

講座情報

2024
9

再就職応援セミナー お悩み解決！仕事と子育ての両立編

加古川市とハローワークが子育て中のあなたをバックアップ！
必要な情報やサポートを知って、不安を解消しませんか。
自信を持って再就職に挑みましょう。

無料
単回での
参加可

第1回 9月12日（木）10:00～11:30

◆加古川市の保育所の申込方法

（10:00～10:45）

- ・保育所の概要や申込時期などの説明
- 担当：加古川市幼児保育課

◆ファミリーサポートセンターの紹介

（10:45～11:30）

- ・子育て応援制度（送迎、一時預かりなど）の紹介
- 担当：加古川市ファミリーサポートセンター

【場所】加古川市民交流ひろば 会議室1

【対象】第1回：保育所などを利用して働きたい人
第2回：子どもを育てながら働きたい人

【定員】各回20人（要申込・先着順）

【一時保育】**両日ともに定員に達しました**
キャンセル待ちをご希望の方は男女共同参画セン
ターまでお電話ください。

【申込】電話またはかこがわオンライン申請システム
（[第1回申込](#)、[第2回申込](#)）より
※単回での申込可能

第2回 9月26日（木）10:00～12:15

◆ハローワークの活用法（10:00～10:45）

- ・「マザーズコーナー」窓口の上手な使い方
 - ・仕事と子育てを両立しやすい職場の選び方
- 講師：ハローワーク加古川職員

◆“しっかり”働いて未来の可能性を 広げよう（10:45～11:25）

- ・扶養内での働き方ってホントにお得？
 - ・子育て世代のマネープラン
 - ・働くことで変わる貯蓄&年金
- 講師：村松宏恵さん（社会保険労務士）

◆個別相談会（事前申込優先）

（11:30～12:15）**定員に達しました**
＜担当＞
・村松宏恵さん（社会保険労務士）
・ハローワーク加古川職員
※各2人限定。
相談時間はお一人につき
20分。



9/25（水）
10:30～12:00

ワーク・ライフ・ハッピー講座 IN 尾上公民館

信頼されるあなたになろう！～心をひらく‘聴く力’～

「話し上手は聞き上手」という言葉があるように、しっかりと相手の話を「聞く」ことは、円滑なコミュニケーションの第一歩。

家庭や仕事、地域の場で、相手の話をきちんと聴けるようになると、そこには信頼関係が生まれます。
心をひらいて話してもらえる「聴き方」のヒントがきっと見つかるこのセミナーに参加しませんか。

【対象】テーマに関心のある方

【会場】尾上公民館 講義室

【講師】市男女共同参画推進専門員 小林美香

（加古川市尾上町池田 1804-1）

【定員】20人（先着順・要申込）

【参加費】無料 【一時保育】無料・要申込・定員あり

【申込み】電話で男女共同参画センターへ、または[かこがわオンライン申請システム](#)より申込み

男女共同参画推進専門員が地域に出向いて、出前講座を開催しました！

当センターでは、男女が、互いにその人権を尊重しつつ責任も分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮できる「男女共同参画社会」の実現をめざし、男女共同参画について理解を深め、考えていただく機会として、団体・グループからのご依頼を受けて出前講座を開催しています。

7/31 加古川駅南子育てプラザ 「子育て応援団スキルアップ研修会」

「コミュニケーションのコツ～自分も相手も大切にする伝え方～」と題して、自分も相手も大切にする伝えるためのポイントを、参加者同士のペアワークを交えながらお話ししました。



参加者の方からは、「相手の気持ちを大切にしつつ、自分の気持ちを伝えることを、普段から気をつけて、気持ちのよい生活を送っていきたいと思います。」「コミュニケーションの大切さを改めて感じました。」といった感想をいただきました。



8/28 地域包括支援センターかこがわ 「加古川町内介護支援専門員研修」

「アサーティブ・コミュニケーションについて」と題して、自分も相手も大切にする伝え方について講座を開催しました。

参加者の方からは、「言い方（表現）によって、誤解を与えずに、正しく自分の意見を伝えていく方法がよく理解できました。」「職場や学校だけでなく、日常の会話で使うことで、様々な人とより良い関係につながる良いコミュニケーション法だと感じました。」といった感想をいただきました。



～講師を無料で派遣します！出前講座～

関心のあるテーマを設定いただき、当センターの職員がご依頼の会場へ出向いてお話しします。
男女共同参画について理解を深め、考える機会として、ぜひご利用ください。

テーマの例

- ★わかりやすい男女共同参画
- ★“自分らしく” 生きるためのヒント
- ★相手も自分も大切にするコミュニケーション
- ★キャリアプランやこれからの働き方
- ★ワーク・ライフ・バランスのすすめ など

対象 加古川市内在住・在勤の方で構成される団体・グループ

※講座当日 10 名以上の参加が見込まれる団体・グループに限ります。

講師 加古川市男女共同参画推進専門員（キャリアコンサルタント等有資格者）

※当センターが開催するセミナー講師や、女性のための働き方相談を担当しています。

費用 無料 **日時** 水曜日・木曜日（祝日、年末年始を除く）

講座開催時間は、10 時～16 時の間で、1～2 時間程度

申込 開催希望日の 2 ヶ月前までに申請書を FAX またはご持参にてご提出いただくか、
[かこがわオンライン申請システム](#)よりお申込みください。

開催までの流れ ①開催の可否等について、お申込みから 2 週間以内に当センターよりご連絡します。
②開催日の 1 ヶ月半前までに講師を含めて講座内容等について打合せを行います。
③当日、ご指定の会場で講座を開催します。

過去の開催実績 市内中学校・小学校・幼稚園 PTA、高齢者大学、グループでの勉強会等、多数実績あり

考えてみよう！

「男女共同参画」って、なんだろう？

「男女共同参画社会」とは、男性も女性もお互いにその人権を尊重し、責任を分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を発揮することができる社会です。

「男だから」「女だから」といった思い込みにとらわれることなく、だれもが、自らの意思で生き方を選択し、自分の夢や希望を実現できる、そんな社会にするために必要なことを、みんなで考えていきませんか。

★かんたん解説★ 知っていますか？ 男女共同参画白書 ③

男女共同参画白書は、各種統計データや調査結果などを分析し、男女共同参画社会の実現のために優先すべき課題を考察した報告書です。

今年度は「仕事と健康の両立」をテーマに、男女で異なる健康上の問題に対応する必要性が強調されています。

先月は、「仕事、家事・育児等と健康課題の両立社会」についてご紹介しました。

今月は、「両立支援は新たなステージへ」について紹介します。

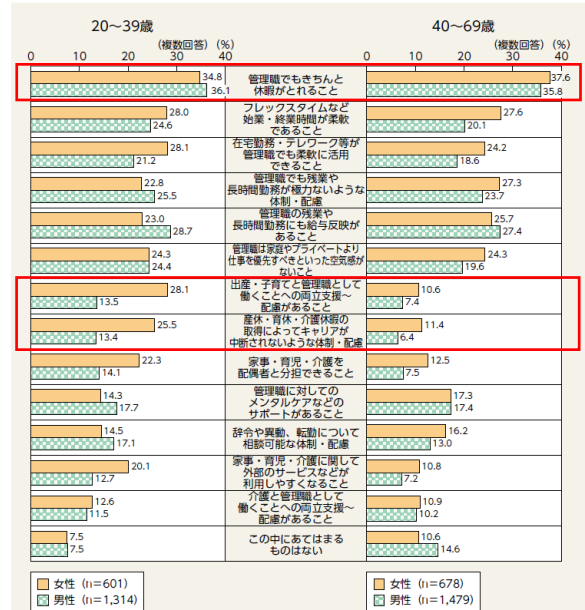


- 健康は、自らの理想とする生き方を実現する上で重要な基盤となるものであり、全ての人が、健康課題に対する正しい知識を習得し、自らの健康増進に自発的かつ積極的に取り組めるようにすることが重要です。
- そこで、仕事と健康の両立のために、職場では①女性と男性それぞれの健康課題に対する研修・啓発等の実施、②健康診断等の受診に対する支援、③健康に関する相談先の確保、④年次有給休暇を十分に取得できる環境、が重要です。
- また、管理職として働くための条件として、男女、年代を問わず「管理職でもきちんと休暇がとれること」を挙げる人の割合が最も高くなっています。
- さらに、20～39歳女性では「出産・子育てとの両立支援」「育休等によってキャリアが中断されない体制・配慮」が、40～69歳女性及び男性に比べて高くなっています。
- 仕事と家事・育児・介護等の両立支援は、女性や子育て期の男女だけに焦点を当てるのではなく、男性を含む全ての人の働き方を柔軟な働き方など、両立を実現できるような働き方に変えていくことが重要です。

◆ポイント◆

人生100年時代において、男女ともに自らが健康であり、自らの能力を発揮できる環境が重要です。少子高齢化の進展の中で、労働力の確保・労働生産性の向上のためにも健康支援は必要不可欠です。女性も男性も、仕事か家庭か、仕事か健康かなどの二者択一を迫られることなく、睡眠時間や自分のための時間等を削ることなく、持続可能な形で自らの理想とする生き方と仕事の両立することが可能となれば、キャリア継続、キャリアアップのモチベーションとなります。育児・介護との両立支援が整いつつある今、いかに制度を有効に活用するかが問われています。

特-68図 どんなことがあれば管理職として働けそうか（男女、年齢階級別・有業者のうち昇進意欲のある者）



(備考) 1. 「令和5年度 男女の健康意識に関する調査」(令和5年度内閣府委託調査)より作成。
2. 「仕事において、どんなことがあれば、管理職として働きたい・働けそうだと思いますか。仕事上の能力以外の要素についてお答えください。(いくつでも)」と質問。
3. 現在働いている者のうち、「現在より上の役職に就きたい」又は「どちらかといえば現在より上の役職に就きたい」と回答した者を対象に集計。

出典：令和6年版男女共同参画白書（内閣府男女共同参画局）

男女共同参画白書を詳しく見たい方は[こちら](#)
(内閣府男女共同参画局ホームページ)

キャリアコンサルタントによる

女性のための働き方相談

私らしい働き方・就職・起業に向けて、専門の相談員（キャリアコンサルタント等有資格者）が問題点を整理するお手伝いやアドバイス、情報提供をします。（相談時間は最大 50 分）

- ◆今の働き方を見直したい、転職しようか悩んでいる
- ◆子育て・介護が一段落したので働きたいけど
ブランクがあるので不安
- ◆面接のトレーニングをしたい
- ◆履歴書や職務経歴書の書き方が分からない
- ◆自分の強みを見つけたい
- ◆起業に興味がある

保育
あり

相談
無料

毎週 水・木曜日 10:00~15:30

（場所：加古川市民交流ひろば）

※事前にご予約ください。

※一時保育あり

（相談日の 1 週間前までに要予約）

電話または[かこがわオンライン申請システム](#)でお申し込みください

社会保険労務士による

女性のための労働相談

職場における悩みや疑問についてトラブルについて、社会保険労務士が解決への道筋をアドバイスします。就職に向けて、社会保障などに関する質問もお受けします。（相談時間は最大 50 分）

- ◆労働条件が悪くなった、なぜ？
- ◆突然に明日から来なくていいと言われた
- ◆長年勤めてきたのに契約更新しないと言われた
- ◆パワハラ・セクハラなどのハラスメントを受けた、
今も受けている
- ◆パートでも社会保険の加入は必要？
- ◆働き方を変えると私の年金はどうなるのかな

9月18日（水）14:00~17:00

（場所：加古川市民交流ひろば）

※事前予約優先（当日予約は電話のみ受付）

※一時保育あり（9月12日までに要予約）

<10月の開催予定 10月16日（水）>

電話または[かこがわオンライン申請システム](#)でお申し込みください

LGBTQ+ 専門相談

性のあり方に関する悩みや不安の相談を専門相談員が受け付けます。
当事者だけでなく、その家族や友人、学校や職場の方なども相談できます。

… 電話相談 …

- 【対象】 どなたでも（匿名可）
【電話番号】 079-427-9108（電話相談専用）
【9月の 9月30日（月）14:00~17:00
相談日時】 （1回30分まで）
【相談料】 無料 ※通話料金はかかります。

… 対面相談 …

- 【対象】 市内に在住・在勤・在学されている方
【相談日時】 相談員と調整（1回1時間まで）
【相談料】 無料
【場所】 加古川市民交流ひろば
詳しくは[市ホームページ](#)をご確認ください

講座の申込み・問合せ

令和6年9月発行

加古川市 市民活動推進課 男女共同参画・多様性社会推進係
加古川市男女共同参画センター

〒675-0065 加古川市加古川町篠原町21-8
カピル21ビル5階

【電話】079-424-7172 【FAX】079-454-4190

【業務時間】月～金曜日 9時00分～17時30分

※祝日、年末年始、施設保守点検日を除く



- 男女共同参画センターFacebook は[こちら](#)
- 男女共同参画センターInstagram は[こちら](#)

○指定駐車場をご利用の方は、1時間または2時間無料券をお渡ししますので、
駐車券をご持参ください。
＜指定駐車場＞①加古川駅前立体駐車場 ②オーエムパーキング
③平成パーキング ④OKパーキング ⑤大村第一駐車場
○駐輪場は★加古川駅南自転車駐輪場（2時間以内は無料）をご利用ください。