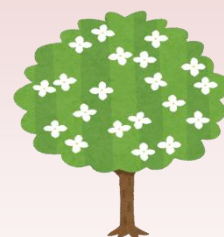


酒田市男女共同参画推進センター

No.86

# ウィズ・レター



目次 ▼男女共同参画 登録団体・サポーター募集▼H28 ウィズ講座報告・参加者の声

▼山形県男女共同参画センターチェリアよりチェリア塾のお知らせ▼平成29年度スタッフ紹介

## 男女共同参画 登録団体企画講座募集

ウィズでは、登録団体の自主企画講座を募集しています。誰もが自分らしく輝いて生きていける社会、誰にとっても暮らしやすいまちづくりに役立つ等、男女共同参画の視点を取り入れた講座やイベントを一緒に開催しませんか。

◎応募方法 講座企画書等に必要事項を記入の上、郵送、Eメール、ファックス  
または持参で男女共同参画推進センターへお申込みください。

※講座企画書のデータが必要な場合はご連絡ください。

◎募集期間 平成29年5月1日（月）～平成30年1月12日（金）

※平成29年度中に開催できる事業が対象となります。

◎募集团体 1団体

 是非ご相談下さい



過去の  
企画例

『身体にお障がいを持つ方（小児・成人）の家庭での生活を考える

～身体機能の維持・改善を目標に～』

『あそびヨーガ ～からだに優しいおやつ付き～』

『心と体をほぐしましょう』

『DVに対する理解と対応 ～DVと子ども虐待を同時に考える～』

『めざせ！料理男子&女子 ～だしをつかった料理～』 など

### 登録団体・サポーターを随時募集しています

《登録団体》

対象 酒田市内で活動を行う団体・グループまたは法人（営利、宗教的または政治的な団体を除く）

特典 ・男女共同参画に関する各種情報をお知らせします。

・自主企画事業を委託事業として実施できます。

・交流ひろば利用特典があります。

《サポーター》 現在9名のサポーターが活動しています。

対象 男女共同参画の推進に関心・意欲のある方（個人・団体・性別を問いません）

内容 年数回、講座の企画・運営への参加等

特典 男女共同参画に関する各種情報をお知らせします

# 平成28年度 事業報告「参加者の声」特集

平成29年度もウィズでは楽しく男女共同参画を学べる講座を予定しています。  
みなさまの参加をお待ちしております。

7/3

## 『身体に障がいを持つ方（小児・成人） の家庭での生活を考える』

～身体機能の維持・改善を目標に～

講師：伊藤 聖 氏

【内容】障がい者に負担のかからないリハビリの仕方を学んだ。障がいは個性。毎日をつらいと考えながら生活しても、楽しく生活しても、等しく時間は過ぎる。悩みを吐きだして、ポジティブな表現に変えよう。気を持ちようで生活は変わる。

☆話を聞けば聞くほど奥深くすごく勉強になった。今まで表面的なことしか見てみませんでしたが、今日の話を理解しながら子どもと接するだけで、良い方に変わっていきける気がした。

7/23

## 『家族で楽しむ！アート体験』

～オリジナルマグカップ製作～

講師：阿蘇 淳一 氏

【内容】マグカップにマジックで文字や絵を書く。⇒書いた所をルーターで削る。⇒削った所をボスカで色塗りする。⇒ペーパータオルで拭き取る。⇒文字・絵が浮き立ち完成。

☆とても親しみやすい先生で、子ども達が楽しく製作できてよかった。

☆参加者全員から「楽しかった！」と大好評だった。

☆高学年の子は、親の手も借りずに完成に大満足。

☆終了後、「もう2時間くらいやりたい」という声もあった。

9月

## 『ステキな二人でいるために』

～デートDVのない恋をしよう～

講師：伊藤 眞知子 氏

9/1 酒田西高等学校共催

9/2 酒田南高等学校共催

9/16 酒田調理師専門学校共催

【内容】学生へのデートDVの知識と防止を目的とした啓発

☆開催学校からお礼の言葉

デートDVについての知識や現状など、どういふことが起きているのか、これから社会人になり結婚というステップに入る上で、生徒にとって大変価値のある講話だった。

10/15

## 『整理&片づけ講座』

講師：奈良崎 由美子 氏

【内容】脳タイプを知って、自分に適した片づけ方を見つける。4種類の脳タイプ別手法を実行すると、ストレスなく心地よく暮らせる。時々の見直しが大事。

☆物は意外と必要ないんだなあ。今日から始める。

☆家に帰ったら早速服をひっぱりだして着てみようと思う。（仕分けします）

☆ただ収納整理するだけでなく、新たな世界をすることができた。また先生の講座を受けたい。

11/2

## 庄内地域男女共同参画講座 『働くことは生きること』

～逆境が人を育てる～

講師：中園 ミホ 氏

【内容】逆境の中でも、もがき続けていると何か違うものが見えてくる。」というご自身の経験や、ヒットドラマの脚本製作の陰には、取材から得た女性たちの生の声があるなど、苦労話や裏話を披露した。（2018年NHK大河ドラマ「西郷どん」の脚本を執筆される関係から、講演前に酒田市にある南州神社を訪れ取材した。）

☆働く女性として元気・勇気をもらった。共感できるところがたくさんあった。☆これからの社会で、女性が働くために何が必要か、改めて考える機会になった。

2/25

## 『ペップトーク』

～やる気を引き出す言葉の力～

講師：小野 弘志 氏

【内容】ペップトーク（元気・活気・勇気を与えるトーク術）を通して、自分だけでなく相手もその気にさせる魔法の言葉がけを学ぶ。・自己承認（自分を大切にすること。自分を受け入れて、まずは自分自身を勇気づけよう。）★自分を大切にすると→自分に余裕ができる→家族・仲間・社会を大切にすることができる。

☆人を勇気づける言葉をかけられるようになるには、自分を承認して受け入れる事が一番大事なのだと思わされた。☆講習を聞くだけでなく、参加した人との関わりで、考えさせられ、知ることができて良かった。子どもや友達にも聞かせたいと思った。

## 『ペップトーク ～やる気を引き出す言葉の力～』

2月25日開催 講師：小野弘志氏（ファミリー・カイロプラクティック院長）

ペップトーク（元気・活気・勇気を与えるトーク術）を通して、自分だけでなく相手もその気にさせる魔法の言葉を学び、パートナーに家事・育児への積極参加を促すことで、女性が働きやすい環境づくりの一助とする事を目的とし、小野弘志氏を講師にお迎えし開催しました。

「Pep Talk」とは、スポーツ選手を励ますのに指導者やリーダーが試合前に使う短いプラスの言葉。アメリカンフットボールの日本一を決める時、立命館大学の監督が発した45秒のビデオを例に上げた。（松下電工と対戦直前）

相手をマスコミが強いと言っているだけだ（〇〇が弱いとは言わない）  
事実を受け入れる → 世紀の一戦だ 捉え方を変える  
→ おまえの方が上だ してほしい変換 → 背中の一押し ※後ろ向きな言葉はいっさい言わない。

### ◆本日のテーマ：承認

セルフペップトーク＝自分自身に対してのペップトーク

- ・承認動作（拍手・笑顔・うなずく・微笑む）
- ・自己承認（自分を大切にす。自分を受け入れて、まずは自分自身を勇気づけよう。）

★自分を大切にすると→自分に余裕ができる→家族・仲間・社会を大切にすることができる。

### ◆体験・ワーク

- ①1分間で、自分の魅力を書き出す。（自己承認）
- ②5人グループになり、それぞれが1人に対して順番に第一印象を出し合う。
- ③3分間で自分のストーリーを考える。
- ④5人グループになり、各々が自分のストーリーを1分で発表する。（自己開示）

★自分の言ったことの内3%（氷山の一角）は自分で気づいているが、水面下にある本当の自分には気づいていない。（人から言われたことに対して、「私ってこんな良いところあるんだ。生きていて良かった。」と感じると、自分のことが好きになる。⇒他人受け入れることができる。）

※思いがけない良い言葉をいただき、感激して涙ぐむ参加者もいました。

### ◆人の良いところを見つけよう

- ・人間には欠点を見つける習性がある。欠けているところではなく、その人の持っている良いところを見つけよう。⇒ 見方を変えると見え方が変わる。

※参加者全員から「とても参考になった。楽しかった。」と大好評でした。またアンケート感想欄には「人を勇気づけられる言葉をかけられるようになるには、自分を承認して受け入れる事が一番大事なのだと気づかされた。」「講習を聞くだけでなく、参加した人との関わりで、考えさせられ知ることができて良かった。子どもや友達にも聞かせたいと思った。」など多数の感謝の声が寄せられ、充実した講座を開催することができました。



山形県男女共同参画センター チェリアより 女性の人材育成事業のお知らせ

平成29年度 **チェリア塾 基本コースin村山**

企業や地域において、男女共同参画を推進するキーパーソンを育成するとともに、そのネットワーク化を目的として開催します。自分力を伸ばしたい、思いをうまく伝えたい、ともに考える仲間がほしい、暮らしやすい地域にしたい。そんな女性の「思い」を形にする講座です。（平成30年度は庄内で開催予定です）

- 対象：男女共同参画を学びたい、またはその推進にむけて行動したい女性25名（先着）
- 受講料：3,000円（全5回）宿泊研修時の宿泊費食事代は受講者負担（10,000円前後）
- 会場：遊学館2階学習室（山形市緑町1-2-36） ■宿泊研修会場：あこや会館（山形市松波2-8-1）
- 託児：無料託児あり要申込・先着順（1歳児～未就学児）
- 申込・問い合わせ先：山形県男女共同参画センターチェリア ■締切：6月3日（土）

山形市緑町1-2-36 Tel：023-629-7751 Fax:023-629-7752 E-mail:kikaku@yamagata-cheria.org

第1回 6月10日（土）10:00～15:00 講師：東北学院大学名誉教授 遠藤恵子氏

『一歩動き出すために～私たちは何にモヤモヤしているんだろう？～』

第2回 7月8日（土）10:00～15:00 講師：有限会社ティップス取締役社長 尾形恵子氏

『キャリアデザイン～自分にできること・したいこと・やらなければならないこと～』

第3回 8月5日（土）10:00～15:00 講師：山形県男女共同参画センター館長 高木直氏

『山形の女性よ、ガラスの天井を打ち破れ！』

第4回 9月2日（土）10:00～17:00 3日（日）9:00～15:00 **宿泊研修**

講師：オフィス「想」ネットワーク代表中野満知子氏

『対等な人間関係を育もう～心通うコミュニケーションで変わる関係』

第5回 9月30日（土）10:00～15:00 講師：一般社団法人とちぎ市民協働研究会代表理事 廣瀬隆人氏

『ふりかえりと次のステップへの踏み出し～そして私はどうなるのか～』

**平成29年度スタッフ紹介**

**今年度もよろしく  
お願いします**

まちづくり推進課市民交流推進主幹

ひんもち 鈕持 ゆき

まちづくり推進課市民交流推進主査

いけだ しげる  
池田 滋

まちづくり推進課男女共同参画推進員

こうへい てるこ  
公平 輝子

酒田市男女共同参画推進センター **ウィズ**

開館 月～土 / 9:00～22:00、日・祝 / 9:00～17:00

相談 月～金 / 9:00～16:00

〒998-0044 酒田市中町三丁目4-5 交流ひろば内

Tel / 0234 (26) 5616 Fax / 0234 (26) 5617

E-mail / [with@city.sakata.lg.jp](mailto:with@city.sakata.lg.jp)

