

もりおか女性センター主催講座終了 自主グループ紹介 ③

平成 24 年度「もりおか女性センターフェスティバル 2012」において、ワークショップならびに展示を開催した主催講座修了生の自主グループ 3 団体について、隔月でご紹介。今回が最終回です。

グループ名「気づきの会いわて」

平成 23 年度主催講座「思いを力に変える、女性のためのエンパワメント塾」修了生のグループです。講座で出会った仲間とさらに学びを深めたいという思いから、昨年(2012)の4月に発足しました。

メンバーは 20 代から 60 代の女性で、主婦、会社員、自営業、また退職して地域活動を行なっている方などさまざまな経歴のメンバー 9 名で月 1 回の活動を行なっています。

この 1 年の主な活動は、平成 23 年度のエンパワメント塾で学んだことの振り返りとして、全 8 回講座のまとめを作成し、女性センターフェスティバルにおいて展示を行いました。また、今年度の女性センターの事業や講座の他にもいろいろな講演会等に参加し、定例会で報告し意見交換等を行なっています。



【フェスティバルでの展示】

グループの名前に「気づき」とあるように、これからも男女共同参画社会の実現に向けて、いろいろな学びを通してさまざまな問題に気づいていくことが大切だと取り組んでいます。



【定例会の様子】

発足からまだ 1 年足らずの会ですので、一人ひとりがエンパワメントしながら、学びと活動をしっかり積み上げていくことを期待しています。一緒に学んだ仲間とつながり、学びを実践に移しながら、歩みを進めていただきたいと思います。

● 女性相談 (本館)

相談受付電話 **019-604-3304**

女性がかかえる、家庭や職場、身の回りのさまざまな悩みを、専門の相談員と一緒に考えます。性別や社会通念にとらわれず、一人ひとりの生き方を尊重する社会の実現をめざして、相談室はあなたらしい生き方を支援します。

- 相談には電話相談と面接相談があり、予約が必要です。
- 相談は無料です。秘密はかたく守ります。
- 相談開設時間

	10:00	17:00	20:00
月	10:00 ~ 17:00		
火	10:00 ~ 17:00		
水	10:00 ~	20:00	
木	10:00 ~	20:00	
金	10:00 ~ 17:00		

(第 2 火曜日、年末年始、祝日は休み)



もりおか女性センター

管理・運営：特定非営利活動法人 参画プランニング・いわて

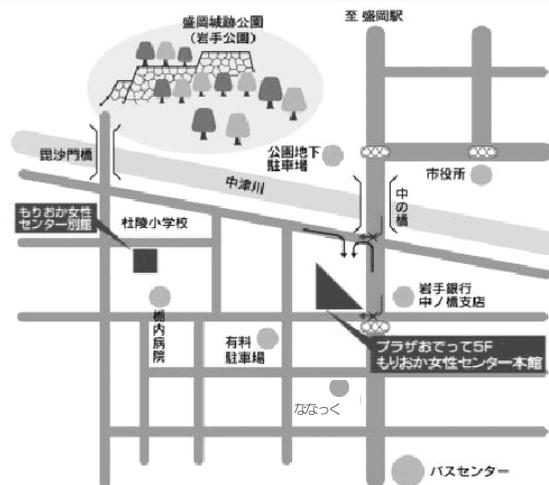
もりおか女性センターは、女と男がともに参画する社会をめざして女性をとりまく様々な問題を考え、解決するための施設です。男女を問わず、すべての市民が気軽に利用できます。

■ 本館

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通 1-1-10 プラザおでって 5 階
電話番号 (019) 604-3303 FAX 050-2013-4750
開館時間 月曜日～金曜日 9:00～21:30 (土日祝 17:00 まで)
休館日 毎月第 2 火曜日、年末年始

■ 別館

〒020-0878 岩手県盛岡市肴町 2-8
電話番号 (019) 624-3583 (FAX 兼)
開館時間 月曜日～金曜日 9:00～21:00
休館日 土曜日、日曜日、祝日、年末年始



(バス)
盛岡駅より茶畑・バスセンター方面行き バスセンター前下車
本館まで徒歩 3 分、別館まで徒歩 8 分

※女性センターには、本館・別館ともに専用の駐車場はありません。
おでって地下駐車場や近隣の有料駐車場をご利用ください。

ホームページ <http://mjc.sankaku-npo.jp>

あともがき

◆2 月に開催した 24 年度最後の事業「起業応援フォーラム」の会場を華やかに飾ったバルーンは、起業講座修了生「とっこバルーン」さんの作品でした。講座から起業された方と一緒に事業に関わることが出来てうれしく思います。(N)

◆まだまだ寒い日が続いていますが、最近少しずつ日が長くなり春も近いかなと期待しています。わたしも春に向け一歩を踏み出すために目標を作りチャレンジ中です♪
次年度も女性センターでは様々な事業を予定しています。是非ご活用ください。(A)

ひと ひと
—女と男、ともに参画する社会をめざして—

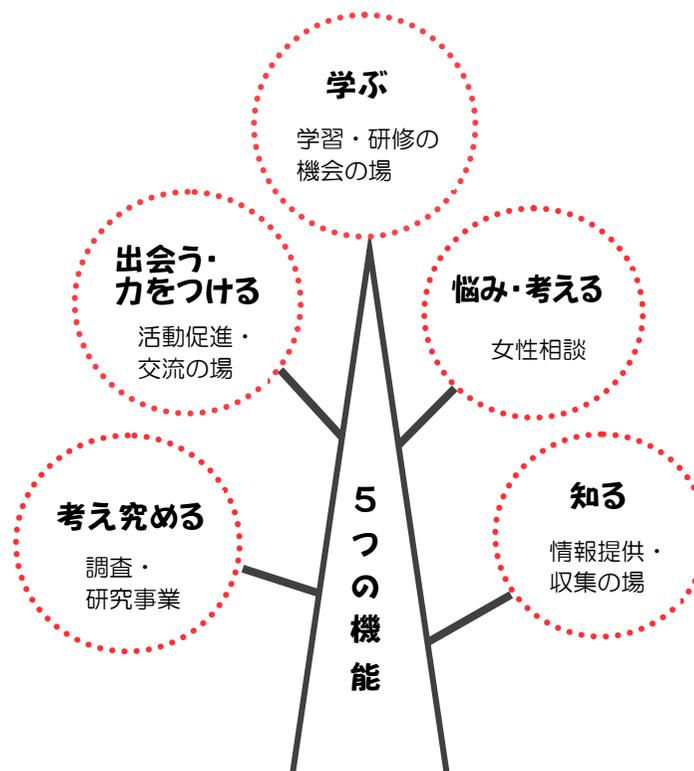
もりおか女性センター

ニュースレター

2013 年
3 月
No. 41

内容

- ◎ 平成 24 年度 開催講座の報告
- ◎ 平成 25 年度 事業のお知らせ
- ◎ 団体紹介：気づきの会いわて



平成 24 年度事業テーマ
『学び、つながり、切り拓く!』

発行：もりおか女性センター

● 平成 24 年度 開催講座の報告 ●

今年度、もりおか女性センターでは、『学び、つながり、切り拓く！』をテーマに男女共同参画に関わる様々な講座を行いました。

6月 「働きたいシングルマザーのためのパソコン入門講座」 (全5回)

今年度のシングルマザー就労応援講座は、昨年に引き続いて「働きたいシングルマザーのためのパソコン入門講座」を開催しました。

今回は、講座の中に新たに「ステップアップタイム」を自分のスキルに合わせた自主練習時間として導入し、最後のジャンプアップタイムで学習したワードやエクセルを使用して作成したものを各自でプリントアウトしてみました。この導入によって、今までわからなかった操作方法がわかりパソコンを使える範囲が広まった、もっと勉強したいとやる気がでたなど受講生の学習意欲が高められたことが伺えました。

また、全体を通して「子どもをみてもらえたのでゆっくりパソコン技術を覚えることができた」「初歩から教えていただいて嬉しかった」などの声もあり、次へのチャレンジのきっかけとなったようです。



6~2月 「思いを力に変える、女性のためのエンパワーメント塾」

【基礎講座・フォローアップ講座・公開講座・実践編】

この講座は平成 21 年度から開講し、今年度 4 期目の講座が終了しました。この講座では基礎講座（連続 8 回）の中で、修了生を対象としたフォローアップ講座（4 回）と単発受講が可能な公開講座（3 回）も併せて実施しました。

講座では、一人ひとりの持っている「力」を社会的な活動に活かすために、講義とグループワークによる“気づき”“ふりかえり”“共有”を繰り返しながら、自分自身に引きつけて学ぶことで、これまでの学びや活動の積み重ねが力になることを知り、女性たちがつながり変えていくことの大切さを学ぶことができました。

また、学びを通してつながった修了生による自主グループが 2 団体発足し、女性センターと連携した事業への参画や男女共同参画推進に向けた活動など行なっています。今年度の修了生による自主グループも発足予定です。

そこで、今年度はこれまでの修了生のさらなるステップアップの場として、実践編（全 2 回）を実施しました。この実践編を通して原点に立ち返り、個々の課題解決やグループとしての方向性や目標など活動の在り方について考える機会となりました。

受講生のみなさんから、『知るために学び、成すために学ぶ』『問題なしは、問題意識なし』など、問題を自分自身に引きつけ掘り下げていくことの大切さを改めて認識し、大変有意義であった等の感想等が寄せられています。



8,9月 「みんなのおしゃべりルームⅠ、Ⅱ」

Ⅰ. 離婚について話してみませんか (全 1 回)

離婚について悩んでいる女性同士が安心して話せるスペースで、他の参加者の体験も聞きながら、自分の問題をみつめ整理することを目的として開催しました。参加された皆さんの状況はそれぞれ違っていました、「悩んでいるのは自分だけではないのだ」「今後の在り方を考えるヒントを得られた」との感想が語られました。このルームで、それぞれの次のステップとなる足がかりを掴んでいただけたようです。

Ⅱ. ママのゆるーリカフェ (全 1 回)

ママ同士が心のもやもやを解消するおしゃべりルームを開催しました。子育ての中心に、専業主婦という共通した背景の中で心にひっかかっている思いが語られました。「託児ははじめての利用だったが自分のための時間を大事にしたいと思った」「親だけの会の参加ははじめてで、こんな話はめったにしない。みんな同じことを考え悩んでいるのだとわかった」などの感想をいただきました。安心して子どもと離れる時間を持てたことを肯定し、ご自身のリフレッシュを大事にしてほしいと思います。

9月 「女性のこころとからだ講座Ⅰ、Ⅱ」 (各全 2 回)

Ⅰ. 自分の体と向き合って、ココロとカラダほくしレッスン!

Ⅱ. がんばりすぎていませんか?カラダをほくしココロも元気!

ライフサイクルに応じて変化する女性の体。女性が生活していく中でかかえるさまざまな心と体の問題について考え、学ぶ機会となりました。申込みが殺到し、たくさんの方が心と体の問題に関心が高いことをあらためて実感しました。

講師と受講生が車座になり、それぞれがかかえている体調やストレスなどについて気軽に話をし、また、講師のお話から様々な気づきもありました。受講生一人ひとりの声を聞きながら、その上で体のほくし方を指導して下さったことがとても良かったです。自分の体を知り、自分自身でコントロールしていくことの大切さを学ぶことができました。

託児付きということで、子育て中のお母さんたちも、少しの時間ですが子どもと離れ自分の体のことを考える良い機会となったようです。また、夜の講座では仕事帰りでお疲れのみなさんがリラックスして表情が和らいでいく様子が伝わってきました。受講生のアンケートからも好評の声をいただきました。



12月 「子育て応援隊!イクジイ入門講座」 (全 3 回)



“おじいちゃんパワーを子育てに発揮して孫との時間を楽しもう”という、おじいちゃんに向けた子育て応援講座でした。

第 1 回は、男性保育士連チームファンタジスタの高嶋さん、岩脇さんによる体を使ったあそびうたや紙ヒコーキ作りなど盛りだくさんの内容を楽しみ、第 2 回は、岩手で男性保育士第 1 号の涌田さんから読み聞かせのコツを学んで各々読み聞かせを体験しました。最終回は、クリスマスに向けた簡単ケーキづくりに挑戦、でき上がった後は講師の小原さんの楽しいお話とともに試食しました。

受講生より「当初不安でしたが、遊び歌、絵本、楽しかったです。最後の紙ヒコーキは、孫を忘れた程、童心にかえるおもしろさでした」との感想をいただき、みなさん楽しそうに参加されていました。

2月 「再就職に向けた、自分力再発見 ~わたし流キャリアのつくり方~」 (全 1 回)

女性の働き方は、結婚や出産・育児、介護などライフステージの変化と共に中断せざるを得ない状況やパートや非正規雇用などの有期雇用により職を変えざるを得ない、また一旦職を離れると再就職が難しいという現実があります。この講座では、再就職に向け自分の持っている力を再発見するとともに、次の一步をふみ出すきっかけにしたいと考え実施しました。

講座は幅広い年代のみなさんに受講いただき、年代別のキャリア形成の話が印象的であり起業もひとつの手段であるなど気づきがあった、これまで「キャリア」と言えば学歴や職歴と思いついてきたがすべての経験が「キャリア」であり積み上げていくことが大事である、正社員にこだわらずに自分自身の現状に応じ、やりたい仕事であれば非正規やパートでも「キャリア」形成につながるという視点を持つことが大切であるなど、たいへん有意義であった等の感想が寄せられています。

また、グループワークにおいて悩みや思いの共有ができ良かったとの感想も多く、「わたし流キャリア」への新たなパワーにつながったようです。



『起業応援ルーム芽でるネット』事業

- 《主な事業》
- 女性起業芽でる塾
 - IT 活用、パソコンミニセミナー
 - 起業応援フォーラム



起業応援ルーム芽でるネットは、例年開催している「女性起業芽でる塾」や、ちらし作り、ブログ作りといった起業・就職にも役立つパソコン活用のためのミニセミナー等を開催。また今年度は、被災地支援として初めて沿岸地域の宮古で「女性起業芽でる塾」の出席講座も行いました。

2/23 には、24 年度の最後の事業「起業応援フォーラム~女性パワーで未来を切り拓く~」を開催しました。フォーラムも今年で 5 回目を迎え、第 1 部の講演では、ショッピングサイトの開発を手がける(株)



ホップス代表の工藤昌代さんから、起業を目指す皆さんに向けてたくさんの応援メッセージをいただきました。

次年度も内陸と沿岸の女性たちが元気になるような起業応援講座を展開していきます!

《平成 25 年度 もりおか女性センター事業のお知らせ》

- 事業テーマ 「学び、つながり、^{あした}明日を築く」
- 事業の予定
- ◆男女共同参画週間もりおか展 6/14(金)~20(木)
 - ◆女性センターフェスティバル 9/27(金)~29(日)
 - ◆女性に対する暴力をなくす運動 11 月中旬予定

その他、各種講座を予定しております。情報の詳細は、広報もりおか等にてお知らせいたします。