

講座情報

令和5年度

性の多様性の尊重に関する取組を進めます！

加古川市では、性的指向*1・性自認*2・性表現*3という全ての人々がもつ性のあり方は多様であることを、全ての市民が尊重し、多様な生き方を互いに認め合い、自分らしく、安心して暮らせる社会をめざした取組を進めていきます。

具体的な
取組

- (1) LGBTQ+*4の人々が抱える困難や生きづらさの解消につなげる取組
 - ・LGBTQ+専門相談体制の充実
 - ・パートナーシップ・ファミリーシップ届出制度の導入 など
- (2) 性の多様性に関する正しい知識の普及啓発を進める取組
 - ・市民、事業者、教職員や子どもなどに向けたさまざまな取組を行います。

- *1 性的指向：恋愛感情や性的な関心などの感情がどの性別に向くかを示します。
異性、同性若しくは両性に向く、又はいずれの性別にも関心がない、決められない等の場合があります。
- *2 性自認：自分の性別をどう認識しているかを示します。
身体の性別（出生時に判定された性別）と自分が認識している性別が一致しない場合があります。
- *3 性表現：服装、言葉づかい、しぐさなどから社会的な性別をどう表現しているかを示します。
性自認と表現する性別が一致しない場合があります。
- *4 LGBTQ+（エルジービーティーキュープラス）：性のあり方に関して少数である人の総称の一つです。

ワーク・ライフ・ハッピー講座

5/24(水)

10:00~11:30

コミュニケーション力アップで、 自信をつけよう

「新しいことを始めたい！」
「長い間仕事をしていなかったけど、働きたい！」
そんなあなたを応援します。
新しい環境に必要な「コミュニケーション力」を
高め、自信をもって一歩踏み出しましょう♪

内 容

- ・第一印象の大切さ
- ・コミュニケーションの基本
（聴く、話す、伝えるなど）
- ・新しい私とは



【対 象】テーマに関心のある女性

【定 員】15人（先着順・要申込）

【講 師】市男女共同参画推進専門員 小林美香

【参加費】無料

【一時保育】無料・要申込・定員あり

【会 場】市民交流ひろば 会議室5

【申込み】電話で男女共同参画センターへ

催しでの新型コロナ
ウイルス感染防止対策

・入場時には検温を行い、37.5度以上の発熱がある場合は入場をお断りします。
・入場の際は、手指消毒を行ってください。・感染状況により、開催を中止・延期又は内容を変更する場合があります。

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。

テーマの一例

- ★わかりやすい男女共同参画 ★男らしく、女らしくから“自分らしく”の話
- ★相手も自分も大切に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（講座開催時間は、10 時～16 時の間で、1～2 時間程度）

出前講座の流れ ①開催予定日の 2 ヶ月前までに申請書にご記入のうえ、お申込みください。

②開催の可否等について、申込みから 2 週間以内に男女共同参画センターよりご連絡します。

③開催日の 1 ヶ月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。

④当日、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



▲過去の開催の様子

～男女共同参画推進専門員からのメッセージ～

新年度のスタートです♪春の温かい日差しで体も動きやすくなってきましたね。みなさんはどんな気持ちで春を迎えていますか？

新しく何かが始まる人、新しく何かを始めたい人も多いと思います。私は男女共同参画推進専門員として 2 年目となりました。1 年目は初めてのことばかりで四苦八苦した年でしたが、働き方相談や講座で多くの方と出会い、たくさんの刺激や学びがありました。働き方相談では、「再就職や転職を考えているけど自分に自信がない」、「子育てや介護がある生活の中でどんな働き方がよいのか」など悩みや切実な思いを抱える女性が多いことを実感しました。今年度も私は専門員として、みなさんが多様で柔軟な働き方や自分らしい

生き方ができるよう、一緒に取り組んでいきたいと思っています。

みなさんはどんな 1 年にしたいと思っていますか。現状を変えたいけれどどうしたらよいかわからない、考えがまとまらなくて悩んでいる、という方は一度、『女性のための働き方相談』にきてみませんか？ 1 人で考えて行き詰まってしまうことでも、話をすることで気持ちが整理でき、新たな気づきや心が晴れることがあります。私たち専門員は、みなさんの“一歩踏み出す”お手伝いをさせていただきます。また、今年度もいろいろな講座を計画していますので、“自分らしい生き方”につながるヒントを一緒に学んでみませんか。

さあ、笑顔で一歩踏み出してみましよう♪ (T)

♪ ママとベビーのピヨピヨサロン

主催：加古川市連合婦人会

【日時】 5 月 23 日 (火) 10:00～12:00

【会場】 市民交流ひろば エクササイズルーム

【内容】 音楽療法を取り入れたミニコンサート、手遊び、身体測定

【対象】 4～12 か月の子どもと保護者

【参加費】 無料

【定員】 10 組（先着順・要申込）

【持ち物】 母子健康手帳、水筒（水分補給できるもの）

【申込み】 加古川市連合婦人会事務局（男女共同参画センター内）Tel.079-424-7172 へ



男女共同参画センターニュース（開催レポート）

『子育てママの再就職応援セミナー お悩み解決！仕事との両立編』(2月17日開催)

未就学児のお子さんがあるママを対象にハローワーク加古川と共催で開催しました。働くことで変わる貯蓄と年金、ハローワークの活用法、保育所の申込方法、ファミリーサポートセンターの利用方法などを学びました。

参加者の皆さんからは「子育てしながら働き始めようと思った時に何を準備すればよいかわかりました」「再就職するにあたって必要な情報を聞くことができよかったです」といった感想をいただきました。



『ぷち起業の始め方 ～自分らしい起業のカタチを考えよう～』(2月27日開催)

好きなことや得意なことを活かした「ぷち起業」についてのセミナーを開催しました。講師は(有)ネオナレッジ代表取締役の中谷恭子さん。ぷち起業のメリット・デメリット、起業アイデアに必要な要素などを学びました。

参加者からは「自分がしたいことをまとめようと思います」「他の参加者の起業アイデアを聞くことで自身の起業のイメージが膨らみました」といった感想をいただきました。

自分らしい働き方として、起業に向けて第一歩を踏み出してもらえると嬉しいです。



『～当事者に聞く、当事者の想い～ LGBTQ+について知っておいてほしいこと』(3月18日開催)

加古川市女性団体連絡会と市の主催で、市民公開講演会を開催しました。講師の井上ひとみさん（特定非営利活動法人カラフルブランケッツ理事長）は、獣医師で同性パートナーと暮らすレズビアン。当事者の立場から、LGBTQ+についての基本的な知識や、ご自身の性自認への気づきやカミングアウトにいたるまでの葛藤やその後の気持ち、LGBTQ+カップルの困りごとなどについてもお話いただきました。

参加した76人の方々からは「知らないことばかりだったが、世の中には多



種多様な価値観や性のあり方が存在していることがわかった」「当事者の気持ちや、何が必要かが少しわかった気がする」「当事者に寄り添うアライとして応援していきたい」といった、井上さんのお話に共感する感想が沢山ありました。

当事者の方が互いに宛てた手紙や直筆メッセージ



などを展示したパネル展も同時開催され、当事者の方の気持ちを知り、考える機会となりました。

おすすめ 関連図書

5月24日（水）に開催する講座「コミュニケーションカアップで、自信をつけよう」（表紙参照）に関連して、コミュニケーションについてさらに学んでみませんか？加古川市内の図書館で貸出・予約できます。



タイトル	著者	出版者
ストレス知らずの対話術 コミュニケーション力を鍛える	齋藤 孝／著	PHP 文庫
誰でもできる!アサーティブ・トレーニングガイドブック みんなが笑顔になるために	海原 純子／著	金剛出版
マンガでやさしくわかるアサーション	平木 典子／著 星井 博文／シナリオ制作 サノ マリナ／作画	日本能率協会マネジメントセンター
私たちはなぜ傷つけ合いながら助け合うのか 心理学ビジュアル百科 社会心理学編	越智 啓太／編	創元社
やっぱり、それでいい。 人の話を聞くストレスが自分の癒しに変わる方法	細川 貂々／著 水島 広子／著	創元社

相談窓口のご案内

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

お気軽にご利用ください♪

わたらしい働き方、再就職、転職、起業、キャリアアップ、地域活動などの**チャレンジしたい**気持ちについて相談できます。

キャリアコンサルタントの資格を持つ“男女共同参画推進専門員”が、専門的な視点から、問題点を整理するお手伝いや、必要な情報提供を行い、あなたのチャレンジを応援します。

【実施日】

毎週 水・木曜日
10:00~15:30

※前日までに要予約
※一時保育あり（相談日の
1週間前までに要予約）



- ◆子育て・介護が一段落したので、働きたい
- ◆履歴書や職務経歴書の書き方が分からない
- ◆面接のトレーニングをしてほしい
- ◆仕事に役立つ資格をとりたい
- ◆今の働き方を見直したい、転職したい
- ◆起業したい、起業に興味がある

相談
無料

保育
あり

社会保険労務士による

女性のための労働相談

仕事や労働に関する悩みや疑問について相談できます。

- ◆労働条件を不当に下げられた
- ◆突然に解雇と言われた
- ◆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
- ◆働くとき社会保険の加入ってどうなるの
- ◆働き方を変えると私の年金はどうなるの

【実施日】 4月19日（水）
14:00~17:00

※事前予約優先（空きがあれば当日受付可）
※一時保育あり（4月13日までに要予約）
※次回の開催予定 5月17日（水）

社会保険労務士が、さまざまな問題を解決するための道筋をアドバイスします。
たとえば、上司や同僚との人間関係のトラブルも法的に考えると解決できる場合があります。
あなたが知りたい年金や社会保険制度についても、正しく知ることができます。



♪編集後記♪

寒かった冬が終わり、ほかほかと暖かく外出しやすい季節になりましたね。この春は、桜を見に行ったり、公園で子どもと遊んだり、家族でお出かけを楽しみたいです。活発に動き回る子どもについていけない不安なので、体力をつけるために休日にジョギングを始めて、小さな一歩ですが新しい自分づくりに挑戦したいと思っています。

講座の申込み・問合せ

令和5年4月発行

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

ホームページ：「加古川市男女共同参画センター」で検索
フェイスブック：「かこがわさんかくなっと」で検索



公式フェイスブック
「かこがわさんかくなっと」



○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

○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。