

講座情報

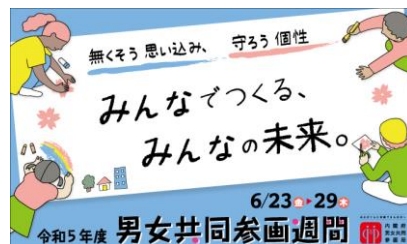
2023

6

6月23日～29日は男女共同参画週間!

「男女共同参画週間」とは、「男女共同参画社会基本法」が平成11年6月23日に施行されたことを記念し、内閣府の提唱により毎年6月23日から29日までの1週間を定めたものです。この期間には、男女共同参画についての理解を深めることを目的として、全国的に様々な取り組みが実施されます。

性別に関わらず誰もが、家庭、職場、学校、地域でそれぞれの個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」の実現には、みなさん一人ひとりの取り組みが必要です。この機会に、自分らしく生きることについてご自身や身近な人と考えてみませんか?



令和5年度のキャッチフレーズは

無くそう思い込み、守ろう個性 みんなでつくる、みんなの未来。

内閣府が「男女共同参画社会の実現と女性活躍の推進に向けた、日本国内、国際社会へのメッセージ」をテーマとして、これからの時代を創り上げていくユース世代(15～20歳)を対象に募集し、選びました。

2023

7/2日

14:30-16:30

(受付開始 14:00)

① 記念講演会

生き方を自分で選びとれる社会に
～私がジェンダーの話をする理由～



「性の話をもっと気軽にオープンに」をテーマに、「包括的性教育」の必要性について伝えておられるシオリーヌさん。

「包括的性教育」とは、妊娠や避妊などの知識だけでなく、パートナーとの人間関係、ジェンダー平等、多様性などを含めた性教育のことです。

誰にとっても大切な性のことを学び、「女らしさ」「男らしさ」にとらわれず「自分らしく」生きることについて、考えてみませんか?

講師 シオリーヌ(大貫 詩織)さん

助産師/性教育 YouTuber/株式会社 Rine 代表取締役

総合病院産婦人科、精神科児童思春期病棟にて勤務ののち、現在は性教育に関する講演や性の知識を学べるイベントの講師を務める。2022年、性教育の普及と子育て支援に取り組む株式会社 Rine を設立。

著書 CHOICE 自分で選びとるための「性」の知識(イースト・プレス)、こどもジェンダー(ワニブックス) ほか。

定員 120名(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

加古川市男女共同参画センターへ
・電話・窓口(中面左下に記載)
・かこがわオンライン申請システム
(裏表紙右下に記載)

ワーク・ライフ・ハッピー講座

一歩ふみ出すあなたを応援！②

6/22(木)
10:00~11:30

自分の強みを見つけよう



「新しいことを始めたいけど自信がない」、「自分のアピールポイントって何だろう?」と思っているあなたへ。この講座では、リフレーミング技法を学び、参加者同士で話し合いながら、お互いの『強み』を見つけ合います。自己PRできる自分の良さを見つけてみませんか♪

- 【対象】テーマに関心のある女性
- 【講師】市男女共同参画推進専門員 谷川尚子
- 【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（キーワード「講座」で検索）
- 【定員】15人（先着順・要申込）
- 【参加費】無料
- 【会場】市民交流ひろば 会議室5



かこがわオンライン
申請システム

ワーク・ライフ・ハッピー講座

一歩ふみ出すあなたを応援！③

7/12(水)
10:00~11:30

コミュニケーション力アップ！ アサーションを学ぼう



「アサーション」は「アサーティブ・コミュニケーション」とも言われる、自分の気持ちを大切に尊重し、相手に対しても尊重する姿勢をもったコミュニケーションです。意見を押し通すのではなく、言いたいことを我慢するのでもない、お互いに気持ちのよいコミュニケーション。どんな場面でも使えるアサーションを学びませんか？

- 【対象】テーマに関心のある女性
- 【講師】市男女共同参画推進専門員 小林美香
- 【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（キーワード「講座」で検索）
- 【定員】15人（先着順・要申込）
- 【参加費】無料
- 【会場】市民交流ひろば 会議室5



かこがわオンライン
申請システム

講座・相談の申込み・問合せ

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

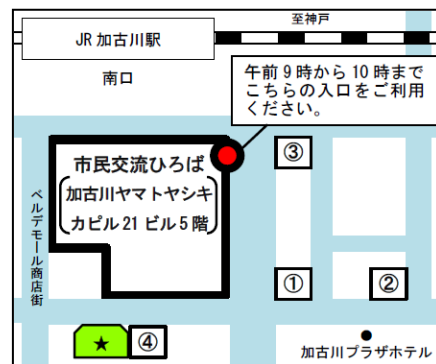
9時00分～17時30分

※祝日、年末年始、施設保守点検日を除く

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。

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

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。(相談時間は最大 50 分)

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。
(相談時間は最大 50 分)

【実施日】6月21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(6月15日までに要予約)

<次回の開催予定 7月19日(水)>

- ◆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
- ◆働くことと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

女性の社会保険労務士が、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。

♪ 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】7月4日(火) 10:00~12:00 【定員】20組(先着順・要申込)

【内容】七夕会、乳児の安全のお話、身体測定、誕生日会など

【対象】4~12か月の子どもと保護者 【会場】市民交流ひろば エクササイズルーム

【参加費】無料 【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) TEL079-424-7172へ



~男女共同参画推進専門員からのメッセージ~

6月になり、梅雨の季節ですね。そろそろ令和5年の折り返しが近づいていますが、みなさん、今年立てた目標や計画はどんな状況でしょうか。

新しいことを始めるとき、腰が重いことがありますよね。そんなとき私は「やらなければ後悔が残り、やって失敗したら笑い話が残る」と自分自身に声かけをして一歩ふみ出す勇氣にしています。

もし、「何から始めたらいいのかわからない」と悩んでいるなら、男女共同参画センターの講座に参加してみませんか。現在、私たち専門員は『一歩ふみ出す

あなたを応援』シリーズの講座を開催しています。この講座では、女性のエンパワーメントの推進として、新しいことへチャレンジしたい人や働き始めようとする人が、自信をもって一歩踏みだせるようになることをテーマにしています。

当センターはJR加古川駅前のカピル21ビル5階(ヤマトヤシキ)にあり、子育て世代の方々にも参加していただけるように一時保育(対象は生後6か月~就学前児童)も準備しています。講座に参加して、『新しい一歩』と一緒にふみ出してみませんか♪ (T)

6/23
(金)

2 リフレッシュタイム
For You!

10:00~12:00

企画：トライアングル

小学生未満のお子さんをお預かりします。日頃子育てに追われているパパ・ママたちに、リフレッシュするための2時間をプレゼントします。

定員 5組程度
(6月13日(火)までに要申込。申込多数の場合は抽選)

参加費 無料



6/24
(土)

3 色彩心理でわかる!
それぞれの大切にしていること
~あなたの「あたりまえ」
伝わっていますか?~

10:00~12:00

企画：とうばんウィズ(兵庫県男女共同参画推進員東播磨地或連絡会議)

家庭や職場での身近な人間関係の「なぜ?どうして?」について、色彩心理で心が軽くなる考え方を学びます。コミュニケーションの悩みを解決するヒントを見つけてみませんか。

講師 さといあつこさん
(カラーコンサルタント、カラースクール「&Color」代表)

定員 20名(先着順)※一時保育あり

参加費 無料

6/24
(土)

4 知ってよかった
介護勉強会

13:30~15:30

企画：0909★2525

介護のコツは心配ごとや悩みごとをためこまないこと。家族の介護が心配になってきた方や、現在介護中の方。実例やアドバイスを交えながら、抱え込まない介護についていっしょにお話ししましょう。

講師 濱田誠子さん(介護福祉士)
柴田博美さん(介護支援専門員)
竹裏由佳さん(整理収納アドバイザー)

定員 20名(先着順) **参加費** 無料

6/25
(日)

5 不登校から得たもの

10:00~12:00

企画：ひまわり

不登校経験者とその保護者の体験談や、同じように悩んでいる方との話し合いを通して、子どもの思いへの気づきや、子どもとの向き合い方について学びます。

講師 辰濃和美さん(「不登校の子どもを持つ親の会」代表)
辰濃菜穂さん(瑞穂 MSC 高等学校神戸校教員)
矢野洋子さん(「不登校の親の会 TUMUGU(つむぐ)」代表)

対象 子育て中の保護者

定員 15名(先着順) **参加費** 無料
※一時保育あり

6/26
(月)

6 先輩起業家の
お仕事のぞき見!

10:30~13:30

企画：起業カフェ加古川

男女共同参画センターの講座を受講して、起業を実現したメンバーによる親子リトミック体験を行います。体験後、以下の相談会を開催します(希望者のみ)。

- ・子育て/パパ&ママのための外回りから考える家づくり相談
- ・担当になっても大丈夫! PTA広報誌の作り方

対象 1~3歳の子ども **参加費** 無料
と保護者

定員 50分ごとの入替制 各10組
※リトミック体験は30分
※事前申込優先

6/27
(火)

7 ママリーング
子どものための
ナップザックづくり

10:00~12:00

企画：加古川市連合婦人会

ミシンを使って子ども用のナップザックを手作りしましょう。布は数種類から選べます。婦人会メンバーと一緒に作りますので、ミシンを使い慣れていない方もご参加ください。

定員 10名(先着順)
(6月16日(金)までに要申込)
※一時保育あり

参加費 800円

持ち物 ものさし、糸切りばさみ

6/28
(水)

8 Canva でつくろう!
あなたの伝えたいことが
伝わるインスタデザイン
【初心者向け】

10:00~11:30

企画：起業女子のひとやすみ会

初心者でも簡単におしゃれなデザインを作成できるツール「Canva(キャンバ)」。Instagramで発信されている方、時短でオリジナルデザインを一緒につくってみましょう。

講師 徳永真弓さん(フリーライター、SNS集客アドバイザー)

対象 女性 **参加費** 無料

定員 15名(先着順)※一時保育あり

持ち物 スマートフォン、ノートパソコン、タブレットのいずれか

6/29
(木)

9 安心・安全・便利に使う
ためのスマホ入門講座

10:00~11:30

企画：加古川友の会

スマートフォンを使った初心者向けの講座です。買い物や調べものなどの便利な使い方や、トラブルに巻き込まれないための知識を学びます。

講師 別所瑞穂さん
(パソコン応援団!)

定員 20名(先着順)

参加費 無料

持ち物 スマートフォン



お申込み

- ★加古川市男女共同参画センターへ
- ・電話・窓口(中面左下に記載)
 - ・かがわオンライン申請システム
- <申込期限>
- ・②は6月13日(火)まで
 - ・⑦は6月16日(金)まで

かがわオンライン
申請システム
(キーワード「男女共同
参画週間事業」で検索)



- ★①③⑤⑦⑧は一時保育あり(無料・要申込・定員あり)