

令和3年度 男女共同参画センター企画講座

基本的な方向	講座名	目的/期待される効果	内容	対象	講師	回数	募集人数	事前受付	参加人数	うち男性	託児	開催日
I 学び	男女共同参画を推進するための意識づくり											
	①-6 男女共同参画月間の活用											
	長野市男女共同参画月間講演会 「女性の活躍が日本を救う！」	国で定める男女共同参画週間に合わせて、重点的に啓発活動を実施し、男女共同参画意識の向上を図る。		市内在住・在学の人	伊藤聡子 (事業創造大学院大学客員教授)	1	100	86	81	24	0	7月3日(土) 13:30-15:30
	【"あいとびあ"さんかくセミナー】 第1回<男女共同参画の基礎・第5次計画の概要> ～長野県内の多様な人材は活躍できているのか～ ダイバーシティの第一歩は男女共同参画		ZOOMを利用したパブリックビューイング	長野県内在住・在学の人 (男女問わず)	山極清子 (長野県男女共同参画審議会委員/ (株) wiwiv 代表取締役会長)	1	30	6	6	0	なし	7月17日(土) 13:30-15:00
	①男女共同参画意識の醸成 (メディアリテラシー/女性のエンパワーメント)											
	【あいとびあ共催事業】 「大人女子マンガから考える自分の生き方」講座 (リモートでの開催)	恋愛を描くだけの女性向けマンガの世界は時代によって変化し、今や新しい夫婦のカチや労働観などが描かれているものも多くなっている。社会の荒波にもまれながら懸命に「自分の生き方」と向き合い、仕事を通じて自己実現していく登場人物を通して、浸透しづらく固いイメージの男女共同参画を身近に考え、自らのエンパワーメントにつなげる。	ZOOMを利用したパブリックビューイング	長野県内在住・在学の人 (男女問わず)	トミヤマユキコ (ライター、東北芸術工科大学講師)	1	30	4	2	0	0	10月23日(土) 13:30~15:00
	④家庭における男女共同参画の意識づくり											
	出張！まちかど保健室 親世代のジェンダー感覚をアップデート	学生時代にジェンダー平等について習っていない大人を対象に、現代に求められるジェンダー感覚や、学校でのジェンダー教育を知り、子どもや若者世代とのジェンダー意識のギャップを埋めこむことを目的とする。		市内在住・在学の人	白澤章子 (川中島の保健室)	1	20	7	7	1	0	10月2日(土) 13:30-15:30
	女性はできて当たり前？ 「役割ストレス」から卒業する心も身体もラク家事講座	女性が周りの人や社会から担わされていたり、自分で無意識に課している役割や義務に気づき、役割に埋没せず自分らしく生きることを目指す。	ライフコーチングの手法を取り入れた講義とワーク	市内在住・在学の人 子育て世代の女性	藤澤聡子 (ラク家事ライフコーチ/ストレスケア@実践コーチ)	1	10	6	6	0	2	9月25日(土) 10:00-12:00
	祖父母世代のいまどき「孫育て」 ～じい・ばあばができること	核家族が普通になった現在、支援を必要としながらも子育てに悩む女性は多い。元氣な祖父母世代の力を活かし、社会全体での子育てを目指す。		市内在住・在学の人	横地容子 (産業カウンセラー/保育士)	1	20	11	10	0	0	9月30日(木) 10:00-12:00
あらゆる分野における男女共同参画の実践												
⑥働く場における男女共同参画の促進												
新人女性リーダーのためのリーダーシップ&マネジメント講座	リーダーシップやマネジメントについて学び、女性が職場において指導的立場で活躍できることを目指す。	講義とグループワーク	市内在住・在学の人 部下をもって1, 2年目の女性	霜島 光 (株式会社キャリアトラスティング代表取締役)	1	20	10	6	-	0	6月6日(日) 10:00-12:00	
「私は私、母は母」 母娘関係に活かすアサーション	職場で家庭で活かせる、女性が苦手な「さわやかな自己主張」の方法を習得する。	「母と娘の心理的距離について」 「伝えたいことを伝えるアサーショントレーニング」	市内在住・在学の人 母親との関係に悩む女性	安納吉野 (女性問題カウンセラー/登録講師)	-	12	12	中止	-	0	2月5日(土) 13:30~15:00	
						-	12	11	中止	-	0	2月19日(土) 13:30~15:00
⑦地域・社会活動における女性の参画の促進												
地域の未来を考える 女性リーダーフォローアップ講座	住民自治協議会で意思決定の場に参画する女性を育成する。	<基礎講座> 男女共同参画概論 女性リーダー講座概要 住自協について(地活課出前講座「7-2都市内分権」) <第1回全体会> 活躍している先輩の体験談を聞く <地区別講座>(全3回) ワークショップなど実践形式 <第2回全体会> 活動報告・交流会	住民自治協議会から推薦された女性とその知人	相談指導員 地域活動支援課長	1	20	13	10	-	0	7月31日(土) 13:30-15:40	
				安納吉野 (女性問題カウンセラー/登録講師)	-	50程度	13	中止	-	0	8月28日(土) 13:30-15:30	
				相談指導員	1	各20人	7	7	-	なし	10月~12月	
					-		11	9	-	なし		
安納吉野 (女性問題カウンセラー/登録講師)	-	50程度	中止	-	0	2月26日(土) 13:30-15:30						
⑧家庭における男性の参画の促進												
夫婦・カップルで描くマネー&ライフプラン	夫婦でカップルで、一緒に将来を見据えたマネープラン・ライフプランを考えることを通じ、家庭における男女共同参画の推進を図る。	家計管理や夫婦それぞれの働き方を見直し、家族の将来を見据え、それぞれが主体的にマネープラン・ライフプランを考える。	市内在住・在学の人	北村きよみ (AFP/ReRuCo代表)	-	10組 (20人) 一人での参加も可	1	中止	0	10月24日(日) 10:00-12:00		
⑩防災における男女共同参画の推進												
女性の目線で考える地域防災 ～大切な人の笑顔を守るために～	地域の防災に男女共同参画視点を取り入れることを目指す。防災を切り口に、地域での男女共同参画(女性参画)を進める。	台風19号での支援における問題や課題も踏まえ、女性目線での防災・減災に関する講演	市内在住・在学の人	塩沢裕己 (防災士/危機管理士)	1	80	41	39	4	0	11月6日(土) 13:30-15:00	
多様な働き方を実現するための仕事と生活の調和												
パパのためのベビーダンス&ママのための産後のいたわりヨガ	家庭生活をはじめとした「生活」と「仕事」の調和への理解と、実践を促すことを目的とする。	相談指導員より、ワーク・ライフ・バランスについて説明を行う。その後、2組に分かれ、父親はベビーダンスであやすことや寝かしつける機会をもち、母親は子どもから離れてヨガで産後の心身のケアをする。	市内在住・在学の人 4ヶ月から1歳までの子をもつ夫婦	山本美枝 (日本ベビータン協会認定インストラクター) Aki (日本ママヨガ協会認定ママとベビーのヨガ認定講師) 相談指導員	-	12組 36人	9組 26人	中止	0	9月5日(日) 10:00-12:00		
男女共同参画の視点に立った人権の尊重												
⑬配偶者等へのあらゆる暴力の根絶(3講座)												
パープルリボン・ジャズコンサート	女性の人権の尊重の啓発と、女性へのあらゆる暴力行為を許さない意識づくりを目指す。「(女性に対する暴力をなくす運動)の一環として実施」	世代、性別を問わず参加してもらえるジャズコンサートを通じて、暴力の根絶とパープルリボン運動の啓発を行う。	市内在住・在学の人	小布施由香 (Sx) 山極遥香 (Pf) 保科智幸 (G) 櫻井清隆 (Dr)	1	100	94	86	32	なし	11月19日(金) 19:00-20:00	
【あいとびあ主催講座サテライト】 DVと児童虐待	※女性に対する暴力をなくす運動/児童虐待防止月間の機関に合わせ開催	ZOOMを利用したパブリックビューイング	長野県内在住・在学の人 (男女問わず)	高祖常子 (子育てアドバイザー)	1	30	3	2	0	なし	11月27日(土) 午後	
職場のハラスメント対策講座 防止のための実務	令和元年6月に改正された労働施策総合推進法による「パワーハラスメント対策」の強化に伴い、事業所に向けて防止対策義務を周知する。	職場のハラスメントの定義や、事業主が講ずべき措置の具体的内容などについて	経営者、人事担当者、管理職など	西條宏美 (社会保険労務士)	1	30	24	22	7	なし	11月11日(木) 13:30-15:30	
⑮生涯を通じた女性の健康支援(2講座)												
【女性就業支援全国展開事業】 働く女性の健康支援 職場の取組について	女性が健康で働き続けるために事業所や労働者が知っておくべき女性の健康に関する知識や、法制度、職場環境について知る	・働く女性と健康 ・女性の健康の特性 ・女性に多い不調・病気 ・働く女性の妊娠・出産 ・働く職場の健康支援～職場の取組ほか	市内在住・在学の人 女性、及び事業所の人事労務管理担当者	(女性就業専門員に派遣を依頼)	1	40	11	9	1	0	12月上	
あなたに合ったストレスケアのポイントは	女性が心身共に健康で、自分らしく自身の力を発揮するため、セルフケアの重要性を理解する。	ものの考え方やコミュニケーションについての自分の傾向・他人の傾向を知り、それぞれに合ったストレスの対処方法を知る。	市内在住・在学の人	相談指導員	1	12	9	8	-	0	5月15日(土) 10:00-12:00	
					16	542	343	310	69	2		