

### 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～

11/19(土)、12/3(土)13:30～15:30

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

### コラージュワークで「わたしを」見つける 女性のためのエンパワーメント講座

1/21(土)10:00～12:00

申込開始  
12/1～

好きな写真やイラストの切り抜きを使ったコラージュ  
ワークを通し、心の中のもやもやをすっきりさせる時間を持ちませんか。  
今まで気づかなかった自分を発見し、自己肯定感を高めましょう。

- 講師：セラピーエリミタージュ  
心理カウンセラー 柴田 清加さん
- 会場：千葉市男女共同参画センター  
セミナールーム
- 対象：千葉市在住・在勤・在学の女性
- 定員：20人 ●参加費：無料 ●託児：あり
- 持ち物：コラージュに使用する写真入り等の雑誌、はさみ
- 申込方法：事前申込(先着順)



柴田 清加さん



千葉市男女共同参画センター

KOUZA NEWS 特別編集号

# ちば・男女 みらいフォーラム2022

千葉市男女共同参画週間

12/5(月)～12/11(日)



フォーラム  
特集ページは  
コチラ

主催 千葉市男女共同参画センター 共催 千葉市

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。

- 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関心のある方など
- 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

公民館共催事業

### LGBT+を知る講座

1/27(金)13:30～15:30



- 講師：レインボー千葉の会
- 会場：新宿公民館 講堂(千葉市中央区新宿2-16-14)
- 対象：市内在住・在勤・在学の方 ●定員：30人
- 参加費：無料 ●託児：あり
- 申込方法：事前申込(抽選) ●申込期間：1/11～1/17
- 申込先：新宿公民館 043-243-4343 ●共催：新宿公民館

男女共同参画センター情報展示コーナー

### 「LGBTを理解するために」

1/20(金)～2/22(金)

### 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～

12/1(木)、22(木)13:30～16:00

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



「カランコエの花」  
映像セミナー 1月21日(土)  
13:30～14:30

LGBTが抱えている社会的な問題を、周囲  
の人々の目線から描き2017年・第26回レ  
インボー・リール東京(東京国際レズビアン&  
ゲイ映画祭)のコンペティションでグラン  
プリを受賞した短編作品。

- (2016年、39分、日本、監督：中川 駿 出演：今田 美桜)
- 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)



里中満智子さん講演会

ジェンダー  
性差を越えて

～自ら考え選ぶ生き方を求めて～

12/11(日)14:00～15:30(開場13:30)

自ら考え決心して生き方を選ぶヒロインを描きたいー。  
早くから職業意識を持ち、強い意志でマンガ家を目指された里中満智子さんは、  
数々の作品世界にその想いを込めて描き続けてこられました。  
また、仕事や社会活動を通じて様々な格差やバイアスと向き合われた経験など、  
豊かな生き方や作品に込められた想いについてお話いただきます。

- 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  
(千葉市中央区千葉寺町1208-2)
- 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



●講師：里中 満智子さん  
(マンガ家)

### PROFILE

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』『姫がいく!』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。



「天上の虹」©里中満智子



## 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



12/4(日) 10:00~12:00

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



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)



来村 昌紀さん

12/6(火) 10:00~12:00

映像セミナー  
「ビリーブ 未来への大逆転」



舞台は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、史上初の男女平等裁判を戦い、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。  
(2018年、120分、アメリカ、監督：ミミ・レダー 出演：フェリシティ・ジョーンズ)

- 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)

12/7(水) 13:00~15:00

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」～

「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 ●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) ●材料費：500円



12/4(日) 14:00~16:00

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～

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、もやもや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
- 1980年東京都生まれ。文筆業、恋バナ収集ユニット「桃山商事」代表。「恋愛とジェンダー」をテーマにコラムやラジオなどで発信している。朝日新聞beの人生相談「悩みのつぼ」では回答者を務める。



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)



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



川島 広江さん



12/8(木)、15(木) 10:00~12:00

男女共同参画センター自主事業  
PowerPointでプレゼン上手に!

：チケット

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

12/9(金) 9:00~11:30、13:30~16:00

クリスマスのかわいい写真と  
かんたん手作りメダル

※時間内入場自由  
いっしょ いっしょ  
おやこのじかん

お子さんの写真が撮れるクリスマス調のフォトコーナーを作りました! 小さなお子さんでも簡単にできる紙製のメダルと王冠を楽しく作って、写真撮影はいかがですか。  
【撮影はご自身のカメラ等をお願いします】

- 講師：男女共同参画センター職員
- 会場：男女共同参画センター 1階 情報資料センター
- 対象：市内在住、在勤の1歳6か月～就学前児とご家族
- 参加費：無料
- 申込方法：予約不要(随時)
- その他：来場者の状況により、少しお待ちいただく場合があります。



フォトコーナー

申込方法

事前申込

※1/27 LGBT 講座は申込先が異なります。

●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。

：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)でご予約頂けます。

- 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
- 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

12/11(日) 10:00~12:00

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



初心者大歓迎! 美味しい絶品煮込みハンバーグにチャレンジしませんか? これから料理を始めて、もっと家事力を伸ばしたい男性の皆さん。料理を通して、家事の楽しみや喜びを見つけていきましょう。

- 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
- 託児：あり ●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) ●材料費：1,000円



尾上 元彦さん

千葉市男女共同参画週間特集展示

『あらゆる分野で活躍する女性～農業編～』

11/25(金)  
～令和5年1/11(水)～  
千葉市男女共同参画センター1階  
情報展示コーナー



千葉市男女共同参画週間展示

12/6～12/12 そごう千葉店 地階 ギャラリー  
最終日は午後4時閉場

フレンドシップ団体資料展示

12/6～12/11 千葉市男女共同参画センター交流コーナー

大学連携展示

11/25～12/11 情報資料センター