

アサとも会議で 助け合える家族になろう

アサーション×とも家事



毎日の家事や育児、気づけばどちらかに負担が偏っていませんか？

「本当はもっと助けてほしい」「どうして伝えていいのかわからない」そんな思いをアサーション（自分も相手も大切に伝える伝え方）を学びながら言葉にしてみませんか。家庭の中でお互いに思いやり、支え合える関係づくりのヒントを一緒に考えましょう。

2025 年
10/12
(日)

講演



● パパもママも頑張っている今、大切なこと

園長先生からのまなざしから見える、子育て家庭の今のリアルをお伝えします。

講師：高橋 静子さん

認定こども園こうほく風の遊育舎 園長

ワーク



● 伝え方で変わる！家族に届くアサーション

家族に気持ちをきちんと届ける“伝え方”のコツを一緒に考えましょう

- 開催日時／ 2025 年 10 月 12 日（日） 13：30～15：30
- 会場／ 秋田市文化創造館 コミュニティスペース（秋田市千秋明徳町 3-16）
- 対象者／ 現在家庭を持っている方 将来家庭を持つことを考えている方
男女問わず参加可能
- 申込み／ 10月6日（月）まで電話、FAX、申込フォームから
（秋田県中央男女共同参画センター）
電話：018-836-7853 FAX: 018-836-7854
- 託児／ 有り（先着 5 名まで）9 月 27 日（土）まで事前にお申し込みください。
- 参加費／ 無料
- お問合せ／ 秋田県中央男女共同参画センター
〒010-0001 秋田市中通 2-3-8 アトリオン 6 階
☎ 018-836-7853 Fax 018-836-7854



申込フォーム



アサとも会議で助け合える家族になろう

講師プロフィール

講師：高橋 静子（たかはし しずこ）さん

認定こども園こうほく風の遊育舎 園長

金融機関を退職後、2012 年アサーティブファシリテーター養成講座修了生で、「あきた AT 研究会」を立ち上げ、公開講座の開催で自分たちも学びを継続しながら、コミュニケーションカフェや講座で、家庭や職場で、より良い人間関係づくりのため、アサーティブを伝える活動をしています。

現在、認定こども園の園長として、大人も子どもいろんなことに夢中になったり、ワクワクできるこども園づくりを目指しています。子どもたちには、人と関わる楽しさや幸せを伝えていきたいと考えています。



「あきた♡とも家事宣言」で目指すこと

- 1 女性に偏りがちな家事や育児の分担を見直し、誰もがワーク・ライフ・バランスを実現
- 2 男性が家事や育児に参画することが当たり前の社会
- 3 長時間労働の削減、有給休暇の取得率向上
- 4 男性の育児休業取得率の向上

10月6日（月）まで電話、FAX、申込フォームでお申し込みください。

申込先／秋田県中央男女共同参画センター

申込み

電話：018-836-7853

FAX: 018-836-7854



申込フォーム

名 前	連絡先電話番号

- 託児の希望がある場合は秋田県中央男女共同参画センターに事前にご連絡ください。

先着 5 名、9/27（土）まで（電話：018-836-7853）

● お問合せ／ 秋田県中央男女共同参画センター ●

〒010-0001 秋田市中通 2-3-8 アトリオン 6 階

☎ 018-836-7853 Fax 018-836-7854

主催：秋田県中央男女共同参画センター