



# KOUZA NEWS

2020.12月-2021.2月

千葉県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。

## さんかくシネマ

### 「Clean (クリーン)」

日時: 12月20日(日)  
13:30~15:30  
会場: 千葉県男女共同参画センター  
2階 セミナールーム  
定員: 15人 事前申込(先着順)  
オリヴィエ・アサイヤス監督/2004年/  
フランス・イギリス・カナダ合作/111分

### 「ケアニン~あなたでよかった~」



日時: 1月17日(日)  
13:30~15:15  
会場: 千葉県男女共同参画センター  
2階 セミナールーム  
定員: 15人 事前申込(先着順)  
鈴木浩介監督/2017年/日本/105分

©Library Contents Service株式会社

## 出張講座のご案内

参画センターでは、事業所や学校、団体・地域等を対象に、セクハラ防止やワーク・ライフ・バランス、DV、デートDV、など、男女共同参画に関する出張講座を行っています。

<場所>千葉県内 <費用>無料

\*お気軽にお問い合わせください。なお、実施の際には、新型コロナウイルス感染リスク低減対策へのご協力をお願いします。  
千葉県男女共同参画センター TEL 043-209-8771 E-mail sankaku@f-cp.jp



公民館での講座の様子

## 情報展示コーナー



12/3(木)~12/26(土)  
~千葉県男女共同参画週間特集展示~  
ステイホームを機に考えよう、家族の家事分担

1/12(火)~2/17(水)  
大人になる前に知っておきたい、  
わたしのからだところのこと

## 情報資料センター・男女共同参画センター総合受付



情報資料センターは千葉県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中に男女共同参画センターの総合受付があり、講座申込受付、チケット販売、情報資料センター利用者カードの発行等を行っています。

## 千葉県男女共同参画センター

〒260-0844 千葉県中央区千葉寺町1208番地2 千葉県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 <http://www.chp.or.jp/danjo/>

休館日/月曜日、祝日、年末年始



Twitter  
始めました



指定管理者

公益財団法人千葉県文化振興財団  
(ハーモニープラザ管理運営共同事業体構成団体)

## 男女共同参画週間事業

12/12(土)14:00~15:30

令和2年度 ちば男女・みらいフォーラム  
災害から命を守る!家族を守る!~私たちの行動力~

阪神・淡路大震災以来、家族を守る防災について活動してきた講師の経験から、自助防災の必要性や子どもと避難する際の環境整備など、男女共同参画の視点を踏まえて防災に必要なことを学びます。

- 講師: アウトドア防災ガイド あんどう りすさん
- 会場: 蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館3階  
ハーモニーホール(ハーモニープラザ内)
- 定員: 50人 ●託児: あり ●対象: 市内在住・在勤・在学の方
- 申込方法: 事前申込(先着順)



※全ての催し物は、新型コロナウイルスの影響により、変更や中止・延期となる場合があります。

## 男女共同参画週間／フォーラムウィークつながり事業

12/10(木)14:00～15:30

### 男女共同参画市民企画講座 小さい頃から考えたい“豊かな生と性” 教育におけるジェンダーと暴力

ジェンダーや暴力、性的マイノリティの理解に関する学習は不足しており、学校での性教育やいのちを大切に育む姿勢で臨んでいる親や子育て支援者に、ジェンダー・暴力の情報提供をし、“豊かな生と性”を育む視点について考える時間になりたいと思います。

- 企画・運営：一般社団法人 千葉市助産師会
- 講師：助産師 川島 広江さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階セミナールーム
- 定員：20人 ●託児：あり ●対象：千葉市在住・在勤・在学の方
- 申込方法：千葉市助産師会HPのメールフォームから事前申込(先着順)
- お問合せ：info@chibasi-mw.net

12/6(日)14:00～15:30

### こころの健康講座 コロナストレスを乗り切るこころの処方箋

新型コロナウイルスの影響による社会の様々な変化の中で、漠然とした不安やストレスを感じている人は多いのではないのでしょうか。こんな時こそ大切なのは問題に向き合う『こころの持ち方』です。この講座で、疲れた心のメンテナンス法を学びましょう。

- 講師：精神科医・千葉県警察本部産業医 井貫 正彦さん
- 会場：土気公民館 講堂(千葉市緑区土気町1631-7)
- 共催：土気公民館 ●定員：15人
- 対象：千葉市在住・在勤・在学の成人
- 申込方法：事前申込(先着順)

12/12(土)10:00～11:30

### 相談室連携講座 アサーティブコミュニケーション講座～自分のキモチの伝え方～

「言いたいことが上手く伝わらない」といった悩みを抱えていませんか？相手も自分も大切にしながらスムーズに自分の気持ちを伝えられるコミュニケーション方法を一緒に学びましょう。

- 講師：ハーモニー相談室相談員
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階セミナールーム
- 定員：8人 ●託児：あり ●対象：千葉市在住・在勤・在学の女性
- 申込方法：事前申込(先着順)

### 市民団体活動資料展示

12/8(火)～12/13(日)

- 展示タイトル：「あなたは大切なひとです」
- 展示場所：千葉市男女共同参画センター 1階
- 団体：NPO法人 ウィメンズ・ウィングちば
- 活動内容：男女共同参画社会の実現を目指し、暴力のない誰もがその人らしく生きられる社会を目指して活動。

12/13(日)13:30～15:00

### 男女共同参画市民企画講座 若年女性を取り巻く現状 ～私たちにできること～

ネットに居場所を求める若年女性の姿が近年クローズアップされており、未だに公的支援に繋がれない、制度にたどり着けない女の子たちが、身近な人に悩みや本音を言うことができず、事件の被害者となるケースも多い中、居場所をなくした若年女性たちの支援をどのようにしていけばいいのか、現状とこれからの具体的な支援について共に考えましょう。

- 企画・運営：ちば女性会議 ●講師：弁護士 中溝 明子さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階セミナールーム
- 定員：20人 ●対象：千葉市在住・在勤・在学の方
- 託児：あり ●申込方法：事前申込(先着順)
- お問合せ及び申込先：メール terukuro1951@gmail.com

12/13(日)14:00～15:30

### LGBT講座Ⅱ LGBTを“もっと”知る講座

最近よく見かける「LGBT」という言葉。なんとなく知っている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の皆さん
- 会場：高洲コミュニティセンター 講習室1  
(千葉市美浜区高洲3-12-1)
- 定員：15人 ●対象：千葉市在住・在勤・在学の方
- 申込方法：事前申込(先着順)

12/9(水)19:00～20:00

### イスde簡単エクササイズ

イスは座っているだけなんでもったいない！使い方を少し工夫するだけで効果的なエクササイズができます。足腰に負担をかけずに運動でき、猫背姿勢の改善にも繋がります。おうち時間が増えた今、手軽に運動不足を解消しましょう。

- 講師：パーソナルトレーナー 平 直樹さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階 セミナールーム
- 定員：15人
- 対象：市内在住・在勤・在学の女性
- 受講料：1,000円
- 持ち物：フェイスタオル
- 申込方法：チケット購入(発売中)



2/6(土)13:30～14:20 小学1～2年生対象

2/6(土)14:50～15:50 小学3～6年生対象

### 子どものための健康セミナー 「イライラしないで伝えよう！ 小学生のためのアンガーマネジメント」

コロナ禍で以前より子どもたちの不安やストレスは溜まっていますか？

子どもたちに、自分の気持ちを見つめ“イライラ”“怒り”などの感情をコントロールすることや、相手の気持ちを尊重するコミュニケーションの重要性を伝えましょう。

- 講師：アンガーマネジメントキッズインストラクタートレーナー 菅野 昭子さん
- 会場：千葉市南部青少年センター 講習室  
(千葉市中央区白旗1-3-16)
- 共催：千葉市南部青少年センター
- 定員：各10人 ●対象：市内小学生
- 申込方法：事前申込(先着順)



2/19(金)10:00～11:30

2/26(金)10:00～12:00 全2回

### キャリア支援講座 「チームを成功に導く！ 働く女性のための“リーダーシップ”講座」

プレイヤーとして優秀な人がリーダーや管理職になって戸惑う話をよく聞きます。不安や迷いをクリアにして、リーダーマインドをセット。部下の力を引き出すコーチング技術を学びます。新人リーダー、現リーダーだけでなく、リーダーを目指す人も歓迎です！

- 〈カリキュラム〉
- ・リーダーマインドを整える
  - ・コーチングを学び、コミュニケーション技術を知る
  - ・1on1 ミーティングのトレーニング  
相手の話をしっかり聞き、相手の力を引き出す
  - ・女性リーダーのモヤモヤ共有  
プチトークタイム(講座終了後)

- 講師：Coach A.M 代表  
一般社団法人日本支援対話学会理事  
NPO法人 Fine 理事長  
松本 亜樹子さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階 セミナールーム
- 定員：15人 ●対象：市内在住・在勤の女性 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



2/27(土)13:30～15:00

### 男女共同参画講座Ⅲ 「女性と政治参画 ～選挙の前に知っておきたいこと」

政治分野への女性の参画が国内外で注目されていますが、ところで、皆さん、選挙で投票していますか？近々、千葉県でも選挙が予定されています。選挙の前にいまだに聞けない選挙の基礎知識や選挙と女性の参画の関係について学び、また、2018年に「政治分野における男女共同参画推進法」(通称：候補者男女均等法)が制定されたことの意味についても一緒に考えましょう。

- 講師：お茶の水女子大学  
グローバルリーダーシップ研究所特任講師  
大木 直子さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター 2階セミナールーム
- 定員：15人 ●対象：市内在住・在勤・在学の方
- 託児：あり ●申込方法：事前申込(先着順)



### 申込方法

事前先着

電話、メール、窓口でお申し込みください。

- ①講座名 ②郵便番号 ③住所
- ④参加者の氏名(ふりがな) 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、別途記入書類や持ち物などをお知らせします。
- ⑧「男女共同参画市民企画講座」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

男女共同参画センター総合受付でチケットをご購入ください。電話(043-209-8771)でもご予約いただけます。

- ※受講料・材料費の表示のない催しは無料です。
- ※対象は原則千葉市内在住・在勤・在学の方です。
- 注意：内容は変更となる場合がございます。

### 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陽性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。