

HARMONY PLAZA FESTA 2022

11/26(土)・11/27(日)

申込開始
10/18~

チケット

親子で楽しむ はじめてのコンサート

11/26(土)10:30~11:30

はじめて参加するお子様といっしょに親子で楽しめるコンサートです。

- 出演者：Hvid Skib(ヴィズ・スキープ)
(アコーディオン、エレクトーン、フルート、ヴォーカル)
- 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(千葉市中央区千葉寺町1208-2)
- 対象：親子など ●定員：100人(チケット購入)
- 料金：500円(3歳未満膝上無料) ●申込方法：事前申込(先着順)

●申込先：①千葉市男女共同参画センター 043-209-8771 ②千葉市民会館 043-224-2431 ③千葉市文化センター 043-224-8211

自分を癒す働く女性のための アロマ体験講座

11/27(日)13:30~15:00

働く女性はお疲れモード？日々の疲れを香りで癒す体験を味わう講座です。セルフケアでハンドトリートメントも体験します。

- 講師：マロウズハウス香りの教室 太田久美子さん
- 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(千葉市中央区千葉寺町1208-2)
- 対象：女性 ●定員：12人(チケット購入)
- 料金：2,000円 ●申込方法：事前申込(先着順)

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。(1歳6か月以上就学前児までを対象)託児申込は講座申込期限もしくは開催日の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。

注意：①受付開始日は、各講座案内欄をご確認ください。
②抽選の講座は、受付締切日を該当講座の案内欄にてご確認ください。

チケット

男女共同参画センター総合受付でご購入ください。
電話(043-209-8771)でもご予約頂けます。

おやこのじかん

11/26(土)10:00~11:00

週末のひと時、千葉市男女共同参画センターのワークルームに、親子で遊びにいらっしやいませんか？音を気にせずに遊んだり、親子で本を読んだり、のんびりしたり……。保育士による遊びの提案、おすすめ絵本なども用意してお待ちしています。

- 会場：千葉市男女参画センター ワークルーム
- 対象：市内在住・在勤の就学前児のいる親子
- 定員：1組(事前申込・先着順)
- 申込方法：毎月10日受付開始(電話・窓口)

ちば男女・みらいフォーラム 2022関連事業

男女共同参画センター自主事業 「PowerPointでプレゼン上手に！」

12/8(木)、15(木)10:00~12:00

申込開始
11/1~

あなたのパソコンにも入っているアプリ「PowerPoint」使えなくはないけど、使えていない機能がたくさんありそう……。そうです！「PowerPoint」に備わっている機能を今より少しだけ使えるようになれば、あなたのプレゼン資料がもっと活きてくる！

12月8日 PowerPoint基本の使い方
12月15日 PowerPointプレゼンに便利な機能

- 講師：かもめIT教室主宰 岩間 麻帆さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤の女性
PowerPointのアプリがインストールされているノートPCを持参できる方
- 定員：10人(チケット購入)
- 料金：2,000円(申込先で受講チケット購入)
- 託児：あり
- 申込先：千葉市男女共同参画センターほか



岩間 麻帆さん



2022.10月 - 12月

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。

KOÛZA NEWS



令和4年度 女性に対する 暴力をなくす運動

令和4年11月12日(土)~25日(金)

性犯罪・性暴力被害者のための
ワンストップ支援センター **#8891**

性暴力に関するSNS相談
Cure time(キュアタイム) Cure timeは
こちらから

DV相談ナビ **#8008** DV相談+
こちらから

DV相談+(プラス) **0120-279-889** つなぐはやく

男女共同参画週間関連展示 情報展示コーナー

10/14(金)~11/16(水)

ひとりで苦しまないでください



男女共同参画講座「社会人になる前に知っておきたい」 「第三者介入*ワークショップ」 性被害をなくす第一歩に」

10/9(日)13:30~16:00

受付中

電車での痴漢行為や、飲み会などで強引に誘われている人、同意なく体を触られている人を見かけた時、あなたならどんな行動を取りますか？ワークを通してみんなで考えていきます。
*第三者(傍観者)介入とは、トラブルに巻き込まれそうな人がいる時に、周りの人が動いて、最悪の事態を回避することを目指すものです。



渥美 治世さん

- 講師：産婦人科専門医 / 東海大学医学部助教 渥美 治世さん (ファシリテーター)
松浦 海南恵さん、花田 紗綺さん ほか
- 会場：千葉市文化センター 5階 セミナー室 (千葉市中央区中央2-5-1)
- 対象：市内在住・在勤・在学のテーマに関心がある方
- 定員：30人 ●参加費：無料 ●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

男女共同参画講座 「だれかに話したくなるくらしの中のジェンダー」(全4回) 第4回「ずるい言葉」はなぜ、ずるい？

11/5(土)14:00~16:00

申込開始
10/1~

「あなたのために思って言っているんだよ」「あなたにも問題があるんじゃない？」こんなことを言われた経験はありませんか。知らないうちにずるい言葉に傷つけられ、発言や行動の機会を奪われてしまわないように、日常会話のモヤモヤから抜け出すヒントを得て、ずるい言葉からどう自分を守るかを考えてみましょう。



森山 至貴さん

- 講師：早稲田大学文学学術院准教授 森山 至貴さん
- 会場：蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 講習室3・4(千葉市中央区千葉寺町1208-2)
- 対象：テーマに関心がある方
- 定員：30人 ●参加費：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



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番地2 千葉市ハーモニープラザ 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)

※全ての催し物は、都合により変更や中止・延期となる場合があります。

キャリア支援セミナー
「仕事と育児 私らしく両立するために
～これからのライフ&キャリアプラン～」

申込開始
10/1～

11/19(土)、12/3(土)13:30～15:30

まだまだ子育ては女性という意識がアップデートされない社会の中で「働く女性」の結婚・出産・育児のライフイベントに不安はありませんか？仕事と育児を両立できるか悩んでいるみなさんと、自分らしく働き続けるためにこれからのライフ&キャリアプランを描いてみませんか。

11月19日 ①両立への不安・悩み・課題について考える
12月3日 ②これからのライフ&キャリアプランの描き方

- 講師：公益財団法人日本女性学習財団キャリア支援デザイナー
両立キャリアスクール／地域女性活躍支援 Prism！
代表 田頭 あやこさん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤の仕事と育児の両立をめざす女性
職場復帰した方、産休・育休中の方、今後考えている方など
- 定員：20人 ●参加費：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順)



田頭 あやこさん

スキル向上

DV被害者支援のためのステップアップ講座

11/26(土)13:00～15:30

この講座は、被害者支援の“つながり”を地域社会で実践するためのスキル向上をめざし、支援場面を想定したロールプレイなどの実習と自分らしく支援を継続するためのセルフケアを習得する講座です。

公民館共催事業

明日のための介護ことはじめ
～男性のための介護講座～

11/5(土)10:00～11:30

「人生100年時代」に介護はだれもがいずれ向き合います。男性のみなさん、明日あなたが介護の担い手になる可能性はゼロですか？あなたのパートナーあなたのご両親 あなたのご家族 そしてあなた自身が介護される側になったときのために心身ともに元気な[今]から介護について学びましょう。

- 講師：千葉市あんしんケアセンター機辺 職員
- 会場：幕張西公民館 講堂(千葉市美浜区幕張西2-6-2)
- 対象：市内在住・在勤・在学の男性の方(家族と一緒に参加可)
- 定員：20人 ●参加費：無料 ●託児：あり ●申込方法：事前申込(抽選)
- 申込期間：10/2(日)～10/16(日)9:00～17:00
- 申込先：幕張西公民館(043-272-2733)へ電話・窓口・メール(oubo.makuharinishi@ccllf.jp)
締切後抽選し、全員の方にご連絡いたします。
- 共催：幕張西公民館

受付中

映像セミナー

「折れ梅」(111分)10/15(土)10:00～12:00
実話を基に人間の無限の可能性を描いた感動作！
(2001年日本 監督:松井 久子 出演:原田 美枝子)

- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の方 ●定員：20人 ●参加費：無料
- 託児：あり ●申込方法：事前申込(先着順)

自己尊重のためのコミュニケーションセミナー
～モラルハラスメントと
コミュニケーションの違い～

申込開始
11/1～

12/1(木)、22(木)13:30～16:00

1回目にモラルハラスメントの言動の一つの特徴である「受動的攻撃」について学び、誰かとの関係性ややりとりにおいて、自分がモラルハラをされているのか、自分の言動がモラルハラになっていないかをチェックします。
2回目は「肯定的に話すスキル」ワークを通して、「受動的攻撃」(モラルハラスメント)ではなく、「アサーティブ」なコミュニケーションを講義と実践を交えて学びます。

12月1日 ハラスメントとは？ モラルハラスメントとは？など
12月22日 肯定的に話すスキル 自分を大切にコミュニケーションなど

- 講師：カウンセラー 高山 直子さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の女性
- 定員：12人 ●参加費：無料
- 申込方法：事前申込(先着順)



高山 直子さん

- 講師：公認心理師 / 臨床心理士 DV・虐待予防研究会代表
千葉大学学生相談室特任専門職員 山中 多民子さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の方で
DVに関する基礎知識があり、DV被害者
支援活動に従事している方やしたい方など
- 定員：20人 ●参加費：無料
- 申込締切：11/15(火) ●申込方法：事前申込(抽選)



山中 多民子さん

子どものためのワークショップ
「絵本とアートで!たのしく学ぼうSDGs」

11/20(日)14:00～15:30

SDGsって知っていますか？このワークショップでは、図書館の絵本を使ったお話とアート制作をとおして、SDGsについて考えていきます。言葉は聞いたことあるけどよくわからないという方も、この機会に親子で楽しく学んでみませんか。

- 講師：絵本でSDGs推進協会 朝日 仁美さん、石橋 幸子さん
- 会場：草野公民館 講堂(千葉市稲毛区園生町384-93)
- 対象：小学生とその保護者 ●定員：10組 ●参加費：400円
- 託児：あり ●持ち物：はさみ ●申込方法：事前申込(抽選)
- 申込期間：11/1(火)～11/8(火)9:00～17:00
- 申込方法：草野公民館(043-287-3971)電話・窓口
応募者が定員を超えた場合、11/9(水)に抽選を行い、
当選者の方にのみご連絡いたします。
- 共催：草野公民館

「苦しいときも一緒に、だから…」 申込開始 10/22～
～虐待・貧困支援 高橋亜美～ (50分)11/19(土)10:00～11:00
かつて虐待を受けた人々を支援する高橋氏の活動に密着し、
見落とされた問題を深く掘り下げていく。
(2020年NHKプロフェッショナル仕事の流儀より)

11/1(火)より
申込スタート!

ちば男女・みらいフォーラム 2022

12月5日～11日は千葉市男女共同参画週間です。男女共同参画センターでは、漫画家里中満智子さんの講演会を開催します。

里中満智子さん講演会

12/11(日)14:00～15:30



1948年1月24日大阪生まれ。1964年高校在学時に『ピアの肖像』で第1回講談社新人漫画賞を受賞。
1974年『あした輝く』『娘がいく!』の両作品で講談社出版文化賞受賞。1982年『狩人の星座』で講談社漫画賞を受賞。幅広い世代に向け、ジャンルを問わず作品を発表し、現在までに500タイトル以上の作品を描く。代表作に『アリエスの乙女たち』、『海のオーロラ』、『あすなろ坂』、『古事記』、『天上の虹』など多数。2006年全作品及び文化活動に対し文部科学大臣賞受賞。2010年文化庁長官表彰受賞。2013年度『マンガ古典文学/古事記』古事記出版大賞太安万侶賞受賞。2014年外務大臣表彰受賞。2018年文化庁創立50周年記念表彰受賞。

女性の健康講座
「つらい頭痛にサヨナラしたい
～毎日頑張る女性のためのセルフケア」

12/4(日)10:00～12:00

頭痛に悩む女性が増えています。しかし、ついつい自分のことは後回しにして我慢していませんか。この講座は、日々忙しい、働く女性を健康面から応援します。漢方、頭痛の専門医から、頭痛の原因、緩和法、予防法などセルフケアの方法を学び、大切な自分自身の健康を見つめ直しましょう。

- 講師：らいむらクリニック院長 来村 昌紀さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター セミナールーム
- 対象：市内在住・在勤・在学の女性
- 定員：20人 ●参加費：無料
- 託児：あり ●申込方法：事前申込(先着順)

市民企画講座
子育てとジェンダー
豊かな「いのち」を守り育てるジェンダー・センシティブ

12/8(木)13:30～15:30

子育てにおけるジェンダーバイアスは、小さい頃からひとりひとりの価値観や行動に影響を及ぼします。子どもがジェンダーに左右されずに自分らしく生きる力を育てるためには親も、ジェンダーに敏感になることが大切になります。ジェンダーと子育てについてみなさんと考えてみましょう。

- 講師：千葉市助産師会監事/助産師 川島 広江さん
- 会場：蘇我コミュニティセンター
ハーモニープラザ分館 講習室3・4
- 対象：テーマに関心のある方
- 定員：35人 ●参加費：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込(先着順) ●申込締切：12/2(金)
- 申込先：千葉市助産師会 <https://chibashi-mw.net>
のメールフォームから

性差を越えて～自ら考え選ぶ生き方を求めて～

- 講師：マンガ家 里中 満智子さん
- 会場：蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 ハーモニーホール
- 対象：市内在住・在勤・在学の方 ●定員：100人
- 参加費：無料 ●申込方法：事前申込(先着順) ●託児：あり

ハーモニーサロン
続・男性の生きづらさから考える男らしさのはなし
～「一般男性」である俺たちの「もやもや」を語ろう～

12/4(日)14:00～16:00

学校で、会社で、飲み会で、同性の行動や言葉になんか嫌だなと感じたけど、ノリや空気に合わせて受け流した、がまんした。こんな経験ありませんか。もしかしたらあなたが押し殺していたもやもやを、同じように感じている人が他にもいるかもしれません。男性同士の空間で流れる「こうあるべき」を共有しようとするような空気について、もやっとしたことを言葉にし、いっしょに考えてみませんか。

- 講師：文筆業・「桃山商事」代表 清田 隆之さん
- 会場：蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 講習室3・4
- 対象：テーマに関心がある男性 ●定員：15人
- 参加費：無料 ●託児：あり ●申込方法：事前申込(先着順)

フレンドシップ事業
心がつながるやさしいお菓子づくり
～イタリアのクッキー「ビスコッティ」～

12/7(水)13:00～15:00

「ビスコッティ」とはイタリアの「クッキー」のこと。気軽に作って楽しむひと時を大切に作る素敵なお菓子です。

- 講師：千葉市女性団体連絡会 杉本 明行さん
- 会場：蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 料理実習室
- 対象：市内在住・在勤・在学の方 ●定員：10人 ●材料費：500円
- 託児：あり ●持ち物：エプロン、三角巾、布巾
- 申込方法：事前申込(先着順)

男の家事力アップ講座(料理編)
初心者でも作れる!絶品煮込みハンバーグ

12/11(日)10:00～12:00

男性のみなさん、料理で生活を豊かにしませんか？料理をスキルアップして、楽しく家事力向上を目指しましょう!

- 講師：男の家事教室 カジオス®代表 尾上 元彦さん
- 会場：蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館 料理実習室
- 対象：市内在住・在勤・在学の男性 ●定員：12人
- 材料費：1,000円程度 ●託児：あり
- メニュー：煮込みハンバーグ、落花生入りアボカドサラダ
- 持ち物：エプロン、三角巾、布巾、持ち帰り密閉容器2個
- 申込方法：事前申込(先着順)

