

# 講座情報

## 男性の意識改革セミナー

1/28 (日)  
10:30~12:30

## いつから男は生きづらくなったのか・泣かない男が泣くとき ~悩み相談員と考える生きづらさから抜け出すヒント~

「男のくせに泣くな」「男性は家族を養って一人前」「男は強く、女はやさしく」・・・  
パートナーや家族、生活や仕事の中で、「こうあるべき」を当たり前のように求められることに、違和感やしんどさを感じることはありませんか。  
このセミナーでは、その違和感の正体を、悩み相談を通したお話から解き明かしていきます。  
生きづらさを感じる人、生きづらそうな人を理解したい人、すべての人が生きやすくなるヒントをさがしませんか。

- 【対象】テーマに関心のある人
- 【会場】市民交流ひろば 会議室5
- 【参加費】無料
- 【定員】20人(先着順・要申込)
- 【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「生きづらさ」で検索)



講師 福島 充人さん



一般社団法人日本男性相談フォーラム(臨床心理士・公認心理師)

男性相談をはじめ、父親が集まり自身の子育てについて語る『パパの子育てカフェ』に学生の頃から携わる。結婚目前の30歳、白血病で職を失ったことをきっかけに男性としての生きづらさに気づき「自分らしく生きたい」と強く願うように。著書 濱田智崇ほか『男性は何をどう悩むのか』ミネルヴァ書房(2018年)5章・10章。

## 女性活躍推進セミナー

2/3 (土)  
13:30~15:30  
(受付開始13:00)

## 教えます! 女性市長誕生の舞台裏 ~CA、起業、市議からの転身~

政治って、遠い存在のように感じていませんか?政治によって決められることは、私たちの生活に深く結びついています。意思決定の場に多くの女性の意見が取り入れられることで、社会はどのように変わるのでしょうか。手探りで進んできた自治体トップとしての経験から、「自分らしい生き方」についてご講演いただきます。

- 【会場】市民交流ひろば 会議室2
- 【定員】80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



講師 白井 文さん



元尼崎市市長・三洋化成工業(株)取締役・ブラザー工業(株)取締役・東洋アルミニウム(株)取締役・(株)ロイヤルホテル取締役

全日空で客室乗務員として11年間勤務した後、人材育成会社起業。その後、尼崎市議会議員(2期)、尼崎市市長(2期)を務めた。上場企業の社外取締役を勤めつつ、コロナ禍以前は、“レジリエンス(危機管理)”や“男女共同参画社会”などをテーマにした講演や研修講師としても活動。

2/7(水)  
10:00~12:00

# ぶち起業の始め方

昨年の大好評  
企画

～自分らしい起業のカタチを考えよう～

好きなことや得意なことを活かした「ぶち起業」を考えてみませんか？

このセミナーでは、ぶち起業のメリット・デメリット、始めるにあたっての心構えなどを学びます。

起業は「ハードルが高そう…」「何から始めたらよいかわからない」と思っている人も、まずは知ることから始めてみましょう！

- 【対象】テーマに関心のある女性
- 【会場】市民交流ひろば 会議室5
- 【定員】8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(キーワード「ぶち起業」で検索)



講師 中谷 恭子さん

オフィス ネオナレッジ代表  
ショップコンサルタント

大手アパレルメーカーに14年間勤務後、経験を活かし2003年起業。現在、VMD(※)コンサルティング、研修&セミナー、店舗診断、開業・リニューアル支援等を主な事業として活動中。「女性視点&現場主義」のきめ細やかなコンサルティングにて、全国の悩める店舗を多数改善、実績を上げている。また自身の起業経験を伝えるべく、女性の起業支援もライフワークとして取り組んでいる。

※VMD:店舗の商品計画を視覚的にわかりやすく伝えることで、顧客の購買意欲を向上させる売り場づくり。



主催:加古川市女性団体連絡会・加古川市

2/17(土)  
14:00~15:30

# 終活ライフ☆人生ザフッと丸洗い ～明日から始める5つのコト～

伯父の突然の死で、ふりかかった膨大な手続き。謎だらけの相続……。 「なぜ鯛焼き器があるの?!」「17本の印鑑…〇〇相互銀行なんて初めて聞いた!」講師の実体験をもとに、人生100年時代を「自分らしく」生きるために今からできることについて、一緒に考えてみませんか？

講師 榎本 英樹さん  
(あそびとお話のデリバリー ドコデモ代表)

1999年キャンプ・レクリエーションを主に講師業をフリーランスとしてスタート。2003年にはNPO法人生涯学習サポート兵庫設立に関わる。2022年4月よりあそびとお話のデリバリー『ドコデモ』を主宰。共に体験し、感じるスタイルが参加者や周囲の共感を得て、自治団体、各教育機関など全国から講演会の依頼がある。近年では孫育て講座、地域リーダー養成など高齢者大学やシニア層の団体からの依頼も多い。



- 【会場】市民交流ひろば 会議室2
- 【定員】80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】電話で加古川市女性団体連絡会事務局(男女共同参画センター内)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「終活」で検索)



## 男女共同参画センターニュース(開催レポート)

### まちづくり講座 女性にやさしい避難所づくり～過去の災害から学び、未来に活かす～ 第1回「災害とジェンダー・バイアスについて学ぼう」

12月10日に、齊藤容子さん(関西国際大学客員教授)をお招きし、「災害時の生活環境・安全面等の困難の具体例」や「防災、災害対応における女性参画の現状と課題」などについてお話いただきました。参加者の方からは、「災害時は男女が協力できる体制が必要になると思いました」「地域防災計画を確認してみようと思います」といった感想をいただくことができました。

避難所で誰もが安心して生活するためには、平時からの備えが必要になります。これまでに発生した災害の教訓も踏まえ、男女共同参画の視点に立って、防災・減災の備えについて考えていくことの大切さを改めて認識しました。



12/10 セミナーの様子

# 子育てママの 再就職応援セミナー

参加  
無料

保育  
あり

## お悩み解決！ 仕事との両立編

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

★自信を持って再就職に臨みましょう！

### 2月9日(金)



#### ●保育所の申込方法

時間：10:00～10:45

内容：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

時間10:45～11:30

内容：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



### 2月19日(月)



#### ●“しっかり”働いて未来の可能性を広げよう

時間：10:00～10:45

内容：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

担当：社会保険労務士 村松宏恵さん

#### ●ハローワーク活用法

時間：10:45～11:25

内容：「マザーズコーナー」窓口の上手な使い方

女性が働きやすい職種と職場の選び方

担当：ハローワーク加古川職員

#### ●個別相談会もあります！（1人20分） ★6人限定、希望制、事前申込優先

時間：11:30～12:15

担当：村松宏恵さん（社会保険労務士）

【相談例】社会保険制度、年金制度、労働条件、賃金・給与、ハラスメント、派遣・副業 等

担当：ハローワーク加古川職員

【相談例】ハローワークの利用の流れ（求人情報の検索・職業相談、失業保険の受給、職業訓練 等）



【対象】第1回：保育園等を利用して再就職したい方

第2回：子育て中で就職したい方

【定員】各回20人（要申込・先着順）

※単回での申込可

【会場】市民交流ひろば 会議室1

【一時保育】無料・要申込・定員あり

第1回：2月1日（木）締め切り

第2回：2月8日（木）締め切り

【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

1/24(水)  
10:00～11:30

### ワーク・ライフ・ハッピー講座

## 思い込みをはずして、自分再発見！～私の可能性を広げよう～

「こうあるべき」「〇〇すべき」と自分自身をがんじがらめにしていませんか？「私には無理」「今さら・・・」と自分自身を過少評価していませんか？

それはあなたに刷り込まれた無意識の思い込み。思い込みをはずし、自分らしさを取り戻しましょう！

【対象】テーマに関心のある人

【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、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）





## 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。

毎週 水・木曜日 10:00~15:30

※前日までに要予約

（1月3日（水）は休業のため予約不可）

※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！

※1月4日（木）の予約受付は電話のみ



保育あり

相談無料

## 社会保険労務士による

# 女性のための労働相談

職場でのさまざまなトラブルについて、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）

1月17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（1月11日までに要予約）

<次回の開催予定 2月21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。

### 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）

【相談日時】毎月第4月曜日 14:00~17:00  
（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

詳しくはホームページをご確認ください →



## ～男女共同参画推進専門員からのメッセージ～

令和6年、新春を迎えられ皆さま益々ご健勝のことと拝察申し上げます。

振り返りますと、世界的なコロナ感染の猛威に続いて、紛争・緊張が拡散した昨年でしたが、今年は穏やかな時代の到来となって欲しいと祈念せずにはおれません。

国内に目を向けると、これまでコロナ禍で購買行動を一時的に控えていた消費者需要が、ここへ来て一気に回復する現象（ペントアップ需要）が見られています。市内の企業や家計でも成長が期待できそうですね。

一方で、感染症の経験や人手不足の強まりによって出産・育児・介護等への対応も含め、多様で柔軟な働き方等を通じた仕事と生活の調和（ワーク・ライフ・バランス）がますます重要となっています。働きたい人が性別に関係なくその能力を十分に発揮できるような環境づくりにも繋がって欲しいものです。

加古川市男女共同参画センターでは、今年も企業様の女性活躍推進やワーク・ライフ・バランスの取組みを支援させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。（〇）

★年末年始休業のお知らせ★12月29日（金）～令和6年1月3日（水）は業務をお休みいたします。

## 講座の申込み・問合せ

令和6年1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

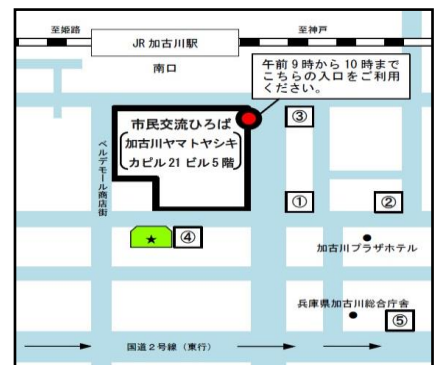
9時00分～17時30分

※祝日、年末年始、施設保守点検日を除く

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：「かこがわさんかくねっと」で検索



公式フェイスブック  
「かこがわさんかくねっと」



〇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

〇駐輪場は★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。