

## ■ 市民団体支援事業 ■

女性センターでは、毎年、男女共同参画を推進することを目的に、市民団体から企画を募集し事業を展開しています。団体と女性センターが連携・協働し、今年度は4団体が事業を実施しました。

### ① 「男も女も 元気で、楽しく生きよう！」 ～盛岡弁でうたっことお話～

団体名：新日本婦人の会 盛岡支部

タイトルのおり楽しい歌で元気をもらい、また、講師が元盛岡市の男女共同参画担当課長でもあったことから女性の社会参画の大切さなどのお話もあり、定員を超える参加者で大盛況でした。

### ② 講演会「私が歩んできた道（アキャブ作戦で父を失って）」 団体名：戦中・戦後を語りつくす会（いわて）

父の戦死の意味をずっと問い続けてこられた講師の軌跡を振り返り参加者と一緒に平和について考える時間でした。団体の地道な活動が伝わり、次世代へ伝えることの大切さと難しさを感じました。

### ③ 「市長さんと語る会」

団体名：もりおか女性の会

もりおか女性の会より出された市政等への質問を市長よりお話いただきました。また、一般の参加者からも質問や意見もあり市長と直接お話をする良い機会となりました。



### ④ 講演会「多様な性に生きる 子どもたち・若者が安心して 生きられる環境づくりに向けて」

団体名：岩手レインボー・ネットワーク

性の多様性とセクシュアルマイノリティの子ども・若者を取り巻く現状のお話を聞き、一人ひとりができることを知り、考える機会になりました。

団体の更なる活躍を期待します。

## 平成28年度 もりおか女性センター事業のお知らせ

事業テーマ 「チャレンジしよう！さらにひろがる私のちから」

◆男女共同参画週間もりおか展 6/22(水)～28(火)

事業の予定 ◆女性センターフェスティバル 10/22(土)・23(日)

◆女性に対する暴力をなくす運動 11/11(金)～17(木)

その他、各種講座を予定しております。情報の詳細は、ホームページや広報もりおか等でお知らせいたします。

## ● 女性相談

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		

(毎月第2火曜日、年末年始、土・日・祝日は休み)

## もりおか女性センター

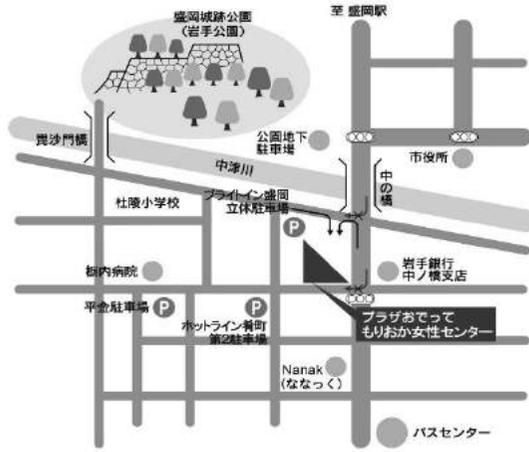
管理・運営：特定非営利活動法人 参画プランニング・いわて

もりおか女性センターは、<sup>ひとひと</sup>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。

〒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

### ■ 起業応援ルーム 芽でるネット

〒020-0871 岩手県盛岡市中ノ橋通1-1-10 プラザおでって1階  
電話番号 (019) 624-3583 FAX 050-2003-5778  
開館時間 月曜日～金曜日 10:00～17:00  
休館日 土日祝日、毎月第2火曜日、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

※女性センターには、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>

### あとがき

◆今年度最後のニュースレターとなりました。雪の降らない地域にも雪が降ったとニュースで報じられたこの冬でしたが、盛岡はだいぶ雪が少なかったため雪かきで悩まされることもなく過ごしやすいかったです。もしかして白鳥の姿を見かけることが少なかったのもそのせいでしょうか。次年度も引き続きニュースレターをよろしく願いいたします。(S)

◆今号は今年度の事業の報告を載せています。私個人も1年を振り返り、前に進んでいきます。次年度も様々な事業を予定しておりますのでどうぞよろしく願いいたします。(M)

ひとひと  
一女と男、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

2016年3月 No.59

内容

- ◆平成27年度 開催講座の報告
- ◆平成28年度 事業のお知らせ
- ◆図書コーナー情報(挟み込み)



平成27年度事業テーマ

『わたしの学びを 社会のちからに』

発行：もりおか女性センター

■ みんなのおしゃべりルーム  
「離婚について話してみませんか？」

7.9.11.2月

パートナーとの関係に悩んでいる女性を対象に今年度は4回開催しました。

参加された皆さんの状況はそれぞれ異なっても「悩んでいるのは自分一人ではない」ということを感じご自身の力にさせていただけたようです。参加者から「家でもんもんと過ごすよりみなさんと話せてよかった。前向きになれたような気がする。」「安心した場所で話せることができて、気づきを得ることもできた。」という声をいただいております。

「何かおかしい」「これではいけない」「自分を大切にしたい」という気持ちを語り合い、充実した時間となりました。

■ 男性のための終活セミナー  
「おれ流の最期を迎えるために今できること」

8月



男性に向けた終活セミナーを夜間連続2回講座として開催しました。講師の井上治代さんからさまざまな葬送についてお話を伺いました。また、ワーク“もし命があると3カ月と宣告されたら「やっておきたい10のこと」”では短い時間の中でやりたいことを書き上げ、受講生の皆さん一人ひとりに発表していただきました。終了アンケートでは「死と生を考えさせてくれる良い講座でした」「今後の生き方を示され感謝している」「目からウロコの思いでした。まじめに考えていきたい」などの感想があり、終活講座はこれからの生き方講座であることを学びました。

間の中でやりたいことを書き上げ、受講生の皆さん一人ひとりに発表していただきました。終了アンケートでは「死と生を考えさせてくれる良い講座でした」「今後の生き方を示され感謝している」「目からウロコの思いでした。まじめに考えていきたい」などの感想があり、終活講座はこれからの生き方講座であることを学びました。

■ 女性のこころとからだ講座  
「こころとからだに元気を+（プラス）  
ストレス発散プチ作戦」

9月

女性にとって自分の体の大切さや人生を考え、日々の疲れやストレス解消のきっかけとなるような講座でした。

最初に女性外来担当医師の加藤幸さんより、女性のからだ年齢とともに変化していくことと共に、日本の女性がストレス過多になりやすいという社会状況を解説して頂きました。

講義の後、フィットネストレーナーの山本さんには、椅子に座りながらできるストレッチを教えていただき、体の部位を丁寧に伸ばす方法を学びました。

受講生からも笑顔がこぼれ、「楽しい！」「きもちいい！」という声があがりました。受講後の感想では前向きなものが多く、女性のストレスについて改めて考える機会になりました。



■ 女性のこころとからだ講座II  
映画「潮風の村から ～ある女性医師の軌跡～」  
上映&トーク

ただいま募集中！

3月

今年度最後の事業として、3/18（金）に映画&トークを行います！地域医療と性教育活動を続けている産婦人科女性医師北山郁子さんのドキュメンタリー映画を上映した後、山上千恵子監督と助産師の西里真澄さんのトークを通し、女性が抱えるさまざまな心と体の問題について考えます。ぜひ、ご参加ください。

平成27年度 開催講座の報告

もりおか女性センターでは、『わたしの学びを 社会のちからに』をテーマに様々な講座を行いました。

■ 働きたいシングルマザーのための  
パソコン入門講座

10月

初心者を対象としたパソコン入門講座は、5日間和やかな雰囲気の中で行われました。また、第3回の講座の中ではハローワーク盛岡の就職支援ナビゲーターを講師にお迎えし、ハローワークの寄り添った支援について事例を交えてお話しをしていただきました。

受講された皆さんの終了アンケートより「今回の受講をきっかけにもっと前向きに色々考えていけそうな感じがしています。」「とても充実した5日間でした。」などの感想が寄せられました。パソコンスキルの習得だけではなく、モチベーションを上げながら参加された皆さんと楽しく交流されている様子がとても印象的でした。



■ 働くチカラを身につけよう！  
私らしくプランニング！キャリア&マネー講座

11月

出産・育児等で離職した女性が再就職を考えたとき、働いて得た収入をどのように活かすかによっても各々の働き方が見えてくると思われます。そこで今回は“お金”に関する知識を3回にわたり、学びました。ライフプランを立て、いつ、どのくらいの支出が見込まれるかを知ること。現在も、また将来に向けても社会保障をより多く得るために自分に合った働き方を考えて働くこと。それらは今後の生活への備えにもつながるという話を聞きました。

受講生の皆さんにとって、それぞれのライフプランに向き合った生活や働き方を考える良い機会になりました。



■ 若者×仕事の基礎ゼミナール

12月

初回の福沢恵子さんからは、今の日本社会を取り巻く厳しい状況や非正規労働について現状を教えて頂き、大学生が身に付けるべき力として「自分なりの強み」「他人の力を借りることができる能力」「めげない心」という3つのポイントを教えていただきました。



働きの方を見つめなおしたり、新しい考えを吸収することができました。

第2回の竹村祥子さんからは「女は家事」「男は仕事」という“標準”的なライフコースが失われつつありライフコースが多様化していること、その中で選ばざるを得ない選択もあることなどを教えて頂きました。他の人の意見を聞くことができ良かった、という感想も多く、同年代の話聞くことで自分の生き方・働き方を見つめなおしたり、新しい考えを吸収することができました。

■ 起業応援ルーム 芽でるネット事業 ■

- 芽でる塾入門編、実践編、フォローアップ編
- ネットショップ開店準備講座
- IT活用講座、パソコンミニセミナー



起業応援ルーム芽でるネットは、平成27年4月にプラザおでって1階に移転し、各種講座を5階の女性センター生活アトリエで実施するようになりました。どの講座も定員を上回るお申し込みをいただき、皆さんの関心の高さを強く感じました。



芽でる塾 実践編

起業講座では必ず自分の思いや考えを口にさせていただき、ほかの参加者の方から意見や感想を伺うようにしています。このワークを行うことで課題に気づいたり、自信につながったりしていることがアンケートからも伝わってきました。

パソコン講座は、ワードやエクセルの入門講座からスキルアップを目指す女性のための講座。起業を目指す女性を対象としたホームページ作成体験講座などを開催し、毎回多くの方にお申し込みをいただきました。今後も皆さんが必要とするスキルを学べる講座を、なるべく多く開催していきたいと思っております。

■ 防災関連事業 ■

- ① 「多様な人々の視点を生かす、女性防災リーダー養成講座」第2期 **5.6月**
- ② 「2.11 防災シンポジウム ～地道な避難訓練が小さいいのちを救った！～」 **2月**
- ③ 防災出前講座 ～命とくらしを守る避難所運営ガイドライン～ **2.3月**

① 26年度に続き、第2期女性防災リーダー養成講座を実施しました。ワークを交えた全3回講座では、防災の基礎知識と多様な人々の視点を生かした地域防災のあり方、女性の声を施策決定の場に届ける必要性を学びました。平常時から女性防災リーダーが男女共同参画の視点を生かし地域において活躍することを期待します。

② 東日本大震災から5年を前に2/11に防災シンポジウムを開催しました。津波で園舎が流失したものの、日頃の訓練が生かされ園児全員が高台に逃れた野田村保育所の取り組みが話題になり、その実話を基に絵本も誕生しました。野田村保育所の遠藤所長と絵本作家の宇部さんをお招きし、自分で自分の命を守ることの大切さをテーマに「地域防災」の在り方について、会場の皆様と共に考える時間となりました。



2.11 防災シンポジウム

③ 昨年、女性防災リーダー養成講座修了生や町内会、震災復興に関わっている関係団体の協力を得て作成した『命とくらしを守る避難所運営ガイドライン』を基に防災出前講座を実施しました。4カ所の地域で民生委員の方をはじめ多くの方たちにご参加いただきました。参加者から「具体的な話を聞き、再確認することができた」、「地域で普段から男性と女性が参画し、話し合うことが大切と感じた」などの感想をいただきました。今後、地域で防災を考える参考にさせていただければと思います。