

プラザおでって1階の  
起業応援ルーム「芽でるネット」から

令和5年度も多くの方に「芽でるネット」をご利用いただきました♡  
芽でるネットに足を運んでくださったみなさま、ありがとうございました。  
心地良い時間を過ごしてもらうため、個室の一つをエステルームにしたり、  
りんごの木箱にペンキを塗って本棚を作るなど、模様替えも行いました。

【出店体験】本格的にスタート！

起業したい女性・起業している女性対象の「出店体験」は14の方にご利用いただきました♪（2月時点）それぞれ次のステップに繋がる経験となっているのではないのでしょうか。

【出店者から一言】

普段色々な場所で教室をやっていますが、芽でるネットは初めての方には踏み出すきっかけになる良い場所です。スタッフの方に褒めていただけたり、優しい言葉が励みになります！



2月開催【ちりめん人形とエッグアート教室】



【芽でるネット公式Instagram】開設！

3か月で100人のフォロワーを目標に開設。2か月で目標は達成し、現在の目標は、今年度中にフォロワー200人！（現在188人♡）  
お部屋のスケジュール、事業のお知らせの他に「芽でるネット」ご利用の起業家さんのご紹介等を発信中♡



是非、フォローをして情報をGETしてください。投稿写真へのコメントもお待ちしております♡



アンケートにご協力ください

もりおか女性センターニュースレターでは、今後のより良い紙面づくりのため、アンケートを実施します。ご意見、ご感想、取り上げてほしいテーマなど、Googleフォームにてお受けいたします。



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

〒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) 604-3303 FAX (019) 601-4031  
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...



X (旧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。

- 電話相談と面接相談があります。（予約の方優先）  
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。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

- 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。

2024年3月

No. 107

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



ごあいさつ

令和5年度を振り返り、新型コロナウイルス感染症が第5類になって以降、オンラインも併用しながら徐々に対面開催を増やし、各種講座を実施してまいりました。たくさんの皆さまのご参加ありがとうございました。

次年度以降も様々な事業を実施したいと企画しています。ジェンダー平等社会を実現していくために、市民団体支援事業をはじめ、市民の皆さまと共に、学び、集い、今何ができるかを考える機会を共有してまいりますので、次年度も、女性センターの更なる活用をお待ちいたします。

令和6年3月 高橋和佳子副センター長

男女共同参画週間 もりおか展2023

「若者・女性の政治参画」を目指して

大学生・市民グループと連携し、ジェンダー主流化を目指すメッセージを発信。意思決定過程に女性の参画が不可欠であることを学びました。

◆6月開催予定

講演会 ほか

テーマ：少子高齢・家族問題など

ジェンダースタディツアー ～子どもの未来へつなぐ

ジェンダー平等を阻む問題を学ぶ

「政治」「教育」「労働」「健康」ジェンダーギャップ指数の4分野を基に、社会構造の中に潜むジェンダーの問題を学び、参加者同士が互いに考える場となりました。

◆第1回6月開催予定

ジェンダー論講座

テーマ：身近な生活に潜む問題をジェンダーの視点で捉え直す

IWATE RAINBOW MARCH 2023

セクシュアル・マイノリティを取り巻く課題を共有

「いわてレインボーマーチ」と連携。誰もが安心安全に暮らせる社会づくりについて、多くの市民に訴えました。ネットワークづくりの機会にもなった2日間でした。

もりおか女性センターフェスティバル2023

多様性を大切にして認め合う社会へ

映画 『ズートピア』上映会

自分の中にある「差別や偏見」に目を向け、違いを受け入れ合う社会について考える機会でした。

そのほか、利用団体・女性起業家の活動を展示紹介しました。

◆2月開催予定

映画上映会

テーマ：ジェンダー問題



女性起業芽でる塾 起業を目指す女性を後押し

4回連続講座で基礎知識やノウハウを習得。具体的な起業へのイメージを膨らませました。レトロな雰囲気のある岩手県公会堂会場では、経験談を聞いたり、先輩女性起業家マーケットと一緒にチャレンジショップを開いたり、ネットワークづくりの機会にもなりました。



◆11月～R7年2月開催予定

基礎知識とノウハウを身につけ、ネットワーク形成を図る

ワード&エクセル基礎講座

仕事で役立つ技能を学習 次のステップに進むための第一歩

Word、Excelの基本操作から豆知識まで。3日間で学び、転職活動に役立てていける機会としました。

◆時期未定

キャリアデザインやパソコンスキル習得などに挑戦

ひとり親のママ・パパ・子どもたち応援イベント

コロナ禍による収入減少と物価高騰が家庭に大きな影響を与える今、相談ブースの設置、情報提供によるサポートを行いました。自分のための時間を過ごし、ひとり親同士の交流によって“孤育て”から開放される機会としました。

「元気パワーをまるっとGET!」

共催：チャバタケdoors

◆時期未定

ひとり親のエンパワーメント

モリオカ防災 人材育成ワークショップ

市民の、市民による、市民のための多様な視点がある防災



教わる側から伝える側へ。ワークショップを通して制作した「情報発信ツール」で、多様な視点からの防災を伝えることの出来る人材を育成しました。

◆時期未定

震災経験をジェンダーの視点で捉え直し、防災に必要な人材を育成する

防災出前講座

16地域/団体にて開催。ジェンダーの視点による地域防災

講義だけでなく、地域に合わせたワークやゲームなども実施。子どもたちの参加もあり、地域内でのコミュニケーションがつながるきっかけにもなりました。

◆随時開催

多様な人々にとっての安心・安全な避難所運営を考える

なくそう！女性に対する暴力2023

今年度のテーマは「性暴力をなくそう」

東北電力さんの鉄塔がシンボルカラーのパープルになり、女性に対する暴力根絶のメッセージを届けました。

◆11月開催

おしゃべりルーム 安全・安心の場で 自己の問題を見つめ整理する

誰からも批判されず悩みや思いを「語る」「聴く」グループ相談の場となりました。

◆随時開催

ユースリーダー養成講座2023

自分も他人も大切に作る人間関係作りと、自尊感情を持って生きる大切さを学ぶ

中高生に人権講座を行う若者の人材育成講座として開催。3日間の研修を通し学びを深めました。

◆5～6月開催

人権出前講座 望ましい人間関係とは何かを知る

デートDVなどの暴力に陥る原因を理解し、より良いコミュニケーションについて知識を得るための啓発講座。7校にて開催しました。

◆随時開催

市民団体支援事業 4団体が参加しました！

【いわてレインボーマーチ】 人権とセクシュアル・マイノリティについて学び、理解を深めました。

【エスクル岩手】 男性にもある「更年期」について学び、家庭や職場での相互理解の必要性を再認識することができました。

【もりおか女性の会】 地域住民とつながる居場所である地域食堂の取り組みを紹介しました。

【新日本婦人の会 盛岡支部】 認知症の正しい知識を深め、偏見を無くし、ともに歩むことを考える場となりました。

◆9～12月開催

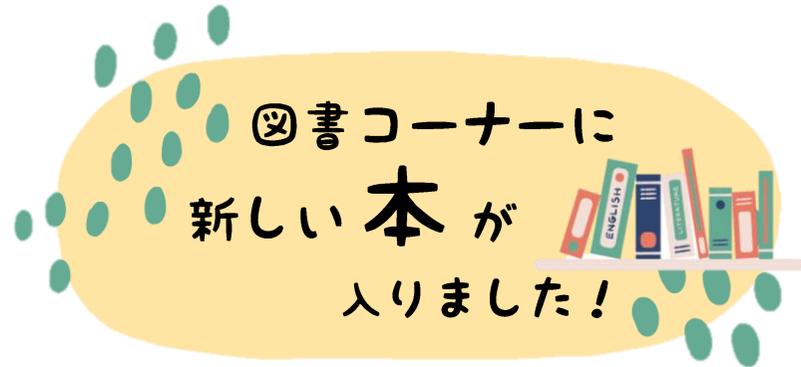
連携事業 市や大学と連携して4つの事業を展開しました

- \* 令和5年度DV被害者対応研修
- \* 女性のキャリア形成支援リカレントプログラム
- \* 令和のパパを学ぶ！子育て応援セミナー
- \* 多様な人材の活躍推進フォーラム



令和6年度に向けて、新しい事業も企画！

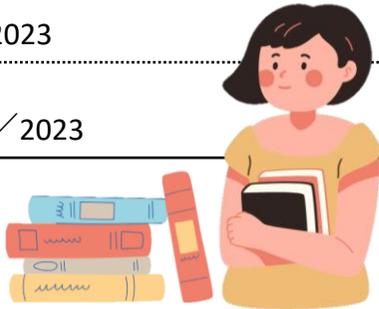
チラシやHPで随時お知らせします。 どうぞお楽しみに♪



図書コーナーに  
新しい本が  
入りました!

### 〈ジェンダー〉

ジェンダー格差 実証経済学は何を語るか 牧野百恵 (著) / 中央公論新社 / 2023
ジェンダー目線の広告観察 小林美香 (著) / 現代書館 / 2023
女性不況サバイバル 竹信三恵子 (著) / 岩波新書 / 2023



### 〈仕事・生き方〉

財産は？ お葬式は？ 認知症になったら？ ふと、終活のことを考えたら最初に読む本 加藤光敏 (著) / 日本実業出版社 / 2023
私の「結婚」について勝手に語らないでください。 クァク・ミンジ (著) / 亜紀書房 / 2023
生きるのがしんどい女が「死ぬまでにやりたいこと リスト」を消化していく話 タワシ (著) / KADOKAWA / 2023
「40歳の壁」をスルッと越える人生戦略 尾石晴 (著) / ディスカヴァー・トゥエンティワン / 2022
Canva使い方入門 mikimiki web school (著) / ソシム / 2023

### 〈エッセイ〉

おやじはニーチェ 認知症の父と過ごした436日 高橋秀実 (著) / 新潮社 / 2023
くもをさがす 西加奈子 (著) / 河出書房新社 / 2023

## 〈身体・健康〉

女性の発達障害 困りごとにどう向き合うか

司馬理英子（監修）／講談社／2023

マンガでわかる！男女で知っておきたい更年期

佐々木春明・甲賀かをり（監修）／主婦の友社／2023

別冊 40代からの人体の取扱説明書 最新版

(ニュートン別冊)

ニュートンプレス 他（著）／ニュートンプレス／2023

## 〈絵本〉

女の子のからだえほん

マティルド・ボディ（作・絵）ティフェーヌ・ディユー  
ムガール（作）／パイインターナショナル／2022

ようこそ こどものけんりのほん

えがしらみちこ（絵）子どもの権利・きもちプロジェク  
ト（文）／白泉社／2023

## 起業応援ルームにて配架中



“好き”を仕事にする力

スモールビジネスを立ち上げた100人の女性たちのリアル

碓井美樹（著）／PHP研究所／2023

自分らしく生きる覚悟を決めた女性たち

18人の女性起業家から学ぶ後悔しない人生の歩み方

Rashisa出版（編）／Rashisa出版／2023



## 図書コーナーのご紹介

男女共同参画について学び、考え、  
力をつけるための資料を中心に  
収集、提供しています。



### 【貸出について】

※図書・DVD・ビデオ合わせて3作品まで貸出可能

図書／雑誌（新刊除く）	3冊まで	2週間以内
DVD・ビデオ	2枚まで	2週間以内

本を借りるには利用者登録が必要です。  
身分証明書をご持参の上、受付にお申し出ください。