

千葉市男女共同参画センターは男女が社会的に対等な関係を築き、責任を分かち合う「男女共同参画社会」形成のための拠点施設です。

2021. 8月 - 10月

女性のためのエンパワーメント講座 ～迷いをプラスに変える思考法～

8/28 (土) 14:00 ~ 15:30

仕事や日々の暮らしの中で、「一歩前に踏み出したい。」「これからの方向性を整理したい。」など解決策や方法がわからないまま何となく生活している。そのような状態から抜け出すには？自分の意識をちょっとでも「プラス」に変えられると、ぐんとこれからの人生や仕事の充実度を上げることができます。「自分らしく働き、自分らしく生きる」ためのヒントを学んでみませんか。



桑田 真理子さん

- 講師：1級キャリアコンサルティング技能士、産業カウンセラー
桑田 真理子さん
- 会場：千葉市生涯学習センター 大研修室 (中央区弁天3-7-7)
- 対象：職業を持つ市内在住、在勤の女性
- 定員：30人
- 託児：あり
- 申込方法：事前申込 (先着順)
- 共催：千葉市生涯学習センター
- 協力：女性就業支援全国展開事業



リプロダクティブ・ヘルス/ライツ講座 子どもを性被害から守る ～子どもを被害者にも加害者にもしないために、大人が知っておきたいこと

10/16 (土) 10:30 ~ 12:00

最近、子どもの性被害について頻りに報道されていますが、子どもは、被害にあっているとの認識ができなかったり、大人に伝えることが難しかったりするため、ダメージが大きくなる危険性があります。被害を未然に防ぐためには、身を守るための知識を、幼少期から大学生まで、発達に応じて繰り返し伝えることが効果的です。子どもたちを守るために、プライベートゾーン、SNSの問題など最新の予防教育を学びます。



小笠原 和美さん

- 講師：慶応義塾大学総合政策学部教授
警察庁長官官房付
小笠原 和美さん
- 会場：蘇我コミュニティーセンター ハーモニープラザ分館
講習室3・4 (中央区千葉寺町1208-2)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：30人 ● 託児：あり
- 申込方法：事前申込 (先着順)



子育て応援プログラム もっと一緒に!父子で体を動かそう

8/21 (土) 14:00 ~ 15:30

お父さんも子育てに取り組むことは重要です。子どもと一緒に音楽に合わせた手遊びやダンスのステップを踏むなど、家庭でも出来る簡単な遊びを取り入れて、子どもとふれあい、子どもと一緒に時間を楽しみませんか。

- 講師：ダンサー
DANCE ASOBU CREW 主宰
長瀬 陽子さん
- 会場：千葉市美術館 5階 ワークショップルーム
(中央区中央3-10-8)
- 対象：市内在住・在勤・在学の
子ども(5歳から小学3年生)と父親
- 定員：親子10組
- 持ち物：動きやすい服装、
飲み物、タオル
- 託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



長瀬 陽子さん



女性のための起業フォローアップ講座 法律を知ってスタート!“はじめてのネットショップ”

9/4 (土) 13:30 ~ 15:15

ネットショップ開業希望者を応援!すでに起業した女性、これから始めたい女性を対象に、購買者・会社員思考から、経営者思考に切り替えるポイントをレクチャー。SNS広告の注意点、ネット販売の必須知識(特定商取引法)や、クレーム・未払い等のトラブル発生時に知っておきたい法律など正しい知識を身に付けます。トラブル回避のコツをわかりやすくレクチャー。

- 講師：経営コンサルタント
山崎 梨紗さん
- 会場：千葉市文化センター 9階
会議室2・3
(中央区中央2-5-1)
- 対象：市内在住・在勤の女性
起業している・または起業に
興味のある女性
- 定員：15人
- 託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



山崎 梨紗さん



〈女性活躍〉しごと応援ゼミ 仕事の効率をアップしたい!タイムマネジメントのコツとは

9/15 (水) 18:30 ~ 20:00



もっと効率よく仕事を進めることが出来たら、
と思うことはありませんか。

タイムマネジメントはワークライフバランス実現の決め手にもなります。仕事を進める手順や優先順位の付け方など、スケジュールを立てる際のポイントを学び、計画的に仕事を進める術を身に付けましょう。また、仕事や会議、情報発信時に注意すべきことについても知っておくことで、時間のムダを削減し、効率アップを目指しましょう。

- 講師：株式会社平井彩子事務所 代表取締役
中小企業診断士
平井 彩子さん
- 会場：千葉市生涯学習センター 研修室3
(中央区弁天3-7-7)
- 対象：市内在住・在勤・在学の女性
- 定員：12人
- 申込方法：事前申込(先着順)
- 共催：千葉市生涯学習センター



平井 彩子さん

※新型コロナウイルス感染症対策により、オンラインに変更する場合があります。

申込方法



事前・先着・抽選

電話、メール、窓口でお申し込みください。

- ①講座名
- ②参加者の氏名(ふりがな)
- ③郵便番号
- ④住所
- ⑤年齢
- ⑥電話番号
- ⑦託児希望の方は申込の際にお申し出ください。

託児申込は開催日の2週間前までです。なお託児希望の方には、別途記入書類書類や持ち物などをお知らせします。
注意:「公民館共催事業」については、各講座案内欄の
申込方法をご確認下さい。

電話 043-209-8771

メール sankaku@f-cp.jp

※sankaku@f-cp.jpからのメールを受け取れるように設定してください。



チケット

電話(043-209-8771)でご予約いただき、講座当日にお支払いください。

キャンセルの場合は必ずご連絡をお願いします。

※対象は原則千葉市在住・在勤・在学の方です。

家庭生活における参画・現代的課題講座
家族で知る介護保険・サービスの基礎知識!

8/25 (水) 10:00 ~ 11:30

地域で頼りになるあんしんケアセンターから講師を招き、介護についての基礎知識を知る講座です。

「いつか」は「誰でも」が直面する身近な人の介護。

「いつか」「誰でも」なら「今から」「みんなで」準備を始めましょう。

- 講師：あんしんケアセンター磯辺 職員
- 会場：磯辺公民館 2F 講堂 (美浜区磯辺1-48-1)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方 ●定員：20人
- 申込方法：磯辺公民館 (278-0033) 8/2 (月) 9:00 ~ 電話・窓口で受付。男女共同参画センターは8/3 (火) より申込受付 事前申込 (先着順)
- 共催：磯辺公民館

デートDV予防講座
デートDVから子どもを守るために
~保護者や地域はどう気付き、どう対応すればよいか

9/11 (土) 14:00 ~ 15:30

デートDVという言葉を知っていますか?

大人の想像以上に、多くの低年齢のお子さんの周りにも暴力は身近に存在します。「デートDVとは?」「デートDVに巻き込まれていることに気づくには?」「気づいたら、どんな対応をする?」保護者と地域の皆さんで、デートDVから子どもを守りましょう。

- 講師：NPO法人レジリエンス 栄田 千春さん
- 会場：末広公民館 講堂 (中央区末広3-2-2)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：20人 ●託児：あり
- 申込方法：末広公民館の電話 (264-1842) かまたは窓口へ事前申込 (先着順)
- 共催：末広公民館

LGBT講座
~LGBTを“もっと”知る講座

9/26 (日) 10:00 ~ 11:30

最近よく見かける「LGBT」という言葉。見たことはあるけれど、意味はあんまり……という方も少なくありません。この機会に“もっと”知って、誰もが“個人”として尊重され、安心して充実した生活を送ることが出来るよう、理解を深めましょう。

- 講師：レインボー千葉の会
- 会場：高浜公民館 講堂 (美浜区高浜1-8-3)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：15人
- 申込方法：高浜公民館への電話 (248-7500) か窓口へ事前申込 (先着順)
- 共催：高浜公民館



家庭生活における参画・現代的課題講座
家族と話そう 漢方だけじゃない“和漢診療”のコト

9/26 (日) 10:00 ~ 11:30

家庭生活を営むにあたり、家族の健康は大前提でありながら、見過ごされがちなテーマです。〔コロナ〕禍を転じて福となすために、今こそ健康について自分と家族のために学びませんか?今回は、日本という風土に根付き発展してきた医療、“和漢診療”について市内でクリニックを開設する医師がわかりやすくお話しします。漢方だけでなく、免疫力向上も得意分野な“和漢診療”を知り、医療の選択肢を増やしましょう。

- 講師：らいむらクリニック
院長 来村 昌紀さん
- 会場：千城台公民館 2階 ホール
(若葉区千城台西2-1-1)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：20人
- 託児：あり
- 申込方法：9/1 (水) 9:00より
男女共同参画センター・
千城台公民館 (237-1400) へ
事前申込 (先着順)
- 共催：千城台公民館



来村 昌紀さん



DV被害者支援講座
暴力を許さない地域づくりのためのDV基礎知識
~DVの基礎知識を学んでみませんか~

10/2 (土) 14:00 ~ 15:30

DV (ドメスティック・バイオレンス) は「配偶者や親密な関係にある、またはあった者から振るわれる暴力」です。DVについての正しい知識がないと、大切なパートナーを傷つけていることや、大切な友人からのSOSに気づかないこともあります。より良い人間関係を築くため「DVとは?」について、基礎知識を学んでみませんか。

- 講師：公認心理師/DV・虐待予防研究会 代表
山中 多民子さん
- 会場：おゆみ野公民館 2階 多目的室
(緑区おゆみ野中央2-7-6)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：10人
- 託児：あり
- 申込方法：男女共同参画センターへ
事前申込 (抽選)
申込締切は9/21 (火) まで



山中 多民子さん

※おゆみ野公民館への電話 (293-1520) または窓口での申し込みも可能です。

- 共催：おゆみ野公民館



自主事業 たたいて!ならして! 空きかんミュージック♪

TICKET

TICKET

8/28 (土) 10:00 ~ 12:00

おうちじかに、身近な素材で楽器をつくってみませんか？
空きかんをたく強さや場所をかえると音もかわる仕組みを利用して、楽器をつくり、みんなで演奏してみましょ。
作品はもちかえって、おうちでもおたのしみいただけます。



伊澤 陽一さん



持ってくるスチール缶のイメージ

- 講師：スチールパン奏者
WAIWAI STEEL BAND 主宰
伊澤 陽一さん
- 会場：蘇我コミュニティセンター
ハーモニープラザ分館2階 創作室
(中央区千葉寺町1208-2)
- 対象：小学生とその保護者1人ずつ
- 定員：6組
- 持ち物：スチール缶5個、エプロン、
軍手または作業手袋(安全のため)
- 申込方法：事前申込 7/1(木) ~
(チケット購入は当日)
- 受講料：2,000円(1組)



演奏動画は
こちら

情報展示コーナー



7/30(金)~9/1(水)
女性が働き続ける
ということ

9/10(金)~10/20(水)
「理系×女性」(仮)

情報資料センター

情報資料センターは千葉市男女共同参画センターの資料室です。男女共同参画社会形成の促進に関する幅広い資料や情報を収集し、提供しています。



情報資料
センターの
ホームページは
こちらから



千葉市男女共同参画センター

発行 < 指定管理者 > 公益財団法人千葉市文化振興財団
(ハーモニープラザ管理運営共同事業体構成団体)

〒260-0844

千葉市中央区千葉寺町1208番2 千葉市ハーモニープラザ内A棟

TEL. 043-209-8771

FAX. 043-209-8776 E-mail: sankaku@f-cp.jp

HP: <https://www.chp.or.jp/danjo/>

休館日/月曜日、祝日、年末年始



講座に参加される皆さまへ

- (1) 来館前には体温測定、受講の際には必ずマスク着用をお願いします。また会場における新型コロナウイルス感染症対策にご協力ください。
- (2) 受講者本人及び家族など、周囲に風邪症状のある場合や新型コロナウイルス感染症とされた方との濃厚接触がある場合には、参加をお控えください。

< 個人情報の取扱いについて >

講座・イベントに参加される方の氏名や連絡先は必要に応じて保健所等の公的機関に提供することがあります。