

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。

2022. 1 月 - 3 月

3月8日は国際女性デー

国際女性デーは、毎年3月8日を『素晴らしい活動を行った女性たちが社会に与えた勇気と決断を称える日』として、1975年に国連が制定しました。男女平等、そしてすべての人がお互いを尊重しあえるような社会を目指し、日本人女性も世界各国で日々奮闘しています。



深刻な人道危機に直面しているシリアで、アレppoの村を視察し、戦闘を逃れいた国内避難民などの声を聞くUNHCRシリア アレppo事務所長の高嶋由美子(当時)。1999年からUNHCR職員としてアジア、中東、アフリカなどで難民支援の第一線に立ち続けている。2018年、シリア、© UNHCR/Antwan Chnkdji

男女共同参画講座Ⅲ

【U30限定】生きたいと思える社会をつくるには? ~若者の政治参画で変えられること~

オンライン
講座

令和4年 3/5 (土) 14:00 ~ 15:30

こういう社会になったらいいのにはと思うけれど、自分には何ができるかわからない、何から始めたらいいかわからないというモヤモヤや社会課題への関心は、政治と深く関係しています。でも政治って何だか難しそうですね。「政治が変われば社会が変わるっていうけど、どうしたらいいの?」「投票には行くけど、どんなメリットがあるの?」そもそもどう「参加」したらいいのかわかりたい。そんな疑問を解決して、私たちが生きたいと思える社会をつくるための一歩をふみだしてみませんか。

●講師：一般社団法人NO YOUTH NO JAPAN代表理事

ハフポスト日本版U30社外編集委員 慶應義塾大学経済学研究科修士1年
能條 桃子さん

●会場：セミナールーム及びオンライン (中央区千葉寺町1208-2 千葉ハーモニープラザ内)

●対象：市内在住・在勤・在学の10代・20代の方 ●定員：30人 ●受講料：無料

●申込方法：事前申込 (先着順) 会場参加希望の方：メール・電話・窓口

オンライン参加希望の方：メール



能條 桃子さん

家庭生活における参画・現代的課題講座 わくわく楽学講座（家庭生活） 家族で考える介護

令和4年 1/25（火）13：30～15：00

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を学ぶ講座です。

正しい知識を得て、家族で「介護」について考えましょう。

- 講師：千葉市あんしんケアセンター天台 職員
- 会場：千草台公民館 講堂（稲毛区天台3-16-5）
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：15人 ●受講料：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込（抽選）

千草台公民館開館時間内に電話（043-255-3032）・窓口で下記の事項をお知らせください。申込期間は、1月4日（火）～11日（火）です。締め切り後抽選し、当選者の方のみご連絡いたします。

- ①講座名 ②氏名（ふりがな）
- ③郵便番号・住所 ④年齢
- ⑤電話番号
- 共催：千草台公民館



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と子どもへの虐待について～

令和4年 3/12（土）13：30～15：00

DV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。より良い人間関係のため「DVとは？」について基礎知識を学んでみませんか。面前DVなど、子どもへの虐待を防ぐための“早期発見・対応”についての理解を深めましょう。

- 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：都賀公民館 講堂（稲毛区作草部2-8-53）
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：16人 ●受講料：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込（抽選）

メール・電話で下記の事項を記入またはお知らせください。

都賀公民館への電話（043-251-7670）またはメール（oubo.tsuga@ccllf.jp）での申し込みも可能です。申込期間は、令和4年2月2日（水）～2月20日（日）17時です。締め切り後抽選し、当選者の方のみご連絡いたします。

- ①講座名 ②氏名（ふりがな）
- ③郵便番号・住所 ④年齢 ⑤電話番号
- 共催：都賀公民館



山中 多民子さん

デートDV予防講座 デートDVから子どもを守るために

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。

令和4年 2/13（日）14：00～15：30

- 講師：NPO法人レジリエンス
栄田 千春さん
- 会場：桜木公民館 講堂（若葉区桜木3-17-29）
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：20人 ●受講料：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込（抽選）

桜木公民館開館時間内に電話（043-234-1171）・窓口で下記の事項をお知らせください。申込期間は、2月2日（水）～2月5日（土）です。締め切り後抽選し、当選者の方のみご連絡いたします。

- ①講座名 ②氏名（ふりがな） ③郵便番号・住所
- ④年齢 ⑤電話番号
- 共催：桜木公民館

令和4年 2/19（土）14：00～15：30

- 講師：NPO法人レジリエンス
栄田 千春さん
- 会場：千葉市南部青少年センター ホール
（中央区白旗1-3-16）
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：30人 ●受講料：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込（先着順）
男女共同参画センターへお申し込みください。
（裏表紙参照）
- 共催：千葉市南部青少年センター



国際女性デー関連事業 女性の健康講座 これからをアクティブに楽しみたい！ 女性のための骨盤底筋トレーニング

令和4年 3/5 (土) 10:00～11:30

尿トラブルに悩む女性は少なくありません。主な原因は骨盤底筋にあると言われており、ケアをしなければトラブルはどんどん進行してしまいます。外出時の不安を解消し、生活の質向上を目指すために、骨盤底筋の仕組みを知り、改善のために自分でできるエクササイズを体験します。

- 講師：理学療法士
Rolf-Concept Women's
星 絵美さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター
2階 ワークルーム
(中央区千葉寺町1208-2
千葉市ハーモニープラザ内)
- 対象：市内在住・在勤・在学の女性
- 定員：8人
- 受講料：無料
- 託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



星 絵美さん

ハーモニーサロン

“ふつう”って、何だろう

～情報資料センターで話そう「ふつうのふしぎ」～

令和4年 3/19 (土) 10:00～11:30

みんながよく使う“ふつう”という言葉。その中には、「? (はてな)」が隠れています。あなたのまわりにはどんなふつうがあるか、みんなで探し、「?」のカードを集めて、話し合ってみましょう。さて、あなたはいくつの「?」を見つけられるでしょうか。

- 講師：千葉市男女共同参画センター職員
- 会場：千葉市男女共同参画センター 1階 情報資料センター
(中央区千葉寺町1208-2 千葉市ハーモニープラザ内)
- 対象：市内在住の小学生(3～6年生)
- 定員：5人 ●受講料：無料
- 申込方法：事前申込(先着順)



女性のためのアサーティブワークショップ

毎月第2土曜日 13:00～14:30

自分を、そして相手も尊重しつつ、適切に自己表現するアサーティブネスは、円滑な人間関係の構築にも繋がります。このワークショップは、講義を聴くだけではなく、参加者のみなさん自身が主体的に参加する参加体験型の学習です。

職場などで
人間関係に悩む
ことが多くて…

人前でうまく自分の
気持ちを表現
することが苦手



- 講師：NPO法人ウィメンズカウンセリングちば
馬渡 静枝さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：女性 ●定員：10人
- 参加費：無料 ●託児：あり
- ※要予約・先着順(託児も含む)
- ※前期・後期の年間2クールで実施予定ですが、連続講座ではありませんので、定員に余裕がある場合は、随時申込が可能です。お問い合わせ下さい。
- ※当日は、少人数でも開催します。

日程	プログラム
4 / 9	互いに理解するために必要なこと
5 / 14	「ノー」と言うときの罪悪感について
6 / 11	批判をうけとめる(1)
7 / 9	批判をうけとめる(2)
8 / 13	言いにくい事を言うためのスキル
9 / 10	誠実な「ほめ言葉」は良い人間関係への近道

情報展示コーナー



1/21 (金) ~ 2/16 (水)

DVを許さない
地域づくりに向けて

2/25 (金) ~ 4/13 (水)

国際女性デー関連展示

情報資料センター

臨時休館のお知らせ

蔵書点検と特別整理のため、
下記の期間休館いたします。

1月25日(火) ~ 30日(日)

映像セミナー

NHKドラマ

「やさしい花」

1/22 (土) 10:00-10:45 (43分)

- 会場：千葉市男女共同参画センター
2階 セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：10人
- 受講料：無料
- 申込方法：事前申込（先着順）



我が子に手をあげてしまう若い母親と、その母子に手を差し伸べようとする隣人の物語。児童虐待のプロセスと、周囲が支援に悩む姿を、虐待当事者や支援関係者の取材を踏まえて描いた作品。

2011年 NHKドラマ 脚本：安田 真奈

出演：石野 真子、谷村 美月

国際女性デー

「ビリーブ 未来への大逆転」

3/19 (土) 10:00-12:00 (120分)

- 会場：千葉市男女共同参画センター
2階 セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の方
- 定員：10人
- 受講料：無料
- 申込方法：事前申込（先着順）
申込受付開始2/19 (土) ~



1970年代のアメリカ。ハーバード法科大学院を首席で卒業しても、女性だというだけで弁護士になることすらできなかった時代。夢をあきらめず、遂にはアメリカ合衆国史上2人目の女性連邦最高裁判事となったルース・ギンズバーグ氏をモデルに描く。

2019年 アメリカ 監督：ミミ・レダー

出演：フェリシティ・ジョーンズ

申 込 方 法

事前・先着・抽選

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。

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。

●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。



千葉市男女共同参画センター

〒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

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)

