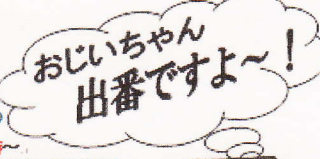


子育て応援隊！

イクジイ入門講座

- 主催：盛岡市、もりの女性センター
- 会場：もりの女性センター別館
- 対象：お孫さんのいる女性
または、育児に関心のある女性
- 定員：15人
- 参加費：無料（第3回の材料費500円）

申し込み方法 11月20日(火)10時～
電話にて先着順受付 ☎ 019-624-3583



全3回

まだまだ、家で、地域で、
なにをやりたいおじいちゃん、孫と楽しく過ごしたいおじいちゃんたち...
ご参加をお待ちしています。

【第1回】
12/2(日)10時～12時
イクジイ、出番ですよ～！
「孫と楽しい過ごし方入門」
講師：男性活動士 齋藤 幸一
チーム・ファンタジスタ

【第2回】
12/6(木)10時～12時
～読み聞かせ入門～
「絵本読み聞かせのコツ！」
講師：須田 広重さん
（読み聞かせグループ おどっこさん）

【第3回】
12/13(木)10時～13時
イクジイクッキング！
「クリスマスに向けて
～孫に贈るギフトからの
手づくりおやつ～」
講師：小池 寛さん
（シニア野菜ソムリエ）

【問合せ・申込み先】
もりの女性センター別館 (TEL) 019-624-3583
〒020-0878 盛岡市常町 2-8
もりの女性センター 総務管理室 電話 プランニング・いわて
http://morisankaku.npo.jp/

孫に好かれるじいじになるための

楽しい子育て応援

イクジイ入門講座

全3回

主体的に育児にかかわる男性「イクメン」はすでに当たり前ですが、積極的に育児にかかわりたいと考えるおじいちゃん「イクジイ」は少しずつ増えてきているようです。今回の講座では、孫に孫の世話を任せてもらうだけでなく、子育ての仕方を知る祖父・父世代と親世代の世代間ギャップなどの問題も考えながら、地域や家庭で役に立つ、楽しい子育て・孫育ての方法を具体的に学びます。まだまだ、家で、地域で、なにをやりたいおじいちゃん、孫と楽しく過ごしたいおじいちゃんたちにとっての講座です。ぜひ、ご参加ください。

第1回 12/2(日) 10時～12時
イクジイ、出番ですよ～！
「孫と楽しい過ごし方入門」
講師：男性活動士 齋藤 幸一
チーム・ファンタジスタ

第3回 12/13(木) 10時～13時
イクジイクッキング！
「クリスマスに向けて
～孫に贈るギフトからの
手づくりおやつ～」
講師：小池 寛さん
（シニア野菜ソムリエ）

第2回 12/6(木) 10時～12時
読み聞かせ入門
「絵本読み聞かせのコツ！」
講師：須田 広重さん
（読み聞かせグループ おどっこさん）

【会場】もりの女性センター別館
【対象】お孫さんがいる女性
または、育児に関心のある女性 15人
【参加費】無料（第3回の材料費500円）
お申込み方法 11月20日(火)午前10時
から電話にて先着順受付。
☎ 019-624-3583

お問い合わせ・お申込み先 もりの女性センター別館 TEL 019-624-3583
〒020-0878 盛岡市常町 2-8 http://morisankaku.npo.jp/

「働く女性のための こころとからだ講座」

がんばりすぎていませんか？

カラダをほぐしココロも元気！

女性が抱えるさまざまな悩みについて一緒に考えてみませんか？
自分の体を知り、体の声に耳を傾けてみると、心の声も聞こえてくるかも...
ちょっと体をほぐし、リラックスしましょう！

【2回連続講座】
日時：9月12日(水)・18日(火)
18時30分～20時30分

※会場：ブラザおてつ 4階 リハーサル室
(盛岡市中ノ橋通1-1-10)

- 内 容 ●
 - ① 9/12(水)
「私のからだは私のもの
自分のからだを知っていますか？」
 - ② 9/18(火)
「自分のからだを知って、ココロもリラックス！」
- 講師：竹森茂子さん（女性のからだ実践家）
※お申し込みは、お申し込み先にて、お申し込みの順にご参加ください。
- ※参 料：無料
 - ※対 象：働いている女性 ・15人
 - ※料 金：有料（定員1人につき1回500円）
対象は、6か月から未就学の子どもの
いるご家族の方で受付
 - ※申込み先：8月21日(火)10時から
電話（624-3583）にて先着順に受付



●申込み・問い合わせ先
もりの女性センター（別館）電話 019-624-3583
〒020-0878 盛岡市常町 2-8 http://morisankaku.npo.jp/
もりの女性センター 総務管理室：NPO法人 夢園プランニング・いわて
主催：盛岡市、もりの女性センター
※専用の駐車場はありません。ブラザおてつにて地下駐車場および近隣の有料駐車場をご利用ください。

働く女性のための こころとからだの講座 2回連続講座

受講料無料

カラダをほぐしココロも元気!!



女性が抱えるさまざまな悩みと体について、一緒に考えてみませんか？
自分の体を知り、体の声に耳を傾けてみると、心の声も聞こえてくるかも...
ちょっと体をほぐし、リラックスしましょう！

9月12日(水)・18日(火) 夜6時半～8時半

9/12(水)	私のからだは私のもの、自分のからだを知っていますか？	9/18(火)	自分のからだを知って、ココロもリラックス！
---------	----------------------------	---------	-----------------------

講師：竹森茂子さん（女性のからだ自立教室）主催
※軽いストレッチ体験も行いますので、動きやすい服装でご参加ください。

※会場：ブラザおてつ 4階 リハーサル室（盛岡市中ノ橋通1-1-10）
※対象・定員：働いている女性 15人
※料 金：有料（定員1人につき1回500円）対象は、6か月から未就学の子どものいるご家族の方で受付
※申込み先：8月21日(火)10時から、電話（624-3583）にて先着順に受付

お申し込み・お問い合わせ先 もりの女性センター（別館）電話 019-624-3583
〒020-0878 盛岡市常町 2-8 http://mjc.sankaku-npo.jp/
もりの女性センター 総務管理室：NPO法人 夢園プランニング・いわて
主催：盛岡市、もりの女性センター
※専用の駐車場はありません。ブラザおてつにて地下駐車場および近隣の有料駐車場をご利用ください。

思いを力に変える、女性のためのエンパワメント塾

基礎講座

「エンパワメント」って、なに？

「エンパワメント」は一人ひとりの生活や仕事環境において、自己決定力、自己効力、自己責任を高める力を提供することで、課題を解決する力や「思い」を力に変える力、学び合いの中から自分自身の生き方を見出し、育てていくことなのです。

～あなたの一歩ふみ出す気持ちを応援します～

女性の働き方や女性への暴力など、私たちに取って代わってほしい問題について、身近なところから気づき、考える機会です。女性たちの持っている思いを力に変えるために、仲間と一緒に講座やグループワークを通して学びます。学び合いの中から、さらなる一歩をふみ出すきっかけにしていきますか？

こんな方のご参加をお待ちしています！

- 女性の働き方や暴力について学びたい方
- 自分自身の持っている思いを力に変えたい方
- これからの一歩をふみ出す準備が整った方
- 未来や希望に対して新しい視点を持ちたい方

「思いを力に変える」女性のためのエンパワメント塾（基礎講座）全8回
 受講されるみなさんへ
 この講座は、女性たちが自分自身の思いを力に変えるための学びの場です。女性たちの持っている思いを力に変えるために、仲間と一緒に講座やグループワークを通して学びます。学び合いの中から、さらなる一歩をふみ出すきっかけにしていきますか？

【日 程】平成 25 年 6 月 6 日(木)～平成 25 年 12 月 5 日(木)まで【全 8 回】
 【時 間】13:30～16:30
 【場 所】プラザおおさか2F 大会議室 および 3F おおさかホール他
 【対 象・定 員】女性 15 人（原則として、全国参加できる方）
 【免 料 料】無料
 【託 児】託児料は有料(子ども 1 人につき 1 回 500 円)。
 対象は 6 か月から未就学の子ども、先着 3 人まで。
 託児の申込みは 5 月 31 日(金)17 時締切あり。

【申し込み】5 月 21 日(火)10 時より、☎(604-3303)にて先着順に受付。
 ●お問い合わせ・申し込み先●
 もりおか女性センター本館 ☎019-604-3303
 〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおおさか2F <http://mics.sankaku-npo.co.jp>
 もりおか女性センター特定管理室：特定非営利活動法人盛岡ボランティアセンター・いわて

なりたいたい私を見つける。女性のためのエンパワメント塾

「エンパワメント」は一人ひとりの生活や仕事環境において、自己決定力、自己効力、自己責任を高める力を提供することで、課題を解決する力や「思い」を力に変える力、学び合いの中から自分自身の生き方を見出し、育てていくことなのです。

基礎講座



あなたの一歩ふみ出す気持ちを応援します!!

女性の働き方や女性への暴力など、私たちに取って代わってほしい問題について、身近なところから気づき、考える機会です。女性たちの持っている思いを力に変えるために、仲間と一緒に講座やグループワークを通して学びます。学び合いの中から、さらなる一歩をふみ出すきっかけにしていきますか？

【日 程】平成 25 年 6 月 6 日(木)～12 月 5 日(木)【全 8 回】
 【時 間】午後 1 時半～4 時半
 【場 所】プラザおおさか2F 大会議室 および 3F おおさかホール他
 【対 象】女性 15 人（原則として、全国参加できる方）
 託児料は有料(子ども 1 人につき 1 回 500 円) 対象は 3 か月から未就学の子ども、先着 3 人まで
 託児の申込みは 5 月 31 日(金)17 時締切あり
 【申し込み】5 月 21 日(火)10 時より ☎(604-3303)にて先着順に受付

お問い合わせ・申し込み先 ● もりおか女性センター本館 ●
 ☎019-604-3303 <http://mics.sankaku-npo.co.jp>
 〒020-0871 盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおおさか2F
 もりおか女性センター特定管理室：特定非営利活動法人盛岡ボランティアセンター・いわて

「思いを力に変える、女性のためのエンパワメント塾」(基礎講座) 全8回

- 1 開講式・オリエンテーション/女性センター見学他
「自分が見え、私の学びを社会に活かすために」
NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子
先登トーク エンパワメント11(1)06(第21 年度終了生自主グループ) 6/6(木) 13:30～16:30 3F 生活アトリエ
- 2 男女共同参画週間「もりおか県 2013」事業参加
ドキュメンタリー上映会&トーク「毎日がアツクハイマ〜」
監督 山口 裕加さん 6/16(日) 13:30～16:30 3F おおさかホール
- 3 「見えない糸でつながる？」
～「女性」と「国際社会」の関わりを考える～
岩手大学男女共同参画推進室 学術研究員 山下 裕さん 7/11(木) 13:30～16:30 3F 大会議室
- 4 「憲法草案作成に込めた平和への思い」
～ベアテ・シロタ・ゴーンらのビデオを観て考える～
NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子 8/8(木) 13:30～16:30 3F 大会議室
- 5 「もりおか女性センターフェスティバル 2013」事業参加
～現在、企画中！ご期待ください～ 9/29(日) 3F おおさかホール 13:30～16:30 13時開始予定
- 6 「女性と労働」～女性の仕事と私生活を考える～
岩手大学人文社会科学部 准教授 藤原 千沙さん 10/10(木) 13:30～16:30 3F 大会議室
- 7 「私たちの暮らしにひそむ暴力」～女性と子どもへの影響～
もりおか女性センター 女性相談員 11/21(木) 13:30～16:30 3F 大会議室
- 8 「学び、つながり、明日を築く」/閉講式
NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子 12/5(木) 13:30～16:30 3F 大会議室

思いを力に変えるために、一緒に学びませんか？

1. 講座会場への参加
 - ・お申し込み後、申し込み書(参加費・交通費・片付け代)
 - ・講座直前の準備作業を行います
 - ・講座終了後1週間以内に任意参加費の振込みをお願いします
2. もりおか女性センター事務局へのお申し込み
 - ・男女共同参画週間「もりおか県 2013」表示 5/14～6/20
 - ・もりおか女性センターフェスティバル 2013 5/21～6/20
 - ・女性と労働/暴力被害対策 5/13～11/21
3. その他(随時)



「思いを力に変える、女性のためのエンパワメント塾」(基礎講座) 全8回

日 時	内 容・講 師	会 場
6/6(木) 13:30～16:30	開講式・オリエンテーション/女性センター見学ほか 「自分が見え、私の学びを社会に活かすために」 NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子 先登トーク エンパワメント11(1)06(第21 年度終了生自主グループ)	3F 生活アトリエ
6/16(日) 13:30～16:30	男女共同参画週間「もりおか県 2013」事業参加 ドキュメンタリー上映会&トーク「毎日がアツクハイマ〜」 監督 山口 裕加さん	3F おおさかホール
7/11(木) 13:30～16:30	「見えない糸でつながる？」 ～「女性」と「国際社会」の関わりを考える～ 岩手大学男女共同参画推進室 学術研究員 山下 裕さん	3F 大会議室
8/8(木) 13:30～16:30	「憲法草案作成に込めた平和への思い」 ～ベアテ・シロタ・ゴーンらのビデオを観て考える～ NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子	3F 大会議室
9/29(日) 13:30～16:30	「もりおか女性センターフェスティバル 2013」事業参加 ～現在、企画中！ご期待ください～	3F おおさかホール
10/10(木) 13:30～16:30	「女性と労働」～女性の仕事と私生活を考える～ 岩手大学人文社会科学部 准教授 藤原 千沙さん	3F 大会議室
11/21(木) 13:30～16:30	「私たちの暮らしにひそむ暴力」～女性と子どもへの影響～ もりおか女性センター 女性相談員	3F 大会議室
12/5(木) 13:30～16:30	「学び、つながり、明日を築く」/閉講式 NPO 法人盛岡ボランティアセンターにて 理事長 平賀 圭子 もりおか女性センター 事務局	3F 大会議室

さらに学びたいために、一緒に学びませんか？

1. 講座会場への参加
 - ・お申し込み後、申し込み書(参加費・交通費・片付け代)
 - ・講座直前の準備作業を行います
 - ・講座終了後1週間以内に任意参加費の振込みをお願いします
2. もりおか女性センター事務局へのお申し込み
 - ・男女共同参画週間「もりおか県 2013」表示 5/14～6/20
 - ・もりおか女性センターフェスティバル 2013 5/21～6/20
 - ・女性と労働/暴力被害対策(随時) 5/13～11/21
3. その他(随時)

