 店主役の人に自分の店を決めてもらいます。参加者に、誰と会話するのも自由ですが、すべての店に最低1度は行くよう指示します。
4. 買い物ツアーへ行く前に、自分の特徴が記載された紙を配るので、中を見ないようにと指示します。
5. 用意した紙を一人ひとりに渡します。
6. 他の人と交流する度に紙を交換し、記載された特徴の人物だということを意識して接するよう伝えます。ゲーム終了時、自分の紙には何と書いてあったかを推測します。
7. 紙を交換する代わりに、参加者の額に張るのも良いでしょう。
8. 全店を訪問したら、戻って着席します。
9. ゲームが終了したら、紙の中身を見ます。
10. 自分がどのように扱われたか、紙に何と書いてあったかと思ったか、この経験を通じて何を感じたかを参加者に感想を述べてもらいます。
11. 参加者全員が感想を述べたら、以下の話し合いのポイントをもとにディスカッションをします。

#### 話し合いのポイント:

- ・ このゲームで一番印象に残ったことは？
- ・ ゲームから学んだことは？
- ・ 新たな発見は？
- ・ 特に好ましいと思った特徴、好ましくないと思った特徴はありましたか？その理由は？
- ・ 外見だけで扱いが違ったことに驚きましたか？世の中はどうしてそういう仕組みになるのでしょうか？
- ・ 男性や少年に対する扱いも同様でしたか？
- ・ なぜ女性や少女はきれいで魅力的になるという外見的なプレッシャーをより受けるのでしょうか？
- ・ プレッシャーの原因はどこから来るのでしょうか？家族や友人、メディア、学校、彼氏や夫、ほかには？
- ・ こうしたプレッシャーが女性や少女に及ぼす影響は？
- ・ 女性や少女がこうしたプレッシャーを感じることは、公平で正しく健康的なことでしょうか？
- ・ 外見的なもの以外にプレッシャーの原因はあるのでしょうか？例えば、女性は魅惑的でないといけない、セックスを楽しんではいけない、か弱いべきだなど。
- ・ 女性や少女の自尊心向上のためにできることはありますか？

フリップチャート紙に意見を全部書き出し、ワークショップの間、部屋に貼っておきます

人物の特徴リスト（参考）※髪の色なども自由に加えてください。

人物 1 身長：高い  
体重：太り過ぎ  
顔：美人  
髪：ショート、ストレート、傷みのないきれいな髪  
服装：エレガント

人物 2 身長：低い  
体重：痩せ型  
顔：肌荒れ  
髪：ショート、パーマ、傷みのないきれいな髪  
服装：カジュアル

人物 3 身長：標準  
体重：標準/健康的  
顔：美人  
髪：ショート、ウェーブ、傷みのないきれいな髪  
服装：スポーティー

人物 4 身長：標準  
体重：標準/健康的  
顔：普通/平凡  
髪：ロング、ストレート、傷みのないきれいな髪  
服装：セクシー

人物 5 身長：標準  
体重：太り過ぎ  
顔：普通/平凡  
髪：ロング、巻き髪、傷みのないきれいな髪  
服装：ブランド

人物 6 身長：高い  
体重：痩せ型  
顔：普通/平凡  
髪：ロング、ウェーブ、傷んだ髪  
服装：ブランド

人物 7 身長:低い  
体重:標準/健康的  
顔:魅力的  
髪:ショート、ストレート、傷んだ髪  
服装:セクシー

人物 8 身長:標準  
体重:太り過ぎ  
顔:普通/平凡  
髪:ショート、パーマ、傷んだ髪  
服装:スポーティー

人物 9 身長:標準  
体重:標準/健康的  
顔:普通/平凡  
髪:ショート、ウェーブ、傷んだ髪  
服装:カジュアル

人物 10 身長:標準  
体重:標準/健康的  
顔:美人  
髪:ロング、ストレート、傷んだ髪  
服装:エレガント

人物 11 身長:高い  
体重:標準/健康的  
顔:普通/平凡  
髪:ショート、ストレート  
服装:エレガント

人物 12 身長:低い  
体重:太り過ぎ  
顔:魅力的  
髪:ショート、ストレート  
服装:カジュアル

人物 13 身長:標準  
体重:痩せ型  
顔:普通/平凡  
髪:ショート、ストレート  
服装:スポーティー

人物 14 身長:標準  
体重:標準/健康的  
顔:美人  
髪:ショート、ストレート  
服装:セクシー

人物 15 身長:標準  
体重:標準/健康的  
顔:肌荒れ  
髪:ショート、ストレート  
服装:ブランド

人物 16 身長:高い  
体重:太り過ぎ  
顔:美人  
髪:ショート、ストレート  
服装:ブランド

人物 17 身長:低い  
体重:標準/健康的  
顔:普通/平凡  
髪:ショート、ストレート  
服装:カジュアル

人物 18 身長:標準  
体重:標準/健康的  
顔:魅力的  
髪:ショート、ストレート  
服装:セクシー

**人物 19** 身長：標準  
体重：痩せ型  
顔：普通/平凡  
髪：ショート、ストレート  
服装：スポーティー

**人物 20** 身長：標準  
体重：標準/健康的  
顔：肌荒れ  
髪：ショート、ストレート  
服装：エレガント

**人物 21** 身長：高い  
体重：標準/健康的  
顔：美人  
髪：ショート、ストレート  
服装：カジュアル

**人物 22** 身長：低い  
体重：痩せ型  
顔：肌荒れ  
髪：ショート、ストレート  
服装：エレガント

**人物 23** 身長：標準  
体重：標準/健康的  
顔：普通/平凡  
髪：ショート、ストレート  
服装：スポーティー

**人物 24** 身長：標準  
体重：標準/健康的  
顔：魅力的  
髪：ショート、ストレート  
服装：ブランド

**人物 25** 身長：標準  
体重：太り過ぎ  
顔：普通/平凡  
髪：ショート、ストレート  
服装：セクシー

## アクティビティ 3 : まだまし

1 時間

### 目的:

自分の体型や個性に引け目を感じている若い女性たちが、ありのままの自分を気持ちよく受け入れるよう支援する

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 全員分のメモ用紙と筆記用具
- ・ 中くらいの入れ物(籠、ボウル、箱等)
- ・ ゴミ袋

- ・ アップテンポな音楽(オプション)
- ・ 一列に並べた椅子

#### 準備:

椅子を横一列に並べます(並んで床に座ってもよい)

#### アクティビティの概要:

参加者に、自尊心を低下させる自分の外見やその他の要因を書き出してもらいます。例えば、「足が太くて歩くとあたる」、「恥ずかしがりやで友だちができない」など。紙切れをくしゃくしゃにし、踏みつけたりたたきつけたりしてから籠に放り込みます。参加者は、横一列に並びます(座ってもよいです)。ファシリテーターは籠から適当に紙を取り出し、その内容を読みあげます。例えば、「髪が細くて我慢できない」など。列の最初の人「まだましよ」と言い、もっとひどいと思う状況が続けます。例えば、「まだましよ。まだはげていないんだから」などと言います。次の人も同じように、もっとひどいと思う状況を言います。全員が言い終わるか、言うことがなくなるまで続けます。言うことがなくなったら、籠から別の紙を取り出し、ストップした人からゲームを再開します。終わった紙は、ファシリテーターが一度破ります。それを列に戻して同じように破ってもらい、最後の方はゴミ箱に捨てます。

#### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に紙と筆記用具を渡してください。
2. 自分の外見や性格で嫌いな点を、匿名で一つだけ書いてもらいます。
3. 全員が書き終わったら、その紙を自分のネガティブな考えを克服するつもりでくしゃくしゃにし踏みつけたり握りつぶしたりするよう指示します。その際、紙を破らないよう伝えます。アップテンポな音楽を流しながらするといいでしょう。
4. ネガティブな考え方を葬り去ったら、準備しておいた籠などに紙を投げ入れ、横一列に座るよう指示します。
5. 列の一方の端にゴミ袋を置き、紙の入った籠を持ってもう一方の端に座ります。
6. これからおこなう「まだまし」ゲームについて、どのように進めるか説明します。
7. 一枚終了するごとにその紙を回して全員に破ってもらい、最後の方がゴミ袋に捨てます。
8. 全部の紙を破りゴミ袋に捨てたらゲームの感想を出し合い、話し合ってください。

## アクティビティ 4：“本当の美しさ”コマーシャル

時間: 2 時間

### 目的:

本当の美しさについて考え、啓発と意識向上を促す

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ 5 つのグループがそれぞれ動けるスペース
- ・ プリストール紙または厚紙
- ・ マーカーかクレヨン
- ・ ラメなどキラキラした手芸材料、布切れ、新聞や雑誌の切り抜き、葉っぱ、花、石、のり、はさみなど、なるべく多くの画材

### 準備:

作業スペースを確保し画材を置きます。

### アクティビティの概要:

小人数のグループで、本当の美を生み出す美容製品のコマーシャルを作ります。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者を 5 つのグループに分けます。
2. 各グループ 30 分で本当の美しさについて話し合い、残りの 1 時間で本当の美しさをもたらすような製品を考え、そのコマーシャルを作るよう説明します。
3. その製品はあくまで想像上のもので、非論理的でも非科学的でも構わないので自由な発想で考えてもらいます。コマーシャルのスタイルも、グループで自由に決めてもらいます。
4. 材料も好きなものを自由に使ってもらいます。
5. 作業の終了時間になったら知らせることを伝えます。
6. 作業中、おやつ(オプション)やトイレは自由に利用して構わないと伝えます。
7. 時間になったら全員で集まり、コマーシャルを発表してもらいます。
8. オプションで、コマーシャル最優秀賞を決定するのもよいでしょう。優勝チームには、アルミ箔で作ったトロフィーなどを用意します。優勝は参加者の拍手の大きさと決定し、優勝チームはスピーチをします。

## アクティビティ 5 : 経験の連鎖

時間: 1 時間

### 目的:

- ・ 自尊心やボディー・イメージについて今後どう行動するかアイデアを出し合う
- ・ 自尊心を高め健康的なボディー・イメージを今後広めていくことを約束する

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 「アクティビティ 2 お買い物ツアー」で、女性と少女の自尊心を高めるための提案を書き出したフリップチャート紙
- ・ マーカー
- ・ 輪に並べた椅子

### 準備:

輪の形に席をつくり、全員から見える位置にフリップチャート紙を置きます。「アクティビティ 2 お買い物ツアー」で考えてもらった提案のページを開いておきます。

### アクティビティの概要:

参加者がこれまでのアクティビティで経験したことを実行し、他の人々へも連鎖的に広めるものです。例えば、自尊心を高める方法を最低 3 人に広めます。その 3 人はそれぞれ、他の 3 人に同じことを広め、さらに 3 人も同じように広めていきます。そうすると、コミュニティ全体に高い自尊心が広がります。グループが小人数の場合はオプションとして、3ヶ月にわたってこの自尊心の連鎖を追跡し、報告してもらってもよいでしょう。また、時間に余裕があれば、連鎖して広めていく他のアイデアも出しあってみましょう。

### ファシリテーターの手引き:

1. このワークショップで得た情報や経験はこの場限りのものではなく、広めることが目的であると説明し、参加者の同意を得ます。
2. 経験の連鎖について説明します。つまり、相手の自尊心を高めるようなことをワークショップ以外で 3 人におこなうこと。そうした行為は匿名でおこなってもよく、この 3 人は、それぞれ別の 3 人に同じようにし、さらに別の 3 人にも同じように広めてもらいます。
3. ルールを説明したら、「ワークショップ 2 お買い物ツアー」で挙げてもらった自尊心を高める方法を見せます。このアクティビティのアイデアを引き出すきっかけになるでしょう。
4. 他にも思いつくアイデアがあれば出してもらいます

5. アイディアが出尽くしたら、自分に対して良い気持ちがなければ、他人を喜ばすことができな  
いと説明します。
6. 自尊心を向上するために日ごろから何かできることはないか、思いつくままアイディアを出し  
てもらいます。
7. 褒めてあげるだけで相手の自尊心を高めることができると伝え、次のアクティビティにつなげ  
ます。

## アクティビティ 6 : 人の背中で物を言う

時間: 1 時間

### 目的:

普段から自尊心を高く持てるようにする

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ レターサイズの硬紙
- ・ 四角い小さな硬紙
- ・ 画材各種(オプション)
- ・ マーカー
- ・ 粘着テープ、安全ピンなど背中に紙を貼るためのもの

### 準備:

四角い小さな硬紙に「私は自分を好きになり、それを他の人にも伝えることを約束します」と書く  
か印刷します。この「行動の約束」カードに署名欄と日付欄を入れます。全員分と予備の準備も  
忘れずに。時間に余裕があればこのカードを壁などに貼っておきましょう。

### アクティビティの概要:

参加者は紙に名前を記入し、絵柄などを自由に描きます。それを自分の背中に貼り付けます。  
全員で歩き回り、背中の紙にその人の良いところを書いてあげます。覗き見厳禁です。書き終わ  
ったら紙を回収し、適当に配布します。交代でこのほめ言葉リストを読み上げ、本人にその紙を  
返します。参加者はこのアクティビティで感じたことを話し合います。また、紙を取っておき、頻繁  
に目を通して自分にはこんな良いところがあると認識するよう勧めます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に紙、マーカーを配り、他の画材もあれば準備します。
2. 10 分間で、紙の上部に名前を記入し、絵柄なども自由に描いてもらいます。

3. 安全ピンや粘着テープを配り、隣の人と協力して紙を背中に貼ってもらいます。
4. 歩き回って他の人の背中の紙に、ほめ言葉や良いことを一つ記入するよう指示します。例えばユーモアのセンスがある、など。
5. 自分の紙を途中で見てはいけません。
6. 全員が全員からほめ言葉を記入してもらったようであれば書き込みをやめ、背中から紙を取ってもらい、ファシリテーターが回収します。
7. 紙をシャッフルして、再び配布します。このとき自分のではないのを手にするようにします。
8. 1人ずつ、紙に書いてある名前、ほめ言葉の順に読み上げてもらいます。ニナさん、あなたはユーモアのセンスがあります、というように。
9. 読み終わったら、紙を本人に渡すよう指示します。
10. 全員が終わったら、参加者にこのアクティビティの感想を聞きます。
11. ほめ言葉リストを保存し、時々読み返して自尊心を高めることを勧めましょう。
12. 「行動の約束」カードを一人ひとりに配ります。
13. 各自サインしてもらいます。そして、自分を好きになり、それを他の人にも伝えるための約束として保管しましょう、と伝えます。

## 行動しよう

女性の自尊心と健康的なボディー・イメージを促進する方法はたくさんあります。次のアイデアを参考にし、行動につなげましょう。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながるでしょう。あなたの行動で世の中は変えられるのです！

経験の連鎖の「行動の約束」に署名し、自尊心の向上を広めましょう。

女性の美に対して不健康で非現実的なイメージを宣伝する雑誌を、買わないようにしましょう。

健康管理に注意して自分をいたわり、自分自身を毎日ほめてあげましょう。

姉妹や友人が自らを卑下する悪い癖をやめるよう勧め、サポートしましょう。

そして、長所に目を向けるようにしてあげましょう。

## 行動のツール：不買運動

### 不買運動の目的

女性の身体は商品販売の宣伝に利用されることが多く、雑誌はメディアが作り出した限定的で非現実的な美のイメージに近づく方法を、女性に向けて掲載しています。そのような出版物や商品を買わないよう働きかけることが、誤った女性像に歯止めをかける効果的な方法といえるでしょう。不買によって大きなダメージを被れば、企業も立ち止まって女性が真に求めるものに着目するようになるでしょう。

## 不買運動するにあたって

- 不買運動を進めるチームを作ります。
- ターゲット商品／企業を決め準備します。消費者とメディアに対しなぜそれが不買運動の対象なのか説明できるようにしておきます。
- ターゲット企業に対し、不買運動の理由を伝えます。手紙を送付し、具体的にどこを変えればよいのかを明確に説明します。
- コミュニティに働きかけます。不買運動への参加者が増えれば増えるほど、インパクトも大きくなります。女性と少女の幸せを支援する団体と協力しましょう。例えば
  - ・ 女性と少女のエンパワメントをしている団体
  - ・ 学校(父母、教職員、児童・生徒・学生を含む)
  - ・ 母親の会
  - ・ 医師やその他の医療関係者
- 不買運動は、社会的な支援があってこそ初めて成功します。多くの人を巻き込むための提案を、いくつか紹介します。
  - ・ 人目を惹くビラやポスターを作成し、カフェや書店など、若い女性が入りやすいような場所で配布する
  - ・ 独立系、オルタナティブ(代替)メディアに記事をかく
  - ・ メール、ブログ、ウェブサイト等、あらゆる手段を駆使して人々に知ってもらう
  - ・ 主要メディアで報道してもらう
  - ・ 友人や家族、隣人を巻き込む

### **活動紹介** オーストラリア: 現実の女性像キャンペーン

アデレード YWCA では 2004 年、「現実の女性になろう。完璧なんてあり得ない」と題したキャンペーンを実施して、痩せ過ぎモデル体型がメディアで理想体型として扱われている状況に立ち向かいました。キャンペーンの目的は、オーストラリアのメディアに、コマーシャルや映画、雑誌で作り出された非現実的な架空の美を報じさせないようにすることと、体型にかかわらず、若い女性たちに自分の身体を美しいものとして受け入れるように呼びかけることでした。

同国の調査によると、痩せ過ぎの女性モデルを使ったテレビコマーシャルを見た後の女性は、「自信をなくし、自分の体重と外見に対する怒りと不満が増加する」ことが分かりました。そこで、そのような女性のボディー・イメージからの脱却と自尊心の向上を目的として、こうした 2 局面からのアプローチが実施されました。

キャンペーンの詳細は、アデレード YWCA まで。 [www.ywca.com.au](http://www.ywca.com.au)

### 出典・参考資料

- ・ 米国精神医学会、1994 年、精神疾患の分類と診断の手引き第 4 版
- ・ Berg, F. M. 1997 年、トレンドに関する米国の 3 大調査、Healthy Weight Journal、11(4)
- ・ Bliss 2005、BBC ニュースより

- Garner, D. M. 1997年1-2月、1997年ボディー・イメージ調査結果、サイコロジー・トゥデイ
- Grigg, M. 他、1996年、思春期少女の摂食障害と不健康な減量習慣。Preventive Medicine Vol 25 No 6 1996年
- Hill, A. J., & Pallin, V.、1998年、ダイエットへの意識と低い自尊感情：8歳少女に起こっている問題、摂食障害インターナショナル・ジャーナル、24(4)
- Mellin, L. M., Scully, S., & Irwin, C. E.、1986年、思春期直前の少女の摂食障害の特徴、米国栄養士会のラスベガスでの学会(抜粋)
- Mire, A.、2005年、色素沈着と帝国、美白産業の台頭  
[www.counterpunch.org/mire07282005.html](http://www.counterpunch.org/mire07282005.html)
- Wolf, N.1992年、美に関する俗説、ニューヨーク、ダブルディ
- 若者の危険行動調査、米国、1995年、疾病率と死亡率に関する週間報告、米国疾病管理センター、米国公衆衛生局、1996年9月27日

## ワークショップ8性と生殖に関する健康

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この章では、若い女性たちが自分の性と生殖に関する健康や権利について知り、これらの権利をどのように守っていくかをワークショップを通して紹介します。

若い女性たちは、性と生殖に関する事柄について日々選択しています。しかし、もし自分たちが何を選んでいるのか分かっていなかったら、このような選択をすることに、本当に意味があるのでしょうか？

性というのは、女性たちの生活の中で重要な役割を占めています。多くの文化の中で、女性の性について語ることは良しとされていませんが、統計では実際、世界の大半の女性たちは、10代で性に目覚めることが示されています。このような、早い段階の性的な行動は、往々にして自らが

望んだものではありません。なぜなら、世界で 5 人に 1 人の女性が、最初のセックスは、無理矢理押しつけられておこなったものであると報告しているからです。明らかに性的虐待にあたる場合を除いて、多くの文化では未だ、18 才になる前に結婚することを少女たちに勧める風潮があります。このように、早い段階でセックスを強いられることは、性感染症や、望まない妊娠、生殖器への損傷など、若い女性たちの生活に深刻な影響を及ぼす可能性があります。若い女性たちが、自らの意思に基づいて、自分たちの身体と生殖の機能を十分にコントロールする権利は、尊重され守られるべきものです。しかし、若い女性たちが、性的な事柄について自己決定したり、権利の侵害に立ち向かう手段について学べるような教育や支援がなければ、このような権利を守っていくことは難しいでしょう。

### 知らないこと

知らないということは危険なことです。単純に、自分の身体がどのような働きをするのかさえ知らない、例えば「満月の夜にセックスすると妊娠しない」といった誤った避妊情報によって、若い女性たちは無防備なセックスに同意してしまう可能性があります。子どもをつくることや子どもを産む間隔を決めることは自分たちの権利であるということを知らないと、子育ての準備も十分にできていない若い既婚女性たちは、育児という重圧を前に立ちすくんでしまうでしょう。若い女性たちは、日々、性と生殖に関する事柄について選んでいます。しかし、もし彼女たちが何を選んでいるのか理解していなかったら、それは本当に意味があることなのでしょうか。

### 辛い板挟みになるリスク

情報だけあって支援サービスがない状態だと、若い女性たちは選択する権利があるのは分かっていても、それは自分たちのためにあるものではないと感じたまま取り残されてしまいます。若い女性たちが、性的いやがらせを受けた時、法的なアドバイスや精神的なサポートを受ける場所がどこにもなかったら、彼女たちはただ黙ってしようと「決める」でしょう。医療関係者たちが、10 代で妊娠した女性たちを侮辱するような言動をしてしまうと若い女性たちは怯えてしまい、出生前検診は受けないという「選択をする」でしょう。情報に加え、法律や、若い妊娠女性に偏見を持たない公平な医療や支援があつてこそ、若い女性たちは真の選択肢を得ることができるのです。

### 基本情報：（国連人口基金による 2006 年時）

- 世界の多くの国々で晩婚化がすすむ傾向がみられるにも関わらず、開発途上国にいる 10 歳から 17 歳の 8,200 万人の少女たちは 18 歳の誕生日を迎える前に結婚している。
- 世界のいくつかの国では、未だに大半の少女が 18 歳の誕生日の前に結婚している。例えば、インド(50%)、ネパール(60%)、ニジェール共和国(76%)である。
- 世界中の 15 歳から 19 歳の 1,400 万人余りの女性や少女たちは—結婚しているか否かにかかわらず—毎年子どもを出産している。
- 妊娠は出産合併症や危険な中絶と関連して、世界の 15 歳から 19 歳の若い女性の主な死因の一つである。

- 精神的、または社会的要因によって、15歳から19歳の少女が出産時に死亡する確率は、20代の女性に比べ2倍である。15歳以下の少女に至っては、その確率は20代の女性に比べ5倍である！

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

10-20人のグループ

### 目的:

- ・ 性と生殖に関する器官の働きを正しく理解する
- ・ 女性の性と生殖器官に関する誤った情報や迷信を正す
- ・ 中絶のことや同性愛についてなど、繊細な問題についても参加者が意見を出し合えるようにする
- ・ 性と生殖に関する健康と権利(SRHR)についてしっかり理解する
- ・ 自分自身の性と生殖に関する健康と権利を守れるよう力を高める

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 参加者に行き渡る紙と筆記用具
- ・ 小さな袋または籠
- ・ ゴミ入れ
- ・ 目印のための紙(3枚)
- ・ 記述文のリスト(アクティビティ3参照)
- ・ テープ
- ・ 厚紙(4色から5色)
- ・ はさみ
- ・ 「本当か嘘か」のリスト(アクティビティ2参照)
- ・ 「性と生殖に関する健康に関連する人権」のリスト(アクティビティ2参照)
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー
- ・ 男性用、女性用コンドーム
- ・ ペニスの模型またはペニスの形をしたもの
- ・ 経口避妊薬(ピル)のサンプル

### あると便利なもの:

休憩時の茶菓子・軽食

### 準備:

出題する問題とその解答を厚紙に書き出します。紙 1 枚につき質問 1 つ、1 枚につき解答を 1 つ書きます。質問と解答の組を 4 つか 5 つ作ります。組ごとに違った色の紙を使います。(アクティビティ 2)

「性と生殖に関する健康に関連する人権」をフリップチャート紙に書き出し、参加者が見やすい所に貼っておきます。(アクティビティ 2)

女性の生殖器官の図をコピーし、参加者が見やすい所に貼っておきます。(アクティビティ 2)

「そう思う」、「そう思わない」、「わからない」という言葉を、それぞれ別の紙に書き、会場の 3カ所に貼ります。それぞれの紙の所に集まった参加者たちが意見を交換しやすいように、紙を貼る位置を離し過ぎないようにします。(アクティビティ 3)

円になるように、席の配置を変える。(アクティビティ 4)

### ファシリテーターのメモ:

- ・ 性と生殖に関する健康と権利にまつわる問題は、論争を招きうる非常に難しい問題です。互いの意見を尊重し合うことを強調し、尊重し合える雰囲気づくりをしましょう。
- ・ 男性用、女性用コンドーム、経口用避妊薬(ピル)、また他の避妊方法については、近くの保健所や家族計画協会、産婦人科に問い合わせましょう。

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう!」』で紹介しています。

## アクティビティ 1: リーダーシップ

『ワークショップ 2「若い女性のリーダーシップ」』から、リーダーシップ活動を選びます。

## アクティビティ 2: 本当か嘘か

時間: 1 時間

### 目的:

- ・ すべての参加者が、女性の性と生殖に関する情報や関連する権利について、正しく理解する

- ・ 参加者が信じてしまっているかもしれない、性と生殖に関する誤った情報や迷信の間違いを正す

#### **必要なもの:**

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 厚紙(4から5色)
- ・ はさみ
- ・ 記述文のリスト(アクティビティ3参照)
- ・ 「性と生殖に関する健康に関連する人権」リスト(後のページに掲載)
- ・ 女性の生殖器官の図
- ・ テープ
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ マーカー
- ・ 男性用、女性用コンドーム
- ・ ペニスの模型または他のペニスの形をしたもの
- ・ 経口避妊薬(ピル)のサンプルや他の避妊具

#### **準備:**

- ・ 厚紙に、記述文とその解答を書き出します。記述文1つにつき紙1枚、解答1つにつき紙1枚を使います。4から5組の質問と解答を作り、それぞれ違った色の紙に書きます。
- ・ 「性と生殖に関する健康に関連する人権」をフリップチャート紙に書き出し、参加者が見やすい所に貼っておきます。
- ・ 女性の生殖器官の図のコピーを、参加者が見やすい所に貼っておきます。

#### **アクティビティの概要:**

参加者を4つか5つのチームに分け、それぞれのチームに、記述文と解答のセットを配布します。チームはその記述文が本当か嘘かを考え、正しい解答と組み合わせます。各チームはできるだけ早くそして正確に解答します。

#### **ファシリテーターの手引き:**

1. 参加者を4つか5つのチームに分けます。
2. 各チームに記述文と解答カードの束を渡し、それぞれの記述文と「本当」または「嘘」の解答を組にしていくことを競わせます。そして、最も早くそして正確にすべてを組み合わせたチームが勝ちとなります。
3. ゲームが終了したら参加者を輪に座らせ、何か新しい発見があったかなど意見を出し合います。また、質問がないか、このアクティビティを通して性と生殖に対する考え方が変わったかなどの質問もしてみます。

4. 男性用、女性用コンドームの正しい使い方を示します。また、他の避妊方法についても説明します。
5. 生理周期について理解しているか、参加者全員に質問します。もし、参加者が「はい」と答えた場合は、生理周期について説明してもらいます。説明不足の場合は、補足などを加えます。もし、参加者が「いいえ」と答えた場合は、女性の生殖器官の図を用いて周期について正しい説明をします。
6. 後のページに掲載している、「性と生殖に関する健康に関連する人権」リストを用いて、それぞれの権利が自分たちの性と生殖に関する健康とどのように関わっているのか意見を出し合います。
7. セックスをすることに積極的になることの危険性について意見を出し合い、それらの危険を減らす方法や性と生殖に関する健康を守る方法などについて話し合います。
8. 男性用、女性用コンドーム、ペッサリー、経口避妊薬(ピル)、ホルモン注射、避妊パッチ、子宮内避妊リング等の避妊方法について話し合います。その際、決してすべての避妊方法が性感染症を防ぐとは限らないということ、参加者が確実に理解できるようにします。
9. 年 1 回、子宮がん検診を受けることの重要性を説明します。この検査は、医師が子宮の頸部からある組織を小さな器具でこすり取ることによっておこなわれます。これらの組織を使って、ガンにつながる異常がないかどうか検査します。また、子宮がん検診では、ヒト・パピローマ(乳頭腫)ウイルス(子宮ガンの進行を早めさせる危険がある性感染症の 1 つ)の感染の有無についても調べることができます。
10. 月 1 回、乳房を自己検診し、乳ガンや他の問題に発展するような変化はないか確かめることが重要であることを強調します。また、正しい自己検診方法を学ぶため、地域の保健所や産婦人科などへ問い合わせることを勧めます。
11. セックスをすることに積極的な参加者がいれば、年 1 回、HIV を含む性感染症の検査を受けるべきであると念を押します。いくつかの感染症は明らかな症状が現れないうえ、もし放置すれば不妊など深刻な合併症へと進展することがあります。

#### 本当か嘘か？

1. 女性は、最初のセックスでは妊娠しない  
→嘘
2. 生理中でも妊娠は可能である  
→本当
3. 性感染症に感染した女性は、身体の不調を感じたり、膣にいぼができたりする  
→嘘。いくつかの性感染症では、何の症状も現れません。しかしそのまま放置しておく、不妊などの合併症に発展する恐れがあります。
4. 経口避妊薬は、HIV や梅毒などの性感染症を予防するものである  
→嘘。経口避妊薬は、妊娠することのみを防ぐものです。
5. 健康な女性の生理周期は、28 日間である

- 嘘。生理周期は、個人によってさまざまです。
6. 精子は、長くて 7 日間は女性の体内で生存する  
→本当
7. いくつかの性感染症は、女性を不妊にする  
→本当
8. 生理中に感じる激痛は、若い女性によく見られる症状である  
→嘘。生理期間中に不快を感じることは普通ですが、もし強い痛みを感じるなら医師に相談すべきです。
9. セックスの後に上下に飛び跳ねると、精子が女性の体内から流れ出し妊娠を防ぐことができる  
→嘘。精子は微細なものであり、卵巣に向かって泳いでいきます。
10. 性生活があるすべての女性、または 21 歳以上の女性は、婦人科での内診や子宮がん検診を受けるべきである  
→本当

#### 性と生殖に関する健康に関連する人権

- 到達可能な最高水準の身体および精神の健康を享受する権利。
- 生命と生存についての権利。
- 身体的自由および安全についての権利。
- 拷問や、残虐・非人道的な扱い、人格を傷つけられるような扱いを受けない権利。
- 子の数および出産の間隔を自由にかつ責任をもって決定する権利。これらの権利の行使を可能にする情報、教育および手段を享受する権利。
- 性と生殖に関する健康などの性に関する事項について、強制や差別または暴力などを受けず、自らが管理し、自由かつ責任をもって決定する権利。
- 自由に配偶者を選択し、自由かつ完全な合意のみにより婚姻をする、男女平等の権利。
- 科学の進歩およびその利用による利益を享受する権利。また、同意なしに実験を受けない権利。
- プライバシーを侵されない権利。
- 参加する権利。
- いかなる差別(性別、ジェンダー、結婚、年齢、人種、民族、健康状態、障がいなどによる差別)も受けない権利。
- 情報の権利。
- 教育の権利。
- 女性が暴力を受けない権利。(女性に対する暴力からの自由の権利)

## 月経周期

女性が思春期になり、妊娠・出産という大切な身体の機能が整うと月経が始まります。月経の仕組みは次のとおりです。卵巣内にある卵胞が成熟すると、エストロゲンとプロゲステロンという卵胞ホルモンを分泌します。この卵胞ホルモンの分泌で子宮内膜の血管や分泌腺などが発達し、子宮内膜が厚くなります。

卵胞は排卵※すると黄体に変わり、黄体ホルモンを分泌します。このホルモンによって子宮内膜はさらに厚くなり、受精卵※が着床しやすいように備えます。ただし、受精がされない、あるいは着床がおこらない場合は子宮内膜は不要になり、ホルモンの分泌が止まります。ホルモンを得られなくなった子宮内膜は、その組織を保てなくなり月経血となって体外へ排出されます。受精がおこらなかった卵子も一緒に体外へ排出されます。

月経周期には個人差があります。早ければ9歳、遅くとも10代の間には始まります。周期の長さもばらばらで、定まるまである程度時間がかかることもあります。

※およそ月1回、左右どちらかの卵巣から成熟した卵子が1つ放出されること

※放出された卵子は卵管に取り込まれます。男性の体内でつくられる精子が女性の膣で放出され、女性の子宮頸部と子宮を通り抜けて卵管の膨大部に到達し卵子と出会えば、受精となります。受精卵は細胞分裂を繰り返しながら卵管を下り、子宮に到達して子宮内膜に着床します。受精卵が着床すると妊娠が始まります。

## アクティビティ 3: あなたはどう思う？

時間: 1 時間

### 目的:

- ・ 性と生殖に関する健康と権利(SRHR)について、さまざまな問題を考え話し合うこと、さらに日頃あまり口に出せない微妙な問題についても話し合うことができる機会と場の提供

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 紙3枚
- ・ はさみ
- ・ 記述文のリスト(後のページに掲載)
- ・ テープ

### 準備:

「そう思う」、「そう思わない」、「わからない」という言葉をそれぞれ別の紙に書き、会場の 3 カ所に貼ります。その際、それぞれの紙の所に集まった参加者たちが意見を交換しやすいように、紙を貼る位置を離し過ぎないようにします。

### アクティビティの概要:

ファシリテーターが、性と生殖に関する健康と権利に関する記述文を読み上げます。参加者は、読み上げられた内容について「賛成」、「反対」、「わからない」のいずれかを決め、それぞれの紙が貼ってある場所へ移動します。ファシリテーターは、それぞれのグループから数人になぜそう思うのか理由を説明してもらい、ディスカッションを促します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 記述文が読み上げられます。読み上げられた記述文について、自分の意見に合う解答の紙が貼ってある場所に移動するよう説明します。
2. 記述文の内容や自分の意見について共有してもらいます。ただし、ここは議論をしたり、相手の意見を変えようとする場ではないので、意見を出し合い共有することの重要性を参加者に伝えます。
3. 参加者の移動が済んだら、それぞれの意見のグループの中から数人に自分たちの意見を説明してもらいます。
4. 最後の記述文まで終えたら、これらの記述の中で参加者全体として最も賛成できるものを選びます。また、記述文のリストにないもので良いアイデアがあれば加えます。
5. ディスカッションを通して明らかになった誤解や決めつけについて訂正します。

### 記述文のリスト:

- 結婚前の性交渉は、道徳に反する行為である。
- 肛門性交は不自然でおかしい。
- 3人以上の相手と性的関係を持った女性は、ふしだらである。
- 口腔性交は、同意した成人間の間では容認できる。
- 女性は両親が選んだ相手と結婚すべきである。
- 男性の性欲は、女性よりも強い。
- ある一定の性的興奮に達した後は、男性は自分をコントロールすることができない。
- 女性はセックスを楽しむべきである。
- 出産する子どもの数、出産の間隔について、女性は自由に意見を言い決定できるべきである。
- 女性が他の女性に性的魅力を感じることは、不自然なことである。
- 中絶は、女性が強姦されたときのみ容認される。
- 女性が男性に性的興奮を与えてしまったら、その男性を満足させるのは女性の責任である。

る。

- 女性が酔っているときに強姦されたら、それは女性が悪い。
- 女性が、男性と女性の両方に魅力を感じても別に問題ない。
- 夫は妻を犯すことができる。
- 10代の若者たちは性やセックスについて教育を受けるべきであり、彼・彼女らがセックスをすると決めたときにはコンドームを渡すべきである。
- 場合によっては、女性も強姦されたことに対して責任がある。
- 女性は、自分が選んだ相手なら何人でも性的関係を持つべきである。

## アクティビティ 4: 早く気軽に解決を

時間: 2 時間

### 目的:

性と生殖に関する健康と権利(SRHR)について抱いている問題について、参加者が匿名で意見を共有し合い、それらの課題に対する解決策を模索する

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1人
- ・ 参加者に行き渡る紙と筆記用具
- ・ 小さな袋または籠
- ・ ゴミ入れ

### 準備:

参加者の席を輪に並べます

### アクティビティの概要:

参加者は、自分自身や身近な人が現在抱えている問題や課題を匿名で紙に書き出します。問題を書いた紙は丸めて籠(袋も可)の中に入れます。ファシリテーターは、籠のなかから問題を選ばず、無作為に選び参加者全体の前で読みます。参加者は解決策について話し合い、考えた解決策について最後に説明します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者一人ひとりに紙と筆記用具を配ります。
2. 参加者に、性と生殖に関する健康と権利について、自分自身や知人が直面している問題を紙に書いてもらいます。このとき、匿名で書くように伝えます。
3. 参加者たちが問題を書き終えたら、その紙を丸めて準備した籠(袋など)の中に入れてもら

います。

4. 参加者に輪になって座ってもらい、無作為に問題を籠から選び、全体で解決策について話し合います。
5. 何人かに、解決策をいくつか発表してもらいます。
6. ディスカッションを進める際には、それぞれの解決策の有効性について考えることを促します。
7. 参加者たちが問題について納得のいく解決策を見だせたら、問題の紙を全体にまわし、ゴミ袋またはゴミ箱に捨てる前に、参加者全員にその紙を破いてもらいます。紙を破ることは、問題の解決と、若い女性たちがこれらの問題をもう抱える必要はないことを象徴するものです。

### **行動しよう**

若い女性の性と生殖に関する健康と権利を守る方法はたくさんあります。以下のアイデアを読み、あなたのアイデアも加えて行動を起こしましょう。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながるでしょう。あなたの行動で世の中は変えられるのです！

性と生殖に関する健康と権利や、これらをどのように守っていくのかについて、できるだけ多くのことを学びましょう。そして、あなたの兄弟姉妹や友だちに、どのようにすれば望まない妊娠や性感染症から自分たちを守れるのか、伝えましょう。また、あなたの学校の校長先生や担任の先生に、生徒を対象とした性と生殖に関する健康についてのワークショップの開催を提案しましょう。

## **行動のツール：ティーチ・イン**

### **なぜティーチ・イン？**

ティーチ・インとは対話型の集会で、情報を提供したり最近の問題や出来事について分析をおこなう場です。参加者にとってこのような集会は、それぞれが実際に疑問に思っていることへの答えを聞けたり、問題について自分たちの意見を出し合える機会となります。また、効果的にティーチ・インを進めると、参加者が問題の解決にむけて自発的に行動を起こすきっかけともなります。

### **ティーチ・インのヒント**

- ティーチ・インを開催するときは、あなたが活動をしている地域の人々の集まりやすさや、便利の良さを考慮して、時間と場所を設定しましょう。
- 参加者の関心を惹きつけ、情報を参加者に分かりやすく明確に伝えられるような、活動的で知識が豊富な人を講師やファシリテーターに選びましょう。
- この章で紹介した情報やその他の情報源から得たものをまとめ、資料として配布しましょう。
- この問題について何も知識がない人でも参加しやすいような、ざっくばらんな雰囲気を持しましょう。

- あなたが開催するティーチ・インについて、地域の人々に知ってもらうようにしましょう。たとえば、ラジオやテレビで宣伝したり、チラシやポスターを学校や食料品店、その他、地域の人々がよく足を運ぶ場所に貼りましょう。また、口コミも強力な宣伝手段であることも忘れずに。あなたのグループの仲間たちのネットワークにも、情報を流してもらうようにしましょう。
- 発表された内容や行動の起こし方について、参加者が話し合える時間を取りましょう。
- ティーチ・インの最後は、請願書への署名やあなたの団体への加入など、参加者自身が行動できる方法を示して終了しましょう。
- 今後のイベントや活動について情報を送ってほしい参加者のために、連絡先を記入できる紙を用意しておきましょう。
- あなたのティーチ・インをよりよくするために、参加者の感想を集めましょう。

### **活動紹介** イギリス&ウェールズ:若い女性による、性行動に関する研究

イギリス&ウェールズYWCAは、若い女性たちとともに、恋愛関係と性の健康に関する2年間の調査プロジェクトを立ち上げました。

若い女性たちは、ただ調査だけに集中するのではなく、プロジェクトや調査の進め方も重視しました。彼女たちは、カンブリア、ブリストル、ノーサンプトンシャー、西ロンドンにあるYWCAのセンターに集まり、調査の対象となる主な問題や効果的な調査方法を確定していきました。定期会議では、安全な性交渉や性の健康について話し合ったり、彼女たちや同世代の若者たちの性行動に影響を与えている経験や見解や要因について調査しました。

このプロジェクトの参加者である22歳のルーシーは、「学校では、性とか恋愛関係について習った記憶はほとんどありません。でも今は、前よりずっと自分の意見を言うのが怖くなくなりました。以前ならこんな話を家族とできませんでした。これからはもっとオープンに話せると思います」と語っています。また、19歳のクララは、「セックスはセックス。ただ性的な行為ってこと。それに引き替え、ここではセックスを取り巻く感情のことを話しています」とコメントしています。

この若い女性たちの研究グループは、研究成果を2006年夏のイベントで発表しました。このプロジェクトは、青少年事業の担当者やバース大学の教員らの協力を得ておこなわれました。

## ワークショップ9 女性に対する暴力

教育 | エンパワー | 行動

### はじめに

この冊子は、女性に対する暴力について、若い女性の教育を目的としたワークショップを紹介するものです。

#### 女性に対する暴力とは；

- 身体的、性的、精神的、孤立、威圧、脅迫などを伴う虐待や脅迫行為の関連形態です。
- 男性が力により女性を管理下に置くことです。
- 遺伝や病気によるものではなく、家庭と社会の在り方を通して、また、家庭や社会における風潮の強要により、身についていくものです。
- 男性が親密な関係の女性を管理する権利を持つという風潮、また、管理するために力を行使する権利があるという風潮を、社会が許容することで強化されるものです。

先住民の女性たち、移住女性たち、難民女性たち、武力下にいる女性たち、障がいのある女性たち、身柄を拘束されていたり施設にいる女性たち、少女たち、若い女性たち、高齢の女性たちなど、特定の集団の女性たちは、より暴力にさらされやすいリスクにあります。

#### ファシリテーターの手引き

1. 暴力の問題を扱うので、参加者たちがこのアクティビティに難色や動揺を示すかもしれません。そのため細心の熟慮と気配りが不可欠です。不測事態や支えを必要としているどの人にも対応できるよう、入念に準備をします。参加者たちの経歴や、家族間で起きている、または起きたことについて常に把握しているとは限らないからです。参加者の中には、暴力の目撃や経験のある方がいるかもしれません。参加者のグループに対し、または個人的にファシリテーターに話をしたい、あるいは話さない方がいるかもしれません。また、この活動に参加するまで、彼女たちの経験が「虐待である」と認識されていない場合もあります。あらかじめ、最寄りのYWCAやDVに関する他の専門NGOや公的機関などに、暴力を受けたことのある女性向けのカウンセリングプログラムがあるか確認すること、また、必要に応じて他の女性団体や専門家と確認を取れるようにしていくことが必要です。参加者たちへもその情報を共有します。

2. 参加者一人ひとりに、参加型ワークショップの原則について理解させます。原則とは、誰もが尊重されること、誰のいかなる発言も信頼をもって適切に扱われること、発言することで不快になるような重圧を感じさせないこと、です。

## ワークショップについて

いくつかのアクティビティから成るワークショップです。参加者のニーズに応えるアクティビティを自由に組み合わせておこなってください。

### 対象:

10-20 人のグループ

### 目的:

- ・ 女性に対する暴力が、世界的にどれくらい広がっていて、多様であるかを探り、理解する
- ・ 女性に対する暴力が、人権の侵害であることを理解する
- ・ この問題に立ち向かうためのアイデアを考え、出し合う

### 必要なもの:

- ・ 筆記用具とメモ帳
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 全参加者分の画用紙(余分があると便利)
- ・ 多色のマーカー
- ・ 全参加者分のイスと飲み物(水)
- ・ 壁や展示板など、フリップチャート紙や成果物の展示スペース
- ・ セロハンテープや画鋏など、フリップチャート紙や成果物を貼るもの

### あると便利なもの:

- ・ 休憩時の茶菓子・軽食
- ・ マーカー、はさみ、のり(ラメ入りなど)、ビーズ、葉、種、再利用の包装紙、布きれ、廃雑誌など

## アクティビティを始める前に… : 導入、アイスブレイキング、下準備

導入、アイスブレイキング、下準備については、『ワークショップ1「ワークショップを始めよう!」』で紹介しています。

## アクティビティ1: 暴力の事例

時間:1時間

### 目的:

女性に対するさまざまな暴力を演劇にし、この問題についてのディスカッションを活性化する

### 必要なもの

- ・ 暴力行為のシナリオ(次ページ参照)
- ・ フリップチャート紙(模造紙)
- ・ 多色のマーカー
- ・ 関連資料(配布する)

### 準備:

- ・ あなたの地域社会で起こっている女性に対する暴力を調査し、グループに情報や統計などを用意します。
- ・ あなたの地域社会で目立って顕著な暴力に焦点を当てたシナリオ、または、あなたが焦点を当てたい暴力に関するシナリオを選択します。
- ・ アクティビティのはじめに朗読や演技をしていただくよう、数人の参加者に事前をお願いしておきます。
- ・ 朗読や演技をする参加者に配布する、暴力に関するシナリオをコピーしておきます。
- ・ イスを輪に並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。

### アクティビティの概要:

あらかじめ頼んでおいた数人が、選択した暴力に関するシナリオを、朗読や演技で他の参加者に発表します。発表をもとに、女性に対する暴力について話し合います。

### ファシリテーターの手引き:

1. 暴力がどのように若い女性に影響を与えるかを、朗読や演技を通して描くことを説明します。
2. 担当の参加者が朗読(演技)をします。
3. 朗読者(演技者)に、読んでみて(実演して)の感想を尋ねます。
4. 参加者に、どんな形態の暴力が描かれていたか尋ねます。登場したそれぞれの人物は、暴力を受けていましたか?何か類似点はありましたか?
5. フリップチャート紙(模造紙)に、参加者が発言した重要な言葉を書き出します。
6. 異なる形態の暴力について話します。そして、どのように、**身体的・感情的・精神的・性的、そして性別に基づいた**暴力が女性に対して振るわれるのかを説明します。
7. 若い女性たちが考える暴力について、出てきた違いを書き留めてください。

8. 可能であれば、あなたの身の周りの女性に対する暴力に関する情報や統計を紹介してください。

**暴力に関するシナリオ** —以下のシナリオは事実に基づいて編集されています—

**シナリオ 1** 交際者から虐待に遭っている 10 代の少女/友人。彼との交際以外の繋がり  
の断絶。

私は大学生で、8ヶ月間交際している彼がいます。以前はYWCAの仲間たちと色々な活動に参加して、バスケットボールをしたり、女友だちと映画やショッピングに行くのが大好きでした。しかし彼は、私のそのような行動を快く思っていません。彼は私を独り占めしたい、と言ひ、彼はそんなに私を愛してくれているんだと、嬉しく思いました。たまには友だちと一緒にいたりスポーツができたらと思いますが、そうすると彼を怒らせてしまい、私は彼に捨てられたくないと思っています。

**シナリオ 2** 配偶者から身体的虐待を受けた若い既婚女性

昨年私は結婚しました。お見合い結婚で、両親の選択を受け入れることを躊躇しましたが、素敵な式を挙げました。始めはとても順調でしたが、数ヶ月前、仕事で帰宅が遅くなったとき、夫が激怒しました。彼は、私がどこで誰といたのかを知りたがりました。私は彼の反応にとっても驚きました。彼の勢いは止まらず、私が部屋をきちんと掃除していない、夕飯の準備も出来ていない、と批判を始めました。私が彼に手伝ってくれてもいいんじゃない?と持ちかけたら、彼は「反抗的だ」と叫び、私を思い切りひっぱたきました。私が驚き泣き出したら、彼は殴ったことに対し、深く謝罪しました。二度とそのようなことはしない、と言いました。しかし 1 週間後、彼はまた怒り、私を殴りました。状況は悪化し、今では彼は、私に仕事を辞めてほしいと言ひ、また、私が彼を怒らせるようなことをしたのだと言って私を殴ります。私は、彼の機嫌が更に悪くなるのが怖く、どうしていいかわかりません。母親は、夫と一緒にいることが妻の努めである、と言ひます。

**シナリオ 3** 性暴力を受けた若い女性

その人とは、友人の誕生日会で知り合いました。会話を始め、彼を素敵な人だと思ひました。雑踏の中、彼に少し外の空気を吸おうと誘われ、彼が私の手を取り、一緒に外に出ました。辺りには誰もいませんでした。彼が私にキスしようとしたのですが、会ったばかりなので断りました。しかし、彼は言うことを聞きませんでした。軽く笑い、「堅いな」と言ひました。私は怖くなり激怒し、やめるように言ひましたが、乱暴に地面に押し倒されました。私は叫び、逃げ出そうとしたのですが、口をふさがれ、覆いかぶさられ、私の意思と裏腹に強姦されました。私は慙愧(ざんき)に耐えられませんでした。これは彼の過ちであり、違法行為です。しかし、誰が私の言ひ分を信じるでしょうか? 時折、あれは私に落ち度があったのでは、と思ひ悩むことがあります。

**シナリオ 4** 妻の勉強や就職を認めず、家計に責任を持たず、日常的に妻を屈辱状態  
におく配偶者

夫は私が働くことを認めません。彼は、それは夫の務めで、自分が家長であり、そもそも誰がお前

を雇うのか、といいます。確かに、私たちは生活に困っていません。しかし私は、幼い娘の世話と同様に、働くことにも関心があります。私は、鳥籠の中の鳥のようです。私たちは素敵な家に住んでいて、彼は私に小額のお小遣いをくれますが、彼がお財布を握っています。私は、クレジットカードすら持っていません！彼は、よい妻であること、何でも言うことを聞くことが私の務めで、私に幾らのお金が必要なのか一番よくわかっているといいます。時折、私は食料品や必需品の購入に十分なお金を持っておらず、とても恥ずかしい思いをします。私がもう少しお金を、とお願いすると彼は憤慨し、私がお小遣いを生活費に使っていることも信じてくれません。彼は、すべて管理したいのですが、私はそれを愚かだ、と感じています。

### **シナリオ 5** 配偶者に性行為を強要される女性

この5年間の私の結婚生活は、夢のようで幸せいっぱいでした。2ヶ月前、夫が浮気をしていることがわかりました。私たちは、コンドームを使うことに決めました。彼が昨夜、もう浮気をしていないと誓う、そして今後はコンドームを使用しない、といました。私は彼との性行為を拒みましたが、彼は「婚姻上の権利」だとして性行為を要求しました。私は、どうしたらいいかわかりません。彼は私の配偶者です。私には、彼と一緒に寝ることを拒絶する権利はないのでしょうか。

### **シナリオ 6** 実父から性的虐待をうけている若い女性

夜のシフトで母親が仕事に出ると、父親が私の部屋に入ってきて、ペニスを触らせます。私はそんなことをしたくありませんが、父親は、私がこのことを誰かに話したら家族の面目を潰すことになる、といいます。誰が私を信じてくれるのでしょうか。皆が父親を愛しています。私は耐えられません。

### **シナリオ 7** 不当に責められ、殺されるのでは、と恐れている女性

病気の祖母を見舞い、いつもより長く祖母宅にいた私は、乗るはずのバスを逃しました。夕暮れ時で、私がバス停につくとそこに知り合いの男性がいて、私はほっとしました。雨が降り始め、彼はカサを開き、私と一緒に入れてくれました。その様子を誰かが見ていたようで、私が家につくと、夫は私が他の男性と一緒に外出していたと叱責しました。私は説明しようとしたのですが、彼は激怒して、私に仕返しをしてやる、と言いました。別の男性といたために暴行されたり殺されてしまった妻の話聞いたことがあるので、私は恐怖を感じています。

### **シナリオ 8** 男性上司による性的嫌がらせを受けている若い女性

打ち合わせが終わり皆が退室した後に、私は毎回上司に部屋に残るように言われました。仕事の話をしているとはいえ、彼は息遣いがわかるほど近くにきて、何度か私は壁に押し付けられました。また、彼は辺りに誰もいないときには言い寄ってきてとても不快です。でもどうすればいいのでしょうか。彼は上司です。多分、私が過剰反応しているだけです。その後、彼は2度と私に触れませんでした。

## 参考資料 3&4 異なる形態の虐待とは？

次に挙げるものはすべて、女性の尊厳と保護の権利を侵害する行為で、虐待および暴力行為とみなされます

**身体的:** 叩く、突く、押す、倒す、殴る、蹴る、噛みつく、など

**性的:** 性行為を強要する(婚姻関係も含まれます)

**感情的:** (不快にさせるような)名前を呼ぶ、悪口を言う、侮辱する、など

精神的なものも暴力に含まれます

**脅迫:** 「もし…なら殺す」

**威嚇:** 身振り、外見、破壊行為

**孤立:** 他者と面会や会話をさせない、外出を許さない

**経済的:** 働くことを許さない、お金の管理をさせない

## 女性に対する暴力の生涯過程

段階	暴力の種類
出生前	男女の産み分けによる中絶、妊娠中の殴打が引き起こす出産後のさまざまな影響
幼少期	女兒殺害(男児優位の文化下で起こる女兒殺害も含む)、身体的・性的・精神的虐待
児童期	女兒の縁組、女性器の切除(世界で因習として行われている地域があります)、身体的・性的・精神的虐待、近親相姦、児童買春やわいせつ行為
青年期・成人	デート時や偏愛による暴力(例:デート・レイプ(交際相手の意思に反してセックスを強行すること)、経済的に強要力を持つ性行為(例:お金を見返りに資金力のある男性と性行為をすること)、近親相姦、職場での性的虐待、強姦、痴漢、セクハラ、売春やわいせつ行為の強要、女性や少女たちの人身売買、同伴者(パートナー)による暴力、夫婦間での強姦(夫婦間でも相手の意思に反せば強姦とみなされます)、持参金虐待・殺人、同伴者による殺人、精神的虐待、障がいを持つ女性に対する虐待、妊娠の強要
高齢期	「自殺」に追い込む、夫を亡くした女性の金目当ての殺害 身体的・性的・精神的虐待

参考情報: Violence Against Women Information Pack (女性に対する暴力に関する情報)世界保健機関(1997年)

## アクティビティ2: グループ作業—暴力の調査と撲滅のためのブレインストーミング

時間:1 時間

### 目的:

暴力を防ぐ方法を考える

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ フリップチャート紙
- ・ マーカー

### 準備:

イスを輪に並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。

### アクティビティの概要:

少人数のグループで、暴力について、その影響と防ぐ方法を討論します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者に少人数のグループを作るよう指示します。
2. 各グループ 5 分間で、進行役と報告者を選出します。
2. \*注釈:これからの討論はとても個人的なことが含まれ、参加者は誰も、プレッシャーを感じて発言する必要はないことを、参加者一人ひとりが認識した上で進めてください。
3. グループ討論での質問事項
  - a. あなたの地域や国全体で、どんな女性に対する暴力が横行していますか？
  - b. なぜ、女性に対する暴力は行われるのですか？
  - c. どのようにして撲滅できますか？
4. グループ討論に 45 分間与えます。(フリップチャート紙にカラー・マーカーで討論の重要点を「記録」します。)
5. 最後にグループ報告と、全体での討論の時間を持ちます。
6. まず、各グループが報告をします。ファシリテーターは各グループの報告を比較するなど討論を先導し、このアクティビティへの感想なども引き出します。
7. 暴力に関する数々の俗説を指摘し、今回のアクティビティをまとめます。俗説とは、例えば;
  - a. 暴力は、貧困や無学の家庭、大都市や小さい村だけで起こる。
  - b. 飲酒や薬物使用が、女性に対する暴力の主な原因だ。
  - c. 女性の服装や夜遅い外出のせいにする。女性は性行為やキスの途中で行動を拒絶してはいけない。また、女性に向けられた「仕方がない」あるいは「自業自得である」という

見方。

- もし時間があれば、上記の俗説についても討論をしてください。

## アクティビティ3: 行動を誓う

時間: 2 時間

### 目的:

女性に対する暴力の多様性を理解し、行動のためのアイデアを形にする

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ フリップチャート紙
- ・ マーカー

### 準備:

イスをまるく並べ、フリップチャート紙を皆が見える位置に置きます。

### アクティビティの概要:

少人数のグループで、参加者たちは、女性に対する暴力撲滅の活動の対策を練り、それを TV のニュース放送のように紹介します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 参加者たちをグループに分け、対策考案や女性に対する暴力を撲滅するためのアクティビティを考えてもらい、実際おこなってみます。
2. TV ニュースのように、それぞれの対策を最後に発表することを、参加者に伝えます。
3. 参加者たちは、5-10 分程度の TV のニュースプログラムを 1 時間で考えます。若い女性たちがどのように暴力の問題を前向きな行動に転化したかを伝える内容で構成します。
4. グループに、次のそれぞれが何をすべきか、また、何ができるか発表の中で提案することを勧めます。
  - d. YWCA やあなたが所属する地域活動、学校など
  - e. 地域社会
  - f. 公的機関/政府/国連機関
  - g. 男性や少年たち(また、彼らへの働きかけ方について)
  - h. 友だちや近隣住民たち
5. 準備時間の終わりに、フリップチャート紙にアクティビティのアイデアを各グループで記録し、紹介してもらいます。

6. 各グループのアイデア紹介の後、おこなったアクティビティについて、また、TV ニュース形式の発表で提案された解決策について、参加者たちに討論してもらいます。
7. 紹介されたそれぞれに異なる対策を検討し、アイデアをまとめます。

## アクティビティ 4: より効果的な方法選び

時間: 1 時間

### 目的:

女性に対する暴力の撲滅活動の中で、より効果的なものから優先順位をつける

### 必要なもの:

ファシリテーター1 人

準備: 特になし

### アクティビティの概要:

小人数のグループに分かれ、女性に対する暴力撲滅のための上位 3 つの活動を決めます。

### ファシリテーターの手引き:

1. 先のアクティビティで紹介された対策の中から、参加者たちは 3 つ選択し、グループで作業することを説明します。
2. 参加者たちをグループに分け、女性に対する暴力撲滅のための対策、上位 3 つを選択するよう指示します。
3. 30 分後に全体で集まり、各グループに選択した上位 3 つの行動を尋ねます。ファシリテーターは、グループから出された考えを、全体で討論するようリードします。例えば、出された考えはグループ全体で相似していますか？ 総意を取りまとめましょう。必要に応じて、全体での投票で上位 3 件を決めます。
4. 今回のワークショップの参加者たちが可能ならば、実際に活動を推進するボランティアを募り、参加者を再招集してプロジェクトを計画します。

## アクティビティ 5: 行動に移す

時間:1 時間

### 目的:

このワークショップへの感想や意見を参加者から引き出す

### 必要なもの:

- ・ ファシリテーター1 人
- ・ フリップチャート紙
- ・ マーカー
- ・ 2 色の付箋(またはメモ用紙)、セロハンテープ

### 準備:

イスを輪に並べます。

「一番役に立ったもの」「改善の余地があるもの」と見出しをつけた 2 枚のフリップチャート紙を壁に貼ります。

### アクティビティの概要:

参加者のうち 4 人が、4 つの異なる暴力の形態についてシナリオを朗読します。シナリオに基づき、女性に対する暴力について、グループ討論します。

### ファシリテーターの手引き:

1. 今回おこなったアクティビティ全体を簡単に見直し、女性に対する暴力という複雑な問題を解きほぐすため、参加者がどれほど一生懸命取り組んだかに焦点をおきます。
2. 一番役に立ったもの、また、改善することで先々の活動に組み入れられるものについて、参加者に感想や意見を求めます。
3. 2 色の付箋、またはメモ用紙とセロハンテープを配布します。
4. 1 枚に「一番役に立ったもの」、もう 1 枚に「改善の余地があるもの」と書いた 2 枚のフリップチャート紙を壁に貼り、参加者にそれぞれコメントを記入した付箋を貼ってもらいます。
5. コメントを皆で共有します。
6. アクティビティの終了です。

### 行動しよう

さまざまな方法で私たちは女性に対する暴力に立ち向かえることがわかりました。以下のアイデアを読み、あなたのアイデアも加えて、女性を暴力から解放する行動を起こしましょう。大きくても小さくてもすべての行動が結果につながります。あなたの行動で世の中は変えられるのです！

ジェンダーに基づきいかなる暴力を決して許さず・見逃さないことを誓い、行動しましょう。  
虐待を見て見ぬふりをするのをやめて、DV や暴力を目撃した場合は必ず通報するというキャンペーンを、まずはあなたの身の周りで始めましょう。  
あなたの地域の男性や少年たちに呼びかけ、「イイオトコは女性を殴らない」キャンペーンを始めましょう。そして、男性自身が暴力をいかに抑制できるか、怒りと闘争の感情をコントロールするための研修やプログラムを実施しましょう。

## 行動のツール：街頭演劇

### なぜ、街頭演劇か？

学校の渡り廊下やホール、繁華街や公共の公園などは、街頭演劇を通して女性に対する暴力について人々に知らせることができる格好の場です。

暴力に関する短編劇を演じることで、女性に対する暴力が「家庭の問題」や「個人の」問題に留まらず、地域の問題として扱われるよう、意識を高めることができます。

### 街頭演劇のヒント

- 演劇で扱う問題について、また、計画している今後のイベントなどを紹介したチラシを配布します。
- 見物者からの質問に答える担当を決めておきます。
- より多くの人々の印象に残るよう、短い休憩を入れながら、短編スキットを数回実演します。休憩時間には、もちろん見物者との質疑応答の機会があります。
- メッセージは、簡潔で説得力のあるものにしてください。そうでないと、通行人に気軽に立ち止まってもらえません。
- 必要な場合、必ず事前に施主から場所の使用許可を取ってください。
- 若い男性たちの力も借りましょう。暴力に反対の態度を示し、他の男性たちに勇気と力を与える演技をすることに一役買ってもらいましょう。
- 街頭演劇が、男性たちを攻撃する行事にならないように厳守してください。女性に対する暴力の撲滅に、男性や少年たちの協力は必要不可欠です。
- 仲間の男性たちに、見物者との交流や掛け合いをしてもらいます。そうすることで、男性は敵ではなく暴力撲滅運動の仲間だということを明確にでき、他の男性たちも参加しやすくなるでしょう。
- あなたの活動へのボランティア登録や、暴力から逃れた女性のシェルター支援など、見物者を行動へと導く機会や情報をその場で提供します。また、メーリングリストなどの登録用紙や、今後のイベント情報なども準備すると良いでしょう。

## 参考

- 世界 YWCA [www.worldywca.org](http://www.worldywca.org)
- アムネスティ・インターナショナル [www.Amnesty.org](http://www.Amnesty.org)
- グローバリゼーションについて [www.globalisationguide.com](http://www.globalisationguide.com)
- HIV および AIDS と共に生きる女性の国際コミュニティ [www.icw.org](http://www.icw.org)
- HIV と AIDS 対策開発と啓発のためのナショナル・エイズ・トラスト  
[www.areyouhivprejudiced.org](http://www.areyouhivprejudiced.org)
- 世界エイズデー・キャンペーン [www.worldaidscampaign.org/en](http://www.worldaidscampaign.org/en)
- AIDS.ORG [www.aids.org](http://www.aids.org)
- The Body [www.thebody.com](http://www.thebody.com).
- HIV と AIDS について “Staying Alive” [www.staying-alive.org](http://www.staying-alive.org)
- アメリカ科学者連盟 [www.fas.org](http://www.fas.org)
- Body Positive [www.bodypositive.com](http://www.bodypositive.com)

## 国連機関

- 国連エイズ合同計画(UNAIDS) [www.unaids.org](http://www.unaids.org)
- 国連通貨基金(IMF) [www.imf.org](http://www.imf.org)
- 国連児童基金(ユニセフ/UNICEF) [www.unicef.org](http://www.unicef.org)
- 国連女性開発基金(UNIFEM) [www.unifem.org](http://www.unifem.org)
- 国連女性開発基金(UNIFEM)のジェンダーと HIV&AIDS [www.genderandaids.org](http://www.genderandaids.org)
- 国連人口基金(UNFPA) [www.unfpa.org](http://www.unfpa.org)
- 国連人口基金 人権資源 [www.unfpa.org/rights](http://www.unfpa.org/rights)
- 国連開発計画(UNDP) [www.undp.org](http://www.undp.org)
- 世界銀行 [www.worldbank.org](http://www.worldbank.org)
- 世界貿易機関 (WTO) [www.wto.org](http://www.wto.org)
- 国連人権高等弁務官事務所(OHCHR) [www.unhchr.ch](http://www.unhchr.ch)
- 国連広報センター(UNIC)「世界人権宣言」<http://www.unic.or.jp/udhr/index.html>
- 国際人権法と条約 [www.un.org/law/](http://www.un.org/law/)
- CEDAW と選択議定書 [www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/](http://www.un.org/womenwatch/daw/cedaw/)
- 国際家族計画連盟(IPPF) [www.ippf.org](http://www.ippf.org)

## Empowering Young Women to Lead Change

2006年発行

編集・発行：世界YWCA

協力：国連人口基金(UNFPA)

※英語版のお問い合わせは世界YWCAまで

worldoffice@worldywca.org www.worldywca.org

### 若い女性が社会を変える

#### チカラを引き出すワークショップ集

翻訳協力：植田加奈・後藤幸男・小林弘子・小森万枝代・榮枝きく江

俵恭子・富崎智美・春井多美恵・廣田順・福嶋由里子

2010年3月

日本語版発行 日本YWCA

編集 日本YWCA 国際コミュニケーション・チーム

〒102-0074 東京都千代田区九段南 4-8-8

TEL: 03-3264-0661 Eメール: office-japan@ywca.or.jp

日本語版のダウンロードは www.ywca.or.jp

## EMPOWERING YOUNG WOMEN TO LEAD CHANGE

an easy to follow resource manual designed to enable  
young women to prepare and facilitate workshops

▶ a training manual

英語版・日本語版とも、ワークショップの著作権はすべて世界YWCAにあります



United Nations Population Fund  
220 East 42nd St. New York, NY 10017 U.S.A  
Tel 001 212-297-5000  
www.unfpa.org



World YWCA 16, Ancienne Route  
CH - 1218 Grand-Saconnex, Geneva, Switzerland  
Tel (+41) 22 929 6040 Fax (+41) 22 929 6044  
Email: worldoffice@worldywca.org  
www.worldywca.org