

行列ができる講座と手にとるチラシの作り方  
～人が集まる講座の企画・実施で元気な地域をつくる!～

**特別付録**

全国の元気な女性センター・男女共同参画センター厳選!!

お宝

**人が集まる男女共同参画講座・見本帳**

2019年版

今回のワークショップを行うにあたって、「講座企画塾 吉田清彦 official ホームページ」の「全国の元気な女性センターと講座情報」のページで紹介している37の女性センター・男女共同参画センターの中から23館58講座に対して「講座の集客」に関するアンケートを行い、10館から34講座について詳しい集客状況をお答えいただくことができました。

今回ご紹介した講座のチラシのほとんどは、原寸大のカラー版を「講座企画塾 吉田清彦 official ホームページ」の「全国の元気な女性センターと講座情報」のページから見る事ができます。

(なお、ワークショップの選定に際して、一部の選定委員から「実際の男女共同参画センター等のチラシを教材にする際には、センター名を伏せるなどしていただきたい」との要望がありましたので、「応募者数が定員の半数に満たなかった講座」については、「見本帳」及び「集計一覧」からセンター名等を消去し、「一覧」の「評価」欄を無記入にしました)

© 講座企画塾

吉田清彦 official ホームページ

<http://ptokei.net/>

■今回、アンケートにご協力いただいた女性センター、男女共同参画センター(北から):

もりおか女性センター、埼玉県男女共同参画推進センター、茨城県女性プラザ、静岡市女性会館、和歌山県男女共同参画センター、尼崎市女性センター、宝塚市立男女共同参画センター、姫路市男女共同参画推進センター、島根県立男女共同参画センター、沖縄県男女共同参画センター

あなたの一歩を応援!

# 2019 しまね働く女性きらめき応援塾 スキルアップ 編 (3回連続講座) チームビルディングを通じた 複合的なスキル の向上

自身や組織の課題分析、リサーチ、解決策を考える一連のプロセスを、多様なメンバーたちと実践する中で、様々なスキルを刺激する3日間。職場での活用をイメージできる、再現性の高い体験・練習の場です。  
※昨年度の連続講座とはテーマ・内容が異なります。

**お楽しみ**  
\*様々なスキルを伸ばしたい  
\*現状に悩みや課題がある  
\*変化を求めている  
\*「私なんて…」と思っている  
\*心強い仲間が欲しい  
\*人見知りや羞、楽しく学びたい方にぜひ!

第1回 第2回 第3回

松江会場

8/6 (火) 9/6 (金) 27 (金)

対象 就業年数3年以上の  
若手・中堅女性社員

松江市民活動センター 201・202 研修室  
(松江白湯本町4-3) ※第3回のみ交流ホール

20名程度 (各会場)

浜田会場

8/7 (水) 9/5 (木) 26 (木)

参加費：無料  
申込：詳細は裏面をご参照ください。  
※受入可能人数に達し次第、受付終了。

島根県浜田合同庁舎 5階中会議室  
(浜田市片庭町2-5-4)

託児：託児有、育休中の方も歓迎。

※時間は両会場、全日程で10:00~16:00

内容

【第1回】	【第2回】	【第3回】
<ul style="list-style-type: none"> <li>チームで自分を活かすポイント</li> <li>力の発揮を阻むものを探る</li> <li>情報収集のポイントと手法</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>情報とアイデアの整理</li> <li>成功体験、失敗談からのヒント</li> <li>情報収集のポイントと手法 (昨年度受講者による事例紹介)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>解決策の提案 (成果の共有)</li> <li>全3回のふりかえり</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>人間関係の構築・認識見直し</li> <li>情報を読み解く力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>合意形成力</li> <li>論理的思考力</li> <li>考えを言語化する力</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>業務に活かせる応用力</li> <li>再現性を高める 総仕上げ</li> </ul>
多様な視点とテクニックを高め合うグループワーク & 講師のレクチャー		

各回で  
養われる  
スキル

主催：しまね働く女性きらめき応援会議・島根県・(公)しまね女性センター 共催：一般社団法人島根県経営者協会  
松江市民活動センター (松江会場)、浜田市 (浜田会場)

## はじめての男女共同参画

### エキスパンダー養成講座 (実践編)

# 扉の向こうへ! ~ネットワークを活かした新しい地域づくり~

(人材育成)

“りいぶる”では、誰もが生きやすい社会をつくるため、様々な分野でリーダーとなる人材(エキスパンダー)を養成します。今年度は、情報リテラシーや会議の進め方などを学びます。  
男女共同参画エキスパンダーとなって、地域で活躍の場を広げてください。

エキスパンダー (expander)  
エキスパンダー (expand)「展開する、…を発展させる」をする人のこと

日時：令和元年 7月20日・8月3日・24日 (全て土曜日)  
10:00~15:00

場所：橋本市教育文化会館第5展示室 (橋本市東家1丁目6-27)

講師：鳥淵 朋子さん (アクト研究室代表)

<講師プロフィール>

自治体の住民意識調査、政策立案、人材育成業務等に関わり、近年は和歌山県内市町村の男女共同参画計画づくりに県アドバイザーとして派遣され、ワークショップの立案等にも協力している。

定員：30名 (先着順)

参加費：無料

一時保育：1歳から小学2年生までのお子さんを無料でお預かりします。7月10日(水)までに要予約。

お申込み・お問い合わせ

和歌山県男女共同参画センター「りいぶる」

TEL: 073-435-5245 FAX: 073-435-5247

e-mail: libre@sirius.ocn.ne.jp

〒640-8319

和歌山市手平2-1-2 和歌山ビッグ夢9階

月曜・祝日を除く9~21時 (日曜は17時30分閉館)

主催：和歌山県 共催：橋本市 かつらぎ町 九度山町 高野町



スマホ

1 2  
3 4

# グローバルに働く 私の未来

将来は、  
海外で働きたい!!  
得意な語学を  
活かしたい!!

外国人と関わる仕事って  
どんな仕事か  
あるのかな?

海外や国内で  
外国人支援を仕事にしている  
先輩女性から話を聞きます。  
夢の実現に必要なヒントがいっぱい!!

イラスト 田嶋三恵

日時 2019年 8月9日 (金) 13:30~15:30

会場 静岡市女性会館(アイセル21) 4階 研修室

講師 中島 玖さん (プラン・インターナショナル・ジャパン)  
神田すみれさん (多文化共生ソーシャルワーカー、通訳者)

参加費 無料

対象 高校生以上の女子学生及びその保護者

定員 20人(申し込み順)

申込み 7月1日(月)10時より、電話、またはホームページにて受付

主催 静岡市女性会館 ☎ 054-248-7330



https://aice21.jp/

令和元年度 がんばる女性応援講座 講座番号 ブラザ 7

「言葉の力」ってすごい!

# 言葉の力が未来を変える

## ~人を励ます言葉かけ

### ペップトーク~

「Pep」は英語で、元気・活気・活力という意味。

あなたが、勇気づけたい人がいるなら、誰でも学べます!  
あなたに応援したい人がいれば、日常のどんな場面でも使えます!  
前向きな言葉を使うので、あなたの思考も行動も前向きになります!  
相手も自分もハッピーになれる魔法の言葉を学びませんか?

参加費  
無料



日時

7月16日 (火) 10:00~12:00

会場

レイクエコー 大研修室

茨城県行方市宇崎1389

講師

菅野 昭子 Ange Gardien (アンジェガーディエン) 代表  
日本ペップトーク普及協会 認定講演スピーカー

「明日が楽しみになる毎日」をモットーに、企業、社会福祉施設等に講演セミナー活動を行う。ユーモアを交えた話は、知識を得るだけでなく元気が出るような高い評価を得ている。また産業カウンセラーとして企業の経営層向け・個人向けの電話カウンセリングにも従事。「言葉の力を磨くことで、目指すセッションができるようになった。」ペップトーク効果を体感する毎日を送っている。



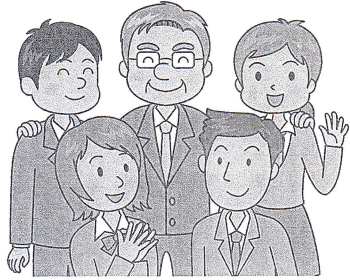
定員 40名 電話もしくはFAXでお申込みください。(詳細は裏面をご覧ください。)

(レイクエコー) 茨城県女性プラザ

TEL0299-73-2300 FAX0299-73-3925

主催 茨城県教育委員会・茨城県女性プラザ

# 職場のいじめ・ハラスメント対策 ～快適な職場を保つために～



参加費  
無料

定員50名  
(電話、FAX  
での申込み)

日時

7月9日(火) 13:30~15:00

会場

水戸生涯学習センター  
大講座室  
水戸市三の丸1-5-38 茨城県庁三の丸庁舎3F

講師

加藤 美香保

弁護士/千葉商科大学大学院客員准教授

弁護士(平成16年~)  
千葉商科大学大学院客員准教授(非常勤 平成20年~)  
浅田・中嶋・加藤法律事務所において執務(東京弁護士会会員)



〈レイクエコー〉茨城県女性プラザ

TEL0299-73-2300 FAX0299-73-3925

主催 茨城県教育委員会・茨城県女性プラザ 共催 水戸生涯学習センター

職場のハラスメントとは、「同じ職場で働く者に対して、職務上の地位や人間関係などの職場内の優位性を背景に、業務上の適正な範囲を超えて、精神的・身体的苦痛を与える又は職場環境を悪化させる行為」(厚生労働省)

軽い気持ちで行った言動がハラスメントとなり、相手や深く傷つけ、ひいては職場環境を壊してしまうことがあります。毎日同じ職場、同じメンバーで働く関係には意識しないうちに発生しがちな問題です。

講師の先生が、弁護士として職場でのいじめ・セクハラ・パワハラなどの相談を数多く受けてきた経験を活かし、解決策や防止策を分かりやすく説明していきます。快適な職場を保つために、学びを深めていきませんか？

ジェンダー視点を身に付けよう！

# ビジネス新教養としてのジェンダー

～優良企業のCM炎上事例から学ぶ～



ジェンダーにもとづく偏見や不平等。

これは、21世紀の解決しなければならぬ世の中の問題のひとつです。具体事例から「ジェンダー視点」を身に付け、お互いが気持ちよく仕事ができる、協力し合えるビジネス環境にしていきましょう！

参加費  
無料

日時

6月26日(水) 13:30~15:30

会場

県西生涯学習センター  
レッスン室  
茨西市野殿1371

講師

治部れんげ氏

ジャーナリスト/昭和女子大学現代ビジネス研究所研究員



1997年、一橋大学法学部卒業。日経BP社にて経済誌記者。2006~07年、ミシガン大学フルブライト客員研究員。2014年よりフリージャーナリスト。2018年、一橋大学経営学修士課程修了。日経DUAL、Yahoo! ニュース個人、東洋経済オンライン、Business Insider等にダイバーシティ経営、男女のワークライフバランス、ジェンダー平等教育について執筆。現在、昭和女子大学現代ビジネス研究所研究員。東京大学大学院情報学環客員研究員。日本政府主催の国際女性会議WAW! 国内アドバイザー。東京都男女平等参画審議会委員(第5期)。2019年、日本が議長国を務めるG20に政策提言する女性グループW20運営委員等。著書に『炎上しない企業情報発信:ジェンダーはビジネスの新教養である』(日本経済新聞出版社)等。2児の母。

定員50名 電話もしくはFAXでお申込みください。(詳細は裏面をご覧ください。)

〈レイクエコー〉茨城県女性プラザ

TEL0299-73-2300 FAX0299-73-3925

主催 茨城県教育委員会・茨城県女性プラザ 共催 県西生涯学習センター

56  
78

平成30年度 もりおか女性センター事業テーマ「チャンス・チャレンジ・チェンジ!多様性を認めよう社会へ」

託児付き(予約制・有料) 受講料:1,000円

# 女性起業芽でる櫻

起業に興味がある女性のための講座です。起業の基礎知識と心構えを学び、具体的な一歩を踏み出す事業計画を作ります。

## 実践編

日時: 7月28日(土)、29日(日) 13時~16時

会場: 28日(土)・プラザおでって3階 第1、2会議室  
29日(日)・もりおか女性センター生活アトリエ(プラザおでって5階)  
(盛岡市中ノ橋通1-1-10)

【プログラム】

1日目: 起業に関する基礎知識と心構え/  
先輩起業家の事例発表  
2日目: 私の仕事を考えよう/お客様はだれ?  
売り物はなに?/明日からの行動計画

講師: ザ・オフィスせき代表  
関洋一さん

盛岡市産学官連携研究センターインキュベーションマネージャー、盛岡市企業支援マネージャーなど  
当手帳内外で「起業世話人」として活躍中!  
2007年からもりおか女性センター起業講師として多くの皆さんのチャレンジを応援されています。

● 対象・定員: 起業を考えている女性 15人  
● 参加費: 1,000円  
● 託児: 生後6か月~未就学児まで  
定員5人、事前予約制  
有料(お一人1回500円)  
7月20日(金)17時締切

事例発表: 工房 夢蘭\*花  
主宰 江見夏恵さん

女性の仕事は趣味ではなく「仕事」として社会に認められることを目指し、2002年4月に工房を立ち上げ、職工が盛岡市の土産として認知されるよう商品開発なども勉強し活動されています。

現在、定期的な職工教室の開催、イベント等での商品販売、職工の土産物販売(カフタン巻帯等)で取り扱っています。



● お申し込み: 7月4日(水)午前10時~  
電話(019-624-3583)  
FAX(050-2003-5778)  
メール(mederunet@sankaku-npo.jp)で  
先着順に受付

※受付後「申込書」に必要事項を記入し、郵送、メールまたはFAXでもりおか女性センター(〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10プラザおでって5F)へお送りください。「申込書」はチラシ裏面またはホームページからダウンロードできます。<http://www.sankaku-npo.jp/mederunet/> 7月25日(水)17時必着

平成30年度 もりおか女性センター事業テーマ「チャンス・チャレンジ・チェンジ!多様性を認めよう社会へ」

# SNSビジネス活用講座 小さなチカラの売り方・伝え方

12/1  
(Sat)

Facebook  
Instagram  
Twitter  
LINE

SNSをビジネスに活用するための考え方や方法を学びます。ビジネスをSNSで発信するためにはどうすればいいの?私のビジネスにはどんなSNSが向いているの?という疑問に答えます!

日時 12月1日(土) 10:00~12:30

場所 もりおか女性センター 生活アトリエ  
(中ノ橋通1-1-10 プラザおでって5階)

講師 ブランドストーリー 代表 大平 恭子さん

内容 講座を通して自分の強みを知り、Facebookやtwitter等のSNSをビジネスにどう活用していけばいいかノウハウを学びます

参加費 500円

対象・定員 スマートフォンをお持ちの女性で既に起業されている、またはこれから起業される女性・15名

託児 有料(子ども1人につき、1回500円)  
6か月~未就学児 定員5人(要事前申込)

申込方法 11月6日(火)10時から、電話、Eメール、HPにて先着順に受付  
電話: 019-624-3583  
メール: mederunet@sankaku-npo.jp  
HP: <http://mjc.sankaku-npo.jp/> (専用フォームQRコード⇒)



【お問い合わせ先】

もりおか女性センター 起業応援ルーム芽でるネット  
TEL: 019-624-3583 FAX: 050-2003-5778  
E-mail: mederunet@sankaku-npo.jp URL: <http://www.sankaku-npo.jp/mederunet/>  
専用駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用ください。

主催 盛岡市、もりおか女性センター

# セルフケア講座

ストレスとうまく付き合い、  
自分自身をたいせつにするためにできること

セルフケア (self care) とは自分自身で自分の世話をすること・面倒をみることをいいます。心の健康づくりにおいて、ストレスとうまく付き合い、自分自身を大切にするためにできる対処方法を身につけましょう!

- ①7/4 (木) ストレスについて知る
- ②7/11 (木) 自分のストレスに気づく
- ③7/18(木) セルフケア方法(対処法)を考える
- ④7/25 (木) 自分に合ったセルフケア方法を見つける

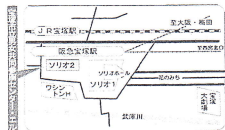
毎週木曜日 10:00~12:00 全4回

<b>場所</b>	宝塚市立男女共同参画センター	<b>参加費</b>	無料	<b>申込</b>	6/3(月) 9:00~
<b>対象</b>	テーマに関心のある女性 20人 *原則として全回参加できる方	<b>保育</b>	10人 (1歳~就学前まで) (要予約 無料)		電話または窓口で受付 先着順 宝塚市立男女共同参画センター (0797-86-4006) へ



**講師**  
NPO 法人女性と子どものエンパワメント関西 事務局長  
**井山里美さん**

学校法人園田学園女子大学英文学研究室助手として勤務後、高校講師、学習塾講師等を経て、1995年よりCAAPスペシャリストとして活動を始める。コミュニケーションスキルや、ストレスマネジメントの講師を多数行う。



主催：宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO 法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町 2-1-2 「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)

\*申し込みにあたってお預かりする個人情報は本講座以外の目的で使用することはありません。

# 女性のための コミュニケーション・スキル

~Communication skill for Woman~

上手な聞き手、話し手になることで、コミュニケーションはスムーズに♪  
この講座では実践的なワークショップを通して、相手を尊重しつつ、自分の考えや要求を伝える方法学びます。職場や、地域、家庭など様々な場所で役立ててみませんか。

一講師紹介一



たがみときこ  
**田上時子さん**

NPO 法人  
女性と子どものエンパワメント関西 理事長

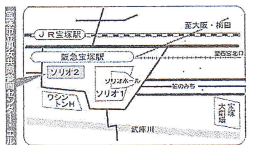
早稲田大学卒業後、カナダ留学。1988年9月に帰国。子どもの力を信じ、幼児期から思春期にいたるまであらゆる子どもの問題に取り組み、子どもと親をサポートする活動を精力的に行っている。2011年文部科学大臣より「社会教育功労賞」受賞。JICA 人身取引被害者支援・自立支援促進プロジェクト短期専門家。著書に『子どもとのコミュニケーションスキル』『親と子どもの感情BOOK』など多数。

- 第1回 6/27 **リスニング・スロックスについて**
- 第2回 7/4 **よい聞き方・よい話し方**
- 第3回 7/11 **感情リテラシー**
- 第4回 7/18 **ストレス・マネジメント**

★すべて火曜日 10:00~12:00 全4回

<b>場所</b>	宝塚市立男女共同参画センター	<b>参加費</b>	無料
<b>対象</b>	テーマに関心のある女性 20人 *原則として全回参加できる方	<b>申込み</b>	5/15 (月) 9:00~
<b>保育</b>	10人 (1歳~就学前まで) (要予約 無料)		電話または窓口で受付 先着順 宝塚市立男女共同参画センター (0797-86-4006) へ

主催：宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO 法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町 2-1-2 「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
http://www.takarazuka-ell.jp/



\*申し込みにあたってお預かりする個人情報は本講座以外の目的で使用することはありません。

9 10  
11 12

平成30年度 啓発学習事業 第2回 健康講座

受講  
無料

# ホルモンの基礎知識! 知っておくとイイ♪ みんなの更年期

平成31年

**1月26日 (土)**

14時~15時半 (開場13時半~)

**日時**

**会場**

沖縄県男女共同参画センター  
「ているる」3階 研修室1・2

**対象**

関心のある方  
(定員30名に達し次第締切)

☆当財団の賛助会員は優先して受講可能

**申込**

裏面用紙にてFAX・メールまたは電話  
E-mail kouza@okinawajosei.org  
ホームページ http://www.okinawajosei.org/  
FAX 098-863-8662  
TEL 098-868-3717



**講師**  
**銘河 桂子氏**

(琉球大学大学院医学研究科  
女性・生殖医学講座 講師/医局長)

参加された方には  
お土産をご用意して  
おります♪



QRからお申込

主催 沖縄県・(公財)おきなわ女性財団 問合せ 098-868-3717  
共催 大塚製薬株式会社ニュートラシューティカルズ事業部

令和元年度 ステップアップ事業 第1回健康教室

# ロコモ予防体操

骨盤周りの筋肉を鍛え  
体幹を強く  
ゆがみを整える

# 美尻

**ロコモとは(ロコモティブシンドローム)**  
加齢に伴う、骨、関節、筋肉などの運動器の機能低下によって、  
要介護や寝たきりになる可能性の高い状態を言います。  
ロコモは予備軍を含めると約4700万人と言われ、40歳以上の男女の5人に4人は、「ロコモ及びロコモ予備軍」と推定されます。

**6.1 (土) 14時~16時**  
定員20名 (賛助会員優先)

【会場】沖縄県男女共同参画センター「ているる」1階 フィットネスルーム  
【対象】関心のある方

※運動量が多いため、持病や体調に不安のある方は医療機関等に相談のうえ、お申込をお願いします。

【申込】裏面用紙にてFAXまたはメール、電話、HPお申込フォーム

【参加費】500円 (消費税・傷害保険料込み)、賛助会員 400円

【持ち物】動きやすい服装・タオル・飲み物・ヨガマット

※はだしの履きシューズ不要、ヨガマットをお持ちの方はご持参をお願いします。



永淵 悦子(ながふち えつこ)  
(ピラティス講師・介護予防運動指導員・健康運動指導士)

福岡県久留米市出身。短期大学卒業後、幼稚園教諭、フリーエアロビクスインストラクターを経て1994年結婚し沖縄へ。  
現在は、健康づくり、体づくりに関する講演、福祉関係のイベント、ワークショップなどの講師活動。沖縄県内の各行政主催のピラティス教室・子育て支援・生活習慣病予防・介護予防運動などの指導を担当。  
また、自宅e\*studjioにてピラティスのプライベート・グループレッスンを開講。沖縄タイムス「彩欄開美」、琉球新報「うない」いえジムなど、様々なメディアに活動内容の掲載、ピラティスの監修を行う。

QRから申込



主催：公益財団法人おきなわ女性財団 TEL：098-868-3717

# 地産地消の 仕事人が語る 農村女性の 社会参画

**8/3** 金  
13:30~15:00

「できる人ができることを分担し、いきいきと働き生活する」ことを理念に掲げ、夫婦二人三脚で農業経営に取り組み、男女共同参画を実践している原 範子さん。農村女性の社会参画に貢献したことが認められ、昨年、内閣総理大臣賞(女性の活躍)を受賞しました。地産地消の仕事人、原範子さんがこれまでの活動を語ります。



**会場** 県生涯学習センター  
中講座室  
茨城県日立市十王町友部2581

**定員** 50名 (無料 定員になり次第締め切ります)

**講師** 原 範子  
(神栖市男女共同参画審議会 会長/全国生活研究グループ連絡協議会 会長)

結婚を契機に就農。水稲とピーマンを生産しながら、地域でいち早く家族経営協定を締結するとともに、女性農業者として家族経営協定の普及に尽力している。県内初の夫婦連名でのエコファーマーの認定を取得。JAおさい初の女性農協理事、茨城県女性農業者会会長等、女性農業者のリーダーとして会の活動を牽引するとともに、農村女性の代表として意見発表や提言を行い、女性の優れた能力の活用や職場拡大に尽力している。また、食農教育活動として、ピーマン料理の出前講座や、料理コンクールの開催、紙芝居の作成・上演など、女性農業者の力を結集して産地のPRに取り組んでいる。

電話もしくはFAXでお申込みください。(FAX申込書はチラシ裏面にあります)  
(レイクエコー) 茨城県女性プラザ

TEL0299-73-2300 FAX0299-73-3925

主催 茨城県教育委員会・(公財)茨城県教育財団・茨城県女性プラザ・茨城県県生涯学習センター

# 子育て世代女性のための Myライフ Myワーキング

結婚や出産で就職し「プランクがある。」そろそろ働きたいけど不安で「心の準備もつかない。」・・・では、今の私には、何が出来る?? 将来は「どんな自分」になりたい?? 子育てしながら、子どもと共に成長する、私らしい生き方・働き方を探して新しい一歩を踏み出してみませんか? ♪♪

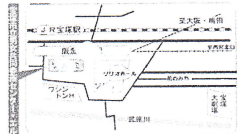
① 9/8 (金)	～もう一度働きたいのために～ <b>社会復帰に必要な準備</b> について 子どもと一緒に成長する私	株式会社オフィス委 代表取締役社長 井上 栄子 さん
② 9/15 (金)	制度が変わる今がチャンス! <b>私らしく働くには?</b>	能登社会保険労務士事務所 代表 能登 将史 さん
③ 9/22 (金)	<b>履歴書・職務経歴書</b> のポイント ワンランク上の書き方を身につける	株式会社オフィス委 代表取締役社長 井上 栄子 さん

【いづれも10～12時】

- ◆日時：9月8日～22日の金曜日、各10～12時 [3回講座]
- ◆対象：再就職をめざす女性 30人 <先着順>
- ◆保育：10人(1歳～就学前まで) 無料 要予約
- ◆申込み：7月3日(月)9:00～ 電話または窓口、センターHPで受付

参加費  
無料

主催 宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
http://www.takarazuka-ell.jp/



※申込みにあたってお預かりする個人情報(本講座以外の目的)で使用することはありません。

13 14  
15 16

# 夫との関係を考える

～ 尊重し合える関係をめざして～

「なんとなく、不自由で息苦しさを感じている...」「夫婦でいる意味とは」「これからどんな道を進めばいいのだろう...」私の望む、夫婦の関係とは? 私らしく生きるために、ありのままの気持ちを話せる場 サポート・グループで話し合ってみませんか。

- ① 7月5日 ② 7月12日 ③ 7月19日  
④ 7月26日 ⑤ 8月2日

ファシリテーター

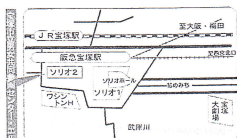
いずれも 金曜日 <全5回>  
10:00～12:00

NPO法人 心のサポート・ステーション  
代表理事/カウンセラー 宮本由起代さん

- ◆場所：宝塚市立男女共同参画センター
- ◆対象：12人(夫との関係を考えたい女性) ※原則として全回参加できる方
- ◆参加費：無料
- ◆保育：10人(1歳～就学前まで) 無料 要予約
- ◆申込み：6月3日(月)9:00～ 電話または窓口で受付 \*先着順  
宝塚市立男女共同参画センターへ (0797-86-4006)

\* サポート・グループとは \* 同じ問題を持つ人たちがお互いの体験や気持ちを話し合います。カウンセラーがファシリテーター(進行役)として入ります。

主催 宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
https://www.takarazuka-ell.jp/



(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)

※申込みにあたってお預かりする個人情報(本講座以外の目的)で使用することはありません。

# こじれた 母との関係を考える

～ 娘にとって、重たい母との関係～

母との関係に、不安や葛藤を抱えていませんか。その悩みの原因とは? お互いを尊重し合える距離とは? 母と娘、それぞれ自分らしくいきいきと暮らしていくためにー自立した母と娘の関係をめざしてーサポート・グループで話し合ってみませんか。



- 【日時】  
① 7月6日 ② 7月13日 ③ 7月20日  
④ 7月27日 ⑤ 8月3日 <全5回>  
いずれも金曜日 各10:00～12:00

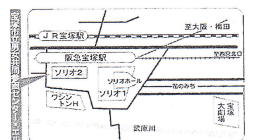
【ファシリテーター】

NPO法人心のサポート・ステーション  
代表理事/カウンセラー  
宮本 由起代 さん

- ◆場所：宝塚市立男女共同参画センター
- ◆対象：母との関係に悩む女性 12人 (※原則として全回参加できる方、初めに参加される方優先)
- ◆参加費：無料
- ◆保育：10人(1歳～就学前まで) 無料 要予約
- ◆申込み：6月4日(月)9:00～ 電話または窓口で受付 \*先着順  
宝塚市立男女共同参画センターまで (0797-86-4006)

\* サポート・グループとは \* 同じ問題を持つ人たちがお互いの体験や気持ちを話し合います。カウンセラーがファシリテーター(進行役)として入ります。

主催 宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
http://www.takarazuka-ell.jp/



(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)

※申込みにあたってお預かりする個人情報(本講座以外の目的)で使用することはありません。



# 性暴力防止セミナー

さいたま市

## 性暴力 その後を生きる ～深い傷と回復への道のり～

日時

平成30年  
7月25日(水)  
14:00～15:30  
(13:30開場)

講師

中島 幸子さん  
(NPO法人レジリエンス代表)

NPO法人レジリエンス  
DVや虐待、モラハラ、いじめなどさまざまな原因による心の傷つきやトラウマに焦点をあて、なぜ人が人を傷つけるのか、暴力はどんな影響をもたらすか、傷つきからの回復の方法などさまざまなテーマについて講演を行っています。

会場

With You さいたま  
4階セミナー室

【定員】

80名(申込順) 入場無料

【申込み】

電話・電子メールで①氏名(ふりがな)②住所③電話番号④保育希望の有無(希望する場合はお子様の名前(ふりがな)、月齢、アレルギー)をお知らせください。

【保育】

6か月以上の未就学のお子様をお預かりします。  
費用: お子様1人につき300円  
定員: 10名(申込順) ※7月18日(水)締切

【申込先】

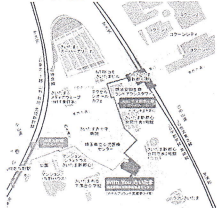
埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま)  
〒330-0081 さいたま市中央区新都心2-2  
電話 048-601-3111

電子メール m013111a@pref.saitama.lg.jp

【問合せ先】

☆埼玉県男女共同参画推進センター 048-601-3111  
☆さいたま市男女共同参画推進センター 048-642-8107

<交通アクセス>  
公共交通機関をご利用ください  
JRさいたま新都心駅徒歩5分  
JR北与野駅徒歩6分



共催

埼玉県男女共同参画推進センター  
さいたま市男女共同参画推進センター



### メンズプロジェクト講座

# 男同士が語る どうしたら痴漢をなくせるか ～痴漢撲滅に向けた埼玉からの発信～

【男が痴漢になる理由】著者 ライター  
齊藤章佳さん × 武田砂鉄さん

他都県への通勤、通学者数が多く、その時間も長い埼玉県。列車内の痴漢被害が多いことで知られています。痴漢は、毎日くり返される通勤、通学のなかで蓄む性暴力です。痴漢をなくし、男性にも女性にも安心・安全な社会にするために何が必要か。加害男性の実態から痴漢撲滅への道筋を探ります。

2019年

3/2(土)  
14:00～16:30  
(13:30開場)

参加費  
無料  
保育あり  
(要予約)

会場 埼玉県男女共同参画推進センター  
(With You さいたま) 4階セミナー室  
定員 100名(申込順)

### プログラム

- 第1部 14:00～14:45  
講演 「なぜ男は痴漢になるのか」  
講師 齊藤章佳さん(精神保健福祉士・社会福祉士)
- 第2部 14:50～16:30  
対談 「男同士が語る  
どうしたら痴漢をなくせるか」  
登壇者 齊藤章佳さん × 武田砂鉄さん(ライター)



主催 埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま) ☎048-601-3111

17 18  
19 20

2018年 埼玉県女性センター 埼玉県男女共同参画推進センター(With You さいたま) さいたま市男女共同参画推進センター

### ささえあい分野 福祉学部

## パパの家事は、家族を救う！ ～より良いパートナーシップのために～

日々の生活の中で、大それたエイトを占める家事について、夫婦で話し合ったことはありますか？  
「子どもが運ばれる」「妻が身体運搬する」「親の介護をする」など、  
家庭はさまざまなターニングポイントをわかれます。  
そんな折々に、家事バランスをパートナーといっしょに考え直してみませんか。  
和田家のコミュニケーションのコツを勉強したあと、お互いの得意をすり合わせるワークショップを行います。  
それぞれにとって最高のワーク・ライフ・バランス(仕事と生活の調和)を叶えるために、話し合ってみませんか。

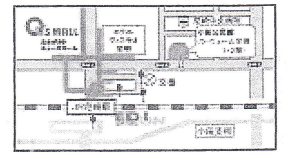
2018年11月17日(土)10時～12時

講師 和田 のりあき  
NPO法人ファザリング・ジャパン (FJK) 関西副理事長  
大塚わくわく園副園長、主夫



プロフィール  
妻(専業主婦、中学3年生)、次女(小学5年生)の4人家族。  
2004年、妻の産後を機にTVカメラマンを退職し主夫になる。専業主婦をしながら保育士資格を勉強。地元保育園で子育て支援アドバイザーとして活動。  
2016年、ファザリング・ジャパン(株)を立ち上げ、現代版主夫になる。「働くパパの育児支援」をテーマに10名の父親が講師で活動中！  
2017年から、くらしの森保育園、2018年から、大塚わくわく園副園長。  
著書は『パパの育児』、『パパの育児』、『パパの育児』

■対象 子育て中を希望している、又は、育児中を希望している男性とそのパートナー  
■会場 小田公民館 住所 さいたま市1-11-1-101 ※申込先と実施会場が異なります  
■定員 15組  
■参加費 無料  
■申込 無料 電子申込(1歳以上未就学児) 15人  
※1歳未満の子どもの参加は不可です。  
■申込先 10月5日(金)9時から 電話、FAX、来館  
TEL ☎048-636-6331 FAX ☎048-636-5757  
市女性センター  
■申込先 電話 ☎048-636-6331 受付時間 9～17時  
休館日 月曜日、祝日、年末年始  
■主催 NPO法人男女共同参画推進センター(With You さいたま) さいたま市小田公民館



## 静岡ケアメン入門講座

ある日突然、妻や親の介護が始まったら…

今や介護者の3人に1人は男性の時代。介護される人の気持ちや尊重しながら、介護する人ががんばりすぎないための準備や心構えを3回シリーズで学びます。1回だけの参加も可能です。いずれも、平日お仕事や時間を作りやすい土曜の午前中の開催です。家族の介護に関心のある男性、家族の介護に携わる男性にお勧めの講座です。

男性限定 参加費 無料

ケアメンとは 介護を担う男性を言います。

申込方法は 裏面へ

- ① 6/29(土) 10:00～12:00  
介護保険制度の基本のキと男性介護者経験談  
～介護で疲れないための準備と心構え～  
会場: 静岡市女性会館(アイセル21) 4階 研修室
- ② 7/27(土) 10:00～12:00  
介護する人、される人の安心・安全のために「リハ・パークしずおか」見学・体験  
～福祉用具・バリアフリー体験～  
会場: 「リハ・パークしずおか」(保健福祉会館2階)
- ③ 8/24(土) 10:00～12:00  
知っておきたい介護のための排泄ケア  
～専門家に聞く排泄ケアの基礎知識～  
会場: 静岡市女性会館(アイセル21) 4階 41集客室

主催: 静岡市女性会館 ☎420-0885 静岡市葵区東深町 8-18  
指定管理者 NPO法人男女共同参画フォーラムしずおか  
TEL 054-248-7330 ホームページ https://aicel21.jp

# セカンドステージ (第二の人生) を、 生き生きと過ごすために!!

平均寿命が伸び、人生が100年続くとされる時代を迎えています。  
定年退職後・子育て後に、長い長い第二の人生が待っているのです。  
人生が100年続くとした時、働き方や生き方をどう変化させるとよいのでしょうか。  
この講座では、人生100年時代を迎えるにあたり、とにかく気になる「お金の話」「片付け  
の話」「健康の話」について、生き生きと過ごすためのヒントを学びます。

## テーマと講師

12/7 (金) 10時~正午	人生100年時代に向けて前向きになれるマネー術 講師: 浜本 久恵さん (兵庫県金融広報委員会 金融広報アドバイザー)	金融のプロ!
12/14 (金) 10時~正午	セカンドステージを迎える片付け術 講師: 魚林 佐起子さん (整理収納教育士、整理収納アドバイザー1級)	片付けのプロ!
12/21 (金) 10時~正午	心とカラダにアプローチ! 7歳若返る健康のコツ ☆若返る"ウォーキングの実技"など、たくさん体を動かします! ~スマイル、発声 etc.~ 講師: 樽口 知加さん (MC・マナーアカデミー マナージュ代表)	美と健康のプロ!

■場 所 セミナー室A (イグレひめじ4階)  
■対 象 おおむね50歳以上の方 30人(申込多数の場合は抽選)  
■受 講 料 600円  
■一時保育 満1歳~就学前の幼児(1人1回300円) ※要予約  
■申込方法 持参、ハガキ、ファクス又はあいめっせHPの応募フォームで、  
郵便番号・住所・お名前・年齢・電話番号・一時保育の有無  
(保育希望者は幼児の名前と年齢)を記入のうえ、下記までお申込みください。  
■申込締切 11月26日(月)必着

姫路市男女共同参画推進センター "あいめっせ" 「生涯現役応援講座」係 携帯電話からの申込  
〒670-0012  
姫路市本町68番地290 イグレひめじ3階  
Tel 079-287-0803/FAX 079-287-0805  
ホームページ <http://www.city.himeji.lg.jp/i-messae/>

# いきいき シニアの タブレット教室

令和元年5月21日(火)

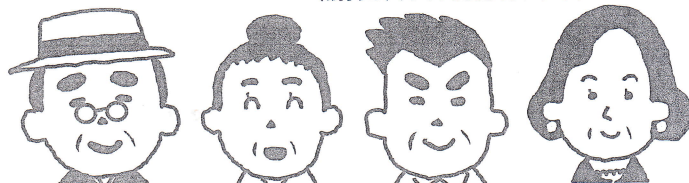


無料講座

午前部 10:00~12:00  
午後部 14:00~16:00

定員各回  
20名!  
(申込者多数時は抽選となります)

兵庫県男女共同参画センター  
会場: 「ているる」1階 ふれあいサロン  
講師: KDDI株式会社認定講師  
対象: タブレットを持っていない方・購入を検討されている方  
※タブレットを1人1台お貸しします。  
(お持ちのタブレットは使用できません。)



- 「タブレットを契約する前に使ってみよう」という方が増えています。そんなシニアを対象に、わかりやすく、ていねいに使い方を教えてください。
- 画面の大きい教材で、誰でもインターネットを体験できます。また、正しく使うコツや、便利なアプリを体験してみませんか?
- 安全・安心に使っていただくための、アプリの正しいダウンロード方法や、災害時に役立つ情報もご紹介いたします。

## 【講座の内容】所要時間: 2時間

- 第1部: 基礎編
- タブレットとは
  - 基本操作
  - インターネットの活用 ~休憩~
- 第2部: 活用編
- アプリ(※)の使い方
  - 安全なアプリの使い方
  - 災害対策アプリのご紹介
- (※) アプリ=アプリケーション  
特定の目的を実現するためのソフトウェア

主催: 公益財団法人おきなわ女性財団 TEL: 098-868-3717

平成30年度もりおか女性センター事業テーマ「チャンス・チャレンジ・チェンジ! 多様性を認めあう社会へ!」

# 心豊かに過ごすための 生前整理のすすめ

「生前整理=終活」ということだけではなく、今までの人生を見つめ直し心豊かに日々を過ごしていくための整理・片付けをしてみませんか?  
一年の始めに、すっきりと前向きに!

◇日 時: 平成31年1月29日(火)  
13時30分~15時30分

◇場 所: プラザおでっ 大会議室  
(中ノ橋通1-1-10 プラザおでっ3階)

◇対象・定員: テーマに関心がある方 30名

◇受講料: 無 料

《講師》  
生前整理アドバイザー  
長岡 るみ子さん

◇託 児: 6ヵ月から未就学児まで  
定員5人(要予約) 1人につき1回500円

◇申し込み: 12月18日(火)10時から  
☎019-604-3303 にて先着順に受付  
※ 定員に達し次第、締め切り

<申し込み・問い合わせ先>  
もりおか女性センター (指定管理者: NPO法人参画プランニング・いわて)  
〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでっ5階  
Tel: 019-604-3303 Fax: 050-2013-4750 Email: mjc@sankaku-npo.jp  
\* 専用の駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用ください。

主催 盛岡市、もりおか女性センター

## 女性のライフプランニング支援事業

## レイクエコー

# 実家の片づけ ポイント講座

物であふれる実家で暮らす親のことを思うと、胸が痛む…。  
片づけようとする、「放っておいて欲しい」と言われ、なかなか片づけられない…。  
でも、うちの親はまだ元気だから大丈夫かな…なんて、先延ばしはNG。  
専門知識をもったプロが、実家の片づけのポイントを教えます。  
親が住む実家だけではなく、自分の家の片づけにも役立つ講座です。  
片づけで困っている方、是非ご参加ください。

日時 11月7日(水) 10:30~12:00

会場 レイクエコー 講座室2  
茨城県行方市宇崎1389

講師 渡部 亜矢  
(一社)実家片づけ整理協会 代表理事

定員 40名(無料 定員になり次第締め切りです)

電話もしくはFAXでお申込みください。(FAX申込書はチラシ裏面にあります)  
(レイクエコー) 茨城県女性センター  
TEL0299-73-2300 FAX0299-73-3925

主催 茨城県教育委員会・(公財)茨城県教育財団・茨城県女性センター

# 私たちの「エンディング」を考える

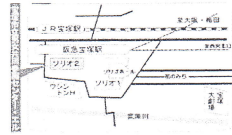
認知症になっても、シングルであっても住み慣れた場所で、いつまでも自分らしく！

2025年には、「団塊の世代」が75歳以上の後期高齢者になる「超高齢社会」がやってきます。住み慣れたまち宝塚で、終末期を安心して暮らし続けるために、私たちができることは何か？ 私たちの「エンディング」を一緒に考えてみませんか。

①	11月24日(金) 10:00~12:00	オリエンテーション 私たちの「エンディング」を考えるとは？ ～3年目を迎えて～	上村くにこさん 田上時子さん
②	11月30日(木) 14:00~16:00	僧医ががんになって思ったこと ～仏教的エンディング～	田中善紹さん
③	12月8日(金) 10:00~12:00	宝塚市内の活動事例 ～「エンディング」講座からのスタート～	今井 薫さん 牛島晴代さん 西野マリさん 長谷川和子さん
④	12月10日(日) 13:30~16:30	★男女共同参画プラン推進フォーラム(シリオホール)★ 上野さん、「老後が不安です！」 最期まで、自分らしく生き抜くには、どうしたらいいですか？	上野千鶴子さん
⑤	12月15日(金) 10:00~12:00	「賢い患者になる」こととは？ 一人ひとりが「いのちの主人公」であり「からだの責任者」であること ～まとめ 私たちの「エンディング」を考える～	山口育子さん

◆日時：11/24(金), 30(木), 12/8(金), 12/10(日), 15(金) [5回講座]  
◆対象：テーマに関心のある方 40人 <先着順>  
◆保育：10人(1歳～就学前まで) 無料 要予約  
◆申込み：10月2日(月) 9:00～ 電話または 窓口、センターHP で受付  
宝塚市立男女共同参画センターへ

主催 宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
http://www.takarazuka-ell.jp/  
(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)  
※申込みにあたってお預かりする個人情報本講座以外の目的で使用することはありません。



# 私たちの「エンディング」を考える

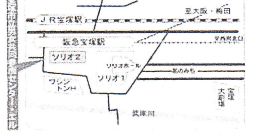
認知症になっても、シングルであっても住み慣れた場所で、いつまでも自分らしく！

2025年には、「団塊の世代」が75歳以上の後期高齢者になる「超高齢社会」がやってきます。住み慣れたまち宝塚で、終末期を安心して暮らし続けるために、私たちができることは何か？ 私たちの「エンディング」を一緒に考えてみませんか。

①	11月15日(木) 10:00~12:00	オリエンテーション 私たちの「エンディング」を考えるとは？ ～4年目を迎えて～	上村くにこさん 田上時子さん
②	11月24日(土) 10:00~12:00	一日一日を丁寧に『暮らす』 ～香取の文化を地域に～	市原 美穂さん
③	11月29日(木) 10:00~12:00	住み慣れた宝塚市で過ごすということ ～認知症になっても、終末期でも～	木内 嘉子さん 西野 マリさん
④	12月6日(木) 14:00~16:00	最期まで自宅ですごすために ～薬剤師の新しい試み～	小塚ひとみさん
⑤	12月13日(木) 10:00~12:00	「死」の意味とは「死生学」を通して ～まとめ 私たちの「エンディング」を考える～	上村くにこさん

◆日時：11/15～12/13の木曜日、※②は11/24(土) [5回講座]  
◆対象：テーマに関心のある方 40人 <先着順>  
◆保育：10人(1歳～就学前まで) 無料 要予約  
◆申込み：電話または 窓口、センターHP で受付  
宝塚市立男女共同参画センターへ

主催 宝塚市立男女共同参画センター・エル  
宝塚市指定管理者  
NPO法人 女性と子どものエンパワメント関西  
宝塚市栄町2-1-2「ソリオ2」4階  
電話：0797-86-4006 FAX：0797-83-2424  
http://www.takarazuka-ell.jp/  
(駐車場はありませんので、公共交通機関でお越しください)  
※申込みにあたってお預かりする個人情報本講座以外の目的で使用することはありません。



25 26  
27 28

平成30年度 啓発学習事業 第1回 健康講座

受講  
無料

## 知っておくとイイ！ 認知症の基礎知識

誰もが関わる可能性のある身近な病気「認知症」  
認知症の基礎知識や認知症の方と関わる際のコミュニケーション技法など、  
現場の介護者の視点から、知っておくと良い工夫点などを学んでみませんか。

平成30年11月16日(金)

会場 沖縄県男女共同参画センターていいる3階 研修室1・2  
(那覇市西3丁目11番1号)  
時間 14:00~16:00 (開場13:30~)  
講師 神谷 進 氏 (沖縄県認知症介護指導者 介護老人保健施設 友愛園)  
定員 30名 (定員に達し次第締切)  
対象 関心のある方  
申込 電話・FAX・メールまたは窓口にて申込



TEL 098-868-3717 E-mail kouza@okinawajosei.org  
FAX 098-863-8662

主催：沖縄県・(公財)おきなわ女性財団  
問合せ TEL 098-868-3717 (担当：瀬根)

彩の国 埼玉県 県民講座「障害と女性」12月3日～9日は、障害者週間です。

## 障害のある女性たちと 考える過去・現在・未来

第1回 会場 埼玉県男女共同参画推進センター  
(With You さいたま) 4階セミナー室

11/20(火) 13:30~15:30  
地域で暮らして、働いて

参加費無料  
定員各80名

坂口 佳代子さん (一社)埼玉障害者自立生活協会事務局・さいたま市在住  
堀 和子さん 薬局勤務・新座市在住

国では「障害者差別解消法」が、県では「障害のある人もない人も安心して暮らしていきける共生社会づくり条例」が制定され、障害のある人もない人も「共に生きる」社会が大きな理念として掲げられました。では、地域で「共に生きる」ことが、どこまで実現しているのでしょうか。講座では、実際に地域で暮らして、働いている二人の障害女性から、現在の生活のリアルやそのなかで感じていることをお話いただきます。

保育あり  
(要予約)

手話通訳あり  
(要予約)

第2回 12/1(日) 13:30~15:30  
一回のみの参加可能



あさか ゆうほ  
安齋 遊歩さん  
1956年、福島県生まれ。生後約40日で骨形成不全症と診断される。1980年代、アメリカの自立生活運動に触れ、帰国後、日本の自立生活運動に携わり、障害があるピアカウンセラーとして活動。札幌市在住。

## 多様性を認め合い、 誰のことも排除しない社会へ

今年1月、仙台で、優生保護法による強制不妊手術についての国家賠償請求裁判がはじまりました。そして、それをきっかけに、「優生保護法」がクローズアップされています。優生保護法は、1948年に制定され、1996年に現在の母体保護法に変わるまで、「不良な子孫の出生防止(第一条)」を定め、遺伝性と考えられる障害がある人などの強制的なものを含む不妊手術等を実施してきた法律です。講師の安齋遊歩さんは、1994年にエジプトのカイロで開催された「国際人口開発会議」で、障害女性の立場から、優生保護法の問題を訴え、撤廃を求めるスピーチを行った女性です。講座では、優生保護法と「優生思想」をテーマに、多様性を尊重し合う社会をどう作っていくか、過去を振り返りながら未来を考えます。

主催 埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま) ☎048-601-3111



With You さいたま

# 女性防災フォーラム

東日本大震災や熊本地震では、避難所での女性の視点不足による様々な課題が明らかになりました。近年相次いでいる自然災害に備え、地域で取り組むべきことは何か。東日本大震災被災後から、男女共同参画の視点で取組を行ってきた講師とともに考えます。地域防災の取組の参考になる講座です。ご参加お待ちしております。

平成30年  
**9/15 (土)**  
13:30~16:00

会場 埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま)

●●● 講演 ●●● 13:30~14:30

男女共同参画の視点から地域防災を考える  
～東日本大震災での女性相談支援の経験から～

講師 丹羽 麻子さん  
(国立女性教育会館事業課専門職員)

プロフィール / 2003年より男女共同参画センター等で女性のためのトレーニングや相談事業に関わる。2011年から2年間福島県郡山市に在住。内閣府「女性のための電話相談ふくしま」拠点運営を担当。2013~2016年、復興庁男女共同参画推進政策調査官。その後、女性労働協会を経て、現職。NPO法人日本フェミニストカウンセリング学会認定フェミニストカウンセラー。

●●● 事例発表 ●●● 14:40~15:00

地域の防災力を高めるための取組  
さいたま市防災アドバイザー南区協議会

●●● グループワーク ●●● 15:00~16:00

地域でどんなことに取り組めるのか、  
具体的に考えます

主催 埼玉県男女共同参画推進センター (With You さいたま) ☎048-601-3111



男女共同参画の視点から考える防災

## 正しく恐れて 正しく備える

自分の命は自分で守る～2つの震災から学んだこと～

災害はいつ起こるかわかりません。あなたの家の備えは万全ですか。阪神・淡路大震災と東日本大震災の2つの大震災で実際に被災した女性防災士・東渡さんが、女性の視点から見て、ぜひ知っておきたい必要な「備え」と今からできる「防災」についてお伝えします。できることから始めてみませんか？



一時保育  
あります  
(1歳~就学前の幼児)  
1人1回  
300円

講師 東渡 弘子さん  
NPO法人日本防災士機構認定防災士  
兵庫県防災士会所属  
ひょうご防災特別推進員

対象 防災に関心のある方。25人  
参加費 600円 (全2回分)

『自分のこと』として考える、  
自分の命を守る「準備」と「行動」

いざというときに！  
「災害お役立ち情報シート」を  
実際に作ってみよう

「災害に備えていたつもりが実際には全く役に立たなかった…」講師自らのリアルな体験談を通して、防災についての知識を高め、自然災害に備える行動などを学びましょう。

乳幼児や高齢者など、あなたの家族には災害時に何が必要なのか一掃にチェックしましょう。身近な物を利用した防災グッズを製作します (はさみを持参してください)。

5月24日 (金) 10:00~12:00  
場所: セミナー室B  
(1階)

5月31日 (金) 10:00~12:00  
場所: 第1・2会議室  
(2階)

お申し込み  
問い合わせ

5月13日(月)までに、持参かハガキ、FAXまたはあいちっせのホームページの応募フォームで、①郵便番号②住所③名前④年齢⑤電話番号⑥一時保育の有無(希望の場合、幼児の名前と年齢も)をご記入の上、下記までお申し込みください。

市男女共同参画推進センター

「ステップ・アップ講座 (前期)」係  
〒460-0012 名古屋市本町68番地290 (栄3階)  
TEL ☎052-287-0803 / FAX ☎052-287-0805



29 30  
31 32

平成30年度 もりおか女性センター事業テーマ「チャンス・チャレンジ・チェンジ! 多様性を認めあう社会へ」

## 女性防災リーダー養成講座 4回連続講座

### 「誰もが安心・安全に過ごせる避難所の在り方」

【会場】 もりおか女性センター生活アトリエ ほか

【日時】 10/16、23、30、11/6

毎週火曜 13時~16時

【対象】 地域防災に関心のある方

【定員】 15人

【参加費】 無料

【託児】 有り 定員5人。6ヶ月から未就学児のお子さん

有料 (子ども1人につき800円) 要予約

申込方法 : 9月18日 (火) 10時から下記電話で先着順受付

☎ 019-604-3303



<p>10/16 第1回</p> <p>盛岡市に起こりうる災害知識/ 新ハザードマップを見てみよう!</p> <p>【講師】 盛岡市 総務部危機管理防災課 職員 平賀 圭子 (もりおか女性センターセンター長)</p>	<p>10/30 第3回</p> <p>アレルギーや障がい等、 多様な立場の人の支援について考えよう!</p> <p>【講師】 山内 美枝さん (いわてアレルギーの会代表) 吉田 仁美さん (岩手県立大学社会福祉学部准教授)</p>
<p>10/23 第2回</p> <p>なぜ防災に 女性の『テカラ』が必要なのか</p> <p>【講師】 宗片 恵美子さん (イコールネット仙台 代表)</p>	<p>11/6 第4回</p> <p>避難所運営ゲーム (HUG) 体験</p> <p>【講師】 もりおか復興支援センター 職員 まとめ 【講師】 平賀 圭子 (もりおか女性センターセンター長)</p>

【問合せ先】 もりおか女性センター  
指定管理者: 特定非営利活動法人 参画プランニング・いわて  
〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおでって5F  
(TEL) 019-604-3303 (FAX) 050-2013-4750  
http://mjic.sankaku-npo.jp

\*専用の駐車場はありません。おでって、または近隣の有料駐車場をご利用ください。



「パープルリボン」は女性に対する  
暴力根絶運動のシンボルマークです。

### 女性だから仕方がない? 災害時だから我慢しないとイケない?



一震災前から言葉の暴力があった。被災して家族が亡くなってから、余計に怒鳴ったり大きな声を出さなくなった。毎日なのではない。

(60代女性)

一避難所で、夜になると男の人が毛布の中に入ってくる。仮設住宅にいる男の人もおだんごおかしくなって、女の人を睨むところに来て行って横にする。周りの女性も「若いから仕方がない」と見て見ぬふりをして助けてくれない。

(20代女性)

※日本大震災「災害・復興における女性と子どもへの暴力」に関する調査報告書 (2015年1月改訂版)より

平成30年  
**11.13 (火) 13:30~15:30**

会場: 島根県松江合同庁舎2階 講堂

松江市東津田町1741-1 (いきいきプラザ隣)

講師: 池田 恵子 さん

(静岡大学教育学部・同防災総合センター 教授、  
減災と男女共同参画研修推進センター 共同代表)

参加費  
無料  
定員150名

- お申し込み方法等、詳細は裏面参照。
- お子様同伴可。※お子様の状況により入退室自由です。

主催: 島根県女性相談センター、(公財)しまね女性センター 共催: 松江市

平成30年度 県民向け公開講座  
災害時だからこそ、安心・安全に暮らしたい!  
災害時のDV・性暴力とその対策

## 小学生講座

# 工学ガールズから学ぶ 冬休みの自由研究大実験!

小学生がテーマを基に岩手大学の工学ガールズと一緒に冬休みの自由研究の実験を行い、男女問わず理系分野の学習を楽しんでもらうための講座です。

冬休みの  
スタート  
ダッシュを  
決めよう!

テーマ1  
なんでも凍る  
不思議な液体の謎

3つのテーマ  
全てを  
体験できるよ!

テーマ2  
キラキラ輝く  
氷の粒を  
作ってみよう!

テーマ3  
レモンで  
電池は作れるの?

日時：12月22日(土) 10:00~12:00  
場所：もりおか女性センター生活アトリエ(プラザおでって5階)  
対象・定員：小学校4年生から6年生・15名  
講師：岩手大学 理工学部 山口 明 准教授  
岩手大学 工学ガールズ 6名  
参加費：無料  
申込方法：11月20日(火) 10時から電話(604-3303)にて先着順で受付  
※保護者の見学も可能(要予約・参加者1名に対し保護者1名まで)

### 【お問い合わせ先】

もりおか女性センター  
指定管理者：特定非営利活動法人参画プランニング・いわて  
〒020-0871 盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって5F  
TEL: 019-604-3303 FAX: 050-2013-4750 Email: mjc@sankaku-npo.jp  
専用駐車場はありませんので、近隣の有料駐車場をご利用ください。  
主催：盛岡市、もりおか女性センター



リコチャレ  
RIKOCHALLENGE  
SUMMER OF 2019  
内容別・文系科学部・経済情報部  
理工チャレンジ事業  
女子中学生対象

理工系のお仕事を体感しよう!

# リコチャレ 応援バスツアー

理工系女子  
応援!

参加費  
無料!

バスに乗って未来を  
探してみませんか?

「理系」「文系」どっちにしよう? 「理系に進むとどんな仕事があるの?」いろいろな分野がある中でも、特に理工系分野は、女性の技術者・研究者が少ないのが現状です。そこで、理工系分野に興味がある女子中学生の皆さんが、将来の自分をしっかりイメージして進路選択ができるよう、市内の大学や企業を訪問し、理工系分野の実験や体験をするバスツアーを開催します。



令和元年  
8月9日(金) 9:00~17:00(雨天決行)

スケジュール(予定)  
9:00・イーグレひめじ集合  
・オリエンテーション後、出発  
・兵庫県立大学姫路工学キャンパスでの体験学習(120分)  
・兵庫県立大学の学食でのランチタイム  
・株式会社ダイセル イノベーションパークでの体験学習(120分)  
17:00・イーグレひめじ到着後、解散

対象 市内在住・在学的女子中学生  
定員 40人 ※申し込み多数の場合は抽選  
申込期限 7月25日(木)  
申込方法 チラン裏面の参加申込書に記入し、持参・郵送、FAXまたは あいめっせのホームページ申し込みフォームからお申し込みください。

申し込み・問い合わせ先  
〒670-0012 姫路市本町58番地290 イーグレひめじ3階  
姫路市男女共同参画推進センター「あいめっせ」ひめじリコチャレ応援バスツアー係  
TEL.079-287-0803 FAX.079-287-0805  
ホームページ <http://www.city.himeji.jp/l-messae/>  
【協力：兵庫県立大学・株式会社ダイセル】

応募はこちらから

