

# ハーモニー相談室

あなたの自分らしい生き方を応援します

Harmony counseling room

「男女共同参画やジェンダー平等を考える上で、大事なことは何だと思えますか」その問いに対して、一つの言葉にたどり着きました。それは「ケア」という言葉です。「ケア」は育児、介護、家事など、人が生きていくために欠かせないものです。しかし、残念ながら、政治も経済も「ケア」を担う必要のない人たちが、多くは男性が進めているのが現状です。本気で男女共同参画、ジェンダー平等を進めていこうとするのであれば、生きるために必要不可欠な「ケア」をだれがどう担っていくのかを考えなければなりません。家庭では「ケア」の分担について納得のいく話し合いが必要です。職場では同僚の担っている「ケア」を理解することが必要です。そして、社会では社会が担える「ケア」の整備が必要です。

女性の生きづらさの一つに、女性にかかる「ケア」の負担の大きさがあげられると思います。「ケア」を担うのは女性というなかなか変わらない社会の慣習。女性参画が進まず意思決定の場に届かない女性の声。「女だから・男だから」に縛られる窮屈さ。ハーモニー相談室は、そこから生まれる生きづらさに耳を傾け、少しでも前に進めるように支えるそんな場所です。

## ☎018-836-7846

●相談時間 月・火・水・金・土 10:00-17:00 (木・日・祝休館)

●相談方法 電話・メール(ホームページ参照)・面接(要予約)

※ ご予約のない面接希望者は、お待たせしたり後日改めてご来室をお願いする場合がございますので、ご注意ください。

相談無料  
秘密厳守

## ●団体活動、会議等に研修室をご利用下さい

団体活動や会議、集会等の際は、7階研修室のご使用を提案しています。男女共同参画推進活動のための団体登録をしていただくことで、よりリーズナブルなご使用が可能です。右の二次元バーコードから使用申請に関する詳細をご覧ください。



区分	使用料の額（円）				
		9:00-12:00 （午前のみ）	13:00-17:00 （午後のみ）	9:00-17:00 （終日）	17:00-18:00 （延長料金）
男女共同参画推進 活動のための使用	全区画	2,370	3,160	5,530	790
	2 分の 1	1,190	1,580	2,770	400
その他の場合	全区画	7,140	9,520	16,660	2,380
	2 分の 1	3,570	4,760	8,330	1,190

※事前キャンセルの場合はご連絡ください。お支払後の返金はできませんので、ご了承ください。

1月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

※2月22日(日)はアトリオン休館日です。

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

あらゆるライフステージの生き方応援館 **ひとりひとりのエンパワメントをめざして!**

発行: 秋田県中央男女共同参画センター TEL: 018(836)7853 <https://akitawmc.com>  
〒010-0001 秋田県秋田市中通二丁目3-8 アトリオンビル6F 指定管理団体: NPO 法人いきいきFネット秋田



# ハーモニープラザだより

## ◆ 事業報告 ◆

### ●LGBTQ 理解促進セミナー となりのきみに つたわるように ～カミングアウトでつながる多様性社会～

10月4日(土)、アトリオン地下1階イベント広場にて、LGBTQ 理解促進セミナーを開催しました。講師にNPO 法人なろっさ ALLY ふくい副代表のかずえちゃんを招き、ご自身の体験を交えセクシュアリティ(性自認や性的指向)のカミングアウトについて講演をしていただきました。後半は、秋田県と提携している損保ジャパン株式会社から今将人さん(カルチャー変革推進部 DEI 推進グループ)と、秋田県内で結婚相談所&LGBT 縁相談所 maricoco を営み学校等での講演も行っている松倉みほ子さんを交えた三者対談が行われ、企業や学校の事例を紹介しながら、カミングアウトがもたらす人間関係の変化や、個人の尊厳などについて語り合いました。会場には30名ほどが参加。吹抜けを利用して上階から聴講されている方もいらっしゃいました。かずえちゃんの体験や沁み入る語りに胸を打たれ、多様性を認める社会に思いを馳せることができました。



### ●あたらしいリーダーシップを学ぶ映画上映会 ～市政に"声"をうつすには～

11月1日(土)、由利本荘市・ポートプラザアクアパルにて行われた講座では、ボトムアップ型のリーダーシップともいえる【ユニシバリズム】について学びました(共催: 由利本荘市)。ドキュメンタリー映画『映画〇月〇日、区長になる女。』を鑑賞して女性の声を政治に届けるにはどのようなことが必要か、いざリーダーになった女性達をどのように支えていくかをグループワークで話し合いました。意思決定の場に3割以上女性がいると取り上げる政策課題や着眼点も変わっていくとされますが、現状の秋田県ではまだまだです。折しも今年は知事選始め、地方選挙や国政選挙が続いた年でしたから、生活と政治は地続きであるということ、映画やグループワークによって改めて認識、共有することができました。由利本荘市男女共同参画推進市民ネットワーク・11 ぱれっとさんのご協力、充実した講座となりました。



利用登録団体 128 団体にご協力いただき活動しています。



## ◆ 事業報告 ◆

### ●アサとも会議で 助け合える家族になろう

10月12日(日)、秋田市・文化創造館1階コミュニティスペースにて、男性の家事育児と仕事の両立を促進するセミナーが催されました。秋田県が家事育児時間のシェア策として推進している「あきた♡とも家事」と、自他を尊重するアサーティブコミュニケーションとを掛け合わせ、頼みづらい、引き受けにくいといった環境を改善するのがねらい。講師の高橋静子さん(あきたAT研究会会長、あきたF・F推進員、認定こども園こうほく風の遊育舎園長)が、子どもや保護者の現状を踏まえ、ワークを交えながら講演しました。



### ●みんなで始める防災

～支え合う力が命を守る  
高齢者も誰ひとり取り残さないために～

11月22日(土)、男鹿市民ふれあいプラザ・ハートピアを会場に、地域の重点的課題として男女共同参画視点の防災を学ぶ講座を行いました(男鹿市共催)。講師は同志社大学社会学部教授の立木茂雄さん。オンラインでの講演でしたが、動画や過去の事例などを使った資料で分かりやすく、防災における横のつながり、連携について説明しました。会場には防災に携わる様々な市民48名が参加し、熱気をネットの向こうの講師に伝えていました。後半の質疑応答では、平時に比べ災害時には様々な面で抱える困難が増幅しやすい女性や母子などを、どのようにサポートしていくかについて話し合われました。



### ●あなたもわたしも尊重できる バウンダリーを学ぼう

11月9日(日)、ハーモニープラザ研修室を会場に、バウンダリー(境界線)を学ぶ講座が行われました。11月25日の女性に対する暴力撤廃の国際デーを意識し、性加害に関わる法律の移り変わりについて原田いづみさん(横手ひまわり基金法律事務所所長)、包括的性教育の観点から丸井淑美さん(女子栄養大学栄養学部教授)に講演していただき、同意やバウンダリーについて学びを深めました。後半のワークでは個々人で持っている感覚が違うこと、価値観は人によって違うことを確認しました。



### ●働く女性が考えたい これからのコト

—備えておきたい『がん』の話—

11月30日(日)、ハーモニープラザ研修室を会場に、女性の健康を考える講座が開催されました。秋田県北部男女共同参画センターを主催とするサテライト事業です。講師に明治安田生命保険相互会社大館営業所総務課長の清水佳子さんを迎え、女性のキャリアアップを阻害する女性ならではの疾病とその対処策について学びました。後半は大館放送株式会社代表取締役の小山明子さんと、サロンへばりんば代表の大江由布子さんによる対談。お二人ともにがんサバイバーとして、3会場でつながりながら仕事や健康のことについて語り合いました。



## ◆ 自主事業 ◆

### ●パープルリボンキャンペーンで願いを灯し

11月12～25日までの2週間は、内閣府「令和7年度 女性に対する暴力をなくす運動」(パープルリボンキャンペーン)でした。中央センターでも活動団体による紫色を織り交ぜた作品や活動報告、各種資料の展示を行い、女性に対する暴力をなくすための啓発をしました。このキャンペーンの一環として11月14日(金)「パープルリボンランタンブリッジ」を企画しました。紫色の灯火に女性に対する暴力撤廃の願いや困難な状況にある女性たちのための応援メッセージをしたため、アピールしようというものです。20名が参加し、アトリオン1階出合いの広場を中心に、メッセージを読み上げたり、スマートフォンのライトをセロハンで紫色にして掲げることで、願いを灯しました。



## ◆ 交流事業 ◆

### ●ハーモニープラザまつり 2025

10月18日(土)、活動団体のみなさまの交流を図る「ハーモニープラザまつり 2025」が開催されました。アトリオン地下1階イベント広場では9団体が出展するふれあいマーケット、同じく地下1階の多目的ホールや6階の第四練習室、こどもサロン、ハーモニープラザオープンスペースでは10団体によるワークショップが行われました。昨年同様「ハモコス♪」も参加して、終始にぎやかなおまつりになりました。また同日から26日(日)までは17団体による活動パネル展も開かれ、各団体がどんな活動をしているのかなどを知るきっかけとなりました。



### ●「生きづらさ」を語る会

「生きづらい」って言語化できたことはありますか？あなたにとって「生きづらさ」って何ですか？「秋田の女性は生きづらい?!」というテーマでこの6月、男女共同参画推進月間事業を行いました。まだまだ語り尽くされていないと思うのです。そこで「生きづらさ」について語り合う場をつくりまします。以下の日時&テーマで、出入り自由の語り場「シン・イクヅラサ」を実施します。息抜きがてらいらしてみてください♪

1月17日(土) 14:00～イクヅラサ、感じたことある？  
2月14日(土) 14:00～周りの人の「いうこと」聞く？  
3月14日(土) 14:00～対等な関係性とは？

来年度も様々な講座や事業を実施いたします。  
お申込・お問合せは、秋田県中央男女共同参画センター  
TEL 018-836-78553

### ●こどもサロン ご利用下さい ((o^o^o))

「冬は遊ぶところが少なくて…」というお子様連れの方、アトリオン6Fこどもサロンをぜひご利用下さい♪ 出入り自由で、おもちゃや絵本だけでなく、お子様用お手洗い、おむつ交換、授乳スペース、とあおります。ご利用時間はハーモニープラザの開館時間と同じ。月、火、水、金=9:00～18:00、土、日=9:00～17:00。木、祝休館で、その他の休館日もあります。絵本の貸し出しもしています！お気軽にお声掛け下さいね♪

