


# 青年部ニュース

## 全水道 近畿東海地方本部 青年女性部 女性集会

No.3 2025年12月22日   
発行人 山本 耕平  
編集人 清水 晴菜

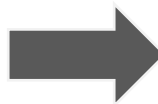
2025年8月23日(土)に神戸にて近畿東海地方本部青年女性部の女性集会が開催されました。青年部からは2名の常任委員と、企業力向上推進室の前田さん、水道部管理課の川村さん、配水管理事務所の山本さんの5名で参加しました。



女性集会での集合写真

今回は、近畿東海地本だけでなく、関東地本や中国地本、北信越地本からも女性集会に興味を持っていただき、参加していただきました。

はじめに、ALSOK 株式会社から講師をお招きして「防犯セミナー」を行っていただきました。セミナーでは、普段の生活の中で、少しの意識で防犯できるコツや、いざ羽交締めにあった時や腕を捕まれた時の逃げ方について教えていただきました。参加者同士で実践する機会を作っていただき、体感することで、正しい防犯対策を知っておくことの重要性を感じました。

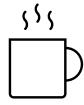


### 羽交締めにされた場合

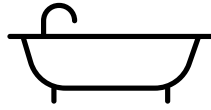
- ①無理に振り解こうとせず、しゃがんで相手の腕との隙間を作る
- ②一気に伸び上げてグリコのポーズ！！
- ③相手が油断した際に、助けを求めながら逃げる！！



その後は、ティータイムの  
時間を設けて、他の単組や地  
本との意見交換を行いました。女性参加  
者が各班にいたことから、働く女性が  
日々感じていることや職場内での男女  
間のギャップ、夜道で前に女性が歩いて  
いる時の男性の気持ちなどをテーマに  
意見交換を行い、普段は聞けないような  
内容を気軽に話せるアットホームな雰  
囲気になっていました。



ティータイムの様子



最後に、「お風呂の正しい入り方」をテーマに、一般社団法人美容ラボの箱崎氏より講義  
をしていただきました。座学では、お風呂に毎日入る人とそうでない人では、要介護になる  
リスクが 1.85 倍違っていたり、お風呂に入ることによって人生の幸福度が上がったりするとい  
うことを学びました。また、お風呂の中



講義の様子

でできるストレッチについては実践を  
交えて教えていただきました。講義を受  
けて、お風呂の効果と毎日入ることの重  
要性を知ったとともに、水の安定供給が  
あるからこそ、安心安全な生活を送るこ  
とができ、上下水道事業に携わる私たち  
は、心身の潤いを与えられる存在である  
ことを再認識しました。

青年女性部員の皆さんにも伝授！うんぱに体操！！

お風呂の中で 10 回行くと  
顔の筋肉が解れます♪

