



皆さんの声から

「講座名」

(開催日)

◇ 講座内容

* ご意見

八王子市男女共同参画センターでは、男女それぞれが個性と能力を発揮し、一人ひとりがいきいきと暮らせる社会を目指して、さまざまな講座をおこなっています。今回は、最近実施した講座の中で、人気の高かったものをご紹介しますとともに、受講生の皆様の声をお届けします。

「女性の視点からの防災対策のススメ」

平成20年11月8日(土)開催

◇女性の視点で防災を考え、自分自身や家族の命を守るための対策を教えてくださいました。

- * 非常食や被災後の生活の備えしか考えておらず、まず自分の命を守るにはどうするかを考えようと思います。
- * いろいろなケースでの最低限の被災でとどめておく方法など、考えたことがなかったのでよかったです。

市民企画講座

「泣くな、男だろ!」と言わないで」

平成20年11月9日、23日(日)開催(全2回)

- ◇男の子だって泣いてもいい!寂しがってもいい!「男らしく」「女らしく」ではなく、「自分らしく」あるための生き方や子育てを、ワークショップで共に考えました。
- * 世間の枠にとらわれている自分があるなあ~と思いました。自分も夫も子どもも、ありのままで見られるといいなあ~と思いました。
- * 感情について、行動について、枠を外すワークなど、様々な視点で子育てについて考えることができました。

「メンター「人育てリーダー」養成講座」

(ネットワーク多摩共催)

平成21年1月17日~2月21日(土)開催(全5回)

◇「メンター」は他人をやる気にさせるリーダー!今までの豊かな経験から、地域の人育て、組織育てに活かす力をつけました。

- * リーダーとしてだけでなく、人間としてのあり方など学べて、とても良かったです。
- * 「自分にとってのメンターは?」「メンターとファシリテーターの違い」「3年後の自分がどのようになっているか?」この講座を通して、今までの活動を見直す良いチャンスになりました。
- * 先入観を持つことで、相手への興味を持ち、コミュニケーションのきっかけにするという考え方が新しいなあ~と思った。

「女性のための護身プログラム」

平成21年3月31日(火)開催

◇危険な目に遭いそうになった時、自分の身を護るためにはどうしたらいいのか?体を動かしながら学びました。

- * 自分の持っているもの(体・声)で相手を撃退できるということが分かった。
- * 講師の方が元気良く、こちらまで元気になりました。子どもの頃からこういったプログラムを受けられれば良いですね。
- * 実技の他にディスカッションがあり、楽しかった。自分を大切に生きていきたいです。

市民持込企画講座

★ 「ツートップ子育てでパパとママのハッピーライフバランスを目指そう！！」

平成21年2月11日(水・祝)開催

- ◇ あの「ファザーリング・ジャパン」の安藤さんに、パパが育児を楽しむコツや、パパとママとの素敵なつき合い方を教えてもらいました。
また、パパ同士の交流もバッチリありました。

- * 「子育てをする」というより、「楽しむ」ことが大切であることを知ることができた。
- * 父親が子どもとどう向き合うかが、明確に理解できた。
- * 夫に話を聞いてもらえて本当に良かった！！(同性の方からの話はとっても効果があった！！)
- * 頭ではわかっていたことですが、声を大にして人数を集めて活動されているファザーリングジャパンに出会えたこと自体が嬉しかったです。



いかがでしたか？ 気になる講座はありましたか？
今後もたくさん開催していく予定です。講座内容等については、
広報やホームページにて随時お知らせします。
みなさまのご応募をお待ちしています。

<http://www.city.hachioji.tokyo.jp/shiminkatudo/danjokyodo/index.html>

男女共同参画センターの
ホームページやメール、電話番号の
情報を携帯電話で読み込むことが
できます。(ホームページはモバイル
版ではありません。)



今後の講座予定のご案内

内容や申込み方法などは、八王子市の広報やホームページをご覧ください。か、男女共同参画センターに直接お問合せを。(電話 042-648-2230)

- HAPPYな恋愛をしましょう！「デートDV(恋人間の暴力)防止講座」
6月23日(火) ☆先着順にて受付中！
- 地域の輪をつくる「レクリエーションボランティア」養成講座
7月1日～7月29日(毎週水曜日)(全5回) ☆先着順にて受付中！
- 「パパママ一緒に！ふれあい親子体操」
7月11日(土) 募集期間：6/15まで
- 夏休み親子講座「メディアからの情報を読み解くチカラをアップしよう！」
8月2日(日) 募集期間：7/15まで

ほっとタイムサービスのご案内

クリエイイトホール内の生涯学習センター・図書館・男女共同参画センターや、しごと情報館を利用する方で、満1歳～6歳（未就学児）までのお子さんをお持ちの方！ 学習活動・求職活動をしている間、お子さんをお預かりします。ぜひご利用ください。（事前の登録、予約が必要です。）

- 日・月・水・金・土曜日 午前9時から12時
- 火・木曜日 午後1時から5時



詳細については、男女共同参画センターまでお問い合わせください。



女性の相談室



一人で悩まないで。困ったときは相談を。

専用電話 042-648-2234

- ・ プライバシーは守ります。
- ・ 相談はいずれも無料です。
- ・ 託児もあります。（1歳～未就学児・予約制）

専門相談 *専用電話でご予約を。

夫婦・家族間の悩み事、生き方や人間関係の悩み、女性の人権に関わる法律や裁判の相談に、専門の女性相談員が応じます。

★女性のための相談・カウンセリング

女性のための相談（専門相談員）

木曜日：午後1時～午後4時

カウンセリング（心理カウンセラー）

水・土曜日：午前9時～正午

第2木・第4月曜日：

午後5時～午後8時

★女性のための弁護士相談（弁護士）

毎月第3土曜日：午後2時～午後5時

電話相談 *専用電話へお掛けください。

女性の抱えるさまざまな悩みや問題について、男女共同参画センターの相談員がお話を伺います。

毎週月曜～土曜日：午前9時～午後7時

◆ 八王子市男女共同参画センター

〒192-0082

八王子市東町5-6 クリエイトホール8階

電話 042-648-2230

相談専用電話 042-648-2234

ファックス 042-644-3910

メール b050900@city.hachioji.tokyo.jp

ホームページ

<http://www.city.hachioji.tokyo.jp/shiminkatudo/danjokyodo/index.html>

◆ 開館時間

月～土曜日 9:00～19:00

日曜日 9:00～17:00

◆ 休館日

年末年始（12月29日～1月3日）

原則毎月第1火曜日（館内点検日）



クリエイイトホールまでは・・・

JR八王子駅から徒歩4分

京王八王子駅から徒歩4分

★駐車場はありませんので、車でお越しの方は八王子駅北口地下駐車場（有料）などをご利用ください。

DVホットライン八王子

女性のための電話相談です。秘密厳守します。

電話：042-648-9580（毎週月曜日/午前9時～12時）

費用：無料

編集・発行 八王子市男女共同参画センター