

ハーモニーアラサだより

発行：秋田県中央男女共同参画センター 電話：018-836-7853 <http://akitawmc.com/>
〒010-0001 秋田市中通2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

平成26年10月発行
vol.32

男女共同参画社会づくり基礎講座 in 秋田市 地域づくりコーディネーター養成講座 ～秋田の未来はわたしがつくる～



9月23日(火)、男女共同参画社会づくり基礎講座が秋田市との共催で開催されました。実行委員には、秋田市FF推進員5名と秋田大学教育文化学部政策科学選修生5名に加わっていただきました。

講師に青森県男女共同参画センター副館長 小山内世喜子さんを迎えて、20代から60代まで30名の参加で行われ、2部構成で進められました。

第1部は「男女共同参画について理解しよう」のテーマで、男女共同参画社会基本法の解説から始まり、日本と世界の男女平等度の比較、少子高齢化、労働人口構造など、課題解決のための男女共同参画の重要性についてわかりやすく学ぶことができました。休憩をはさんで、秋大生による「秋田の男女共同参画クイズ」が行われました。秋田県のデータに基づき「子育て」<労働><介護>などテーマ別のクイズを考え、出題してくれました。

第2部「ファシリテーションを実践してみよう」では、参加者が5グループに分かれ、1名がファシリテーターを実践しながら“避難所の仮設トイレの問題点と解決策”についてグループワークをしました。参加者全員が平等に意見を出し合い、それを相互理解し合意形成することが、ファシリテーション成功の秘訣であるなど、即実践に役立つ講話でした。

2016年には、秋田市で「日本女性会議」が開催されます。参加者の方々には地域のコーディネーター役としての活躍を期待したいと思います。

アンケートでは、「男女共同参画を学んで、考え方が変わってきた」「ファシリテーションをもっと深く学んでみたい」「アイスブレイクで人を惹きつける話し方、安心して話せる場の作り方など、講師から学ぶことが多かった」との意見がありました。

大学生の方々とは講座を開催する初めての試みでしたが、3回の実行委員会から、司会進行、クイズコーナーと5名の皆さんの積極的な参加により、「秋田の未来は私たちがつくる！」というテーマに合った、次世代へつなぐ講座を実感することができました。

◆◆ 目次 ◆◆

- P1・【開催報告】男女共同参画社会づくり基礎講座 in 秋田市
- P2・【開催報告】平成26年度女性チャレンジ支援事業 うたごえサロン
- P3・【開催告知】ハーモニーアラサまつり、基礎講座 in 由利本荘市、NPO 共催事業
- P4・【開催告知】NPO 事業、センター共催事業
ハーモニー相談室から、お知らせ

○◆☆ 平成 26 年度女性チャレンジ支援事業 ○◆☆

今年度の女性チャレンジ支援事業は、全国女性会館協議会との共催で開催されました。

働きづらさや生きづらさを抱えた若い女性を対象に、「わたしのしごと準備講座～明日のための4つのストーリー～」と題して、7月1日から毎週火曜日の4回連続で行われました。

働きづらさに悩む女性たちが、さまざまなスキルを身につけ、自分をより深く知り自己肯定感を持つことで、生活自立への手助けとなり、就労へと踏み出すきっかけとなることを目的としています。

14名の受講生は、お互いの不安や悩みを共有し語り合いながら、回を重ねる毎にコミュニケーションを深めていきました。自分をもう一度見つめ直すことで、新たな発見や気づきを得て、以前よりも自分自身が好きになり自信を持つことが出来たという声が多く聞かれました。

講座終了後は、早速就職活動を始めたり、積極的に自分たちの今後を模索する姿が見られ、センターとしては、各機関との連携や情報提供をして、これからも継続して女性たちのチャレンジを応援していきます。

第一回「わたしのごはん 編」



心身の健康と切り離せない食事を、時間や手間をかけずに、安価で美味しく作れることを教わった。

第二回「わたしの良いところ 編」



視点を変えたり、言い方を変えることで、自分の良さに気づくことが出来、肯定的なパワーが引き出せることを体験した。

第三回「わたしのしごと 編」



安心して仕事をするには、まず自分自身を知り、自分の味方となる社会資源や法律の知識も必要であることを学んだ。

第四回「わたしのポートレート 編」



メイクや身に着けるものによって、いつもと違う自分を演出するコツをプロのアーティストに伝授してもらい、ポートレートを撮影した。



うたごえサロンを開催しました



9月12日(金)、6、70代の方々を中心に30名程が集まり、昭和の懐かしいグループサウンズやフォークソングの曲を歌いました。当時の思い出なども紹介しながら、時代背景や女性の生き方にも話がおよび、自分たちの青春時代に少しだけタイムスリップしたようなひとときを過ごしました。大きな声で歌うことは心身の健康にもつながり、他の参加者との交流を深めるいい機会となります。

次回開催への要望も多く、今後もこういう場を提供していきますので、皆様方のご参加をお待ちしています。

【開催事業のご案内 】

秋田県中央男女共同参画センター交流事業

ハーモニープラザまつり2014

テーマ「もっとみじかに男女共同参画。決めるのはわたし」

平成26年11月11日(火) 9時30分～16時00分

会場／秋田県中央男女共同参画センター(6F、7F) アトリオンイベント広場(B1F)

■開会行事

開会あいさつ、合唱(さくらの会)

■登録団体活動紹介

■講話とデモンストレーション

講師 伊藤晴美さん(笑いヨガインストラクター)

託児有 要申込

<展示>

大人のおり紙教室受講者作品、
俳画グループ(登録団体)、利用者作品展示

<こどもサロン>

手あそび…など(チャイルドママくらぶ)

イベント広場(アトリオンB1)

・登録団体交流活動スペース

「ふれあいマーケット」

・展示スペース

「登録団体活動紹介」

研修室(アトリオン7F)

実行委員会企画

「これでいいのか?!劇場&
みんなでトーク」

昨年大好評につき、今年もやります!!

男女共同参画社会づくり基礎講座 in 由利本荘

依存症と家族の深い関係

アルコールやパチンコなどのギャンブル、近年ではスマートフォンなど、身近な依存症についての知識を得ると共に依存症の家族や友人との関わり方について、この機会に考えてみませんか?

<日時>平成26年11月17日(月) 13:30～15:30

<会場>由利本荘市文化交流館カダーレ ギャラリー

<内容>

第一部：対話劇公演

第二部：講演「依存症と家族の深い関係」

講師 米山 奈々子さん

(秋田大学大学院医学系研究科保健学専攻教授)

●お申込み●

由利本荘市役所 総合政策課 TEL0184-24-6226

中央男女共同参画センター TEL018-836-7853

《共催事業》

摂食障害者の自助グループ NABA
全国出前セミナー2014

「多様化する摂食障害 からの回復と成長」

受け入れるチカラと変えていくユウキ
—そのココロは?

講師 石川 達さん

(東北会病院院長、精神科医)

米山 奈々子さん

(秋田大学大学院教授、保健師)

日時／ 11月23日(日)

10:00～16:45

対象／摂食障害本人・家族・関係者等どなたでも

参加費／事前500円 当日1,000円

申込／中央センターにお問合せ

ください。TEL836-7853



ハートニ相談室 ~あなたらしい生き方を応援します~

〈相談室より〉

千秋公園の木々が彩りを変え始め、秋の深まりを感じます。秋は文化、スポーツなどたくさんの行事が行われる季節。今回は当センターで行われる講座をご紹介します。

11月1日(土)、2日(日)の二日間にわたり「アサーティブトレーニング(AT)・ファシリテーター養成講座」が開催されます。この講座は当センターにおいて活動しているグループ「あきたAT研究会」と秋田市、当センターの共催によるものです。

アサーティブとは、自分の考えや気持ちを、自分と相手を大切にしながら、その場に合った方法で率直に明確に伝えることです。トレーニングでは、まず自分の心、気持ちと向き合い、自分の声に耳を傾けることの大切さを学びます。自分の気持ちをうまく伝えることができるようになると、対人関係の向上にもつながります。

とかく女性は相手を思いやることや他者の意見に従うように育てられている傾向が強くあります。相手を優先する習慣は、いつの間にか自分の気持ちや意見を見えにくくさせてしまいます。自分がどう感じてどうしたいのかは、とても大切なことです。相談では、まずは自分がどう思ったのか、思ったことをどう表現すれば良いのかを、ともに考えます。自分の思いを率直に伝えることができれば、抱えたものが多少なりとも解消できますし、それが自分の自信にもつながっていくと思います。当相談室からもお勧めの講座です。詳しくは下記をご覧ください。

本講座はアサーティブトレーニングを伝える人を養成することを目的としていますが、人との関係性やコミュニケーションにご関心のある方にもご参加いただけます。

当相談室はあなたの自分らしい生き方を応援しています。一人で悩まずご相談ください。

相談専用番号 018-836-7846

相談開業時間 月曜～土曜日 10時～17時 (休業日 日祝日 12/28～1/3)



開 催 予 告

10/25(土) 26(日)

会場: アルヴェ
4F 洋室C

秋田市男女共生フォーラム ♪
「いっしょに生きる」

～ありがとうの種、笑顔が実る秋田～



25日 13:00～15:00

NPO法人いきいきFネット秋田がワークショップを開催します

「暴力のない社会をめざして」

～DVが「い」からのメッセージ～

男女共生社会づくりをめざし、DVとは何なのかを学びます

11/1(土)2(日)

会場: アトリオン7F
参画センター研修室

アサーティブトレーニング・
ファシリテーター養成講座

時間: 10:30～16:00

講師: 相模女子大学教授 小柳茂子さん

参加費: 2,000円 託児: 要申込 (半日 500円)

申込み: 10/6から 電話受付 018-824-7764

主催: あきたAT研究会

共催: 秋田市女性学習センター

秋田県中央男女共同参画センター



おしらせ

●●●コピーカードをお持ちの登録団体さまへ●●●

10月に26年度上半期使用分のコピー料金の請求をします。請求書が送付された団体様は10月20日までにセンター窓口にてお支払いをお願いいたします。

※ご不明の点はセンターまでお問合せください。

10月の予定

大人のおりがみ教室

10月16日(木) 10時～12時

10月23日(木) 10時～12時

★どちらか1日参加して下さい。

★「ポインセチア」を折ります。

