

酒田市男女共同参画推進センター

No.93

ウィズ・レター



目次 ▼ウィズ講座受講者募集▼男女共同参画週間のお知らせ▼【特集】平成30年度「チェリ
ア塾基本コース in 庄内」に酒田市から参加した方の声▼出前講座の実施状況

開催します！

男女共同参画週間に合わせて「ウィズ講座」と「パネル展」を開催します。皆様のご参加をお待ちしております。

ウィズ講座

庄内初

『体も心も元気になる！丹田呼吸法』 & 『あの有名な一家に学ぶワーク・ライフ・バランス』

◎ 開催日：2019年6月29日（土）午後1時30分～4時

◎ 会場：酒田市交流ひろば 2F 研修室・交流室（酒田市中町3丁目4-5）

◎ 内容：Ⅰ部「体も心も元気になる！丹田呼吸法」

※いつでもどこでも自分でできる丹田呼吸法の基礎を学びます。

講師 日本丹田呼吸法セラピー協会認定

丹田呼吸法セラピストマスター 斎藤 みつえ 氏



ティータイム（10分）

Ⅱ部「あの有名な一家に学ぶワーク・ライフ・バランス」

※講話とワークで楽しく学べる講座です。

講師 山形県男女共同参画推進員 村山 恵美子 氏

有川 富二子 氏

◎ 対象：働き盛りの方どなたでも

◎ 定員：20名 ◎ 託児あり：定員3人・満1歳から就学前・1人500円

★ 参加申込：市男女共同参画推進センター・ウィズへ（電話・FAX・メール）

Tel 0234-26-5616・Fax 0234-26-5617・メール with@city.sakata.lg.jp

参加
無料

令和元年度 男女共同参画週間 6/23(日)～29(土)



パネル展を開催します！

交流ひろばエントランスホールにて、男女共同参画パネル展を開催します。

ぜひ、お越しください。

- 男女共同参画早わかり
- 女子差別撤廃条約

山形県男女共同参画センターチェリア主催「チェリア塾基本コースin庄内」に参加しました!

山形県男女共同参画センターチェリアが主催する「チェリア塾基本コースin庄内」は、男女共同参画を学びたい、またはその推進に向けて行動したい女性を対象に、平成30年5月26日から5回連続講座として三川町公民館を主会場に開催されました。参加者22名のうち酒田市から参加しました5名の皆さんの声を特集しましたので、ご紹介します。

平成30年度「基本コースin庄内」開催の内容

- 第1回(5月26日)** 「わたしたちは今どこにいるの?~女性活躍の風を受けて~」
 ■講師:東北公益文科大学教授・大学院公益学研究科長 伊藤 真知子氏
- 第2回(6月23日)** 「キャリアデザイン~自分にできること・やらなければならないこと~」
 ■講師:有限会社ティップス取締役社長 尾形 恵子氏
- 第3回(7月28日)** 「ロジカルシンキング~課題の考え方、取り組み方を身につけよう~」
 ■講師:会津大学短期大学部産業情報学科准教授 青木 孝弘氏
- 第4回(9月1日~2日)** 「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~」
 ■講師:オフィス「想」ネットワーク代表 中野 満知子氏
- 第5回(9月29日)** 「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~」
 ■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

~ 「チェリア塾基本コースin庄内」に参加して ~

「“心豊かに生活できる街づくり”
に携わっていきたい」

金子 真実

仕事と子育て中心の毎日。日々があっという間に過ぎて、ライフステージに合わせた働き方や、自分軸をもった生き方に興味をもちました。チェリア塾で「ワーク・ライフ・バランス」「キャリアデザイン」「多様性」等を学び、自分の気持ちを整理する貴重な機会をいただきました。

今後も更に学びを深め、自然体の自分で笑顔で生きていきたいです。また、男女共同参画を伝えることで、心豊かに生活できる街づくりに携わっていきたいです。

「後押しをしてくれた
チェリア塾で得た知識と仲間」

後藤 麻子

今回、参加するにあたり、始めは緊張していました。しかし回を重ねる毎に他の方々とやりとりをする中で、徐々に緊張がほぐれ楽しく学ぶことができました。特に印象に残っている事は、多様性を認める大切さ、自分から発信する事が周りを変化させる事につながるということでした。

受講後、私はあるボランティアに応募しました。チェリア塾で得た知識、そして一緒に学んだ仲間がいることが後押しをしてくれた、と感じています。

出前講座 「人生 100 年時代。生き方暮らし方再発見！」 実施中

今年度も出前講座を実施中です。4 月に開催しました 2 グループの皆さまを紹介します。昨年に引き続き、ワークを通して、いろいろな違いを認め合い、お互いに尊重する大切さ、固定的な性別役割分担意識について学び、無意識に持っている「固定的な考え方」への気づきにつながりました。

ワーク① 自分ってどんな自分なんだろう！（自分の中の「女らしさ」「男らしさ」）

ワーク② わが家のワーク・ライフ・バランス（家庭内の役割分担を考えよう）

4/17

八森うきうきサロン
会場：市条一区公民館



4/19

広野上通常盤会
会場：広野上通自治会館



参加者の声(アンケートから)

- ・自分に適した話だった。(70 代女性)
- ・毎日の生活に勉強になりました。(80 代女性)
- ・家事にもう少し協力していこうと思います。(70 代男性)
- ・自分を見出す手助けができました。参考にします。(70 代女性)
- ・人として人間として助け合っていきたいものです。(60 代女性)
- ・分かりやすい説明で、最後まで楽しく過ごすことができました。(70 代女性)
- ・大勢の中に出て何かすることがないので、今日はとても楽しかったです。いつもと違うことができることが大変良かった。(60 代女性)



編集後記

本号には、平成 30 年度「チェリア塾基本コース in 庄内」に酒田市から参加した方の声を特集しました。快くお引き受けいただきました皆様、誠にありがとうございました。参加者それぞれの思いや意気込みがうかがえ、改めてチェリア塾の素晴らしさを感じました。参加されました皆さまの、今後ますますのご活躍が、とても楽しみです。(公平)

酒田市地域創生部 地域共生課 男女共同参画係

男女共同参画推進センター **ウィス**

開館 月～土：9:00～22:00、

日・祝：9:00～17:00

相談 月～金（祝日除く）：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

