

◆ 女性起業芽でる塾



3年ぶりに全3回の連続講座を対面で開催。第1回は前半を公開講座とし、先輩女性起業家2名をお招きしてお話いただきました。第2回、第3回では、事業ユニットの作成や発表、グループワークを行い、学びを深めました。起業への具体的なイメージを掴むとともに、受講生同士で意見を交換し合うなど、盛んに交流する様子がうかがえました。

◆ 就労支援・スキルアップ講座「エクセル＆ワード基礎講座」

就労や仕事のスキルアップに役立つパソコン操作の内容で全6回の連続講座を実施。ソフトを活用した自主学習と講座を組み合わせ、就労やスキルアップに繋がる演習をしました。「エクセルやワードを身近に感じることもでき、楽しく学ぶ事ができました」との感想が寄せられました。



◆ 起業応援フォーラム



(株)クロス・クローバー・ジャパンの太野由佳子さんをお招きし、起業するにあたり、どのようにして困難を乗り越えてきたのか、お話をいただきました。

盛況となったマーケットには女性起業家5名の他、「女性起業芽でる塾」受講生もチャレンジショップを出店。出店者同士が交流を図ることでネットワークの形成に繋がりました。



共催事業 盛岡市との協働事業

◆ リカレント 9月

組織力を高めるためのコミュニケーションスキルについての講義と、実践的な話し方の提示、そして女性リーダー同士という立場での対話が、「意識しながら仕事に取り組み、実践することで力をつけていこう」とする前向きな意識変容に繋がりました。

◆ 人権啓発講演会 1月

「岩手の現場から『性と人権』を考える」と題し、岩手県立中部病院第一産婦人科長の秋元義弘さん、岩手県男女共同参画センター職員の佐藤卓さんに若者の性の現状や多様性についてお話をいただきました。講師の熱意に、社会を担う私たち大人の責任を痛感する講演でした。



◆ 男性の育休・子育て 応援セミナー 10月

男性の家庭参画の必要性を学ぶことで、職場や家庭で不足しているものや必要なことについて、セミナーを通して考え、思い巡らす機会となりました。

◆ 誰もが働きやすい職場 づくりを進めるフォーラム 2月

「成果をあげること」と「働きやすい職場づくり」との両立について、(株)小田島組の小田島代表取締役役に同社の事例やトップの意識改革の必要性を熱く語っていただき、組織の働き方改革等が専門のいわてライフキャリアラボ後藤代表からは、イクボスを軸とする取組推進について解説いただきました。



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)

〒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 (019) 601-4031
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 (プラザおでって1階)

開室時間 月曜日～金曜日 10:00～12:00/14:00～17:00
休室日 土日祝、毎月第2火曜日、年末年始

最新の情報は
ホームページから！



事業のご案内、スタッフのつぶやき…
Twitter & Instagramはこちら！



Twitter



Instagram

● 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。
また、メール相談も受け付けます。(ホームページの相談フォームから)
- 相談は無料です。秘密はかたく守ります。

	相談開設時間	
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

● 男性相談

相談受付電話 019-604-3304

- 男性の相談員による面接相談のみ。予約が必要です。
- 原則毎月第2土曜日に実施予定です。
場所などの詳細はホームページ、またはお電話でご確認ください。
- 相談は無料です。秘密はかたく守ります。

● LGBT相談

相談受付電話 019-604-3304

- 毎週金曜日。10:00～17:00
- 電話相談のみ。予約が必要です。
- 相談は無料です。秘密はかたく守ります。



ひとひと
一女と男、ともに参画する社会をめざしてー

もりおか女性センター

ニュースレター

もりおか女性センターは、
女性の自立と社会参画を支援するとともに
男女共同参画を推進する拠点です。

2023年3月

No. 101

学ぶ

学習・研修の機会の場

出会う・力をつける

活動促進・交流の場

悩み・考える

女性相談

考え究める

調査・研究事業

知る

情報提供・収集場所

発行：もりおか女性センター

令和4年度

開催講座の報告

たくさんのご参加
ありがとうございました

3 大事業

- ◆ 6月 男女共同参画週間モリおか展 2022
- ◆ 9,10月 モリおか女性センター
フェスティバル 2022
- ◆ 11月 なくそう！女性に対する暴力 2022

LGBTQ+ 6~7月



◆「“LGBTQ+”アライの輪を広げよう！」

1・2 回目は、参加者といわてレインボーマーチのメンバーが各テーマについて交流をし、3 回目の公開講演会では、畑野とまさんにプライドパレードが始まったきっかけや歴史の他、権利獲得のために当事者が訴え、闘ってきた背景を解説していただきました。



性教育 9月

◆「おうち性教育はじめませんか!? 第2弾！ 『思春期の生と性 ~反抗期がやってきた！ 親のあり方・関わり方~』」



性教育の先駆者・村瀬幸浩さんに思春期特有の体の変化や自律神経など生物学的観点に加えて、その関わり方のヒントを伝授いただき反響を得ました。2 年連続した「おうち性教育」の発信が、ポジティブに性を捉えるきっかけとなり、親自身の性の学び直しから教育現場へと、包括的性教育の理解に広がることを期待したいです。

男女共同参画 7~9月

◆「モリおか女性塾 2022」

ジェンダーに関する日々のモヤモヤの原因について考えることを皮切りに、メディアリテラシーやコロナ禍で苦境に立つ女性たちの現状を共有。後半ではロールモデルの実践を学び、SNS 発信等、課題解決のために一人ひとりがどう行動していくか、多様な視点から深掘りする講座となりました。



シングルマザー 10~11月

◆「シングルマザー エンパワーメント講座」

第1回は吉田穂波さんから「受援力」について、第2・3回は、お金の専門家・加藤葉子さんから給付型奨学金や手当等について学びました。集約したシングルマザー目線の情報を得たことで、積極的に支援を求め制度を活用する「希望」が持てる講座となりました。

非正規シングル女性 2~3月

◆「非正規で働くシングル女性のあなたへ ~知っておきたい、健康管理と介護のこと」

第1・2 回を YouTube 配信での講義とし、第3回は対面で交流会を開催。講義では仕事と介護の両立や働き方、健康管理について専門家による話を視聴し、交流会は自分の思いを話す機会になりました。アンケートから、「自分を大切にすること」などの気づきとともに、参考になる情報を得て実生活に取り込む前向きな気持ちを持てただけの様子が見られました。

おしゃべりルーム 年数回

◆「みんなのおしゃべりルーム」

誰からも批判されない安心安全な場で、共通する悩みを「語る」「聴く」という経験を通して、問題を整理し、解決のヒントを探しました。今年度は職場の人間関係、親子関係、感じているモヤモヤなどをテーマに4 回開催しました。



男性の交流分析 8~9月

◆ 男性のための交流分析入門講座 「フレキシブルに毎日を過ごすために」

個人ワークを通して自分を知り、交流分析の手法で対人関係を見直し、今回初めて導入したグループトークで自分を表現したり参加者の話を傾聴したりする機会となりました。フレキシブルな生き方のヒントを得るなど、理解が進んだ様子が見られました。



介護 2月

◆「32 歳。いきなり介護がやってきた。 ~時をかける認知症の父と、がんの母と」

あまのさくやさんを講師に迎え、働き世代等が抱える介護の課題についてご講演いただきました。参加者のみなさんと介護の課題を共有し、あまのさんの実体験のエピソードを踏まえた「自分を犠牲にしない5 箇条」や「社会的処方」など、介護の“心の備え”について考える機会となりました。



人権 随時

◆「人権出前講座」

聴覚支援学校を含む6 校で開催し、約1,200 人が参加しました。デートDV がいかに酷い人権侵害か、動画等を通して学び、理解が進んだことがうかがえました。人と人との間にある「境界線」について、印象に残ったという感想もありました。引き続き「安心・安全な関係」や「自分も相手も尊重すること」について、多くの生徒に伝えていきたいと思います。



令和5年度の講座 準備中！

もりおか女性センターのホームページ、Twitter、Instagram、チラシ等で随時お知らせします

来年度も みなさまのご参加
お待ちしております！

防災 11~12月/通年

◆ 地域防災力を高める学習会 「過去の災害を教訓に参画の輪を広げよう！」



東日本大震災と平成30 年西日本豪雨災害について、実情をよく知る講師陣から、女性視点で被災の経緯とその後の状況、支援のあり方、浮かび上がった課題等を学び、マイトimeline作成、平時の備蓄と非常時の持ち出し、避難所運営についても考えを深めることができました。



◆「防災出前講座」

5・8・9 月に町内会・自主グループ等に出向き、実施。性別や立場の違いによる避難生活での困難や、被災の違いなどについて講義を行いました。また、トイレの実技や「クロスロードゲーム」を取り入れ、多様な考えを理解し、自助共助について参加者のみなさんと考える機会となりました。



市民団体支援

◆「市民団体支援事業」

「男女共同参画」をテーマに4 団体が事業を開催。グループワークを通じ、理解と参加者同士の交流を深める機会となりました。

- ❖ もりおか女性の会「男女共同参画」
- ❖ いわてアサーティブの会「アサーティブ・コミュニケーション」
- ❖ 新日本婦人の会盛岡支部「人権問題」
- ❖ エスカル岩手「生理」



5 階 もりおか女性センター 新着図書のお知らせ 	
『どうして男はそうなんだろうか会議 ——いろいろ語り合って見えてきた「これからの男」のこと 』 澁谷知美・清田隆之（編）／筑摩書房／2022	
『シモーヌ(Les Simones) VOL.7 特集：生と性 共存するフェミニズム』 シモーヌ編集部（編）／現代書館／2022	
『差別は思いやりでは解決しない ジェンダーや LGBTQ から考える』 神谷悠一（著）／集英社／2022	
『男性中心企業の終焉』 浜田敬子（著）／文藝春秋／2022 日本のジェンダーギャップ指数は 146 カ国中 116 位。未だに男尊女卑が根強く残る日本の企業風土。その原因はどこにあるのか。なぜ日本の女性登用はこれほどまでに進まないのか。 本書はジェンダー後進国の日本の現状を俯瞰しつつ、多様性を実践している企業や自治体の地道な取り組みを紹介し、職場におけるジェンダー平等の実現を図る方法を模索している。 	
『世界を変えた 146 人の子ども：才能にめざめた若者たちの物語』 ルーラ・ブリッジポート（著）／創元社／2022	
『死に方がわからない』 門賀美央子（著）／双葉社／2022	
『ボクはやっと認知症のことがわかった 自らも認知症になった専門医が、日本人に伝えたい遺言』 長谷川和夫・猪熊律子（著）／KADOKAWA／2019	
『すごいトシヨリ BOOK トシをとると楽しみがふえる』 池内紀（著）／毎日新聞出版／2017	
『「地方」と性的マイノリティ：東北6県のインタビューから』 杉浦郁子・前川直哉（著）／青弓社／2022	
『聞く技術 聞いてもらう技術』 東畑開人（著）／筑摩書房／2022	
『オーバー40 歳でも大丈夫! おひとりさまでも大丈夫! 私がお金で困らないためには今から何をすればいいですか?』 井戸美枝（著）／日本実業出版社／2021	
『母性』 湊かなえ（著）／新潮社／2015	
『もう別れてもいいですか』 垣谷美雨（著）／中央公論新社／2022	
『マダムたちのルームシェア』 seko koseko（著）／KADOKAWA／2022	
『女の子がいる場所は』 やまじえびね（著）／KADOKAWA／2022	
『HEARTSTOPPER ハートストッパー』 1〜4 アリス・オズマン（著）／トゥーヴァージンズ／2021〜2022	

『「神様」のいる家で育ちました ～宗教 2 世な私たち～』 菊池真理子（著）／文藝春秋／2022
『くまのトーマスはおんなのこ ジェンダーとゆうじょうについてのやさしいおはなし』 ジェシカ・ウォルトン（作）・ドゥーガル・マクファーソン（絵）／ポット出版プラス／2016
『きみのことが だいすき』 いぬい さえこ（作・絵）／パイインターナショナル／2022
『フェミニズム大図鑑』 ハンナ・マッケン ほか（著）／三省堂／2020
『エトセトラ VOL.7 特集：くぐりぬけて見つけた場所』 いちむらみさこ（編）／エトセトラブックス／2022
『エトセトラ VOL.8 特集：アイドル、労働、リップ』 鈴木みのり・和田彩花（編）／エトセトラブックス／2022
『イン・ザ・ドリームハウス』 カルメン・マリア・マチャド（著）／エトセトラブックス／2022
『岩手県初の女性代議士 菅原エンー代記』 菊地和夫（著）／自費出版／2017

1 階

起業応援ルーム

芽でるネット

新着図書のお知らせ

プラザおでって 1 階にあるお部屋「起業応援ルーム 芽でるネット」は、起業、就労に役立つ図書、SNS 活用図書など様々な実用書を配架しています。

『SNS 別 最新 著作権入門：「これって違法!？」の心配が消える IT リテラシーを高める基礎知識』 井上拓（著）／誠文堂新光社／2022
『平均 4.2 カ月で 1 万フォロワーを実現する プロ目線のインスタ運用法』 石川侑輝（著）／クロスメディア・パブリッシング(インプレス)／2022
『自分だけの強みが遊ぶように見つかる 適職の地図』 土谷愛（著）／かんき出版／2022 自分の強みってなんだろう…？適職がわからない…。 そんな「強み迷子」になっている方必見！ 強みは「誰もが必ず持っているもの」なのです！ 7 日間のワークをゲーム感覚で楽しみながら、自分の強みややりたいことを明確にして、自身を見つめなおすきっかけになる一冊です。 
『1 日 1 時間で月 10 万円の「のんびり副業」 初めてでも、 SNS やネットに詳しくなくても、好きなことで楽しく稼げる!』 戸田充広（著）／現代書林／2022
『うまくいく女性起業家だけが知っていること』 叶理恵（著）／鴨ブックス／2021