

# 団体紹介資料

2025年7月17日 | 印西市市民公益活動団体 Shake Hands  
代表理事 齊藤ちぐれ



# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ



名称	 印西市 いんざいし しみんこうえきかつどうだんたい しえいくはんす 印西市市民公益活動団体 Shake Hands
拠点	千葉県印西市
設立	2020年10月 (R7年度 NPO法人化予定)
活動分野	貧困、性教育、居場所支援、相談窓口の運営など
代表	さいとう 齊藤ちぐれ
構成	スタッフ5名、ボランティア18名、専門職連携あり (心理士・看護師・理学療法士等)

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ

# 次世代の未来に関する重要な社会課題

- ① 若年層を中心に生理用品を入手できない生理の貧困が存在
- ② 性教育の地域格差、ジェンダー格差が深刻
- ③ 自尊心の低下や学習機会の損失、社会的孤立にも直結
- ④ 「誰もが自然に学べる」「支援がある」環境の整備が急務

参照：東京都教育委員会 性教育の手引

[https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/press/press\\_release/2019/files/release20190328\\_02/03.pdf](https://www.kyoiku.metro.tokyo.lg.jp/press/press_release/2019/files/release20190328_02/03.pdf)

参照：千葉県教育委員会 性教育普及指導事業

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/anzen/hokenn/sei-kyouiku.html>

参照：千葉県教育委員会 平成29年度健康教育 学校保健

<https://www.pref.chiba.lg.jp/kyouiku/anzen/chibaken-kenkoukyouiku/documents/02genjouhoken.pdf>

参照：性教育の「はどめ規定」、3教委が「なくした方がいい」 朝日調査 | 朝日新聞

<https://digital.asahi.com/articles/ASR705DRXR7TUTIL02X.html>

参照：「生理の貧困」に係る地方公共団体の取組のうち交付金を活用した取組

<https://www.gender.go.jp/policy/sokushin/kenko/periodpoverty/pdf/5-3.pdf>

■ 顕在化する課題

# 靴下 ボロ布 新聞紙 キッチンペーパー 等

---

これらはナプキンの代用として使われている物である。

- ▶ 2017年NGOプラン・インターナショナルUKの調査により**生理の貧困**※1の実態が明らかに
- ▶ 世界中で5億人もの女性が生理の貧困に陥っている。※2

※1：生理の貧困とは、生理用品を買うお金がない、または、利用できない環境にあることである。

※2：参照 Menstrual Hygiene Management Enables Women and Girls to Reach Their Full Potential | The World Bank  
<https://www.worldbank.org/en/news/feature/2018/05/25/menstrual-hygiene-management>

## 世界の取り組み

国名	実施した年	対象者	実施内容
ケニア	2004年	全ての人	生理用品 非課税
スコットランド	2020年	全ての学校	ナプキン無償配布
台湾	2023年	全ての学校、大学	ナプキン無償配布
アメリカ (ボストン)	2019年	77の公立学校の女生徒	ナプキン無償配布
アメリカ (ニューヨーク)	2016年	公立学校、公共施設	ナプキン無償配布
アメリカ (バージニア)	2020年	公立学校、公共施設	ナプキン無償配布
イギリス	2020年	公立学校	ナプキン無償配布
	2021年	全ての人	生理用品 非課税
フランス	2021年	全ての学生	ナプキン無償配布
ニュージーランド	2021年	全ての学校	ナプキン無償配布
オーストラリア	2023年	全ての人	生理用品無償設置に関する法案可決

## 世界の動向

### ▶ FemTech (Female + Technology) 市場の誕生

- ▶ 女性の健康課題を解決する為に開発されたテクノロジーを使用するソフトウェア、診断キット、サービス、およびその他プロダクトのことを指す
- ▶ 2012年 投資額60億、7年間で750億まで成長

参照：“Femtech’ Startups on the Rise as Investors Scent Profits in Women’s Health.” 2019

- ▶ 2025年 市場規模は5兆円規模に成長見込

参照：“FEMTECH Digital Revolution in Women’s Health” 2018

### ▶ 世界経済フォーラム (WEF)

- ▶ 2024年グローバル・ジェンダー・ギャップ指数を発表  
日本は世界146カ国のうち118位、先進7カ国（G7）のうち最下位

### ▶ メディア

- ▶ 映画「わたしは、ダニエル・ブレイク」2016年公開 | イギリス
- ▶ 映画「パッドマン 5億人の女性を救った男」2018年公開 | インド
- ▶ 映画「生理ちゃん」2020年公開 | 日本
- ▶ テレビ東京「生理CAMP2020」2020@日本

### ■ 学生たちの体験談

- ▶ 小学校のトイレにサニタリーボックスが置いていない
- ▶ 生理でプールなどの授業を休むと成績評価が下がる
- ▶ 部活中は長時間トイレに行けない
- ▶ 生理用品ポーチを持って移動しているのを見られたくない
- ▶ ナプキンを交換していることを気づかれたくない
- ▶ ナプキンの捨て方が分からない
- ▶ 初潮を誰にも言えずティッシュで半年過ごした
- ▶ 家庭の事情で購入してもらえない
- ▶ 保健室に生理用品を貰いに行きづらい
- ▶ 経血漏れ不安・生理痛による集中力低下

## ■ 現代女性の生理の実情

年齢	一生涯※1	10～50歳
回数	一生涯※1	平均400～500回
日数	1回あたり※1	3～7日間
	一生涯※1	平均2,470日（約6年9ヶ月）
使用量	1日あたり：ナプキン※2	3～8枚
	一生涯：ナプキン※3	平均13,000枚
費用	一生涯の生理関連用品※3	約2,060,000円
滞在時間	個室トイレ1回※4	5分～11分

### 参考

※1：ユニチャーム／ソフィ「はじめてからだナビ」

※2：wacoal／ばでなびライブラリー「ナプキンは1日何回取り替える？」

※3：ナプキン・タンポン・薬・下着保湿用品を含む

ザ・ハフィントン・ポスト・ジャパン株式会社／HUFFPOST「生理にかかるお金、一生でいくらになる？計算してみたら」

※4：一般社団法人日本トイレ協会

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ



①はじめての生理セット寄贈 : 印西市内 小・中学校 10校（計1265人）

②映画「うまれる」上映会 : 印西市内 小・中学校 3校（計140人）

③性教育講座 : 印西市内 小学校 2校（計112人）

④実験&制作イベント : 印西市内 学童 1校（計70人）

⑤市協働「#私たちの保健室」 : イオン 大ホール 2回（約160人）

その他、公共施設寄贈、被災地支援、専門家の講座（理学療法士・心理士・看護師・防災士）、フェムケア制作講座など

① 「はじめての生理セット」  
寄贈品と添付文書  
配布先：印西市小・中学校10校  
(計1265人)





みなさん、こんにちは！  
印西市市民団体Shake Hands（シェイクハンズ）です。  
これから宿泊学習を迎えるみなさんに、  
プレゼントをおくります。  
旅行中の心配な時などに使ってみてくださいね♪

### オーガニックコットンナプキンnight

本当に肌のことを考えたら  
コットンにたどりつきました



本当に肌のことを考えたら  
コットンにたどりつきました

ひとつきに1度、生理は女性のそばにずっとあるものなのに、悩みや憂鬱を抱える人があまりにも多い。  
「オーガニックコットンナプキン」は、女性が快適に過ごせるよう、素材と使い心地にこだわりぬいて生まれたナプキンです。

### オーガニックコットンライナー (おりもの専用シート)



冷えから女性のからだを守りたい

デリケートゾーンは子宮も近く、女性のからだで特に大事にしたい場所です。  
しかし、ナプキンでよく使われる「吸水ポリマー」に頼りすぎると"冷え"の元になってしまうこともあります...  
デリケートなこの場所少しでもやさしく過ごして欲しいと願って、オーガニックコットンライナーはノンポリマー（ポリマーなし）タイプ。さらりとやさしい使い心地です。

※コットン・ラボ株式会社のホームページから引用してます。

Q1. 映画はいかがでしたでしょうか？

- ① とても良かった 2. 良かった 3. まあまあ 4. 悪い 5. 非常に悪い

具体的に良かった点、不満だった点について教えてください。

今やうまれるにてのナセキを改めて感じました。

Q2. 映画『うまれる』は「地域を越える！人がつながる！」をコンセプトに自主上映会を推進しております。本作品を見て上映会を開催してみたいと思われましたでしょうか？

はい  分からない  いいえ

Q3. 皆さまからの支援金をもとに、小～高校での学校に置ける無料上映に取り組んでおりますが、これから日本を担う「未来人」に映画『うまれる』を観て欲しいと思われたでしょうか？

はい 分からない  いいえ

Q4. 『うまれる』シリーズ第二作『ずっと、いっしょ。』(ナレーション樹木希林)も鑑賞したいと思われたでしょうか？

はい 分からない  いいえ

Q5. 映画『うまれる』、『ずっと、いっしょ。』のDVDが2017年11月より販売されました。購入したいと思いますか？

はい  分からない  いいえ

Q6. その他、映画『うまれる』や今回の上映会についてご自由にコメントくださいませ。

Q3の取組はとてもすばらしいことだと思います。

子どもたち（小～高）にぜひみてほしいと思いました。

※ ご回答者さまについて教えてください

男性  女性  その他 || 10代 20代 30代 40代  50代 60代 70代 80代以上

アンケートのご記入ありがとうございました。

個人情報保護法に従い、取得いたしました個人情報は適切な管理に努めます。

1. 本講演を知ったきっかけをお聞かせください。

SNS 市のホームページ クチコミ その他 (ちぐわく~から  
聞こえて)

2. 本講演の満足度をお聞かせください。

満足 やや満足 どちらともいえない やや不満 不満

3. 前問の回答理由について、お聞かせください。

自分自身が何を知らないといきなり事を知りました。

4. 同じような講演が開催された場合、どの程度参加したいかお聞かせください。

参加したい 予定が合えば参加したい どちらともいえない 参加したくない

5. 参加しやすい形式をお聞かせください。

オンライン 小人数で対面 平日 土日祝日 その他 ( )

6. 性犯罪を生まないために取り組んでほしいことがありましたら、お聞かせください

知的障がいのある子供にその様に教えていけばいい

朱印など

7. 本講演へのご意見やご感想がありましたら、お聞かせください。

---

---

1. 本講演を知ったきっかけをお聞かせください。

SNS  市のホームページ  クチコミ  その他 ( )

2. 本講演の満足度をお聞かせください。

満足  やや満足  どちらともいえない  やや不満  不満

3. 前問的回答理由について、お聞かせください。

性犯罪の現状を知りたいです、専門的な知識も得たいです、同時に現在の性教育の重視され

4. 同じような講演が開催された場合、どの程度参加したいかお聞かせください。  
改めて読み直します。

参加したい  予定が合えば参加したい  どちらともいえない  参加したくない

5. 参加しやすい形式をお聞かせください。

オンライン  小人数で対面  平日  土日祝日  その他 ( )

オンライン+対面 ~~オンライン~~ ハイブリットでさらに参加を重視すると思います。

6. 性犯罪を生まないために取り組んでほしいがありましたら、お聞かせください。

正しい知識を子供は 물론大人も持てるように本の上を講演やワークショップなどで行なって頂きたいです。

7. 本講演へのご意見やご感想がありましたら、お聞かせください。

被害者にも加害者にもさせない教育の必要性を強く感じました。学校で可不可以は理解できないので、自分自身には正しい性の知識を教えてもらいたいと思います。でも同時に自分の学ぶ機会と多く持たないと思います。普段の機会を頂きありがとうございました。

Shake Hands メンバー一同

イベントアンケート

1. あなたについて教えてください  
1つだけマークしてください。  
 10才未満  
 10代  
 20代  
 30代  
 40代  
 50代  
 60代以上

ご来場のきっかけ  
1つだけマークしてください。  
 市からの案内（広報、チラシ、ポスター）をみて  
 関係者からの誘い  
 買い物途中に立ち寄った  
 その他

どなたと一緒にいらっしゃいましたか？  
1つだけマークしてください。  
 一人で来た  
 友人  
 ご家族  
 パートナー  
 その他

イベントのボリューム  
1つだけマークしてください。  
 多かった  
 やや多かった  
 丁度よかったです  
 やや少なかった  
 少なかった

5. イベントの内容で興味を持ったものはありませんか？  
1つだけマークしてください。  
 生理用品の展示と実験  
 性的同意についてのパネル展示  
 月経に関するパネル展示  
 リプロダクティブ・ヘルスアンドライツについてのパネル展示  
 生と性に関するPOP展示  
 Shake Hands の活動内容  
 なかった  
 その他: \_\_\_\_\_

6. 同じような生と性に関するイベントが開催されたら参加したいですか？  
1つだけマークしてください。  
 参加したい  
 近くで開催されれば参加したい  
 もう来ない

7. その他、ご意見ご要望ご感想などお聞かせください。

生理の事がよくわからず  
実際に子供と実験する機会はなかなかないのでとても良い経験になった。  
これをきっかけに家族ごもっとフランクに話せたらいいな  
と思う。

このコンテンツは Google が作成または承認したものではありません。

Google フォーム

# 令和6年度活動紹介／公共施設寄贈：R6年度各施設における生理用品の利用数

Shake Hands

施設名	設置箇所	設置箇所数	設置開始日	24/4月利用数	24/5月利用数	24/6月利用数	24/7月利用数	24/8月利用数	24/9月利用数	24/10月利用数	24/11月利用数	24/12月利用数	1月利用数	2月利用数	3月利用数	R6年度総利用数	施設管理者からのコメント	Shake Handsの対応
本塙ファミリア館	女子トイレ入口	1箇所	2021/06/28	63	173	130	137	69	50	106	129	76	42	121	74	1170		
本塙公民館	1F・2F・3Fトイレ入り口	3箇所	2021/06/30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2023年10月1日から改修工事	
牧の原交流センター	共同トイレ・女子トイレ個室内	5箇所	2021/07/14	0	1	4	14	12	6	14	11	13	15	9	4	103		
小林コミュニティーブラザ	1F・2F女子トイレ個室内	8箇所	2021/06/25	349	260	250	195	236	255	246	279	190	135	215	138	2748		
文化ホール（中央図書館）	受付横・ロビー奥女子トイレ個室・文化ホール内女子トイレ	5箇所	2021/06/25	352	310	596	438	627	283	376	522	358	261	306	196	4625		
駅前交流館1号館	女子トイレ入口付近、1F女子トイレ内、2F女子トイレ内	3箇所	2021/07/08	141	98	127	99	74	63	63	81	78	48	80	30	982	4月よりコスモスパレットⅠに名称変更	コスモスパレットⅠでの継続を希望
駅前交流館2号館	どうそのいす、1Fみんなのトイレ内、1F～3F女子トイレ内	5箇所	2020/11/04	218	220	177	124	125	112	155	240	178	104	165	42	1860	・21施設閉館コスモスパレットⅡにて継続できるか検討中	コスモスパレットⅡでの継続を希望
小倉台図書館	女子トイレ内	1箇所	2021/07/07	279	86	363	547	93	518	219	122	166	240	72	189	2894		
印旛支所	1Fトイレ内	1箇所	2021/07/08	207	183	282	357	269	211	272	236	185	191	150	119	2662		
総合福祉センター	共同トイレ・女子トイレ個室内	8箇所	2021/09/29	317	361	387	299	311	208	460	377	431	116	250	337	3854		
そうふけふれあいの里	1F・2F・3F女子トイレ内	3箇所	2021/11/17	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	大規模改修中	
そうふけ公民館	1F～3Fみんなのトイレ・女子トイレ内	6箇所	2022/03/01	216	232	238	213	170	162	261	230	197	61	348	72	2400		
中央公民館	1F～3F女子トイレ内	3箇所	2022/03/25	85	104	73	64	70	114	110	83	72	72	66	107	1020		
印西市役所	1F女子トイレ個室内・みんなのトイレ	4箇所	2023/03/07	678	564	810	686	470	562	224	473	280	361	218	425	5751		
ふれあいサポートセンター	女子トイレ個室内・みんなのトイレ	3箇所	2024/05/07	0	17	1	0	12	2	5	6	6	18	2	9	78		
印旛公民館	女子トイレ内	1箇所	2025/02/20												6	5	11	
木下交流の杜資料館	女子トイレ内	1箇所	2025/02/20												0	0	0	
印旛歴史民俗資料館	女子トイレ内	1箇所	2025/02/20												0	0	0	
	合計			2905	2619	3428	3173	2538	2546	2511	2789	2230	1679	1987	1753	30158		

いんざいワーク・ライ フサポートセンター				4月配布数	5月配布数	6月配布数	7月配布数	8月配布数	9月配布数	10月配布数	11月配布数	12月配布数	1月配布数	2月配布数	3月配布数					
				2022/01/27	9	3	8	13	7	13	21	13	22	10	12					
・他の施設とは違い、生活困窮者支援の機能がある施設なので、トイレへの設置だけでなく、生理用品のパックごと施設担当者に預けてあります。																				
・施設内トイレには、パックごと配布しているという記載のPOPを4ヶ国語で掲示してあります。																				

✓年間で延べ1800名以上の方々と接点、支援を実施

✓千葉県内の小学校・中学校・高等学校・児童養護施設・図書館・

行政と連携

✓公益信託印西市まちづくりファンド基金・共生社会を創る愛の基

金等の助成金事業を受託、及びNHK WORD—JAPANや多数の地

域新聞等のメディア掲載（令和3年～令和6年）

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ

Shake Handsは6分野の活動を行うことにより、SDGs達成に貢献いたします。



✓ 行政や学校と連携し貧困や孤独に悩む人を様々な角度から支援

日本の相対的貧困率は15.7%、先進国の中では高い水準に位置します。貧困の連鎖を断ち切るため、保護者も含めた家庭の伴走者として、行政・学校と連携しながら支援を行ないます。

✓ 体験プログラムやイベントの実施

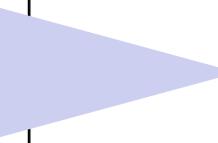
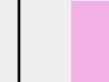
生命尊重・自他尊重を主軸にした生きる力を培うプログラム・イベントを実施します。地域市民や団体に関わってもらうことで、豊かな人間関係を体感し地域コミュニティに安心感を得る機会を創出します。

✓ 本音を話せる居場所を作る

多様な困難を抱える人に、安心して過ごせる場所を提供します。団体メンバーや専門家（公認心理士・看護師など）との対話による心と体のケアを行います。

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ

	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
①施設寄贈										
②性犯罪防止講座 & 読み聞かせ										
③映画上映 「うまれる」										
④大型商業施設 イベント										
⑤アロマ& ボックス製作										
⑥相談事業										

②～⑥は印西市協働事業 (①と④一部は自主事業です)

# 目次

- 1 団体紹介
- 2 社会課題
- 3 令和6年度活動紹介
- 4 活動方針
- 5 令和7年度の活動予定
- 6 まとめ

# 誰もが「生きていてよかった」と思える社会の実現へ

私たちは、生理の貧困や情報の貧困、性教育の格差といった、日常の中にある「見えにくい困難」に光を当て、地域からやさしい支援の輪を広げてきました。

「ナプキンが買えない」「相談できる場所がない」

そんな声にならない不安が、子どもや若者たちの心を蝕んでいます。

私たちは、生理用品の常設や性教育講座、対話の場の提供などを通して、すべての人が“安心して学び、語り合える”地域社会を目指しています。

みなさまのご寄付が

子どもたちにとっての“初めての安心”となる生理セットとなり

トイレで手に取れる生理用品となり

誰かの心に寄り添う対話の時間を生み出します。

私たちの想いに、どうか力を貸してください。

一人では届かない支援も、あなたと一緒にならきっと届きます。

## 印西市ホームページより抜粋

ホーム > くらし > 国際交流・男女共同 > 男女共同参画

### 【映画上映イベント】映画『うまれる』

2025年7月1日 ID:19713

ソーシャルサイトへのリンクは別ウィンドウで開きます



#### 映画『うまれる』8月5日（火曜日）

命を見つめる4組の夫婦の物語の映画

■市民活動推進課×印西市市民公益活動団体Shake Hands協働事業



#### 講演会の申込

■8月3日（日曜日）23時59分まで受付

講演会に参加したい方は、下記のリンク先またはQRコードを読み取り、お手書き用紙でご予約ください。

ホーム > くらし > 国際交流・男女共同 > 男女共同参画

### 楽しく学ぶフェムケア in イオンモール 8月9日（土曜日）

2025年7月7日 ID:19716

ソーシャルサイトへのリンクは別ウィンドウで開きます



#### #私たちの保健室～自分らしく生きるために～

命につながる大切なことをすべての人に知ってほしい

■市民活動推進課×印西市市民公益活動団体Shake Hands協働事業



印西市市民公益活動団体 Shake Hands

#### 【要予約】ワクワクワークショップ 生理用品ってどんなもの？

■8月7日（土曜日）22時50分まで受付

（日時）令和7年8月9日（土曜日）13時00分～16時15分

（会場）イオンモール千葉ニュータウン 3階 イオンホール

（参加費）無料

（内容）子どもと保護者の『どうしよう』解決をお手伝いするため、生理用品の無償設置等に取り組む「Shake Hands」が、イオンホールにてフェムケアイベントを行います。生理用品を実際に見て触れるワークショップ等今までの内容に加え、今回は初潮前や初潮を迎えたばかりの親子を対象に「初めての生理講座」も行います。命につながる大切なことをすべての人に知ってほしいという思いから、老若男女問わず、ぜひ会場に足をお運びください。

#### （要予約）

- ・初めての生理講座 【定員に達したため締め切りました】  
13:15～13:45
- ・ワクワクワークショップ  
(1)14:20～15:00  
(2)15:30～16:10

#### （講師）

# ご支援を、心よりお待ちしています。



お問い合わせ先（代表：齊藤）

TEL : 070-2613-7953

E-mail : shakehands.inzai@gmail.com