

令和5年度 アルザにいがた主催事業実施状況

◆は、企画委員担当講座

No.	事業名・講座名	回数	テーマ・内容（開催日）	対象・募集人数	応募者数	参加者数	参考内訳			平均参加者数	保育	満足、まあまあ満足の割合
							男	女	その他			
◆ 1	女性の生き方講座	3	もっと知りたい！私のカラダとココロ～心地よい“わたし”を見つけるために～ (9/7・14人 9/14・9人 9/21・9人)	女性20人 【保育8人】	18人	32人	—	32	0	10.7人	7	100.0%
2	男性の生き方講座 (子育て期)	3	バスキルUP！幸せがふえる家事育児 (9/2・19人 9/16・18人 9/22・19人)	0歳から小学生までのお子さんを持つ父親各24人 【保育8人】	27人	56人	56	—	0	18.7人	14	95.8%
3	女性の起業を支援する講座	3	女性のための起業応援セミナー～入門・仲間づくり編～ (7/14・27人 7/21・21人 7/28・16人)	起業を考えているまたは起業に関心のある女性25人【保育8人】	44人	64人	—	64	0	21.3人	9	100.0%
◆ 4	男性の生き方講座 (定年期)	2	老いの不安を謳歌して～見せどころ、勘どころ、使いましょう～ (1/18・人 1/25・人)	定年前後の男性または定年後のことを考えている男性25人【保育5人】	人	0人	—	—	—	0.0人		
◆ 5	ジェンダーで社会を考える講座	3	アンコンシャスバイアスとジェンダー～ケア役割・ケア労働から見ること～ (2/3・人 2/17・人 3/3・人)	どなたでも35人 【保育15人】	人	0人	—	—	—	0.0人		
6	メディアリテラシーについて考える講座	1	知っておきたい「自分の言葉で話す」大切さ～ジェンダー×メディアリテラシー～ (10/21・15人)	どなたでも35人 【保育8人】	20人	15人	6	9	—	15.0人	1	78.6%
7	再就職支援講座	2	自分らしい働き方を見つけるセミナー【オンライン開催】 テーマⅠ：多様な働き方とルール (10/14・人 10/28・人)	これから再就職やもっと違う働き方を考えたい女性20人 【保育5人】	人	0人	—	—	—	0.0人		
		2	自分らしい働き方を見つけるセミナー【オンライン開催】 テーマⅡ：50代からのキャリアデザインを考える (12/2・人 12/9・人)	これから再就職やもっと違う働き方を考えたい女性20人 【保育5人】	人	0人	—	—	—	0.0人		
		5	再就職を目指す女性、正規雇用を望む非正規雇用の女性のための個別相談会【オンライン開催】 (12/12～12/16)	再就職やもっと違う働き方を考えたい女性各日3人程度 【保育あり】	人	0人	—	—	—	0.0人		
8	相談室連携講座	5	私を大切にするための自己表現講座 (5/26・23人 6/2・21人 6/9・20人 6/16・19人 6/23・21人)	女性20人 【保育8人】	27人	104人	0	104	0	20.8人	15	85.7%
9	相談に携わる方のための講座	1	生きづらさの根底にあるものは～ポリヴェーガル理論に学ぶ～【オンライン開催】 (9/23・59人 会場34人、オンライン25人)	各種相談に携わっている方、対面30人、オンライン30人	60人	59人	6	53	—	59.0人	1	80.9%
10	アルザdeカフェ	1	企画中			0	—	—	—	0.0		
		1	企画中		人	0人	—	—	—	0.0人		
11	男女共同参画講座 1	1	男女共同参画研修【オンライン開催】 (5/24・34人 会場19人、オンライン15人)	アルザにいがた企画委員、アルザフォーラム実行委員、男女共同参画地域推進員、公民館職員、地域推進員事業担当の地域（総務）課職員 【保育5人】	35人	34人	11	23	0	34.0人	1	96.0%
12	男女共同参画講座 2	1	アルザdeシネマ「ヒキタさん！ご懐妊ですよ」 (6/10・153人)	小学生以上200人 【保育8人】	221人	153人	37	116	0	153.0人	4	91.9%
13	男女共同参画講座 3	1	政治分野の男女共同参画～ハラスメントの実態から考える～【オンライン開催】 (9/2・21人 会場16人、オンライン5人)	どなたでも、対面30人、オンライン20人	27人	21人	5	16	0	21.0人	0	94.1%
講座参加者数											538	90.9%

14	男女共同参画講座 4	1	SDGs「ジェンダー平等」展 開催期間 10/7・8 会場 ラブラ方代 2階通路 展示内容 開志専門職大学アニメ・マンガ学部との連携企画 ジェンダーをテーマにしたイラスト等			—	—	—	—	—	—	—
15	登録団体交流会	2	第1回（7/20） 登録団体活動事例発表 （新潟女性史クラブ） グループワーク（「ジェンダーカルタを作ろう」男女共同参画に関心が薄い人に、ジェンダーについて考えるきっかけとなるようなカルタを作成する。）	団体16人（女性12人、男性4人）							0	
16		2	第2回（12/10） 講義（「ジェンダーについて」） グループワーク（「こういう事例をどう考えますか？」ジェンダーについての課題を話し合う。）									
	情報啓発紙「アルザ」	4	年4回 発行（7月・10月発行済み）	7・10・2月号 各1,000部発行 3月号 1,500部発行 （市内各公民館・県女性センターほか）								—
	アルザフォーラム		アルザフォーラム2023「分かりあうことから始めよう～一人ひとりの幸せのカタチ～」開催期間11/11～19 □基調講演「男性学の視点から誰もが生きやすい社会を考える」（11/12） 田中俊之さん □分科会「その生きづらさはどこからきてる？～見えないしばりを考える～」（11/19） □大学連携事業「いろいろな年代で考えよう！ジェンダーについて」（11/26） □DVD上映会（11/17・18） □ワークショップ（20企画） □協賛事業（2企画）									

※No.2男性の生き方講座（子育て期）は単発での参加可としたため、満足度は各回の満足度で集計（アンケート回答人数は21人）

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 女性の生き方講座
 □講座タイトル：もっと知りたい！私のカラダとココロ
 ～心地よい“わたし”を見つけるために～
 □対象・定員：女性 20人 ※応募多数の場合抽選
 □保育：8人（生後6ヵ月～就学前まで）

学習目標		・更年期の女性の身体の変化について、正しい知識を学ぶ ・法の観点から、ジェンダーがどのようにとらえられているのか知識を学び、女性の在り方や生き方を考える機会とする。			
行動計画		1-(1)-1-イ、4-(2)-①-エ			
回	日時	タイトル	内容	方法	講師・助言者
1	9/7 (木) 10:00 ～ 12:00	変化する“カラダとココロ” ～ゴキゲンな更年期を迎えるために～	更年期の女性の身体の変化について正しい知識を学ぶ機会とする。また、自分の身体の不調があった時、後回しにして我慢してしまうことがないか、参加者同士で話し合う機会とする。	講義・グループワーク	栗原 あつ子さん (kite-me 代表・看護師)
2	9/14 (木) 10:00 ～ 12:00	生きづらいはダレのせい!? ～ジェンダーで視点を変える～	法から見る社会構造とジェンダーについて学ぶ。生きづらさは自分のせいと決めつけるのではなく、今の日本の社会構造が少なからず影響していることを知る機会とする。		里見 佳香さん (新潟青陵大学 福祉心理子ども学部 社会福祉学科 准教授)
3	9/21 (木) 10:00 ～ 12:00	心地よい“わたし”～ちょうどいい自分を見つけよう～	前2回の振り返りと、講座を受講しての意識の変化や行動変容について話し合う。	グループワーク	企画委員 太田 千恵子さん 田口 優香里さん 松橋 佳代さん

もっと知りたい!

参加
無料

連続
講座

保育
あり

私のカラダとココロ

～心地よい“わたし”を見つけるために～

女性なら誰にでもやってくる更年期の正しい知識を学び、法の観点からジェンダーを知るにより、今までの情報や知識をアップデートします♪
心地よい“わたし”を一緒に見つけませんか(^^♪



イラスト提供：ふわふわ。り

* 講座プログラム * <全3回連続講座>

回	日時	内容	講師・ファシリテーター
1	9月7日 (木) 10時～12時	変化するカラダとココロ ～ゴキゲンな更年期を迎えるために～ 更年期の身体と心の変化について正しい知識を学びます。	栗原 あつ子さん (Kite-me 代表・看護師)
2	9月14日 (木) 10時～12時	生きづらいのはダシのせい!? ～ジェンダーで視点を変える～ 法から見る社会構造やジェンダーについて考えます。	里見 佳香さん (新潟青陵大学 福祉心理子ども学部 社会福祉学科 准教授)
3	9月21日 (木) 10時～12時	心地よい“わたし” ～ちょうどいい自分を見つけよう～ 今までの自分とこれからの自分について、グループワークを通して話し合います。	企画委員

会場：万代市民会館 4階 403・404 大研修室

※駐車場はありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか、公共交通機関でお越しください。

対象：女性

定員：20人 ※応募多数の場合は抽選

保育：8人（生後6ヶ月～就学前まで）※要申込

申込方法：かんたん申込み または、

アルザにいがたへ 電話（025-246-7713）

締切：8月21日（月） ※裏面参照

↓かんたん申込み



* 講師紹介 *



栗原 あつ子 (あわら あつこ) さん / Kite-me 代表・看護師

石川県金沢市出身。9年間の看護師臨床経験と自身の子育てから、親子関係の大切さと自然治癒力の深さを実感し、2005年より新潟で「ベビーマッサージ」「メディカル・アロマ」の教室を開講。また2008年より新潟市を中心に、医療と教育に特化した女性と子どもの教室「kite-me」を、2009年に親子幼児教室「あそぶがっこう」設立。2013年より「誕生学」講師としても授業を開始。いのちの授業は幼稚園から大学まで幅広く講演活動をしている。



イラスト提供：ふわふわ。り



里見 佳香 (さとみ よしか) さん / 新潟青陵大学 福祉心理子ども学部

社会福祉学科 准教授

専門は公法（こうほう）・国際人権法で、主に自由を奪われた人の処遇について研究しています。兵庫県神戸市出身で、新潟に来て18年経ち、現在10歳と1歳の二児の母です。趣味はオンラインショッピングとお酒を飲むことです。

* お申し込み方法はこちら *

【電話】 025-246-7713

受付時間：月曜日～金曜日 8:30～17:30

(土日及び祝休日は除く)

【かんたん申込み】



携帯から⇒右の二次元コードを読み取ると「かんたん申込み」画面につながります。



PCから⇒新潟市役所HP内<アルザにいがた>→<新着情報>の講座募集情報から「かんたん申込み」画面につながります。

締切
8/21
(月)

アルザにいがた



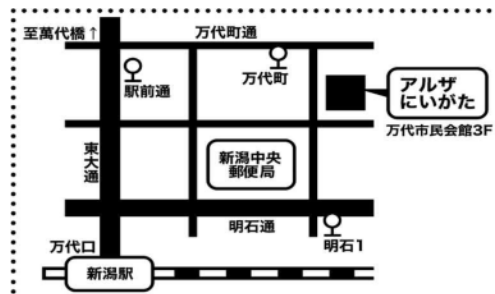
問い合わせ



〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1 (万代市民会館3F)
TEL: 025-246-7713
FAX: 025-246-8080
E-mail: alza@city.niigata.lg.jp



アルザにいがたHP

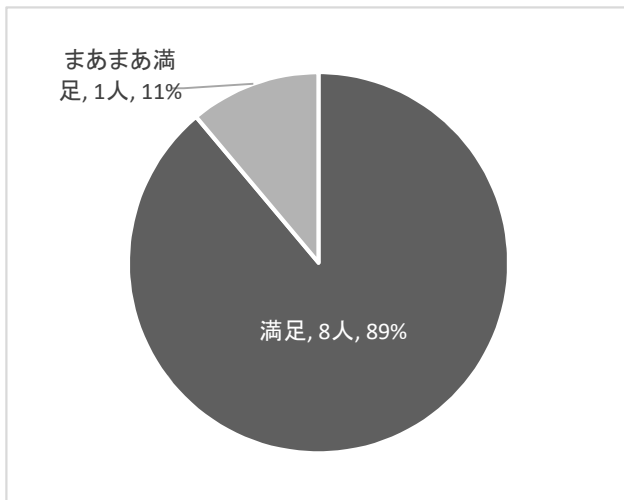


◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

R5女性の生き方講座
「もっと知りたい！私のカラダとココロ～心地よい”わたし”を見つけるために～」
アンケート結果

日	テーマ	講師	受講者数
9/7 (木)	変化するカラダとココロ ～ゴキゲンな更年期を迎えるために～	栗原 あつ子さん (Kite-me代表)	14人 (保育3人)
9/14 (木)	生きづらいのはダレのせい!? ～ジェンダーで視点を変える～	里見 佳香さん (新潟青陵大学 福祉心理子ども学 部 社会福祉学科 准教授)	9人 (保育2人)
9/21 (木)	心地よい“わたし” ～ちょうどいい自分を見つけよう～	企画委員	9人 (保育2人)

問1 講座はいかがでしたか。



- ◆応募総数:18人
- ◆延べ参加人数:32人
- ◆平均受講者数:10人
- ◆アンケート回答者数:9人

満足+まあまあ満足 100%

問2 講座の感想

【講座全体】

◆満足

- 栗原先生のお話がよかったです。更年期はこわくないと思えました。
- これから先の話で自分にはまだ身近でないかも…と思っていたことが、意外と日常の中で身近だったり、心がけ次第で変えていけたりすることに気付いてよかったです。
- 講義だけではなく、お互いを知ることができるワークがあってよかったです。自分以外の方の考えを知る機会がなかなか少ないのでとてもよかったです。
- 生理学的、法的な観点から様々な事を学ぶことができました。企画に携われたスタッフ皆様方、お疲れ様でした。ありがとうございました。また機会がありましたら参加したいです。
- 人と接することは素晴らしいことですね。とても良い方たちばかりで、職員さんもよくして下さい、参加して良かったです。
- 知ることが、自分の助けになるなあとも思いました。
- 専門的な話が聞けてよかったです。
- とっても勉強になることばかりでした。

◆まあまあ満足

- 生きることを考えるきっかけになりました。

【第1回】

- 忘れる！をプラスに考えられる、捉えていいんだって、嬉しくなりました。
- 更年期を楽しむなんて思ったことはありませんでした。これからは、更年期とうまく付き合っ
て行けそうです。
- ストレス発散を上手にしながら、毎日を笑顔で過ごしていきたいです。
- よく寝ることを心がけて日常生活をゆっくり生きたいと思いました。
- 種の保存時代として今まで残せたもの仕事や子育てなどを振り返ることができた。その知
識や経験が、納得できるものであったんだと思えば涙が出そうになった。頭を使ったあとに
からだも使うも今後役立てたい。
- 更年期についてはあまりいいイメージがなかったが、イメージがいいもの変わった。今
回の講義を受けなかったら知ることができなかつたので知れて良かったです。体を動かす
ことを意識します。
- 祝卒卵！なんてステキなことば。更年期に対する自分のイメージがなんだかハッピーなも
のになりました。日々、楽しんで年を重ねていきたいと思えます。ありがとうございました。
- “卒卵”自分のためだけにエネルギーを使っていい時代。すごくポジティブな印象になりま
した。楽しく学べる時間、ありがとうございました。
- 更年期障害の原因と対策が分かったので、日頃取り組んで習慣にしていきたいと思った。
体に良いと言われていることは、更年期障害にもきくのだなと思った。
- とにかく楽しかったです！今日から変われそうです。こうもんエクササイズ、がんばります。
- 52歳の閉経前に聞いたかったお話でした。なにもがんばってこなかったと自分を責めま
すが…考え直す勇気もらいました。
- 更年期について少し不安を感じていました。今日の講義を聞いて、「自分のために生きる
時間」という言葉がとても響きました。更年期に対する恐れがうすれ、とてもいい時間を過
ごすことができました。今日から変化できそうです。
- 更年期 楽しい!!とココロから思えました！私の目標は体操。脳と身体のバランスの調整。
- 更年期はこわいと思っていたけど、悪くないと思えた。
- 頭と体両方動かすバランスがとても大切だと知りました。次回も楽しみにしています。
- 普段からの食生活や規則正しい生活が結局、大切になってくるんだと。見なおすきっかけ
にしようと思います。

【第2回】

- モヤモヤすることをガマンするのではなく、不合理なことなら、当然の権利が失われるのだ
から、主張したり行動しようと思った。
- 貴重なお話をありがとうございました。法のもとに平等というルールを実生活の中でも意識
するだけで、気づきが増える、生きやすさを考える機会になりそうです。
- 人権についてあらためて考えさせられました。大変勉強になりました。野望を実現させる
ためにガンバります。
- 法律はなんだかむずかしいという先入観がありましたが、基本的人権とてもじぶんを支え
てくれるものだと、また認識をあらたにしました。先生のおはなしが、とても響きました。あり
がありがとうございました。
- 今まであまり受けたことのない講座だったので、とても勉強になり、楽しかったです。

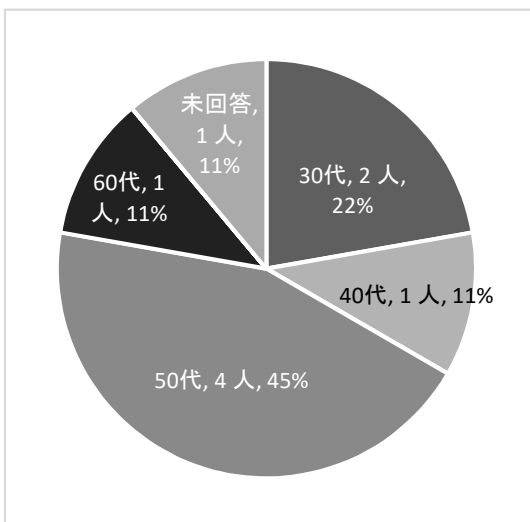
【第2回】続き

- ジェンダーは少し知っているつもりでしたが、想像以上に奥が深いと感じました。男の人が辛そうだと思います。とても勉強になり参加して良かったです。
- 法律は自分とは遠いもの、守ってくれているものと思っていたが、自分のそばにあるもの、疑問を持っていいものなのだと思った。夫のメンタルをもう少しケアしてあげたいと思った。
- 難しい話もわかりやすくお話をしていただきありがたかったです。モヤモヤしていたものがかなりスッキリした気がします！ありがとうございました。
- 講師の知識と発想が豊かで、堅苦しい法学も聞き入ってしまった。年齢による判断力の話、それぞれの社会背景、問題、原因が学べたのが印象的でした。
- 前提条件の法律もわかりやすかった。割合（～べき）に支配されていた自分に気づいた！
- 日本の「べき」の考え方が減って、みんなが生きやすい世の中になってほしいと思いました。
- ジェンダーに対してのとらえ方が変わった。生きづらさがあるのは自分だけではないと感じて気持ちが楽になった。

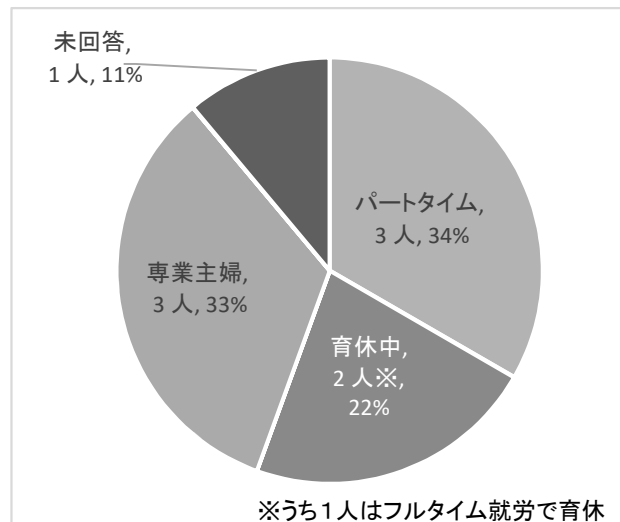
【第3回】

- 普段話す機会の少ない年代の方と色々なテーマで話すことができ、視野が広がりよかった。貴重な機会をありがとうございました。また、自分自身に矢印を向けるいい機会になりました。
- 1～3回どの回も学び、気づきが多く参加して良かった。ホルモン(1回目)は、少し時間が不足なのか、もう少し深く知れると良いと思った。
- 他の方の心地よい“わたし”メモを聞くことができ、他の方の視点を知ることができてよかったです。
- 知らない方々と、たくさんの情報や考えを聞けて良かったです。とても参考になりました。
- 「心地よい」を知ることは、自分を知ることにつながって、好きな自分を探す手助けになると感じました。
- 本当に、“心地よく”とか、“人生を豊かに”とか、今まで考えてこなかった野望とか、もっともっと楽しんでいいんだなと思えるようになりました。
- 内容が充実していました。聞けてよかったです。
- 楽しかったです！
- 自分の心地よいを考える時間を作れたのが良かったです。

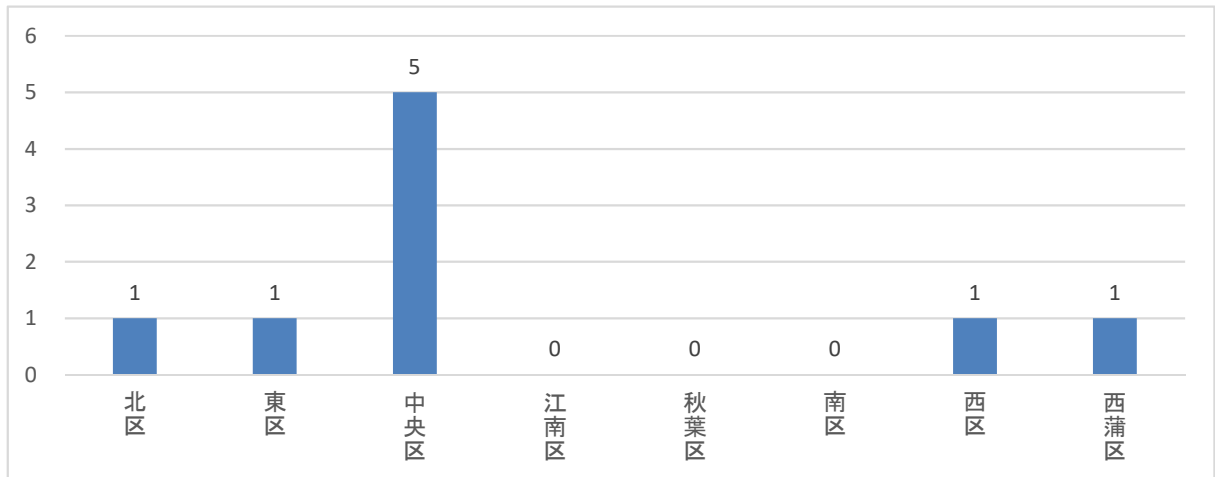
問3 あなたの年代は？



問4 あなたの現在の状況

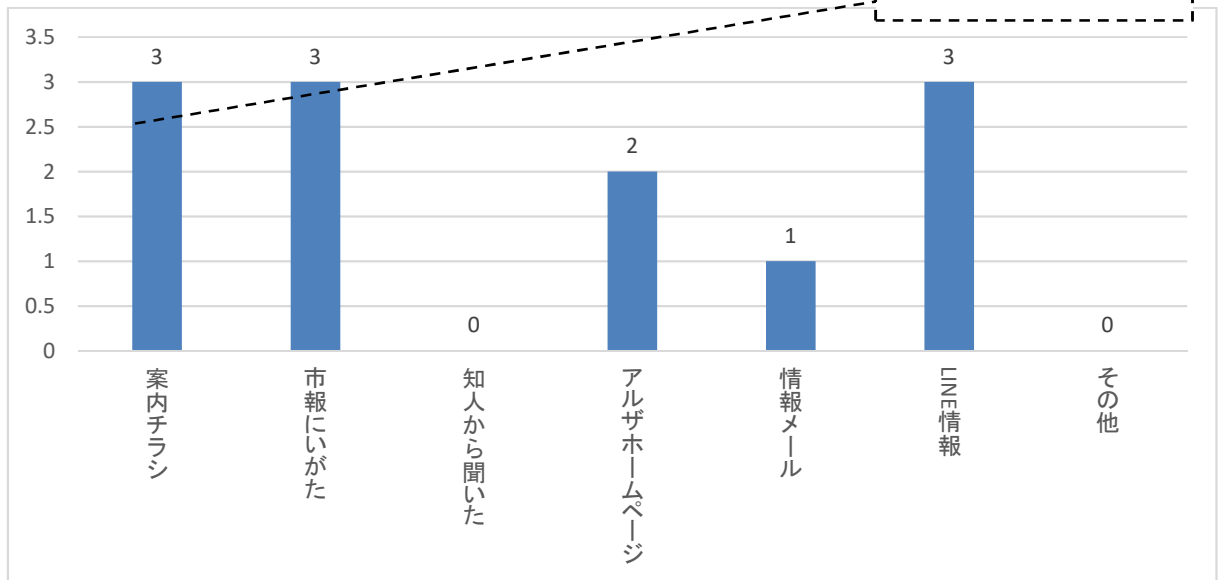


問5 あなたのお住まいは？

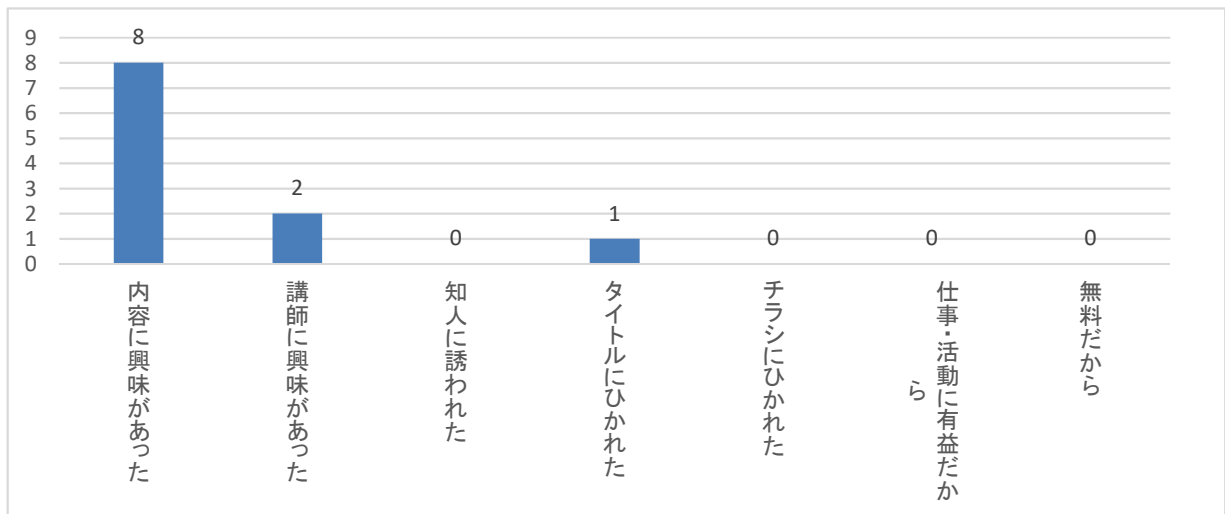


問6 今回の講座を何でお知りになりましたか？(複数回答可)

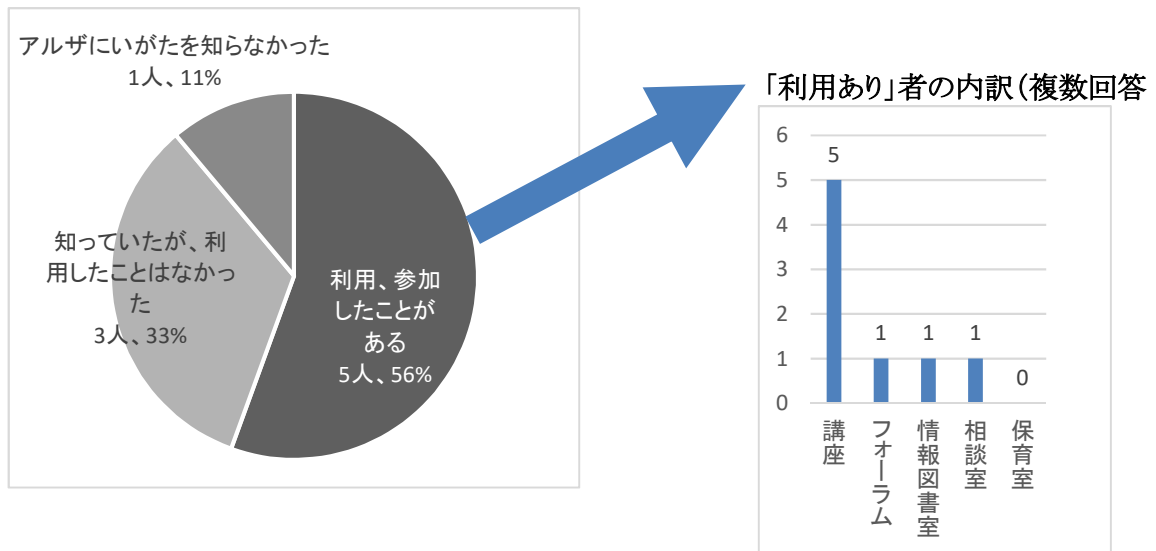
〈チラシ入手場所〉
 ・鳥屋野地区公民館
 ・図書館



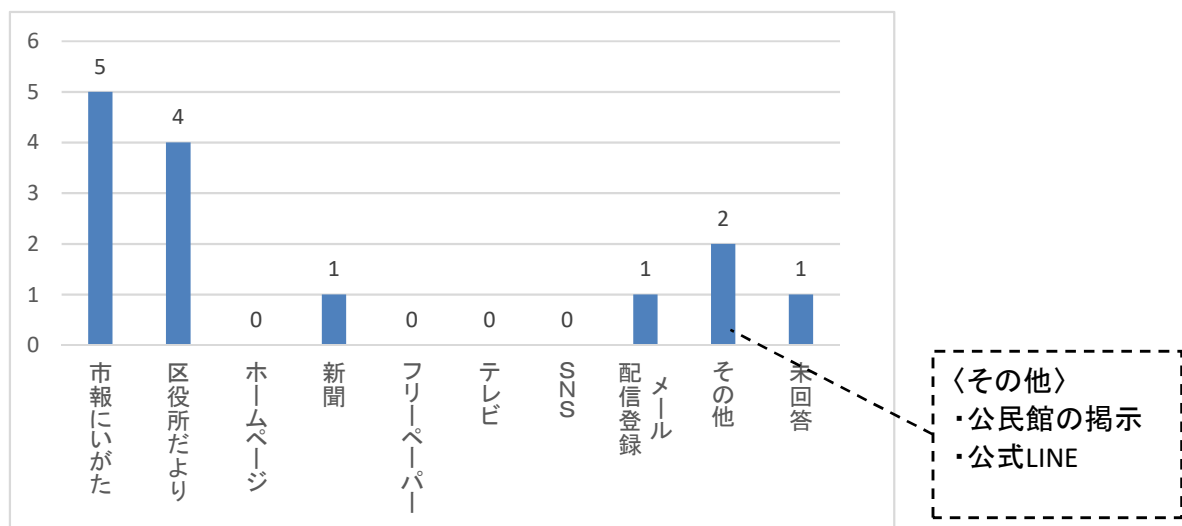
問7 参加された動機は何ですか？(複数回答可)



問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことがありますか？



問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？
(複数回答可)



問10 男女共同参画について、今後企画してほしい内容や講師、またアルザにいがた全体についてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- 栗原先生の話じっくり聞きたかったです。その時は、皆の前だとできない質問もあるので、一人5分でもミニ相談コーナーがあるとよいです。
- 栗原さんの講座を夫婦で同時に受けたら面白そうだなと思いました。
- Zoomで土日開催の子育て(昨年度あった?)をリクエストしたいです。保育付きでいつもありがたいです。月齢6ヵ月未満も検討してほしいです。
- 親子問題

講座を振り返って(企画委員反省会より)

良かった点

- 「卒卵」更年期が前向きに感じるキャッチーな言葉→広げていきたい。
- 頭フル回転が下半身のトラブルにつながるという理解。
- 更年期障害まで行く重症な人もいるけど、多くの人は気持ちの持ちようで変えられる。
- “健康に気をつける”普通のことを当たり前にする事大事。特別ではない対策。
- カラダは時間の流れに沿った変化をしている。ココロは過去(今)をキープしたくなる。
→ギャップ更年期
- 更年期=ポップな印象になった。
- 更年期について知りたいニーズが高いことがわかった！
- “ホルモンなくなる”“ティースプーン1杯分”
→誤解だった。副腎からも女性ホルモンが出ることがわかって良かった。
- 昨年度は“講義”という印象が強かったが、今年度は日常生活で活用できる実践的な内容だった。(身体を動かすのが良かった！)
- 打合せ時に講師に希望をきちんと伝えられたので、講座内容に反映されていて良かった。
- 講師のワークショップをしている経験が、参加者のニーズを満たしていたように感じた。
- 家で夫に講座の話の話を伝えた参加者がいて良かった！
- 憲法・法律が身近に感じられて良かった。
- 伝えたかったことは伝わった内容だった。(生きやすくするためのルール法。でもルールは、つくる人の価値観の影響大。時代、状況に応じて変化する。)
- 知らなければいけない大事なことを知る、学ぶ良い時間だった。
- 参加者が意思表示できて良い雰囲気だった。
- 手作り感のある内容で良かった。
- 全員で場をつくって良かった。
- 講座を振り返り、内容を整理できたし、話が途切れることなくグループワークできていた。
- お休みした人にフォローすることができた。グループ内で気になったことをシェアしてくれる人もいてよかった。
- 参加者が講座終了後、にこやかに帰って行った。交流できて良かった。
- 参加者同士の知識や、持っている引き出しをシェアできた感じが良かった。

改善点

- 男性の更年期についても触れてほしかった。
- 更年期のおススメ食材「長いも」以外にも聞きたかった。(参加者の中でアレルギーがあり長いもが食べられない方がいたので)→講義の中では、良質な卵、肉、油、アボカド等紹介していたが、特に印象に残っていたのが「長いも」だったかもしれない。
- 卒卵期の話だけではなく、種の保存期(月経がある年代)についても話を聞いてみたい。
- 受講生の講座の受け方が変化している？自分の興味がある講座のみ参加の傾向があり。連続で参加して横のつながりを求める人が減った。(?) 広く浅くより、興味のあるテーマのみ受講したいのか？
- 第2回は、内容が盛りだくさんで圧倒された。
- 法の導入の部分が長く感じた。
- アイスブレイクの“楽しむイメージ”をもっと伝えたかった。
- ふせんをA4に貼るのがうまくできなかった。
- 第1回の対策について聞きたかったという意見有り。→質問コーナーはプログラムの目的外なので、医者か相談窓口へ導くことがベスト。
- お休みした人に、その回の内容を説明するのが難しかった。

講座を振り返って(企画委員反省会より)

全体を通して

- いろんな価値観・年齢の人が集まっている。→みんなが満足するプログラムを作る難しさ有り。
- 総じて、今回は良かったと思う。みんなが自己開示してくれていた。
- 参加人数も申し込みより減ったが、話しやすい人数だったと思う。
- 聞きっぱなしではなく、深めて話をする回で良かった。

講座の運営について

- ホワイトボードに“今日の流れ”を書いて良かった。可視化することで、参加者も講座の流れを意識することができた。
- 対象者、内容、目的、目標をきちんと明確にしていくことが大切。それを講師にきちんと伝えることも大切。
- ほぼ時間通り、滞りなく終わられて良かった。
- 保育のお迎えについては、お迎え時間に遅れないように今後も注意が必要。(待っている子どもにとっては、例え5分でも長く感じるそうなので)

今後に向けて

- 参加者の中にはリピーターさんもいる。新規の方もいる。なので、毎年テーマを変えてプログラムを組むことも大事なのではないかな。
- 選ばれる講座にするために→1回で多くの情報量が多くなり過ぎないように同一講師で2回にするか
- 参加者のニーズに合う企画を考えると、現段階では女性の身体の変化(月経と更年期)にフォーカスしても良いかも。
- 企画委員の希望者がいなかった。(残念。)→フルタイムで働く女性が増えて、平日昼間に活動しづらいから希望しない？

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 男性の生き方講座(子育て期)
 □講座タイトル： パパスキルUP！幸せがふえる家事育児
 □会場：【第1回】 クロスパルにいがた
 【第2・3回】 万代市民会館
 □対象：0歳から小学生までの子を持つ父親
 □定員：24人（応募多数の場合、3回連続で出席できる方を優先に抽選）
 □保育：8人（抽選）生後6か月から未就学児まで
 □参加費：第1回 300円（材料費）

学習目標		子育て世代の男性を対象に、主体的に家事・育児に参画するため、調理の実践と家事分担について考える。父親同士の交流を深め、講座後も参加者同士がつながる場のきっかけ作りとする。			
行動計画		1-1-1-イ、1-3-1-ア、4-1-3-ア、4-2-1-エ			
回	日時	タイトル	内容	方法	講師・助言者
1	9/2 (土) 10:00 ～ 11:30	肩の力を抜いて取り組む「一汁一菜」	<ul style="list-style-type: none"> ・料理をもっと楽に考える視点を学ぶ ・家事の役割分担を広げるために、調理技術を学ぶ ・料理を通して、子どもとのコミュニケーションを生み出す 	講義 調理実習	株式会社ハイブライ (健康惣菜店ことこと) 代表取締役 高橋 悠さん
2	9/16 (土) 10:00 ～ 12:00	ほかの家族はどうしてる？みんなのお家の家事分担	<ul style="list-style-type: none"> ・家事マトリクスを作り、夫婦の家事分担を改めて考える ・「名もなき家事」にも意識を向け、夫婦で話し合うきっかけを作る ・他の家族の事例を聞く 	講義 グループワーク	男性の生き方講座 (子育て期) 企画委員 桐畑 克哉さん 田村 修さん
3	9/22 (金) 19:00 ～ 20:30	ぶっちゃけトーク パパの語り場 みんなのお家の子育て事例	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークライフバランスとパパの役割 ・サードプレイスの重要性を学ぶ ・子育て事例紹介 ・子育てや夫婦、家庭の悩みを話し合い、共有する 	講義 グループワーク	ファザーリング・ジャパンにいがた 代表 吉田 健太さん

パパスキルUP

幸せがふえる家事育児



家事・育児を楽しむ秘訣を学びます。
家事を見直して、家族の時間を増やしたい人におすすめです！



第1回 **9.2**

土 10:00~11:30

参加費：300円（材料費）

会場：クロスパルにいがた

肩の力を抜いて取り組む「一汁一菜」

家事の幅を広げよう！簡単に作ることができるお味噌汁と、おかず一品を作ります！

講師 健康惣菜店ことこと 代表取締役 高橋 悠さん



第2回 **9.16**

土 10:00~12:00

会場：万代市民会館

ほかの家族はどうしてる？

みんなのお家の家事分担

講師 男性の生き方講座 企画委員 桐畑 克哉さん・田村 修さん



第3回 **9.22**

金 19:00~20:30

会場：万代市民会館

ぶっちゃけトーク パパの語り場
みんなのお家の子育て事例

講師 ファザーリング・ジャパンにいがた代表 吉田 健太さん



◇会場：第1回：クロスパルにいがた5F 調理実習室
第2・3回：万代市民会館4F ※裏面参照

連続参加が
オススメです♪

保育
あり

◇対象：0歳から小学生までのお子さんを持つ父親

◇定員：各24人 ※応募多数の場合は、3回連続出席できる人を優先して抽選

◇保育：各8人（生後6ヵ月から就学前まで）※要申込 応募多数の場合は抽選

◇参加費（材料費）：第1回 300円 第2・3回 無料

◇申込み：①かんたん申込み
こちらから→



②電話 025-246-7713

受付時間 8:30~17:30

月~金曜 土日祝日を除く

締切

8月16日
(水)

●主催・問合せはこちら

新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」 電話 025-246-7713

講師紹介



【第1回】高橋 悠さん
株式会社ハイブライ
(健康惣菜店ことこと)
代表取締役

新潟市秋葉区(旧新津市)出身、39歳。長岡高等専門学校卒業、電子部品の会社に5年勤め、子どもがアレルギーを持って生まれたことなどをきっかけにカラダに優しい惣菜店をつくることを決意。全国の惣菜チェーン店や工場を飛び込みで修業。新潟市内に3店舗。



【第2回】田村 修さん
男性の生き方講座 企画委員

1990年、柏崎市生まれ。夫婦共働きで3歳児の父。県内IT企業勤務。ICTを活用した業務改善を推進している。ワーク・ライフ・バランスに悩み「男性の生き方講座」に参加したことで、父親が子育てを楽しむこと、仲間の輪を広げることの大切さを感じ企画委員として参画した。



【第2回】桐畑 克哉さん
男性の生き方講座 企画委員

1988年、滋賀県長浜市生まれ。共働きで7歳、2歳、1歳の三姉妹のパパ。実家を離れており、サポートがほぼ無い状態で苦戦・工夫しながら5人暮らしをしている。前職の配属先がきっかけで新潟に住み始めたが、新潟が気に入り永住を決断し転職。新潟の未来のためにできることを探している中で企画委員に参画した。



【第3回】吉田 健太さん
ファザーリング・ジャパンにいがた 代表
株式会社ビジネスブレイン
働き方改革推進室長

夫婦共働き、2児の父。ファザーリング・ジャパンで『よい父親』ではなく「笑っている父親」を増やそう』をテーマに活動中。子育てイベント等の企画・運営、父親同士のコミュニティ作りを通じ、新たなサードプレイス構築を目指す。その他ワーク・ライフ・バランス啓発、プレパママ向けセミナーなどで講師を担当する。

会場



【第1回】クロスパルにいがた

新潟市中央区礎町通3ノ町2086

●駐車場…28台有。受付の機械処理で最初の30分無料
以後30分ごとに150円
満車の場合は、近隣の有料駐車場をご利用ください。

【第2・3回】万代市民会館

下記の地図参照

●駐車場はありません。

公共交通機関が近隣の有料駐車場をご利用ください。

主催・問い合わせ

アルザにいがた
新潟市男女共同参画推進センター

〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3F)

TEL : 025-246-7713

FAX : 025-246-8080

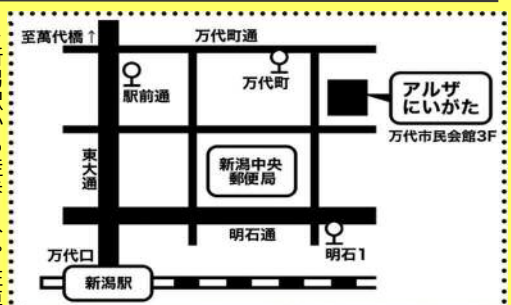
E-mail : alza@city.niigata.lg.jp

受付時間 : 月曜～金曜 8:30～17:30 (土日・祝日除く)

アルザにいがた HP



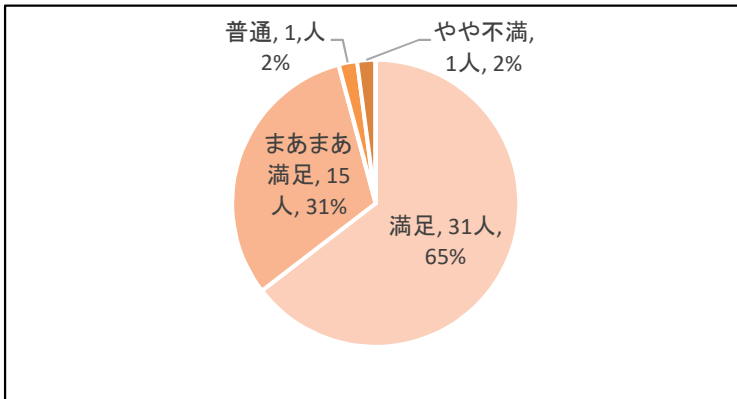
◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお願いします。



令和5年度 男性の生き方講座(子育て期)
「パパスキルUP!幸せがふえる家事育児」

日	テーマ	講師	応募総数	受講者数	保育数
9/2 (土)	肩の力を抜いて取り組む 「一汁一菜」	株式会社ハイブライ 健康惣菜店ことこと 代表取締役 高橋 悠さん	21	19	7
9/16 (土)	ほかの家族はどうしてる? みんなのお家の家事分担	男性の生き方講座(子育て期)企画委員 ・桐畑 克哉さん ・田村 修さん	24	18	7
9/22 (金)	ぶっちゃけトーク パパの語り場 みんなのお家の子育て事例	ファザーリング・ジャパンにいがた 代表 吉田 健太さん	25	19	0

問1 講座はいかがでしたか。



- ◆応募総数:27人
- ◆受講者数:27人
- ◆延べ参加人数:56人
- ◆平均受講者数:18.6人
- ◆アンケート回答者数:21人

◆満足+まあまあ満足 95.8%
※第1～3回の各満足度より算出

問2 講座の感想

【講座全体】
◆満足

- ・他のパパと話す機会は貴重なので、今後も続いて欲しいと思いました。
- ・頑張ってる子育てに取り組むパパたちを見て、話して、勇気や元気をもらった。
- ・他の父親をリアルで見れる場で非常に良かった。オンラインにしてはいけないイベントだと思う。
- ・普段お会いしない方々と子育てについて中心に話すことができ、貴重な体験になりました。また前を向いて頑張れる活力をいただきました。ありがとうございました。
- ・参考になり、心の支えになり、また参加したいと思える講座でした。
- ・貴重なパパ同士での話をする機会ができて、とても良かったです。
- ・ずっと続けてください。
- ・なかなかパパ同士の話をする機会がないので、とても良かったです。
- ・気楽に参加できました。話せるだけの育児経験ができたからか、いや、遠慮せずに話せるのは当事者だからか。
- ・普段聞けない話が聞けて良かったです。
- ・子育てについて語り合える場はなかなかないので、とても有意義な時間を過ごすことができました。ありがとうございました。
- ・なかなか無い機会なので良かったです。
- ・他のパパがどのような考えを持って、日々家事、育児をしているのかを知ることができる良い機会だった。

【講座全体】

◆まあまあ満足

- パパ友となかなか接する機会が少なかったので、今回参加できて勉強になりました。
- 話し合いの時間が多くて良かった。
- 自由に話せる形式でとても良かったが、各グループにファシリテーターとなる方が参加してくれると、より話が盛り上がったように感じる。
- 参考になりました。

【第1回】

- 料理に対する考え方のハードルが、良い意味で下がる機会となった。
- 楽しくお話ししながら良い時間を過ごすことができました。講師の方のお話もとても良かったです。他の方の家庭の様子も聞けて良かったです。次回も楽しみにしています。
- 家事全般は妻に任せきりなので、その少しでもフォローできればとなる大変良い機会になりました。
- 楽しく肩の力を抜いて参加できた。汁物はあまり作らなかったのですが、無理せずできる範囲で作ってみたいです。
- 普段はなかなか会えない方々とお話ができとても楽しい時間が過ごせました。それぞれの家庭のことが知れて良かったです。みそ汁作りには愛があれば美味しくなると感じました。講師やスタッフの方が良い雰囲気を作ってください、感謝です。
- 今日、大変ためになりありがとうございました。早速今晚作ってみます。
- 「思い」を大切に作るということが一番大事ということ。野菜等は切って小分けにしておくと思い。
- 家庭料理は美味しくなくて良い(普通でいい)という言葉で、肩の荷がおりました。家族で楽しく笑顔で食卓を囲むために、日頃から妻や子どもとの接し方を気をつけたいと思います。
- 料理を作ることへのハードルが下がった。早速家でも作ってみたいと思う。
- 食事作りのハードルがとても下がりました。味の好みなども家族と対話し、次回調整すれば良いということで、気楽に料理ができそうです。
- 簡単で美味しかったので、家でも作ってみたい。
- ずっと育児で家にいると一人だなと感じるが、この回に参加することによって一人じゃないと感じられて良かった。次回も楽しみにしています。
- 他の方々と料理を通して交流することが出来て勉強になりました。この活動のことを家族にも話したいと思います。
- 料理を通して同じ境遇の人と話をしながら調理できていい経験になりました。私も笑顔で食事するようにします。
- 普段、料理はするがみそ汁をあまり作ったことがなかったので、今回先生の話聞いて、みそ汁作りに挑戦してみようと思います。
- 大切なのは作る人の思いや、楽しむことだと聞いて、安心した。これからも楽しんで料理したい。
- みそ汁の自由度の高さを知れた。「美味しく く 笑顔のため」というのはいいなと思いました。肩肘張らず、サステナブルに料理に取り組んでいきたい。
- みそ汁の自由さが非常に印象的でした。

【第2回】

- 家事について、他のご家庭がどのように工夫されているのかを詳しく聞くことができ、大変有意義な時間になりました。仕事や生活のバランスを大切にしていきたいな、と思います。ありがとうございました。
- 時短家電を有効活用して、家事の負担を減らすことも大切だと感じました。
- 家事を見える化でき、整理できた。自分の家庭は自然と分担したのだが、意識して分担している家庭があり驚いた。
- 他の家庭の家事情を聞いて大変参考になりました。妻とマトリクスを使って家事について話したいと思います。
- 普段家事のことでなかなか話す機会がなかったのですが、同じ境遇の方達と楽しく話せてよかったです。
- パパ同士で話せる機会が少ないなと感じていたため、とても良いなと感じました。ありがとうございました。
- 今日は他の家族の方の役割分担を聞いて良かったです。
- みなさんの家事分担について話を聞くことができ、自身の家事分担を見直すきっかけになりました。グループの方とたくさん話ができて良かったです。
- 夫と妻の認識の間のズレがあることが、不満につながるということがわかった。また、他の方とお話をする機会はとても貴重だった。
- 家事分担が家庭によって随分異なることに気づいた。書き出してみると、意外とやってないような・・・？
- 友人以外の意見を聞くことができ参考になりました。今後の子育てに活かしたいです。
- 今回からの参加でしたが、世のパパが頑張っているお話を聞いて、とても励みになりました。何だかんだありますが、やはり妻には感謝。
- マトリクスという形で表すことで、どのように負担がかかっているかを可視化できたことが新鮮だった。これをもとにまた話してみたい。
- いろいろな形の家事分担があり、とても参考になりました。
- 各家庭の家事分担が多様で参考になりました。家事を軽減するためのアイテムを利用することもいいなと思いました。
- 今の家事分担を見直す良い機会となった。家事を見える化することは、お互いにとって良いことだと感じたので実践したい。
- 育休が終わり、日中の家事でできることが大きく減ってしまったので、それ以外の部分でできることを見つけながらやっていきたいと思いました。

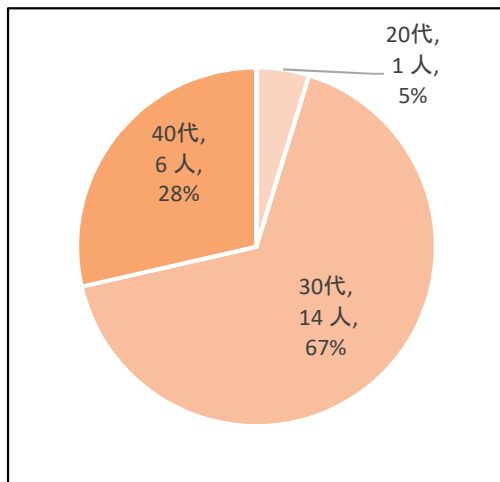
【第3回】

- パパ同士の意見交換はとても有意義でした。
- 他の家庭の様子を知ることができて良かった。
- 気になっていたことや不安なことを話せて良かったです。
- 先輩パパ方の悩みを直に聞いて参考になった。
- テーマごとに話す場があったのは良かった。最初に「アウトプットします」とっておくと良いかも。
- パートナーとのことについて同じグループの方々と話ができて良かったです。
- 皆さんと様々なお話ができ、非常に有意義な時間になりました。ありがとうございました。

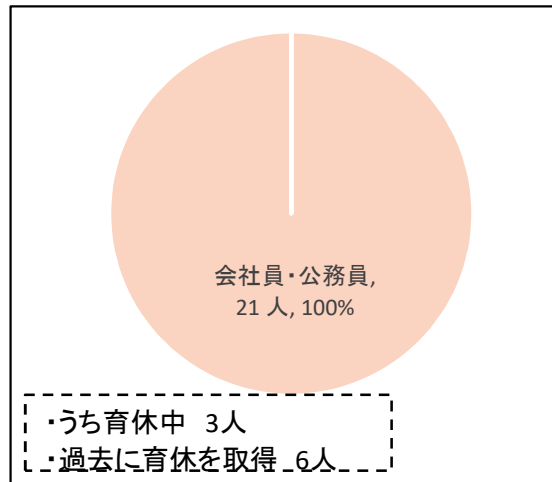
【第3回】つづき

- 本音を吐き出すのって大事。大変有意義な時間でした。
- 長い時間をかけてゆっくり話をすることができました。不満だけでなく、うまくやっていくための話をすることができた。
- 若い方(子どもが小さい方)の考えなどが聞けて勉強になった。子どもとの関わり方、育休取得などすごいと思った。
- 他の家族の話を聞いて大変気分転換になりました。
- ぶっちゃけ話が楽しかったです。エピソードを集めると本が発行できるのでは・・・?
- パパ同士の交流が良かったです。
- パートナーシップを築くヒントを沢山得ることができ、満足です。
- 悩みを共有できる機会がほとんどないので、とても有意義な時間だと感じた。このような機会が今後もあると良い。
- 少し上の年代の方、お子さんがいる方と話せて良かったです。
- 何を話そうか迷うところもあったが、自分が疑問に思っていたところについて、他の方の意見を聞くことができて良かったと思う。
- みんないろいろ考えながら子育てをしているなど感じた。

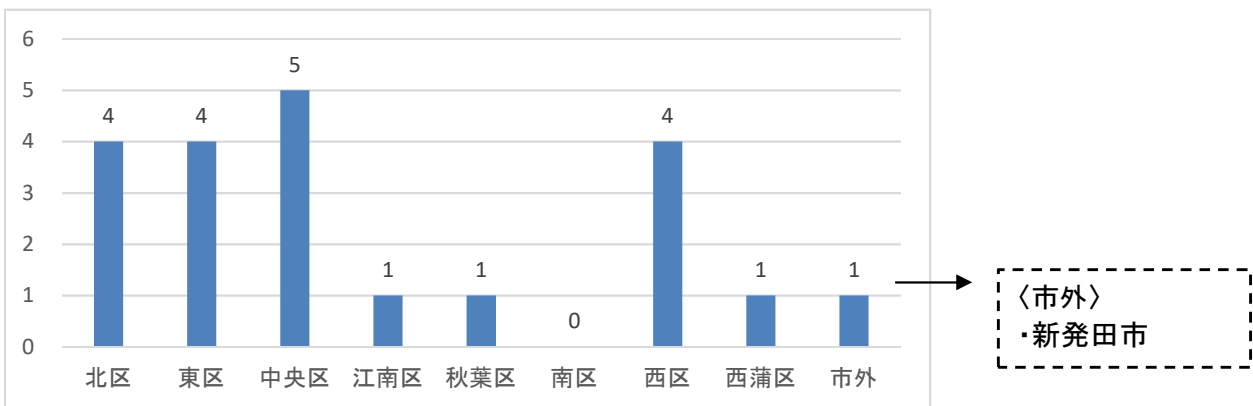
問3 あなたの年代は？



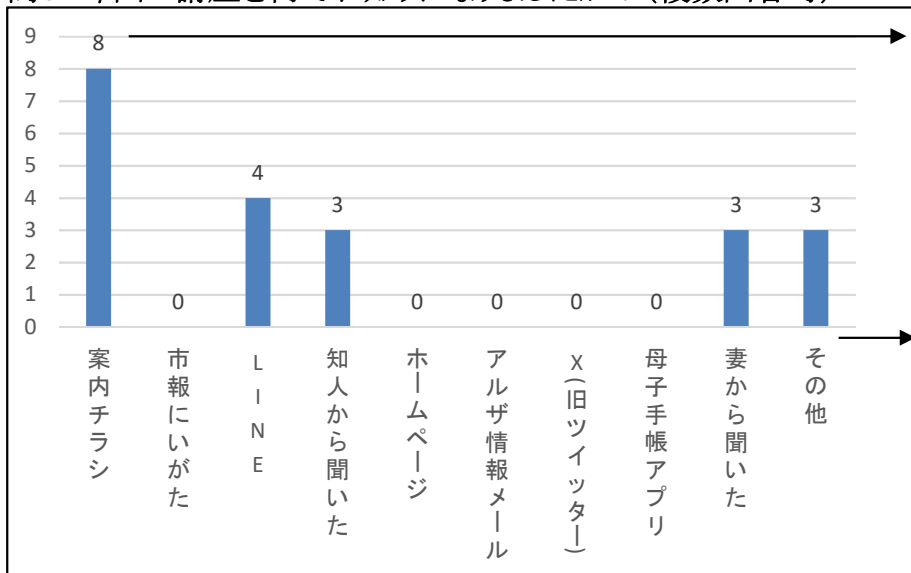
問4 あなたの現在の状況



問5 あなたのお住まいは？



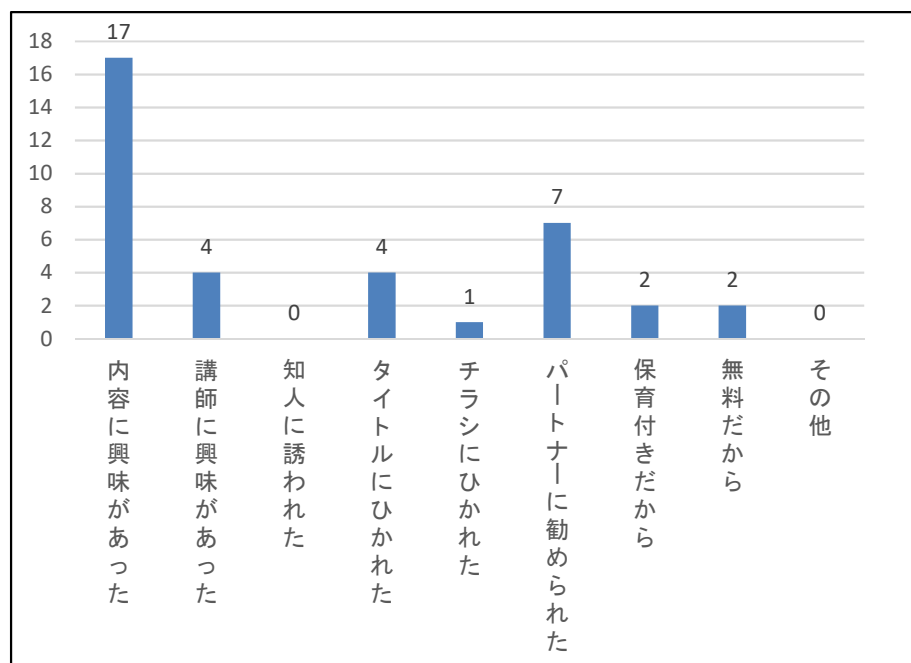
問6 今回の講座を何でお知りになりましたか？(複数回答可)



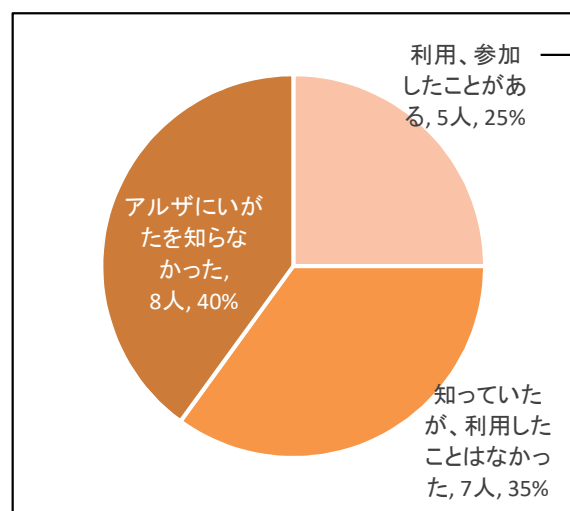
- 〈チラシ入手場所〉
- ・県立図書館
 - ・子育て支援センター
 - ・いくとびあ
 - ・東区プラザ
 - ・中央公民館の講座で

- 〈その他〉
- ・職場で
 - ・講師からの紹介
 - ・新潟市ホームページ

問7 参加された動機は何ですか？(複数回答可)



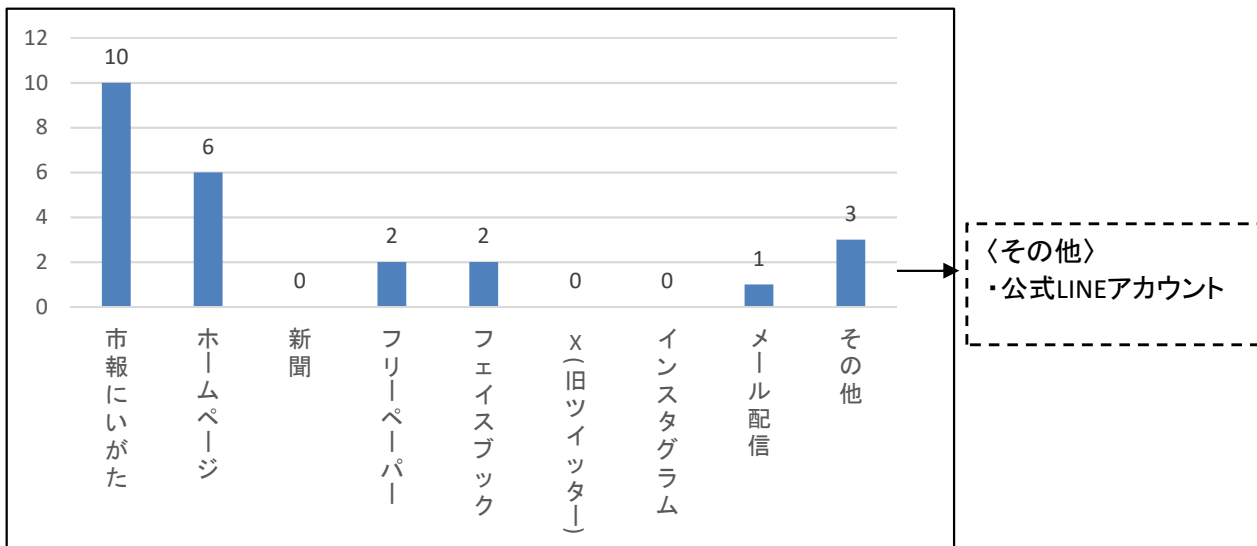
問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことがありますか？



- 〈「利用あり」者の内訳〉
(複数回答可)
- ・講座 1人
 - ・フォーラム&保育 1人

問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？

(複数回答可)



問10 今後、父親向けの講座に参加するとしたら、どんな内容の講座を受講したいですか？

- 「子育てパパのマネー講座」投資、教育費、お金との付き合い方など。
- 夫婦間、親子間のより良いコミュニケーションが生まれるような内容。
- 続けていくことで、つながりができることを期待しています。
- 育児に関して。
- 今回のように家事分担や調理など基本が良いかと。
- 料理、工作など子どもと一緒にできるもの。
- 妻とのコミュニケーションの取り方
- 同じ内容でいいと思います。
- 今回と同じような感じで。
- 今回と同じような内容。
- 休みの日にどこへ遊びに行くか。
- 親子遊び。
- 悩みの共有。フリートーク。
- 同じような講座に参加したい。子どもが同年代だと特に良いと思いました。
- 子どもと一緒に遊びに行く体験
- みんなで川遊び、キャンプ
- 他の父親とお話する講座

問11 男女共同参画について、今後企画してほしい内容や講師、またアルザにいがた全体についてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- 多様化した社会で誰もが生きやすくなるにはどうしたら良いかが、よく考えられていると思いました。ありがとうございます。
- 子どもの遊び場があるなど、利用しやすいので、もっと広く広報して紹介してください。
- またこのような講座をやってほしい。
- ありがとうございます。

企画委員の振り返りより

●良かった点

【第1回】

- 「料理のハードルが下がった」との感想が多く、本格的な料理教室としなかったのが良かった。
- みんなで作業をすることで、コミュニケーションのハードルが下がった。
- 目玉の企画として魅力的であり、かつテーマに沿っていた。

【第2回】

- 回を追うごとに応募人数が増えていったのは印象的である。例年では減っていた。
- 「オンラインにしてはいけない」というアンケートがあった。対面で実施して良かった。
- 講師が参加者と近かったので、グループトークが活発になったのではないかな。
- 同じ境遇のパパ同士で話す機会にニーズがあったように感じた。
- 家事マトリクス自体にコンテンツの力はそこまでないが、トークへの導入としては良かった。

【第3回】

- 年代が違くと「話が合わない」と言われるかと思ったが、年齢が上の方が「若い人の意見が聞けて良かった」下の人は「先輩の意見が聞けて良かった」という意見があり、良かった。
- 育休の人が多かった。育休だからこそ来た人も多かったと思う。当事者になって、悩みが出てきて話したくなったのもあるのだろう。
- ママと同じように、パパも話す機会を求めていると感じた。育児しているほど、社会を離れていくのかもしれない。「大人と話したい」とママたちからもよく聞く。
- パパの家庭参画が広がったと感じた。

【全体を通して】

- 今後望むテーマ:「同じ内容がいい」が複数。ニーズに合っていたのではないかな。
- 全3回の構成としては成功だったのではないかな。
- 話す割合が回を追うごとに少しずつ高めていったのは良かった。

●改善点

- グループトーク(第2回)で愚痴が主になってしまう場面もあった。最終的には前向きな話題になったので良かったが、ファシリテーションで解決できれば良かった。

●今後に向けて

- 3回(+懇親会)で関係を構築するのは限界がある。各回の中に、有志で企画・運営をするイベント(キャンプなど)を挟むというやり方も考えられる。
- 企画委員という形は続いていくのか。3回講座で講座の質を保つには、今回くらい会議(3回対面+1回オンライン、ビジネスチャットでアイデア集約や意見交換)は重ねる必要があると思う。会議については初回は会ったほうが良いが、フルタイム勤務で家事育児もある。途中の会議はオンラインや、ビジネスチャットを活用したい。
- 新しい人に企画委員に入ってもらいたい。今回手を挙げてくれた人は8人いる。「ちょっとお手伝いしてくれませんか?」という感じで段階的に入るのはどうか。

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 女性の起業を支援する講座
 □講座タイトル：女性のための起業応援セミナー ～入門・仲間づくり編～
 □対象・定員：起業を考えている・起業に関心のある女性・25人
 □保育：8人

学習目標		<ul style="list-style-type: none"> ・ 起業の方法や支援制度について知る。 ・ 起業の心構えやコツを知る。 ・ 受講者同士で知り合い起業仲間をつくる。 			
行動計画		1-1-1-イ、3-3-2-イ、4-2-1-エ			
回	日時	タイトル	内容	方法	講師・助言者
1	7/14 (金) 10:00 ～ 12:00	起業する前に知っておきたい基礎知識	<ul style="list-style-type: none"> ・ 起業の流れや基礎知識、支援制度について 	講義	公益財団法人 新潟市産業振興財団 山崎寛和さん
2	7/21 (金) 10:00 ～ 12:00	起業の先輩に聞いてみよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 先輩の話を聞く ・ 仕事と家庭の両立 ・ 起業の苦労や続けるコツ 	パネルトーク、座談会	Wcareer Office 若槻彩子さん (先輩起業家) ・ スズキ食堂車 鈴木幹子さん ・ くおりこピアノ教室 美顔エイジレスサロン クオーレリッコ 清野美保子さん ・ bambino tesoro 株式会社 帆苺有希さん
3	7/28 (金) 10:00 ～ 12:00	起業仲間をつくろう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 参加者同士の交流 ・ 起業実現に向けて今できることを考える 	グループワーク	Wcareer Office 若槻彩子さん

※追跡調査を行う 1年後を目安に、

- 1 起業した(予定) いつから、仕事の内容
- 2 起業に向けて準備を進めている
- 3 講座で紹介した他機関の事業に参加した
- 4 起業する気はない(理由:)
- 5 講座後の参加者同士のつながり

女性のための

起業応援セミナー

～入門・仲間づくり編～

R5 金
7/14

10:00～12:00

起業する前に知っておきたい基礎知識

講師 山崎 寛和さん (公財)新潟IPC財団 ビジネス支援センター
プロジェクトマネージャー

起業の流れや支援制度など、起業するにあたって必要な基礎知識を学びます。


R5 金
7/21

10:00～12:00

起業の先輩に聞いてみよう!


講師 若槻 彩子さん (Wcareer Office代表)

3人の起業の先輩から、起業のコツや実体験をお聞きします。


子育てとの
両立もしてい
ます!鈴木 幹子さん 

(スズキ食堂車代表)

東京の菓子店で勤務後、飛騨高山市の美術館カフェにてデザート担当。その後新潟で移動販売スズキ食堂車をスタート、現在は店舗にて焼き菓子を製造販売中。

清野 美保子さん (くおりこピアノ教室
美顔エイジレスサロンクオーレリッコ代表)

新潟市東区で自己肯定感を上げるピアノ教室と理想の美顔と笑顔をデザインする美顔エイジレスサロンを2018年に開業。ピアノ教室を3年前から入会順番待ちの状態。

帆苺 有希さん 

(bambino tesoro 株式会社 代表取締役)

2020年1月「産前産後のママと子供のための骨盤矯正サロン」を開業。翌年にはベビーカイト・キッズカイトもサービス開始。2023年3月にキャリア支援・フェムテック事業を中心としたbambino tesoro 株式会社を設立。

R5 金
7/28

10:00～12:00

起業仲間をつくろう♪

～起業を見据えて…10年後の『ありたい自分』&実現したいこと～

講師 若槻 彩子さん (Wcareer Office代表)

起業を始めるにはやっぱり1人では不安!これからについて考えながら参加者同士で交流することによって、一緒に励まし合える仲間をつくりましょう。

会場 万代市民会館 4階 403・404 大研修室(新潟市中央区東万代町9-1)

※駐車場はありません。

対象 起業を考えている または 起業に関心のある女性

定員 25人(応募多数の場合は抽選)

保育 8人 生後6カ月以上の未就学児(無料・要事前申込)

申込 「かんたん申込み」または電話でアルザにいがたへ(詳細は裏面)

締切 令和5年6月29日(木)

参加
無料連続
講座

—講師プロフィール—



山崎 寛和さん

(公財)新潟 IPC 財団
ビジネス支援センター
プロジェクトマネージャー

新潟県新潟市生まれ。印刷業界や IT ベンダーでの営業を経て、医薬品卸売業で調剤薬局や飲食店等の新規事業の立ち上げや運営管理を経験。現在は新潟 IPC 財団にて、事業計画作成や資金調達など、起業や新規事業に関する相談業務やセミナー運営等に従事している。中小企業診断士、社会保険労務士。



若槻 彩子さん

キャリアコンサルタント
キャリア支援事務所
Wcareer Office 代表

大学卒業後、地元出版社、株式会社リクルート、専業主婦期間を経て、2017 年キャリア支援事務所開業。現在は個別相談(キャリアカウンセリング)や研修、講演、講義等を通して企業向け人材育成・組織活性化支援、女性・学生・セカンドキャリア支援、就職支援、大学非常勤講師など様々な活動を行う。

中 2 双子+小 2...3 児の育児にも奮闘中！

お申込み方法 ★締切 6月29日(木)

■お電話

TEL025-246-7713

◆受講の可否はハガキでお知らせします◆

月曜日～金曜日 8:30～17:30
(祝日を除く)

■かんたん申込み



携帯
スマホから⇒

右の二次元バーコードを読み取ると
「かんたん申込み」画面につながります



PCから⇒

新潟市役所HP内<アルザにいがた>→<新着情報>
の講座募集情報から「かんたん申込み」画面につながります

アルザにいがた

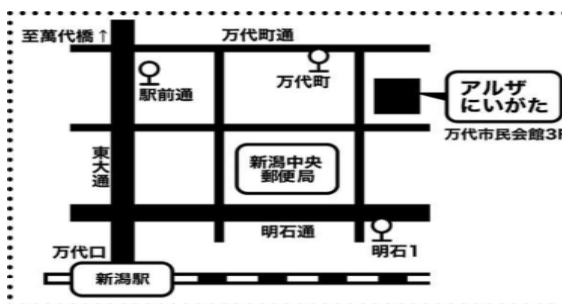
問い合わせ



〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3F)
TEL:025-246-7713
FAX 025-246-8080
E-mail alza@city.niigata.lg.jp



アルザにいがたHP

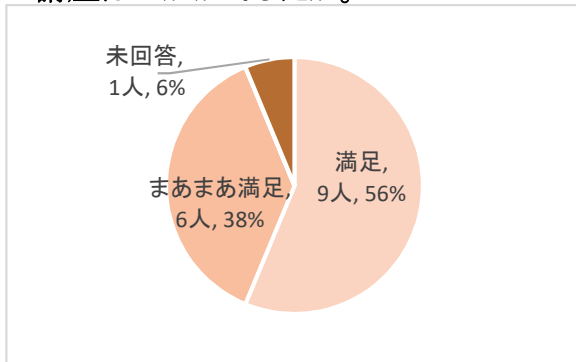


◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

令和5年度 女性の起業を支援する講座
「女性のための起業応援セミナー ～入門・仲間づくり編～」

回	日	テーマ・講師	受講者数	保育人数
1	7/14 (金)	起業する前に知っておきたい基礎知識 (公財)新潟IPC財団 ビジネス支援センター プロジェクトマネージャー 山崎 寛和さん	27	4
2	7/21 (金)	起業の先輩に聞いてみよう！ 若槻 彩子さん 鈴木 幹子さん、清野 美保子さん、帆苺 有希さん	21	3
3	7/28 (金)	起業仲間をつくろう♪ 若槻 彩子さん	16	2

問1 講座はいかがでしたか。



- ◆応募総数:44人
- ◆受講者数:30人
- ◆延べ参加人数:64人
- ◆平均受講者数:21人
- ◆アンケート回答者数:16人

◆満足+まあまあ満足 100%

問2 講座の感想

【講座全体】

◆満足

- いろいろな方がいて、いろいろな可能性、業務の形態があることを知ることができました。
- 特に2回目の先輩起業家さんの話はすごく参考になりました。3回を通して、起業への意欲が強まりました。
- いろいろな想いや夢をお持ちの方と話せて楽しかったです。一歩ふみ出す勇気いただきました！！
- 起業に向けたお金の知識、起業への気持ち、好きのを見つけ方など、とても勉強になりました！
- いろいろな方とお話出来て、とてもタメになりました。
- 様々なジャンルの方々のお話をきけて楽しく勉強になりました。
- 多くの事を知ることができ、起業についてもっと知りたくなりました。
- 皆さんの考えをきくことができて良かった。
- 「自分のやりたいを自分から取り出す」「言語化する」が大切だなと強く思いました。

◆まあまあ満足

- 先輩起業家の皆さんの話はリアルだった。若槻さんの起業されるまでの実経験もリアルだったので私も頑張れるかな？とpower(パワー)もらいました。
- もう少し時間があつた方が良かったと思います。
- 自分の考えややり方など改めて考えることが出来た。先輩起業家さんの話にはリアリティがあり為になった。
- 頭の中で思い描いていたことの整理ができた。同様の思いを抱く仲間ができた。
- 起業されている実話がひびいた。起業するってこんな感じ…！が思い描けた。

◆未回答

- 「まずは自分の棚卸しから」に気づく事ができた。1日目の講座はハードルが高いように思えた。

【第1回】

- まず自分が何を大切に、どんな事をしていきたいのか、「強み」をしっかり周りに伝えられるように分析したいと思います。起業を目指して一歩ずつがんばろうと思いました。
- 基礎のお話だったが、とても重要な内容で聞いて良かった。具体的に起業したい場合は、やはり個人的に相談に何う必要もあると感じた。
- 具体的に、現実的に計画することが成功への道なんだと学べました。
- 本日はありがとうございました。まだまだわからないことも多々ありましたが、IPCさんという色々聞かせていただける相談ができる心強いミカタがいてくださり安心しました。
- 自分の頭の中で持っているイメージをドメイン設定して具体化してみようと思いました。
- 起業するまでのハードルの高さを実感しました。とても勉強になりました。まずは自分の強みを磨いて、1歩でも起業に近づけるようにしたいと思います。
- IPCをぜひ利用したいと思います。紹介もします！！
- 今は夢ですが、現実化するためには「具体的」、「具体化」することが大切であることがわかりました。
- ひとりで悩まずに相談にのってもらえる機関があることがわかり良かったです。同じ内容をきいてそれをグループの方とシェアできる時間も楽しかったです。
- 相談先、これからやるべき事が分かって良かったです。細かい内容はIPCに相談したいと思います。
- 市場に売り込むためのマーケティングを頑張りたいです！！
- 個人が起業するにあたりサポートをしてくださる機関は多々あるのだと知りました。
- 起業するにあたり色々なバックアップがあるのを知り心強いと思いました。
- 新潟市からの案内で参加した。7/5オンラインセミナーと同じものでした。今後、同様な事が起こらないよう配慮していただけると有りがたいです。
- 起業に向けて第一歩、参加したことで進めた気がします。マーケティング、自分の強み資金ぐりなどなど考えるコトがたくさんでパンクしそう！！です。
- 難しかった！もっと皆さんと情報交換や夢の共有をしたかった。この講義の前の段階が欲しかった。
- 起業したい方がとても意欲的で集まっていて自分も夢に向かって具体的に動こうと思った。
- 「起業は究極の自己実現」まさにその通りだと感じました！！
- おもいを形にするには、まずは事業計画！！
- 同業種での情報交換ができればと思います。
- 今日はありがとうございました。1つ1つ自分の中で整理して、起業にむけてがんばりたいです。
- 起業にあたって、相談できる機関がたくさんあることが分かって良かったです。
- 「起業をしたい」という自分の思いを整理すること、リサーチすること、そしてしっかりとした計画を立てることが大事だと思いました。
- 問題がわかりやすく聞けました。少し内容が難しかったです。
- 何も考えずに起業とは？の考えで参加しました。自分が何をしたいかやどう進めていけば良いかを考えるキッカケになりました。
- 周りに起業した人がいない中、同じ悩みの方と出会えたことが嬉しかったです！！漠然としていた資金のことを知ることができたので、一歩前進できました！！

【第2回】

- 実際に起業した方の話しはリアルでためになりました。起業にあたっての様々なサポート機関とコンタクトをとり、がんばりたいです。
- まず始める！！行動力が大事だと思いました。自分が楽しくないと続かないと思うし、自信をもってできることをやろうと思いました。
- 今回とても参考になりました！！すごく自信がある3人の方々ばかりでしたが、それまでの道のりは大変なことたくさんあって、一緒だなあと安心できました！気持ちがまた前に進めました。
- スズキ食堂車代表の鈴木さんの話が一番わかりやすく役立った！お店にも行ってみたいです。
- とても参考になりました。一歩進めそうです。

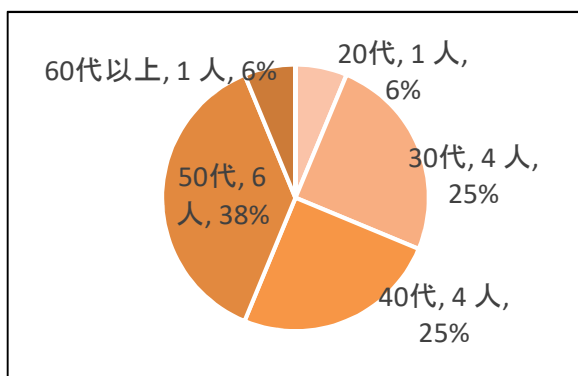
【第2回】つづき

- 学びの多い時間でした！！モヤモヤの質問もできて、さらに自分と向き合っていたいと思いました！！これからの楽しみができました。
- 自分の「好き」や心がときめくワクワクする気持ちを大事にして一歩ずつ小さくてもふみだす勇気をいただきました。ありがとうございました！！
- 先輩の方から仕事に対する熱意をとっても感じました。
- 実際に起業された方のお話は親近感もあり、参考になるし心強い味方を得た気持ちになりました。今まで以上にがんばりたくなりました。
- 様々な業種の方の話を聞くことができて参考になりました。起業のハードルが下がった気がして一歩ふみ出しやすくなりました。
- 始めてから、どんどん変わっていく「好き」「自分はどうしたいか」が超大事！！
- 実際に起業される方のお話を聞いてより具体的なイメージが出来てよかったです。
- 3名とも違う個性でキラキラとしていて素敵でした。ありがとうございました！
- お話を伺い圧倒されるばかりで楽しかったです。
- 起業に向けて動き出す一歩には、どんなものがあるのか、知ることができました。自分がトキめく事、大切にしたいことを分析して常に意識できるようにしたいです。
- 思いと準備が共に大切！！IPCやっぱり利用したいと思いました。
- 先輩方の実体験、いろいろな角度からお話が聞けてすごく参考になりました！！
- 行動する大切さを教えてもらいました。
- 本日もありがとうございました。前向きに自分自身も今後かがやけるように進んでいきたいと思いました。
- 体験を直接うかがい、講義とは違う“リアル”感を強く感じました。生き方は自分で見つけなければならないと思いました。
- 貴重なお話をうかがえて、良かったです。

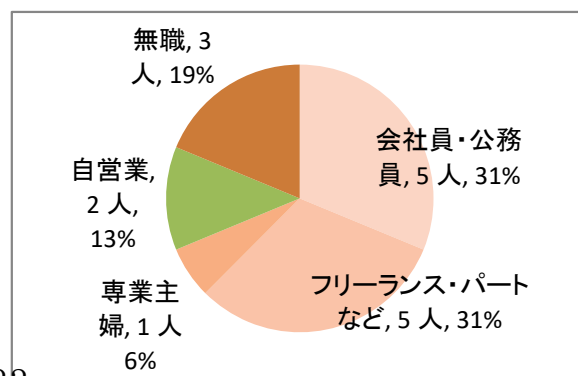
【第3回】

- 色々な考えを持った人達からの意見をきけて良かった。仲間とご縁を大事にしたいと思えました。
- コトバにして、紙に書くという事が明確になり楽しかった。
- 自分が可能性を無視して止めているのだと気づきました。
- 紙に書き出す事で思考が整理されて良かった。
- 悩みを相談したり、アドバイスして頂けて何をまずするか、今後考えるべきことが少しだけ見えてきた気がします。
- 2回目の先輩方のお話を聞いたのがとても学びになりました。
- まずは小さくできる事を継続しよう！とやる気が出ました。同じ目標でがんばる仲間と出あえて嬉しかったです。
- 皆さんの考えをきくことが出来てよかったです。
- 参加者皆さんと話せて刺激になりました。
- 他の方の様々な思いや生き方を知ることができ、悩んでいるのは自分だけでないことを知ることができた。仲間づくりの場になった。
- この度はありがとうございました。
- みなさんの生の声を聞く機会になり、意欲が出ました。
- 前向きな皆さまとの交流でパワーをたくさんいただきました。ありがとうございました。
- 深入りし過ぎず、まず必要なことが良くまとめられてあった。
- 異業種の方達とたくさんふれあえてすごく良かった。
- いろいろな方と話しをさせて頂き、改めて様々な考え方があるのだと思いました。

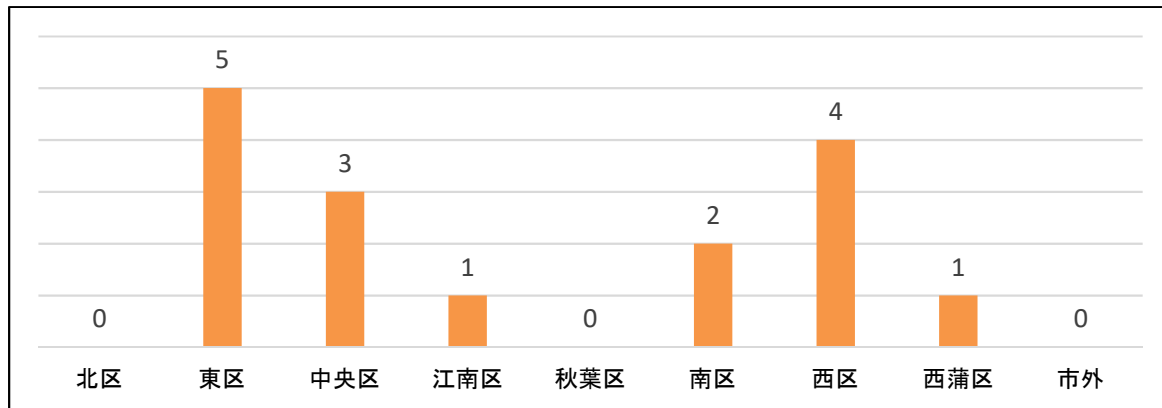
問3 あなたの年代は？



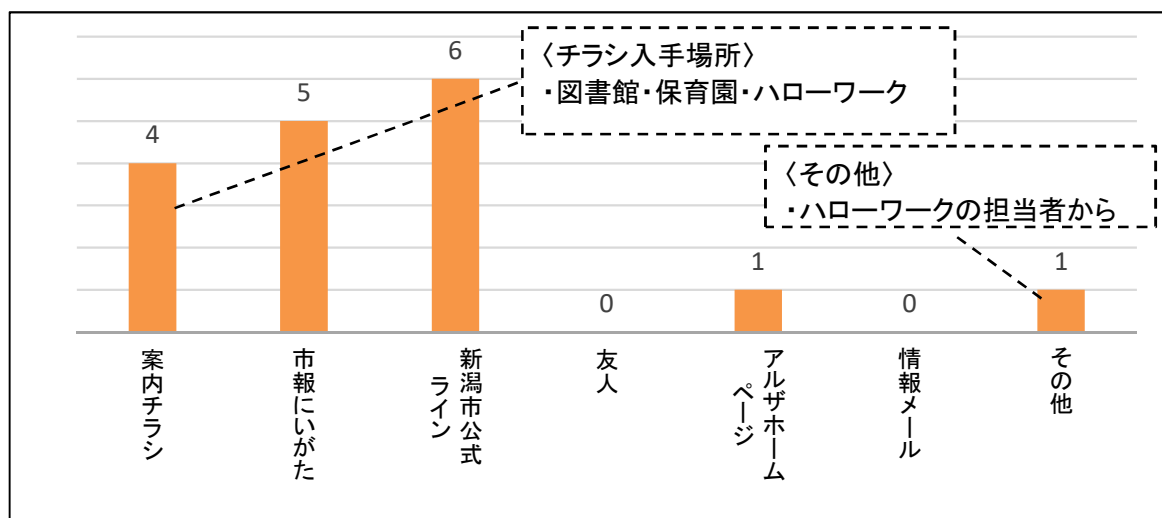
問4 あなたの現在の状況



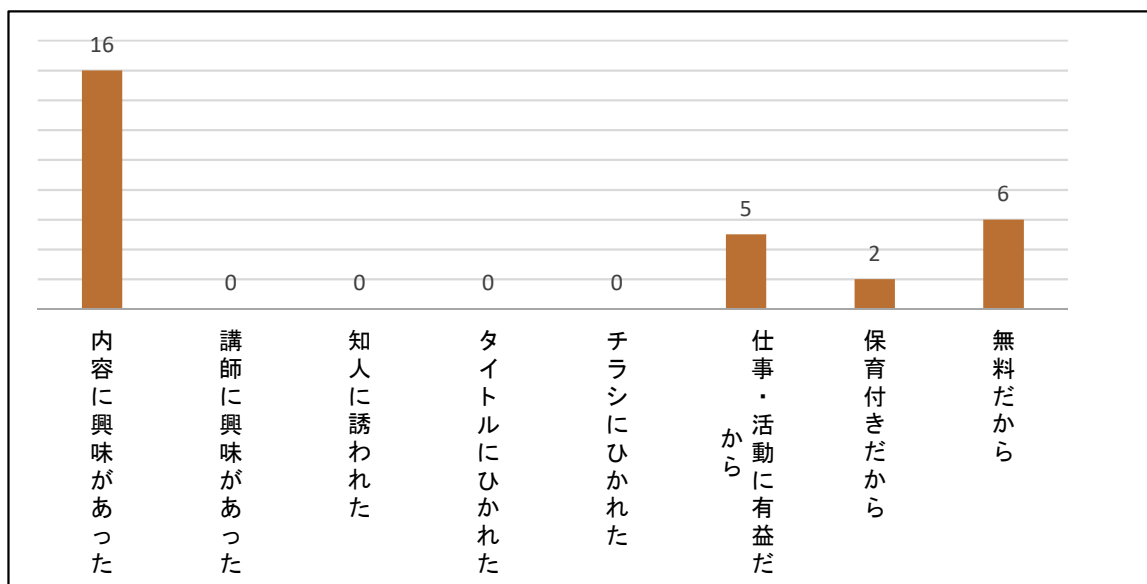
問5 あなたのお住まいは？



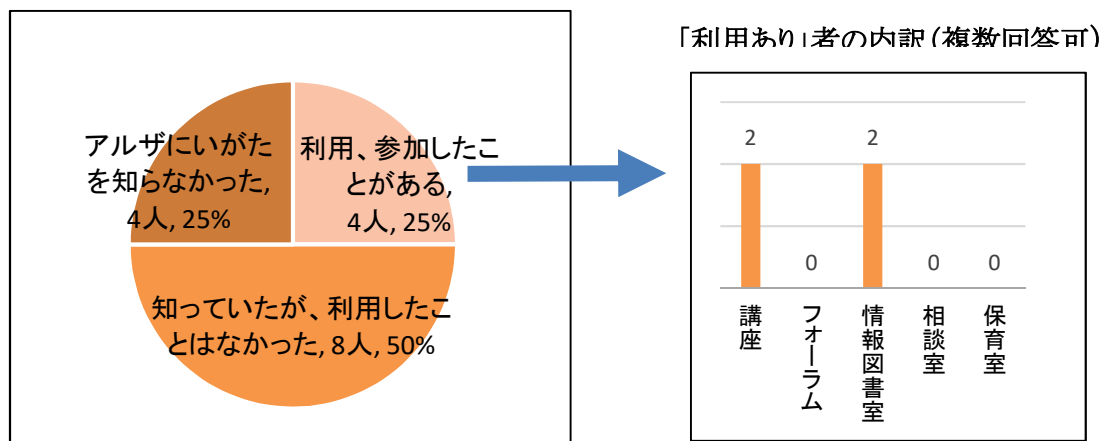
問6 今回の講座を何でお知りになりましたか？(複数回答可)



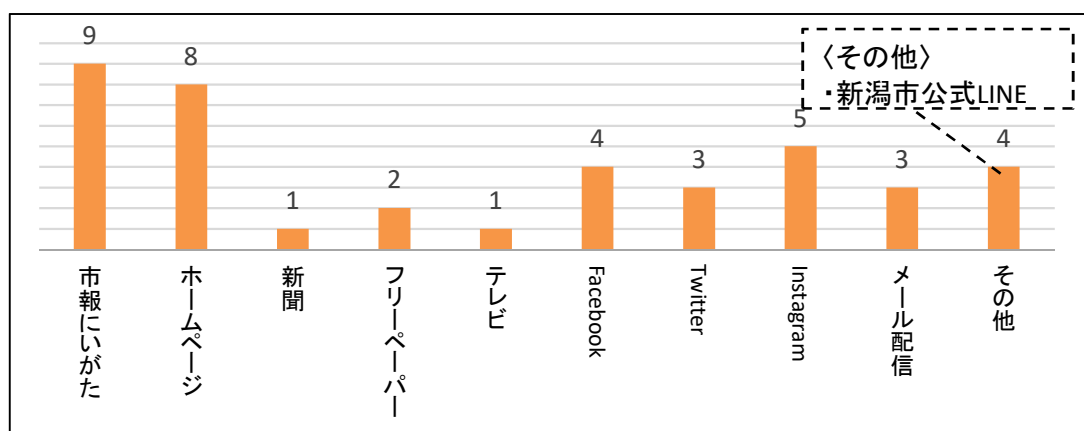
問7 参加された動機は何ですか？(複数回答可)



問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことがありますか？



問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？
(複数回答可)



問10 今後、起業に関する講座に参加するとしたら、どんな内容の講座を受講したいですか。

- 具体的な青色申告の仕方などお金の講座を聞きたい
- 経理の基礎知識、顧客の作り方
- 今、私の持っているものが起業に繋がる可能性(現状できる気がしない)を示唆してくれる講座
- 具体的にどのような手順か分かるもの
- 自分の強みを発見できる！！ようなもの
- 起業している方の話をきける講座
- 起業に関する経理
- 起業後(したての)方との交流会(座談会)etc.
- 特定の業種に向けて…いろいろなテーマでくわしくも楽しいかも…
- 経営面の話し、青色申告についての基礎知識

問11 「アルザにいがた」についてのご意見ご感想など。

- スタッフの方もていねいな対応で良かったです
- 駐車場利用ができるのと有り難いです
- このような有意義な企画をありがとうございました。私は独身なのでみなさま既婚、お子さんありでちょっと場違いな感じがして、気持ち的に少しがんばる必要がありました。
- 駐車料金が残念
- 保育付きでとても安心して参加することができました。ありがとうございました。
- スタッフや保育者の方も優しくて安心して通えました。ありがとうございました。
- とても親切なご対応に感謝いたします。ありがとうございました。

講座プログラム

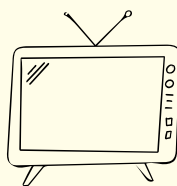
- 事業名：令和5年度 メディアリテラシーについて考える講座
 □講座タイトル：知っておきたい「自分の言葉で話す」大切さ
 ～ジェンダー×メディアリテラシー～
 □開催方法：会場で対面
 □対象：どなたでも
 □定員：35人 ※応募多数の場合は抽選
 □保育：8人（生後6か月以上の未就学児）

学習目標	1. ジェンダーの視点からメディアリテラシーを学ぶことで、情報を主体的に読み解く力、自ら発信する力を養う 2. メディアからの情報を通して、日常に潜む性別による役割分担意識に気付くことにより、自分らしさについて考える 3. 「自分らしく語る」ワークを通し、ジェンダー規範にとらわれず、自分の言葉で話す大切さに気付く機会とする			
行動計画	1-(1)-①-イ、1-(2)-②-ア、4-(2)-①-エ			
回	日時	内容	方法	講師
1	10/21 (土) 13:30 ～ 15:30	<ul style="list-style-type: none"> ・メディアに見られるジェンダーのアンコンシャス・バイアスとその影響 ・どのようにメディア（インターネット、SNSを含む）を見ていったら良いか ・メディアを読み解き「自分らしさ」を考える 【グループワーク】 （後半 約45分） <ul style="list-style-type: none"> ・自分らしく語る、自分の言葉で語る 	講義 ・ グループワーク	谷岡 理香さん メディア総合研究所 所長

誰もが発信できる今／

知っておきたい 「自分の言葉で話す」大切さ

10.21 (土)
13:30-15:30



ジェンダー
×
メディアリテラシー

※メディアリテラシーとは？
メディアの情報を主体的に読み解く能力、メディアにアクセスし、活用する能力、メディアを通じコミュニケーションする能力の3つを構成要素とする複合的な能力のこと

テレビなど様々なメディアから私たちは影響を受けています。

ジェンダーの視点からメディアを読み解くと、見えてくるものとは...？！

「自分らしく話す、自分の言葉で話す」をテーマにグループワークをします。

SNSなどで気軽に発信できる今、メディアと自分のコトバについて一緒に考えませんか？

会場

万代市民会館 4階

新潟市中央区東万代町9-1 ※駐車場はありません。

講師

谷岡 理香さん

メディア総合研究所 所長

定員

35人 (応募多数の場合、抽選)

対象

どなたでも

保育

8人 (生後6か月以上の未就学児) 要申込
(応募多数の場合、抽選)

参加費

無料



申込み
問合せ

① 新潟市オンライン申請システム (e-NIIGATA) →

② 電話 (受付時間: 8:30~17:30 月曜~金曜)

☎ 025-246-7713

10月4日 (水) 締切



【主催】新潟市男女共同参画推進センター「アルザにいがた」

講師 谷岡 理香さん



メディア総合研究所 所長

元東海大学文化社会学部広報メディア学科教授（女性学修士）
テレビ高知アナウンサー、東京でのフリーアナウンサーを経て
大学教員となる。

メディアにおける女性の参画と発信、ジェンダーの視点に立っ
たメディア・リテラシー教育に力を入れている。

こども家庭庁こども家庭審議会児童福祉文化分科会映像・メデ
ィア等委員会委員長

お申し込み方法

10月4日（水）締切



スマートフォンから



二次元コードを読み取ると
「新潟市オンライン申請システム
e-NIIGATA」につながります

電話で

☎ 025-246-7713

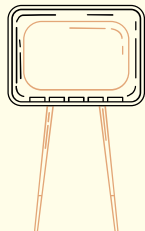
受付時間：8:30～17:30
月曜～金曜（祝休日は除く）

PCから

新潟市役所HPから

🔍 アルザにいがた × を検索

〈新着情報〉の講座情報へ



主催・問い合わせ

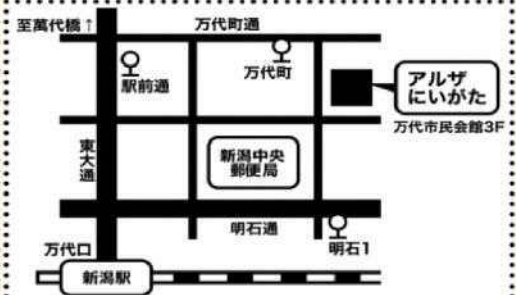
 **アルザにいがた**
新潟市男女共同参画推進センター

〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3F)
TEL:025-246-7713
FAX:025-246-8080
E-mail:alza@city.niigata.lg.jp
受付時間:月曜～金曜8:30～17:30(祝休日は除く)

アルザにいがたHP



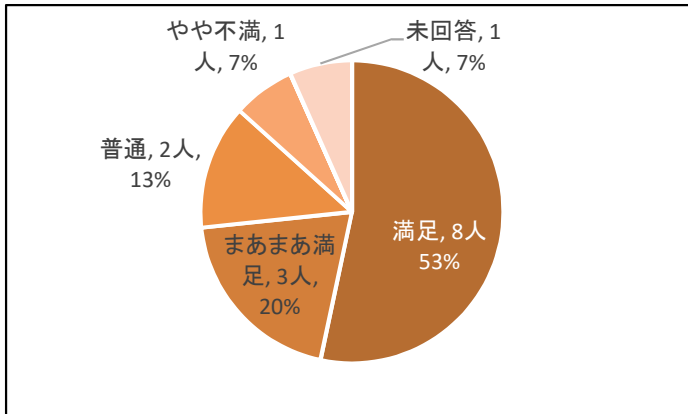
◆新潟駅から徒歩7分。駐車
場がありません。周辺の有料駐
車場をご利用になるが公共交
通機関でお越しください。



令和5年度メディアリテラシーについて考える講座
「知っておきたい『自分の言葉で話す』大切さ～ジェンダー×メディアリテラシー～」

日	テーマ	講師	応募総数	受講者数	保育数
10/21 (土)	知っておきたい 『自分の言葉で話す』大切さ ～ジェンダー×メディアリテラシー～	メディア総合研究所 所長 谷岡 理香さん	20	15	1

問1 講座はいかがでしたか。



◆応募総数:20人
◆受講者数:15人
(キャンセル1人、当日欠席4人)
◆アンケート回答者数:15人

◆満足+まあまあ満足 78.6%

問2 講座の感想

◆満足

- 初めての気づきを得る情報がいくつかあり、参加して良かったです。保育付きというのもありがたかったです。
- とても楽しかったです。ありがとうございました。またお聴きしたいです。
- 谷岡さんの話し方や明るさで、良く内容が伝わってきました。あっという間でした。
- CMなどを通じて、昔から現在のジェンダーを巡る変遷が知れて良かった。
- しゃべれて良かった。
- 年代の違う人達とのグループワークは楽しかったです。いろいろな意見が聞けて良かったです。
- 講師のパワーポイントで画像や動画が織りまざっていて、とてもわかりやすく楽しく学びました。講師のお話がテンポも良くおもしろかったです。
- 自分のまわりにたくさんジェンダーの問題が隠れていることに改めて気づきました。昔のドラマやCMなど、あーそういえば、と思ったけど、その頃は特別何も思っていなかったなあとかそんなものだと思ったりしていたことを思い出したり。情報もたくさんで、講師の方の情熱もすごく感じました。ありがとうございました。

◆まあまあ満足

- 日本と海外のCMの比較はおもしろかった。メディアリテラシーについてももう少し深く聞きたかった。時間が足りないですね。でも2時間以上は無理ですね。短い2時間でした。
- 一方通行でなく話し合いがあったのが良かった。1人ずつ自分の言葉で話す時間があると、自分の言葉で話すというテーマになるのかなと思った。いろいろな家庭の状況があることが知れて良かった。先生の話はわかりやすく、映像もたくさん見せてくれて楽しく、午後の睡魔の時間にもかかわらずしっかり参加することができました。

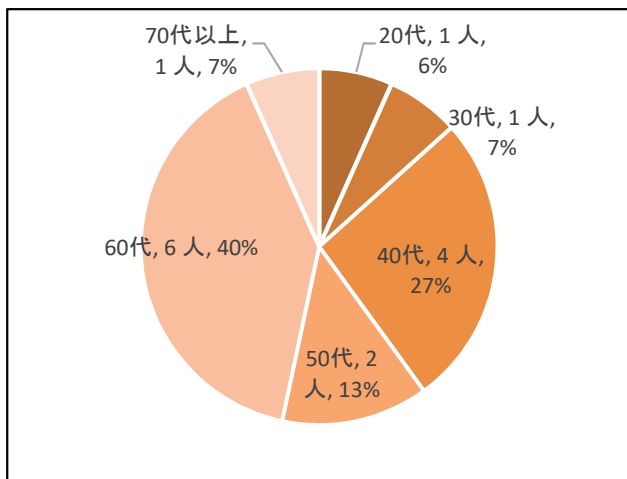
◆普通

- ディスカッションの時間が足りなかった。

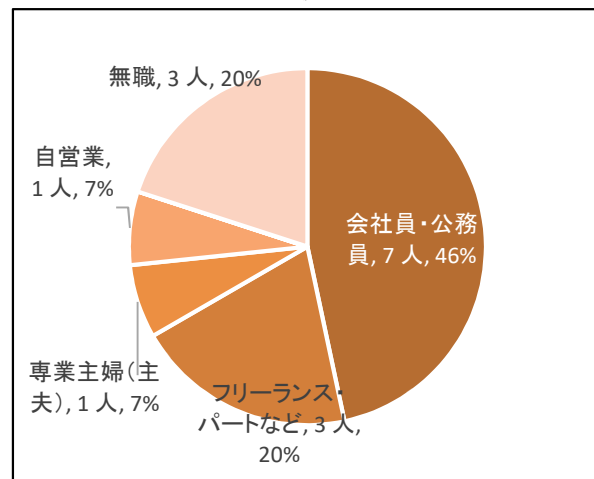
◆未回答

- グループワークが苦手です。話の内容は良かったです。

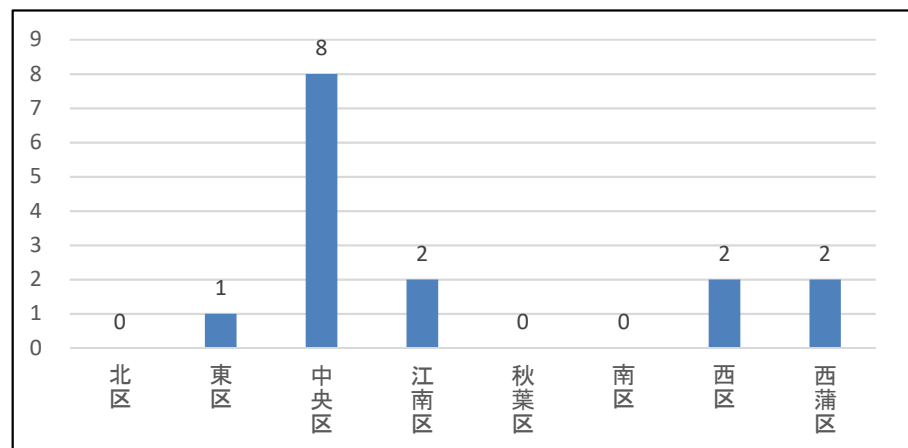
問3 あなたの年代は？



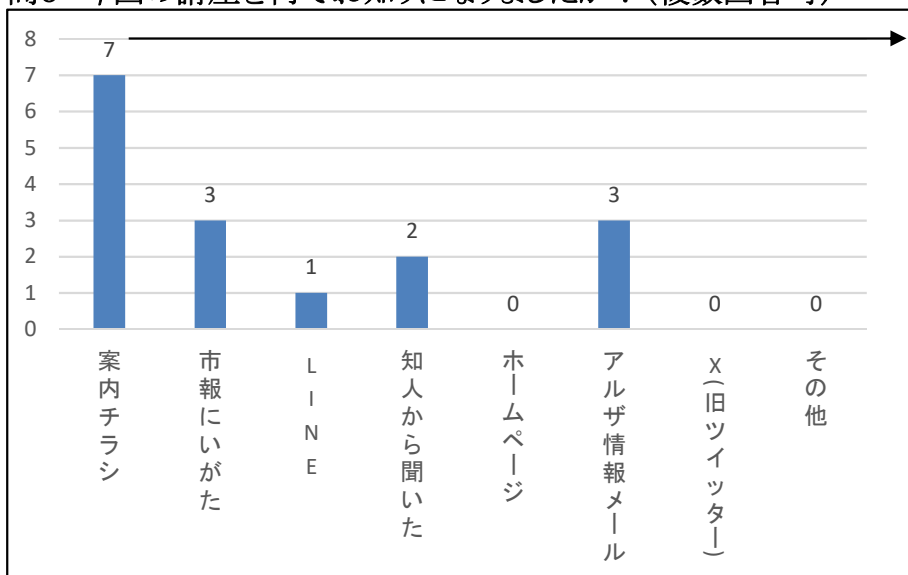
問4 あなたの現在の状況



問5 あなたのお住まいは？

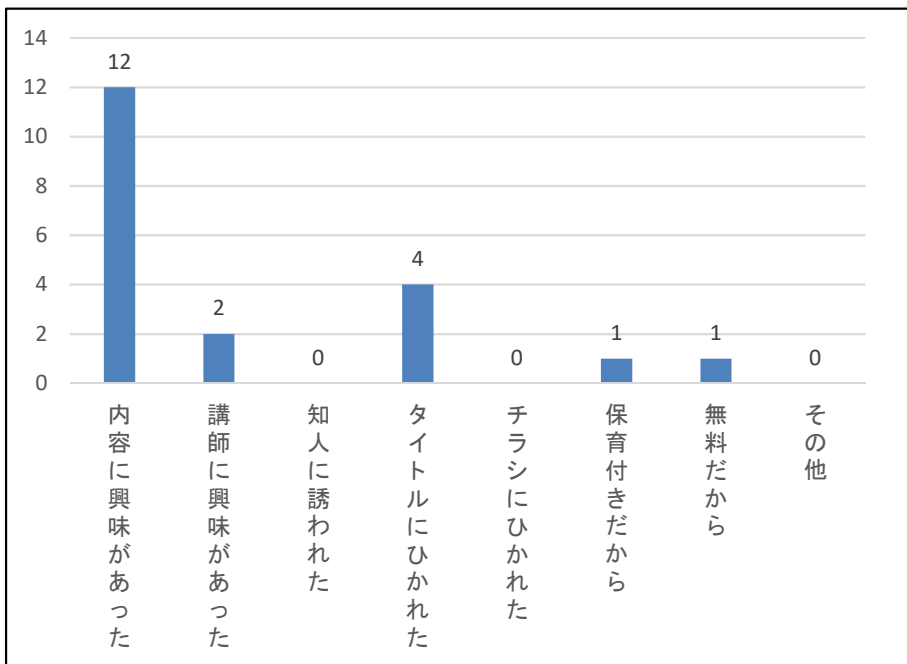


問6 今回の講座を何でお知りになりましたか？(複数回答可)

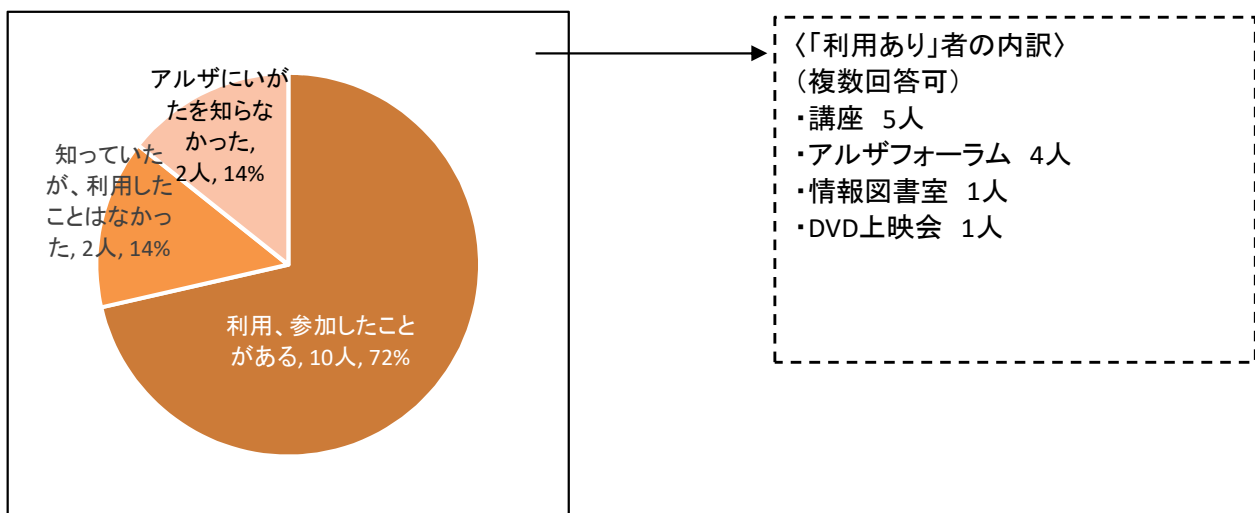


- 〈チラシ入手場所〉
- ・県立図書館
 - ・アルザにいがた 4人
 - ・市役所
 - ・クロスパルにいがた

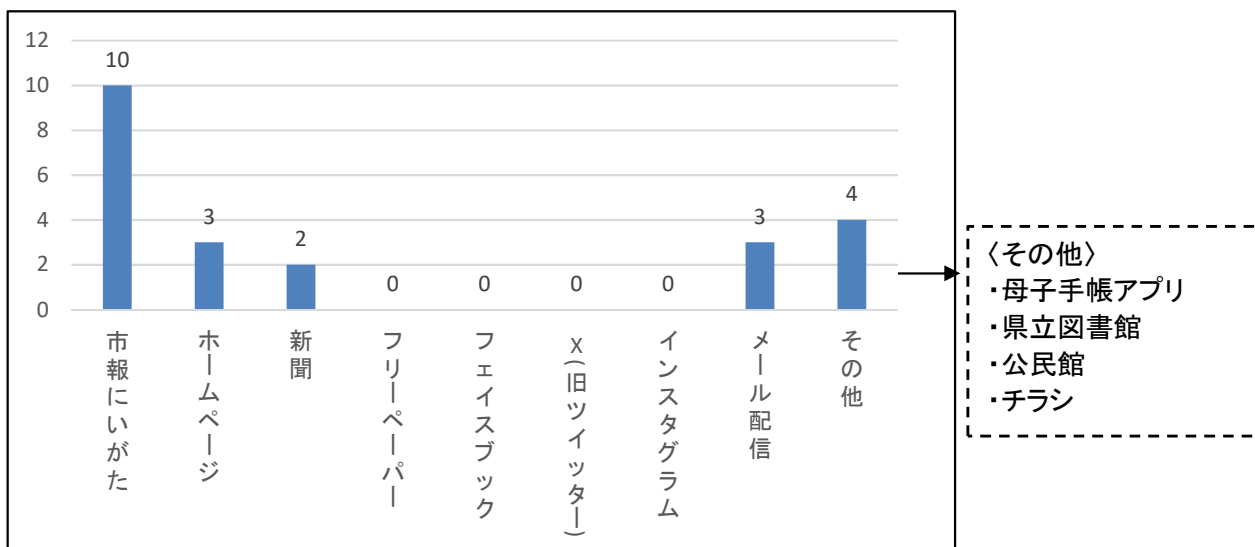
問7 参加された動機は何ですか？
(複数回答可)



問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことがありますか？



問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？
(複数回答可)



問10 今後、メディアやジェンダーに関する講座に参加するとしたら、どんな内容の講座を受講したいですか？

- 今回のような講座で良いかと思えます。
- 週末は母の介護でなかなか参加できないのですが、また機会があれば何か参加できればと思います。
- メディアの講座なら何でもよいです。
- CMやドラマなどから学びたい。
- 討論的な要素を強めたイベントを行っていただけると嬉しいです。

問11 アルザにいがたについてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- 今のままで良いかと思えます。
- 初めて来ました。なかなか来る用事がないので。
- 今回のような講座をまた受けたいです。
- 楽しい講座を企画してくださり、ありがとうございました。
- いつも興味の惹かれる講座に参加させてもらってありがとうございます！

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 相談室連携講座
 □講座タイトル：私を大切にするための「自己表現」講座～アサーティブトレーニング～
 □対象：女性
 □定員：20人 応募多数の場合は抽選
 □保育：8人（生後6ヵ月以上の未就学児）

学習目標		自分を信頼する力を回復し、相手を大切にしながらも自分をきちんと表現することの意味と方法について、グループワークやロールプレイを通して実践的に学ぶ機会とする。		
行動計画		1 - (1) - ① - イ 4 - (2) - ① - エ		
回	日時	タイトル・内容	方法	講師・助言者
1	5/26 (金) 10:00 ～ 12:00	自己表現トレーニングとは… “私”を知る	講義 グループ ワーク	NPO 法人 新潟フェミニストカウンセリングセンター まど 代表 寺崎 泰子さん
2	6/2 (金) 10:00 ～ 12:00	自己表現トレーニングの目指すところとは… 気持ちを表現する (ロールプレイ)		特定非営利活動法人 女のスペース・ながおか 主任相談員・カウンセラー
3	6/9 (金) 10:00 ～ 12:00	自分を変える、関係を変える 自己表現トレーニング (ロールプレイ)		田中 民子さん 田村 里美さん
4	6/16 (金) 10:00 ～ 12:00	自分を育てるコミュニケーション とは… 自己表現トレーニング (ロールプレイ)		
5	6/23 (金) 10:00 ～ 12:00	より豊かな関係を目指して…		NPO 法人 新潟フェミニストカウンセリングセンター まど カウンセラー 石橋 明子さん 蓮池 イミ子さん

参加
無料

連続
講座

保育
あり

私を大切にするための

「自己表現」講座

～アサーティブトレーニング～



こんなことはありませんか？

- 自分の気持ちを相手にうまく伝えられない
- 感情的に思ったままを口にしてしまい落ち込む
- あの時こう言えばよかったと後悔する
- 相手の反応が気になってしょうがない
- 友人や家族との関係に悩んでいる



そんな自分を変えたいあなたに…
自分を信頼する力を回復し、相手を大切にしながらも、自分の思いをきちんと表現することをグループワークやロールプレイを通して実践的に学ぶ講座です。



プログラム

回	日程	テーマ・内容	講師
1	5月26日(金) 10:00～12:00	自己表現トレーニングとは “私”を知る	NPO 法人 新潟フェミニストカウンセリングセンター まど 代表 寺崎 泰子さん
2	6月2日(金) 10:00～12:00	自己表現トレーニングの目指すところとは 気持ちを表現する(ロールプレイ)	
3	6月9日(金) 10:00～12:00	自分を変える、関係を変える 自己表現トレーニング(ロールプレイ)	特定非営利活動法人 女のスペース・ながおか 主任相談員・カウンセラー 田中 民子さん・田村 里美さん
4	6月16日(金) 10:00～12:00	自分を育てるコミュニケーションとは 自己表現トレーニング(ロールプレイ)	
5	6月23日(金) 10:00～12:00	より豊かな関係を目指して	NPO 法人 新潟フェミニストカウンセリングセンター まど カウンセラー 石橋 明子さん・蓮池 イミ子さん

会場：万代市民会館3階 307・308 研修室、302 研修室

※駐車場はありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか、公共交通機関でお越しください。

対象：女性

定員：20人 ※全5回参加できる方を優先します。

※応募多数の場合は抽選

保育：8人(生後6ヶ月～未就学児) ※要申込

申込方法：かんたん申込み または、
アルザにいがたへ 電話 (025-246-7713)

締切：5月8日(月) ※裏面参照

↓かんたん申込み



*** 講師紹介 ***

NPO 法人 新潟フェミニストカウンセリングセンター まど



平成18年(2006年)に設立。「女性たちは一人ひとりが力を持っており、その力を取り戻していくところの過程によりそい“わたし”を大切にする生き方を一緒に考えていきます。」を理念に活動しています。主な活動は、アルザにいがたでの「ところの相談」のカウンセリング業務、公民館等での講座・講演会への講師派遣や企画の相談、関係機関とのネットワーク援助等です。

女性たちが“女性として生きる”ことにより抱える、さまざまな心理的問題をサポートしています。

特定非営利活動法人 女のスペース・ながおか

平成11年(1999年)に長岡市で活動開始。平成14年(2002年)にNPO法人の認可を受け、女性と子どものための相談・支援活動をしています。近年の相談内容としては、離婚・DV・夫婦関係・家族の問題が重複した困難なケースが増えてきており、カウンセリングの提供回数が増えています。今後も女性・子ども・障がいのある人や高齢者、LGBTQの方々に対して総合的、専門的な支援が必要となっていくため、これからも一人ひとりが自分らしく自立(心の自律も)した生活に向かっていけるよう相談・支援活動を続けていきたいと考えています。

*** 申し込み方法はこちら ***

【電話】 025-246-7713

受付時間：月曜日～金曜日 8:30～17:30

(土日及び祝休日は除く)

【かんたん申込み】



携帯から ⇒ 右の二次元コードを読み取ると「かんたん申込み」画面につながります。

↓かんたん申込み



PCから ⇒ 新潟市役所HP内<アルザにいがた>→<新着情報>の講座募集情報から「かんたん申込み」画面につながります。

アルザにいがた



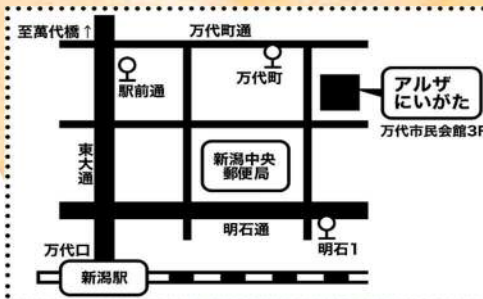
問い合わせ



〒950-0082
新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3F)
TEL: 025-246-7713
FAX: 025-246-8080
E-mail: alza@city.niigata.lg.jp



アルザにいがた HP



◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

R5 相談室連携講座

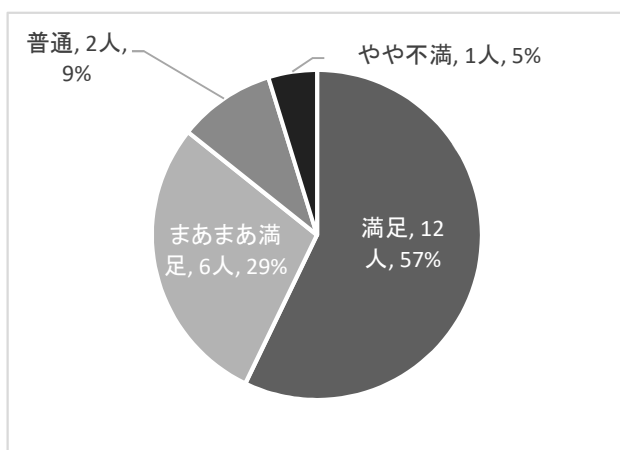
私を大切にするための「自己表現」講座～アサーティブトレーニング～ アンケート結果

※ 女性20人定員、各回金曜日10:00～12:00開催

回数	日にち	テーマ・内容	受講者数	保育	◆応募総数: 27人
1	5/26	自己表現トレーニングとは ”私”を知る	23	3	◆受講者数: 26人 途中辞退者 2人
2	6/2	自己表現トレーニングの目指すところとは 気持ちを表現する(ロールプレイ)	21	3	
3	6/9	自分を変える、関係を変える 自己表現トレーニング(ロールプレイ)	20	3	◆延べ参加人数: 104人
4	6/16	自分を育てるコミュニケーションとは 自己表現トレーニング(ロールプレイ)	19	3	◆平均受講者数: 20人
5	6/23	より豊かな関係を目指して	21	3	◆アンケート回答者数: 21人

※応募者27人のうち、1人落選とした。(埼玉県在住の方だったので。)

問1 講座全体を通していかがでしたか？



◆満足・まあまあ満足 85.7%

【講座全体】

◆満足 12人

- ロールプレイの体験が良かった。かかえていた問題の一つが解決しました。相談を含めての講座参加ができたので、ありがとうございました。
- とても有意義でした。心がやすまりました。
- 想像をはるかに上回る内容でした。今までの”講座”という枠をこえて、生き方の授業を受けたようでした。また、参加者の皆さんも真剣な方ばかりで、短期でしたが仲間みたいなものがうまれていたような気がします。
- 理論的に学べたし、ロールプレイなどで実際に体験できたのが良かった。
- 初めて会う方と話したり、人前で話したり、ロールプレイはとても緊張しましたが、みなさん、一生懸命生きてらっしゃるんだと感じました。
- 自分が気になっている所をワークでいやすことができたので、とてもよかったです。
- ワークも多く、とても参考になりました。ロールプレイをやってみて、自分の中ではまた違った気持ちが出てきました。
- 色々な人に会ってお話をきけてよかったです。
- 皆さんの話をきいて、また、きいてもらって、みんな同じような気持ちなんだなと、スッキリしました。普段はどうしても、ぐちを言いたすと聞く側になることが多かったり、ぐちは言うべきではないという気持ちもあって。参加して良かったです。
- 自分の気持ちを大切に、相手も尊重するスキルを身につけ、自分を大切に生きていく方法を教えていただけました。ありがとうございました。
- 自分の思っていることを相手に伝える、コミュニケーションについて、立ち止まって学ぶ、考える良い機会となりました。

【講座全体】

◆まあまあ満足 6人

- ロールプレイがあつて、自分におとしこみやすくて、よかった。
- とても良い考え方を教えてもらって、ありがたかった。もう少し少ない人数でロールプレイができると、学びがより多かったと思う。
- 会場がアロマっぽい香りで包まれていて、「いいなー！」と思ってました。2回体調不良で欠席してしまい、宿題提出したロールプレイングが出来なかったことが大いに悔やまれます…。相談室へ行くとロールプレイングをやることができますか？その後の勉強の続け方や先生方とつながれる方法を最後にお聞きしたかったです！大変勉強になりました。ありがとうございました。
- 参加人数が多いにも関わらず、全員がロールプレイングが出来てスゴイと思いました。一人一人がうまくいかなかった場面に立ち戻り、色々感じる事が出来てよかったと思います。先生方は大変だったと思いますが、本当に有難うございました。
- 自分自身が病気であったり、無職だったりしてロールプレイの時、全部さらさないといけないのがつらかった。普通の主婦でとか、仕事人でないと参加しづらいのではと思った。けれど、学びにはなったのでありがとうございます。

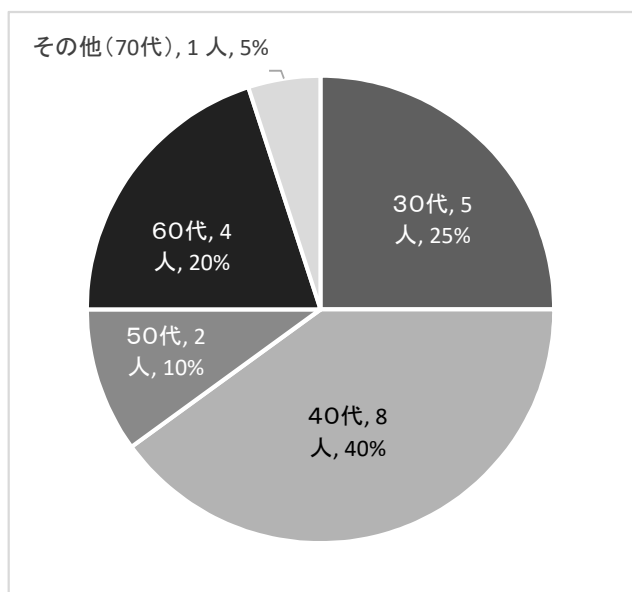
◆普通 2人

- 同じ悩みを持った人や、違う考えがある方はこういう考え方もあるよと教えてくれて、肩の荷がおりたような感じがしました。年代も、色々な方がいたので、幅広く色々意見をきけておもしろかったです。
- ワークで意見を求められても何も思いつかなくて大変でした。話をするのが苦手なので苦労しました。

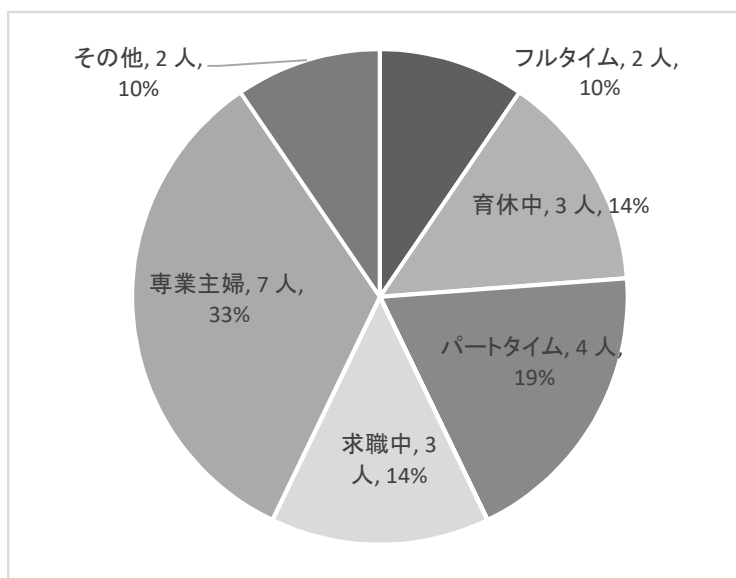
◆やや不満 1人

- 私が思う自己表現とは少しちがいました。

問2 あなたの年代は？

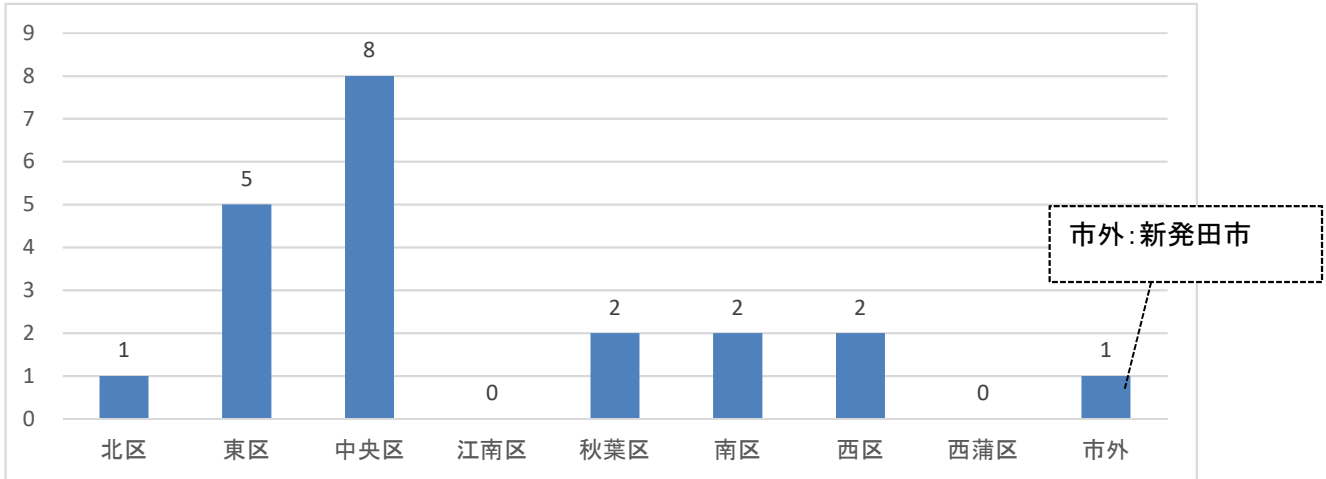


問3 あなたの現在の状況

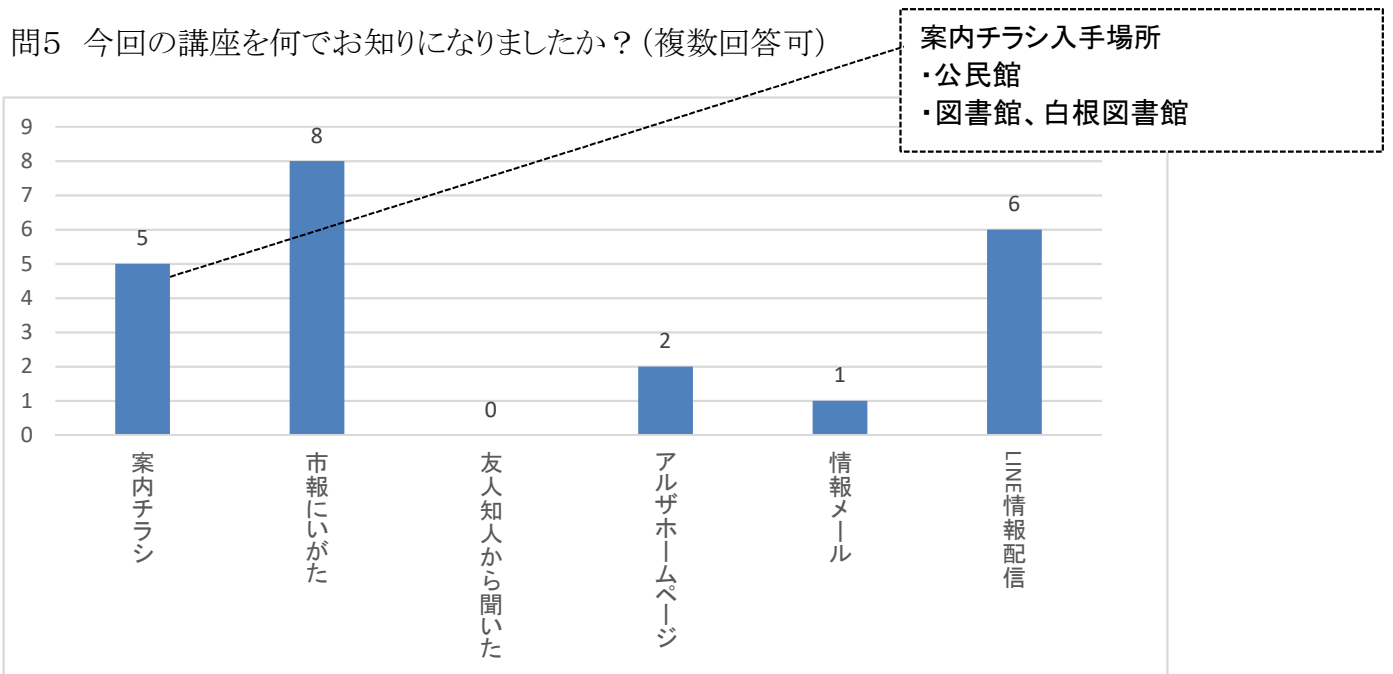


その他:産休中、年金生活者

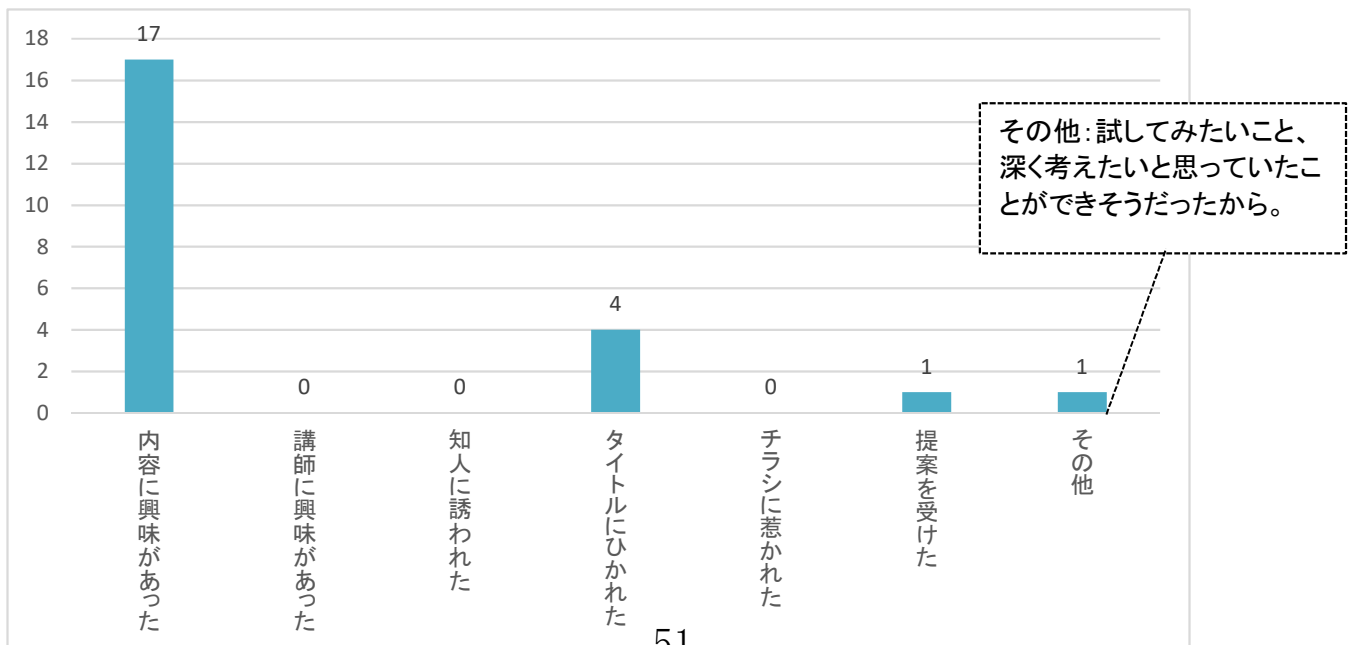
問4 あなたのお住まいは？



問5 今回の講座を何でお知りになりましたか？(複数回答可)



問6 参加された動機は何ですか？(複数回答可)

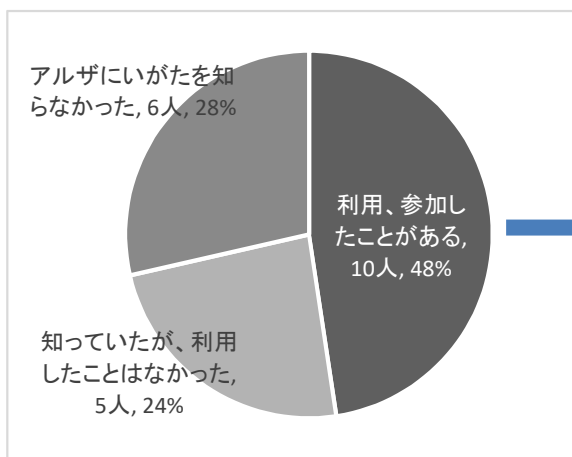


問7 講座の受講前、受講後でご自身に変化はありましたか？

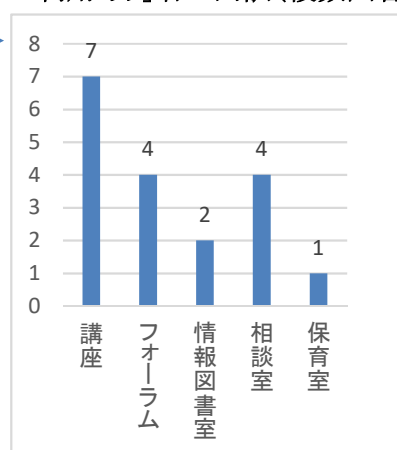
(気持ちの持ち方、人との付き合いなど、どんなことでも)

- ありました。もっと自分の感情に素直に、口に出そう。
- ありました。こちらの図書館で本を借りて、毎日勉強もしています。世の中の見え方がかわり、社会不信から少し、明るく、一歩ををふみ出せそうです。ゆっくり求職中ですが、もやもやしたら、応募しないでみようとしています。
- 自分で思っていたこと、考えていたことが、間違っていなかったと背中を押された気持ちになって自信がついた。
- 最初は男女平等、自分の意見を言うなど、自分がとてもエラそうにしている気がして自分らしくないのかなと感じていましたが、5回参加して変わっている自分に気付いているところです。
- 自己実現をしていく際にブロックと感じていた事と向き合えてワークできたので、とても役に立ちました。自分以外の方のお話を聞くことで、考え方の幅も広がり、そうだったと思い出すこともあり、とても有意義な時間となりました。
- 自分ではあたりまえと思っていた感覚も世代が変わると異なるんだと感じた。
- 気持ちがとても楽になりました。一緒にグループなどで話した人たちの意見にもとてもひびくものがありました。
- 色々な人生があるんだなあ勉強になりました。自分は失敗作だと思わず過ごそうと思えました。
- 一番の悩みであった夫との関係について、受講前に比べて、心の中でふかんできたり、伝えるべきことを伝えられるようになってきている。
- 現在69歳です。自分の未来を考えられませんでした、ATをとり入れてがんばろうと思いました。
- 人へ伝えることをためらう必要はないと考えられるようになった。私はどうしたいのか、なぜ怒っているのかなど、自分のことを考えるようになった。
- 攻撃的な相手への解決策を探していたが、解決できない場合がある、自己主張をすることが大切と学んだ。
- まだ失敗することは多いけど、相手の意見に敬意を払おうという意識をすることができるようになった。
- 受講前 → 「言ってもしょうがないかな…」 相手が受け入れる余裕がなさそうだしと思っていました。
受講後 → 角が立たずに自分の気持ちを言う場面&皆さんをみて、私も勇気が出ましたし、私の中の答えに近づけました。
- 逆に色々考えるようになったので、混乱することが多くなりました。前進していると自分では捉えていて、無の状態から、考えるようになったのかなと思います。
- 気持ちの持ち方はたしかに変化があった。
- 私は、距離感(特に親しい方)が大事という事でした。自分でも、わかっていた部分もあったのですがなかなか直せず。でもそれも受けとめつつ違う方法もある事を尊重していいとわかり安心しました。
- 世代の違う方たちとふれられて新鮮でした。

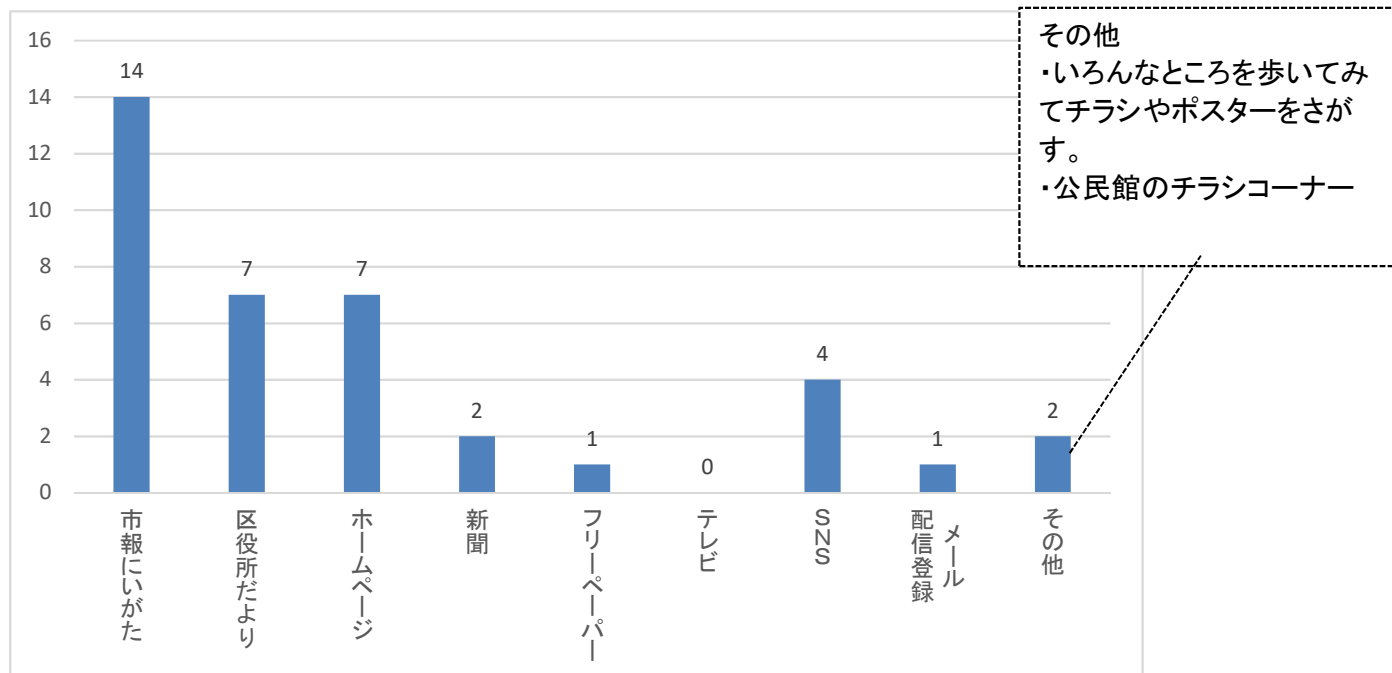
問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことがありますか？



「利用あり」者の内訳(複数回答可)



問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？（複数回答可）



問10 男女共同参画について、今後企画してほしい内容や講師、またアルザにいがた全体についてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- ・相談、聞いてくれる人がいる事が自分のもと(基)となり、力となり、助けとなった。
- ・もっと男性に知ってほしいが、そもそも論として、男は受け入れない！若い方たちに(男性)(義務教育世代)、知ってもらえると良いですね。
- ・今回と同じものを沢山の方に体験してほしいです。アルザさんは今まで重たい所だと、近寄りがたかったのですが、全くそんなところではなく、もやもやをすがすがしくしてくれる大切なおところだと知りました。ありがとうございました。
- ・駐車場なしという情報はあったが(今回の講座案内に)、駐輪場があるという情報がなかったので、載せるといいと思う(くだらないことすみません…)
- ・自己実現講座
- ・アサーティブトレーニングはとても参考になりました。
- ・お話がでていましたが、男性にもアサーティブ講座を受けてほしいですね…
- ・発達障害児を育てる発達障害者向け(親)のコミュニケーション講座(つながり)が受けたい。
- ・夫婦で参加できる講座。保育室に子どもをお願いして、夫婦でじっくりいつも話さないくあらためて、久しぶりにお互いを知られる>会話ができたらいいなと思っています。
 今までの企画だと、ちやい文々さんの講座が私が参加したい講座のイメージに近いです！
 「子育てのパートナーだけれど、今日はあえて親ではなく、夫・妻としてありがとうと伝えましょう。これからの夫婦の夢を描いてみましょう。最後にお互いへの手紙をかいて渡しましょう♪」という内容の講座でした。夫はすごく抵抗があったようなので、何回かシリーズのひとコマだと参加しやすいです。
- ・LGBTQ+に興味があり、アライになって何か自分にできないかなと何年も思い続けているが、なかなか行動に移せないでいます。そんな人でも参加できる企画があったらいいなと思っています。

講座プログラム

□事業名：令和5年度 相談に携わる方のための講座

□講座タイトル：生きづらさの根底にあるものは…

～ ポリヴェーガル理論に学ぶ ～

□対象：行政や民間などの各種相談窓口の相談担当者等

□定員：会場30人、オンライン30人 応募多数の場合は抽選

□保育：8人（6か月以上の未就学児）

学習目標	各種相談に応じている機関や団体の相談担当者が、生きづらさ（発達性トラウマ）を抱えている人に必要な支援やケアを学ぶことで、今後の業務の向上につなげる。			
行動計画	1-1-1-イ、4-2-1-エ			
回	日時	内容	方法	講師・助言者
1	9/23 (土・祝) 13:30 ～ 15:30	ポリヴェーガル理論をわかりやすく解説してもらい、生きづらさ（発達性トラウマ）を抱えている人に必要な支援やケアの具体的な実践例を学ぶ機会にする。	講義	花丘 ちぐささん (国際メンタルフィットネス研究所代表)

相談に携わる方のための講座

生きづらさの根底にあるものは…

～ ポリヴェーガル理論に学ぶ ～

講師：花丘ちぐさ さん（国際メンタルフィットネス研究所代表）

参加
無料

心と身体に大きく影響を与える不適切養育からおこる
発達性トラウマからの回復の仕方をポリヴェーガル理論から
学び、今後の相談業務に生かします。



日時 9月23日(土・祝) 午後1時30分～3時30分

会場 万代市民会館3階 307・308 研修室 ※ 駐車場はありません

対象 各種相談に携わっている方(優先) または 関心のある方
※ 応募多数の場合抽選
※ 保育あり(要予約)6か月以上の未就学児 8人

受講形式・定員 対面 30人、オンライン 30人

申込み 電子申込み もしくは アルザにいがたへ電話(詳細裏面)
※ オンライン受講ご希望の方は、できるだけ電子申込みからお申し込み
ください。

締切：電子申込 9月10日(日)まで
電話申込 9月8日(金)午後5時30分まで

主催

アルザにいがた

新潟市男女共同参画推進センター

〒950-0082

新潟市中央区東万代町9-1(万代市民会館3F)

TEL:025-246-7713

FAX 025-246-8080

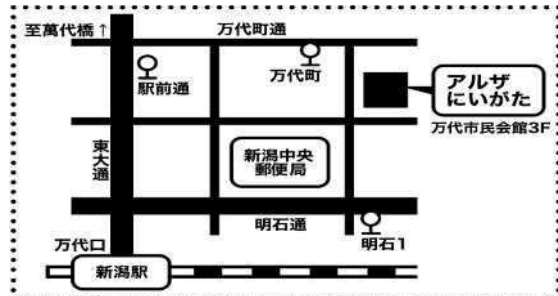
E-mail alza@city.niigata.lg.jp

NPO法人

新潟フェミニストカウンセリングセンター まど



アルザにいがた HP



◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

講師プロフィール

花丘ちぐさ さん 国際メンタルフィットネス研究所代表



博士(学術)。公認心理師、指導健康心理士、ソマティック・エクスペリエンシング®・トラウマ療法ファカルティ(講師)。早稲田大学教育学部国語国文学科卒業、米国ミシガン州立大学大学院人類学専攻修士課程修了。桜美林大学大学院国際人文社会科学専攻博士課程後期修了。A 級英語同時通訳者。「国際メンタルフィットネス研究所」代表。ポリヴェーガル・インスティテュート・インターナショナルパートナー。著書に『その生きづらさ、発達性トラウマ? -ポリヴェーガル理論で考える解放のヒント-』(春秋社 2020 年)、『なぜ私は凍り付いたのか-ポリヴェーガル理論で読み解く性暴力被害と癒し-』(2021 年春秋社)、『わが国におけるポリヴェーガル理論の臨床応用』(2023 年岩崎学術出版社)。そのほか翻訳書多数。子ども時代に不適切な養育を受けて生きづらさを抱えている人や性暴力の被害者などの支援の専門家の育成を行っている。

電子申込みの方法

新潟市オンライン申請システム e-NIIGATA



スマートフォン・
携帯から⇒

右の二次元バーコードを読み取ると
「新潟市オンライン申請システムe-NIIGATA」画面につながります



PCから⇒

新潟市役所HP内<アルザにいがた>→<新着情報>
の講座募集情報から「新潟市オンライン申請システムe-NIIGATA」画面につながります

電話での申し込み

TEL 025-246-7713

アルザにいがた



アルザにいがたでは各種相談業務を行っています。

・こころの相談

電話相談 水・日曜 午前10時～午後3時30分 金曜 午後2時～午後7時30分

☎ 025-245-0545

面接相談 電話相談をお受けした方で、さらにカウンセリングをご希望の場合。

火・水・木・土曜 午前10時～午後5時(予約制)

・女性のこころとからだ専門相談

奇数月第2水曜 午後2時～午後5時(予約制)

☎ 025-246-7713(予約専用)

・男性電話相談

第4火曜 午後6時30分～午後9時

☎ 025-246-7800

・LGBTQ+電話相談

第1月曜 午後5時30分～午後8時

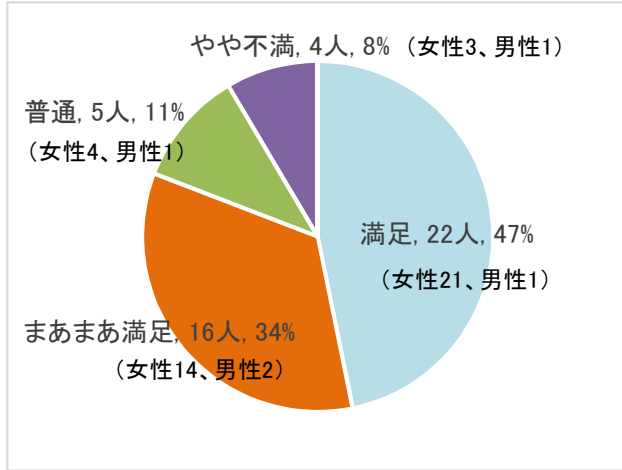
☎ 025-241-8510



令和5年度 相談に携わる方のための講座
【対面・オンライン併用開催】

日	テーマ	講師	応募総数	受講者数
9/23 (土・祝)	生きづらさの根底にあるものは… ～ポリヴェーガル理論に学ぶ～	花丘 ちぐささん (国際メンタルフィットネス研究所代表)	60	59

問1 講座はいかがでしたか。



対面参加者数 34人

オンライン参加者数 25人

アンケート回答者数 47人

参加者の所属

- ・女のスペースにいがた
- ・にいがた被害者支援センター
- ・学校職員 ・区女性相談員 等

◆満足+まあまあ満足 80.9%
(女性83.3%、男性60%)

【理由・感想など】

【満足】

- とても参加できて良かったです。お話が分かりやすく、スーッと入ってきました。世代間伝播のお話は、初めてきました。トラウマ解放の話、ソマティックなアプローチをもっとききたかったです。
- お話はとてもよく分かり、ポリヴェーガル、トラウマについて情報を得ることができました。しかし、資料があるところないところがあり、もどかしい思いも感じました。
- 発達障害と発達性トラウマは明確な区別というのは難しいかもしれませんが、どのように見分けるのかが気になりました。
- 少し難しいところもありましたが、ポリヴェーガル理論のことがわかりました。協働調整の練習など後半の大切なところももう少し具体的にくわしく教えてもらえたらと思いました。
- その時、その場面で困っていること、それは元来、自分に根付いているDNAの影響もあるという事を学びました。ありがとうございました。
- 小文字のトラウマについて、支援者や専門家の認知を高める事が重要だと感じました。これまでのトラウマという言葉のイメージを越えて前へ進む必要があると感じました。
- 普段の相談業務の中で、感じている疑問や状況の原因について大変分かりやすく知ることができました。今後の支援に活かしたいと思います。ありがとうございました。
- 相談業務をする中で、親の心理的暴力で苦しんでいらっしゃる方にたびたび出会います。今日のお話を聞き、とても納得しました。さらに深く勉強してみたいので、トレーニング情報も確認してみます。
- 今までの漠然とした感覚が整理された感じがした。
- 支援者として現場に関わっていると、この理論を知っていることは大変重要だと感じます。トラウマについて知ることは支援者として必須だと感じています。
- 性暴力の法改正を進めた理論を学ぶ機会をありがとうございます。人の行動には理由があることがわかりました。
- とても興味深い内容でした。自分に思い当たることも多く、とても参考になり、聞くことができよかったです。音声がとても聞こえづかったのが残念でした。

【まあまあ満足】

- もう少し長く話をききたかったです。
- 資料がだいぶ抜けている部分が多くパワポと合っていなかった。
- 分かりやすい説明で、楽しいお話を聞けました。もっと興味がわいてきました。
- 時間が足りなかったですね。オンラインはとても便利ですが、不具合がおきるのは残念です。
- 発達障害と発達性トラウマは明確な区分というのは難しいかもしれませんが、どのように見分けるのかが気になりました。
- とても勉強になりましたが、まだ理解不足で、今後、勉強していきたいと思います。
- 人間の行動を神経学の立場からとらえる理論に興味があり、腹側迷走神経なるものを初めて知ることができた。難しい理論を講師のお人柄と分かりやすいパワポで説明していただき、少し理解が進んだ。
- 昔から言われている体が硬直して動けないということが、経験上知られていたことが科学的に実証され、これはあなたが悪いわけではない、ということクライアントさんに伝えることができると思いました。
- 現状の原因を診ることで軽快につながって行けそう。と感じました。ストレスから起こる疾患の放射線状の図をもう一度観たいです。抜粋元を教えてくださいと幸いです。
- 後半が駆け足でこれからという所で時間切れとなってしまい残念でした！
- 途中で音声切れ、30分ほど聞き取れなかったことが残念でした。

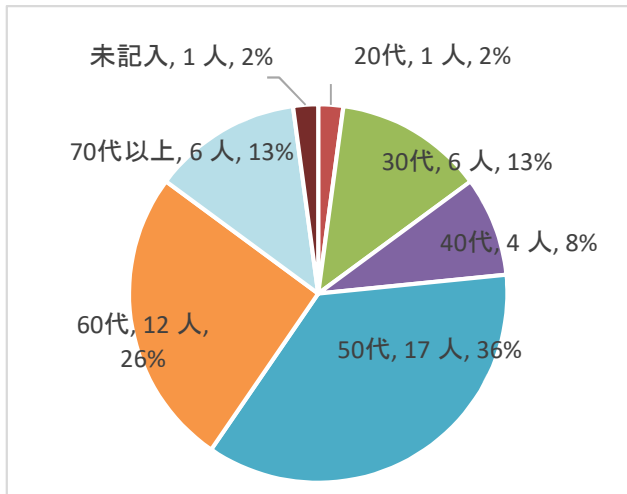
【普通】

- 近隣にひきこもりの方がいるので、参考になった項目もありました。花丘先生の声がステキでした。少し三人掛けでは身動きが取れない気がします。
- 前座が少し長いように感じた。内容に入ってからスライドをゆっくり見れると良かった。打合せをもう少しできると良いのでしょうか…。
- 席はもう少し広い方が良いのですが、配慮していただきたい。
- 具体例があり、分かりやすかった。専門的な話も盛り込まれていて、簡潔明瞭でききやすかった。もっとききたかった。
- 研究中のものもあるが、最新知識情報がきけた。
- 午後の講義で、2時間設定もよかった。ZOOMも選択でき良い。
- 事前に配布資料があれば質問も事前に受付けしてもらえると良い。
- オンラインで参加できたことは大変良かったが、途中で音声停止したり聞き取りにかかったりしたことが残念であった。花丘先生の著書を読みたいと思った。
- 最後のズーム参加の質問者の声はクリアに聞こえたのですが、講師の声がよく聞こえませんでした。

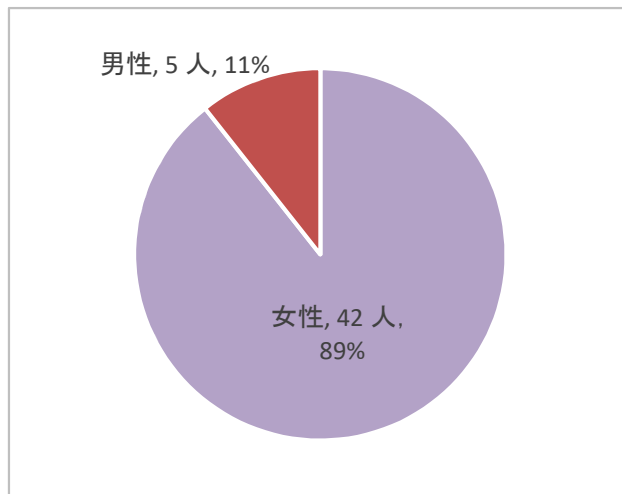
【やや不満】

- 講師の前段階の話、オンラインの支障があったし、いつ本論に入るのかと思った(時間もったいない)。
- プリントがはしょっていて困った。ないところのパワーポイントの部分が気になり、書きとれなかった。ないのは大事な部分だったと思う。4スライド1枚のプリントにしたらどうか、もっと知りたかった。
- 相談者の立場として、どのような態度が良いか(基本的)知りたかった。質問の時間がなく残念でした。
- 人物だの、経歴だの、写真だの、の説明より、肝心の「ポリヴェーガル理論」についての説明に時間をかけて欲しかったです。折角の時間がムダ遣いされているようで残念です(48分も!)「トラウマスペクトラム障害」「自分でできることは」等はレジュメに載せていただきたかったです。
- 音声聞き取りづらく、内容把握出来ない部分が多々あった。

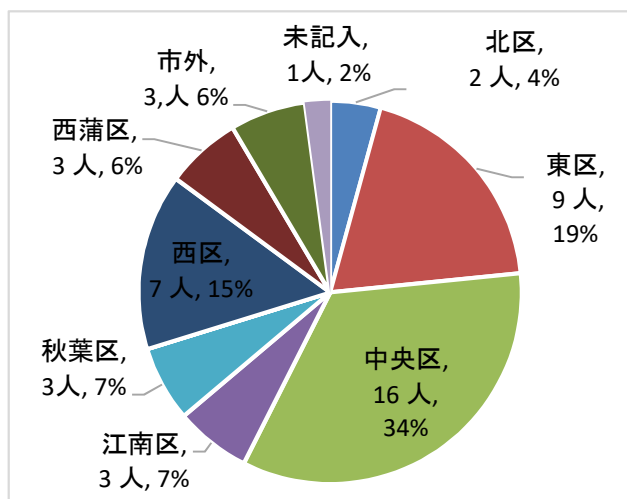
問2 年代



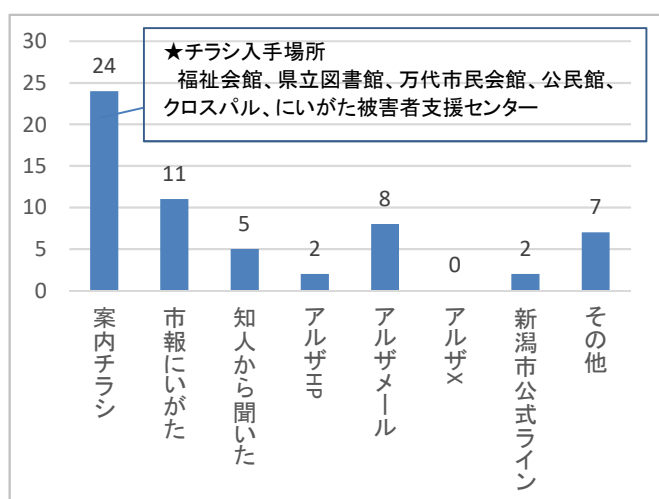
問3 性別



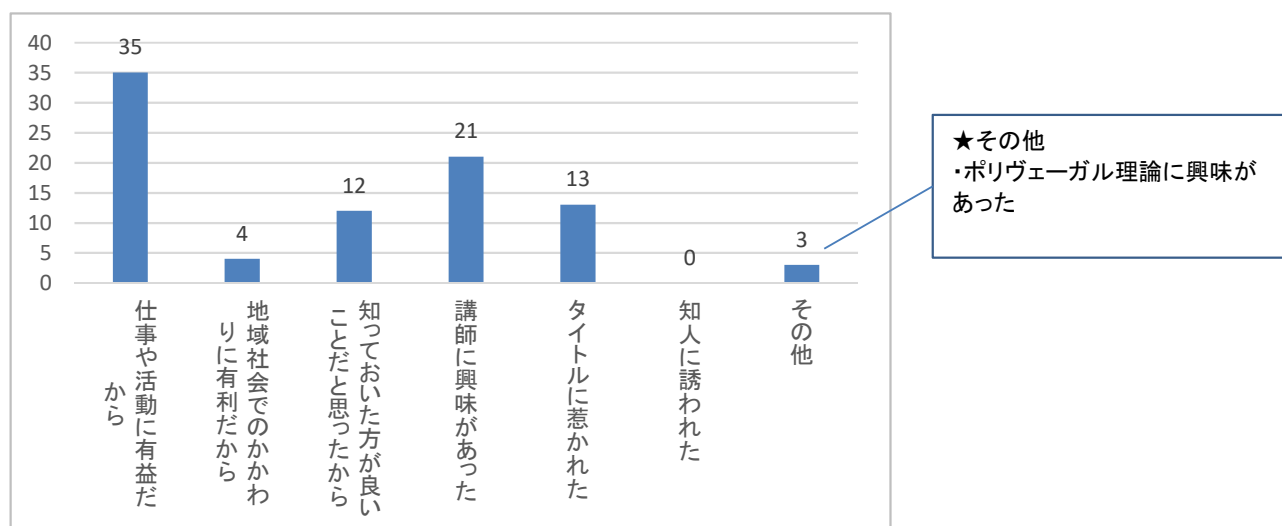
問4 お住まいの地域



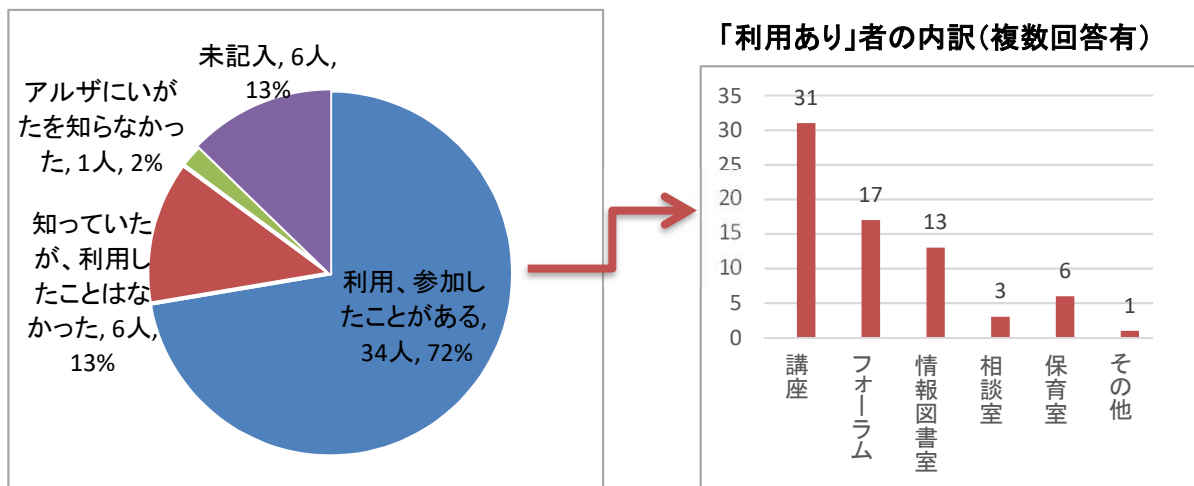
問5 今回の講座を何でお知りになりましたか。(複数回答可)



問6 参加された動機は何ですか？(複数回答可)



問7 今回以前にアルザにいがたを利用したことはありますか？



問8 相談に関する講座で、今後取り上げてほしい内容や、呼んでほしい講師などの希望がありましたらご記入ください。

- 性教育、女性ホルモン問題
- いのちの授業(井上まゆみさん)
- メンタル系、ビジネス系、マネー系
- 相談支援のボランティアをしているので、それに役立つような内容のものがあればお願いします。
- もう一度、花丘先生の話が聞きたいです。
- 認知の歪み、認知行動療法
- 引きこもりの人に対するアプローチの仕方(社会参加)をもっと具体的に学びたい。
- 興奮を鎮める食事の摂り方など、栄養摂取と精神系との作用について。などの講座など。
- 愛着障害の概念を提唱されている和歌山大学の米澤好文先生、発達障害の当事者会で、愛着障害への注目を訴えておられる、えじそんくらぶ高山けい子さん。(アルザの理念から離れてしまうようでしたらすみません)
- 小学生や中学生に対する認知行動療法、ソーシャルスキルトレーニング
- ト라우マに関するより深い知見を得られるような専門講座 また解離についての支援者向け講座など
- 加害者矯正教育、安全で適切なかかわりかた
- 是非、続きをお願いします。
- 今回よく聞こえなかったなので、もう一度聞いてみたいです。
- 花丘先生の講座をまた聴きたい
- チャット相談員の心構え
- 信田さよこさん

問9 「アルザにいがた」についてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- スタッフの方の対応が良く、感謝しています。いつもありがとうございます。
- 席はつめて着座してもらえよう配慮いただけると良いのかもかもしれません。もしくは広いスペースだと助かります。(感染面からも)
- 講座に関する図書紹介の資料とてもとても分かりやすく、良かった。
- 講座の主旨のまとまりが欠けるところが気になりました。相談に携わる方メインでは…参加者について検討してほしい。
- これからも色々な方の講座楽しみにしています！
- 無料で参加できたので有りがたかったです。
- また参加したいと思います。
- いつも役立つ講座をありがとうございます。

【アルザへのご意見 つづき】

- 男女平等について誰でも学べる場であり続けてほしい。
- いろいろな活動、講座が行われており、とても良いと思います。会場が駐車場のあるところにしてもらえたら、うれしい！！毎回駐車代が1,000円ちかくかかります。
- いつも画期的な企画をありがとうございました。
- 素晴らしい先生の講義に参加させていただきありがとうございました。これからも関心事に参加させていただきたく思います。
- 性被害救済、貧困救済、女性の権利擁護の組織かと存じております。これまで接点がありませんでしたが、今回の企画で、心の傷付きを軽視しない世の中を目指して行く必要を強く感じました。
- とても良かったです。また、オンラインで受講出来て助かりました。ありがとうございました。
- アルザにいがたの存在は知っていましたが、今回新潟市教育委員会からの案内でこの講座を知りました。今後のご案内があるとありがたいです。
- いつも時期にそった話題のあるテーマを取り上げていただきとても勉強になります。
- その時々々の社会情勢にあった問題に取り組んでられると思います。
- ありがとうございました。
- 途中が傾聴できません、残念でした。

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 男女共同参画講座
- 講座タイトル：男女共同参画研修
- 対象：アルザにいがた企画委員、アルザフォーラム実行委員、男女共同参画地域推進員、地域推進員事業担当の区役所地域（総務）課職員、公民館職員
- 定員：会場 30 人、オンライン 30 人
※アルザにいがた企画委員は、研修後に全体会議があるため会場とする。
- 保育：会場のみ 5 人（要事前申込 6 か月以上の未就学児）

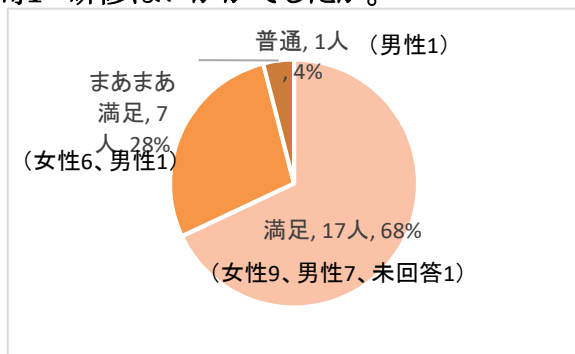
学習目標	男女共同参画の基本と、第4次新潟市男女共同参画行動計画について理解を深める。行動計画と男女共同参画推進事業をどのように結び付けて事業を組み立てるか、要点を学び、実践につなげる。			
行動計画	1-(1)-①-イ、1-(1)-③-イ、4-(2)-①-エ			
回	日時	内容	方法	講師・助言者
1	5/24 (水) 10:00 ～ 12:00 (講義 90分)	<ul style="list-style-type: none"> ・男女共同参画の基本的知識 ・第4次新潟市男女共同参画行動計画から考える事業企画 ・男女共同参画を推進するための講座の組み立て方 	会場 で 講義	指田 祐美さん (NPO 扉 代表)

令和5年度 男女共同参画講座「男女共同参画研修」 アンケート結果

日	テーマ	講師	応募総数	受講者数
5/24 (水)	<ul style="list-style-type: none"> ・男女共同参画の基本的知識 ・第4次新潟市男女共同参画行動計画から考える事業企画 ・男女共同参画を推進するための講座の組み立て方 	指田 祐美さん (NPO 扉 代表)	35	34

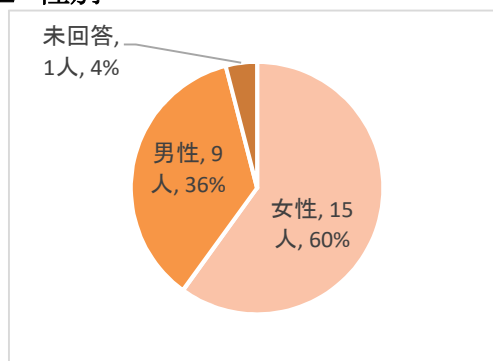
- ◆ 応募総数: 35人 (会場18人、オンライン17人)
- ◆ 受講者数: 34人 (会場19人、オンライン15人)
- ◆ アンケート回答者数: 25人 (会場18人、オンライン7人)

問1 研修はいかがでしたか。

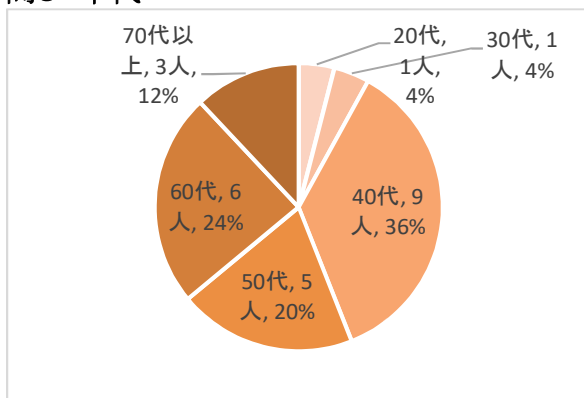


- ◆ 満足＋まあまあ満足 96.0%
(女性100%、男性88.8%)

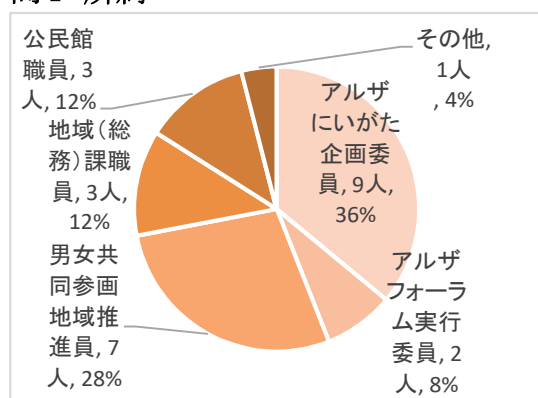
問2 性別



問3 年代



問4 所属



問1の理由

- ◆ 満足
 - 初心者にもわかりやすい内容だったと思います。
 - 参加者の意見をベースに研修が進んだので、自分の男女共同参画に対する認識を見つめなおすきっかけになりました。
 - 説明が分かりやすくとても良かったです。後半、少し時間が足りなかった印象だったので、前半との時間配分が調整されるとより良いかと思いました。

- ジェンダーのことをいつも考えてるわけではなくて、久しぶりに考える時間になりました。
- 企画委員の中で男女共同参画について共通の理解ができたように思う。ありがとうございました。
- 行動あるのみ！！とのこと。今まで自分が男女共同参画がどんなものかを理解すること「だけ」になっていた。人様を巻き込むまでにはなっていない。
- とてもわかりやすく良かったです。初めての参加ですがこれから役立てていきたいと思えます。
- ワークもしながら楽しく学ぶことができた。
- ジェンダーのアンインストールが大切と痛感した。その上で新しい価値観で当事者意識を共にもちたい。
- 男女共同参画について理解が深まった。
- 興味深いたくさんの事項、問題点を知ることができて楽しかった。
- 改めて、男女共同参画のことを知ることができ、とても良かったです！！
- 熱心に取り組んでいる指田さんの話が聞けて良かったです。ありがとうございました。
- 男女共同参画の基本を改めて学べてよかったです。
- グループワークでの雑談が良く、新メンバーとの話(原文のまま)

◆まあまあ満足

- 指田さんのお話がとてもわかりやすくよかったです。
- 男女共同参画について、何も知らなかったのので、勉強になりました。ZOOMの音声や画像が乱れて、わかりづらいところがあったことと、公民館の事務所で受講したため、来館者対応があつたりして、現地で受けた方がより良かったかなと思えました。
- 指田さん、スタッフのみなさま お疲れさまでした。
- 指田さんのお話はわかりやすく、共感できた。人口問題にも深く関わっていることに改めて気づかされた。
- 基本的なことをわかりやすく教わって初心に戻った。
- 初めての研修だったので、わかりやすく話していただいて良かったです。
- 基本の部分も改めて聞いて勉強になりました。

問5 今日学んだことで印象に残った点や、事業の参考にしたい点をお聞かせください。

◆満足

- 人集めの裏ワザについてのところが参考になりました。
- 「できる」「できない」は男女に関係のない、各人が持つ個性であるため、ここに良し悪しはない。「やりたい」「やりたくない」という意思を尊重することが男女共同参画には大切な視点。アンコンシャスバイアスや同調圧力は、意識しづらい場合が多いのだと感じました。今自分が持っている、ジェンダーに対しての固定観念を見つめなおすためには、普段の生活から意識することが大切だと考えます。
- セミナーを行う際は、講師との打ち合わせを綿密に行うことが成功につながるがよくわかりました。
- まだまだ考え方に違いがあること。でも自分の考え方もあることを否定しなくて良いこと。
- データの見方、いろんな角度から考えるようにしていきたい。地域の困りごとの掛け算で講座を企画する。
- もう少しきちんとしなきゃ。
- まだ初めてで、扉を開けたばかりですが、進んでいくことが大切なんだと実感しました。また研修会があれば参加したいです。
- 人口問題研究所について調べたい。知見が広がった。自分の守備範囲外の人を感じている思いなどを共有できてヤル気が出た。

- プロジェクトの見える化、アウトプットの場づくり。
 - ・ 色々な立場や世代の人によって考えや意見が変化していること。
- 新潟市男女共同参画行動計画の存在。
 - 今後の活かし方を学ぶことができ良かった!!
- 「地域の困っていることを3つ程度探す」基本なのがありました。タイトルをしっかりと練るのも大切ですね。
 - 「新潟市男女共同参画行動計画」の用語解説の中に「男女共同参画」についての記述がなかったので、なかなか難しいことなんだなと思いました。
 - 「男女共同参画」といっても男・女だけでなくいろんな平等を考えることも必要だと思いました。
- マインドマップ活用が今後に生かせそう。

◆ **まあまあ満足**

- データを参考にしたり、地域の困っていることを探すこと。
- 人集めの裏技、参考にさせていただきます。
- 30年前から男女共同参画の考え方が社会に浸透していたらと少子化に歯止めがかかったのではないかと思うと残念でなりません。家族で子育てをテーマに講座を組み立てていきたいと思います。
- 意識を変えることは、なかなか浸透しにくいことだが、少しずつでも進めていく必要があることがわかった。
- 困っていることを聞いたり調べたりして、ターゲットを絞るということがそれぞれ忙しい中でなかなかできないので、丁寧にちゃんとしなくてはと思った。
- 男女共同参画のキホンからわかりやすくお話していただいたので、とっかかりとして良かったです。

◆ **普通**

- 専業主婦願望についての資料。

問6 今後も男女共同参画の研修が開催されるとしたら、どのような内容を希望しますか？

【アルザにいがた企画委員・アルザフォーラム実行委員】

- ・ 世代問わず「こういう考え方があるよね」って知る機会があると良いなって感じました。
- ・ 新潟市男女共同参画行動計画を共に読み解く会。
- ・ ジェンダー。
- ・ 男女の心理的面からのアプローチしたものなど。
- ・ 男女共同参画を大人が子どもに伝えるために必要なことを学べる内容。
- ・ 皆さんが参加しやすい内容。
- ・ 参加する。

【男女共同参画地域推進員】

- ・ 冊子を見ても具体的な(計画の推進の部分を読んでも)取組がわからなかったもので、こちら側が考えることかとも思いますが、行動のとっかかりを教えてください。
- ・ 講演の作り方、講師の紹介など。
- ・ 20代、30代の第一人者の話も聞きたい。
- ・ 今日のような講座の組み方を知りたい。

【地域(総務)課職員】

- ・ 事業の計画の仕方
- ・ 実際にどのような施策があるのか、新潟市の詳しい取り組みについて知りたい。

【公民館職員】

- 自分らしくあるために、という主旨の講座の参考になるような内容。
- 子育ての部分をもっと詳しくお願いします。

問7 その他、ご意見やご要望がありましたらお聞かせください。

【アルザにいがた企画委員・アルザフォーラム実行委員】

- とてもわかりやすかったです。ありがとうございました。
- いろいろもう少し掘り下げてお聞きしたい事項があるので、シリーズ開催にしたらいかがでしょうか。
- 本日はありがとうございました。
- 特になし

【男女共同参画地域推進員】

- 今日会場に参加できて、とっても良かった！
- どう市民に発信していくかが大切ですね。市にも頑張ってもらいたい。

【公民館職員】

- オンラインで参加しました。講座のはじめごろ、司会と課長の画像・音声はぼつちりだったのですが、なぜか講師が話を開始したころから画像と音声は乱れ一人で慌てておりました。会場の様子をカメラに映したあたりから安定し、その後は楽しく参加することができました。ありがとうございました。
- オンラインで受講したが、回線が悪く、画像の乱れや音声が途切れることが度々あった。仕方がないことだとは思いますが…。Webカメラ搭載じゃないPCを使用していたので、カメラをオンにしてくださいと言われても。

令和5年度 男女共同参画講座（上映会）開催要項

タイトル	アルザ de シネマ 「ヒキタさん！ご懐妊ですよ」
学習目標	年の差夫婦が妻の言葉をきっかけに妊活を行い、不妊治療を前向きに乗り越えようとする実話を基にした映画を鑑賞し、男性不妊への理解とリプロダクティブ・ヘルス/ライツについて考える。
日 時	令和5年6月10日（土） 午後2時00分～午後4時00分 （※上映時間 1時間42分）
対 象	小学生以上 200人（応募多数の場合抽選）
会 場	万代市民会館 6階 多目的ホール
保 育	8人（応募多数の場合抽選）
広 報	「市報にいがた」：5月7日号に掲載 チラシ配布：（公民館、図書館 区役所 他）
募集方法	市役所コールセンター、かんたん申込み

「ヒキタさんの子どもの顔がみてみたい」妻のひとことで年の差夫婦は妊活を始めることになるが、それは長く険しい苦難の道であった…。果たして二人はわが子を抱くことができるのか？
出演：松重豊、北川景子、濱田岳、伊東四朗、皆川猿時 ほか

アルザ **参加無料** **保育あり**
d e
シネマ

ヒキタさん！ご懐妊ですよ



(C)2019「ヒキタさん！ご懐妊ですよ」製作委員会

日時
2023年
6/10 (土)
14:00~16:00
★開場13:30~

定員
抽選 **200人**

対象
小学生以上

会場
万代市民会館6階
多目的ホール
※駐車場はありません

★保育あり
8人(生後6か月から就学前まで)
応募多数の場合抽選
5/23(火)までにお申し込みください。



申込方法 ①、②いずれかの方法でお申し込みください。

①市役所コールセンター 025-243-4894
申込期間 5月3日(水)~5月23日(火)
(8:00~21:00 土日祝日も受付可)
・複数でお申し込みの場合、
申込者全員の氏名・住所・連絡先をお聞きます。

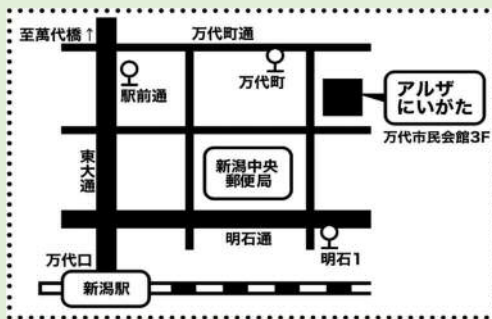
②スマートフォンやPCから「かんたん申込み」
申込期限 5月23日(火)まで
・PCから⇒新潟市役所 HP 内<アルザにいがた>
⇒<新着情報>の上映会情報をクリック
・スマートフォンはこちらから



かんたん申込みは、このチラシを見てすぐにお申し込みができます。

※抽選の場合、複数人のお申し込みは1組として抽選します。
※抽選結果は応募者全員にハガキでお知らせいたします。

問い合わせ



◆新潟駅から徒歩7分。駐車場がありません。周辺の有料駐車場をご利用になるか公共交通機関でお越しください。

アルザdeシネマDVD上映会 アンケート結果

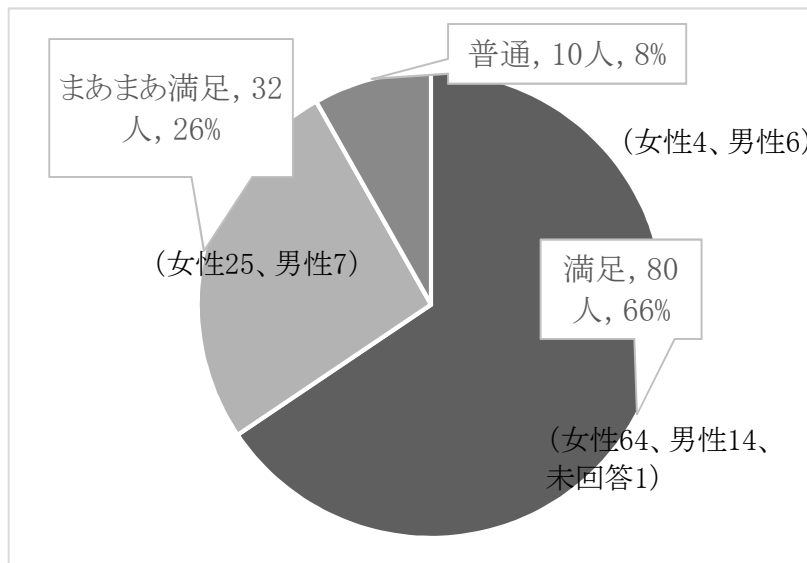
日にち	テーマ・作品	参加者数
6/10 (土)	不妊治療を乗り越える夫婦愛を描いた映画を上映 DVD「ヒキタさん！ご懐妊ですよ」	153人

◆応募総数:	221人
◆参加者数:	153人
◆アンケート回答者数:	137人

<アンケート結果>

問1 上映会はいかがでしたか？

満足度 **91.9%** ※「満足」「まあまあ満足」と答えた割合



※未回答15人

(女性11、男性4)

【意見・感想】

<満足>

- 初めて来館しました。次の上映会楽しみです。アクセスも良く、ゆったり観ることができました。ありがとうございました。
- 不妊治療の大変さを痛感した。
- 年金暮らしとなると映画は贅沢な物になりますので、ここでの映画は楽しみになります。とても素敵な映画でした。
- 役者がよかった。考えさせられた。
- とても良かったです。私も不妊治療、流産、死産、切迫とヒキタさんと同じ人生で、かなり涙しました。ありがとうございました。
- 妊活を考えさせられました。
- 感動しました。
- 男性の視点は分からなかったなので、新鮮に感じました。
- いろいろ考えさせられました。
- 身内に精子が少なく、子どもを授からなかった。それだけでなく色々な夫婦関係もある。参考になった。
- とても楽しかった。不妊の大変さもわかりました。
- コロナで見逃していたので、観られてよかったです。ヒキタさん、頑張っねー。これからが別の大変なんだよね。
- いい映画で感動した。観に来てよかった。子どもが生まれるということは大変なことだと思った。
- 一人の生命の尊厳を考えさせられました。

- とてもいい映画でした。
- 子どもは宝物の思いをさらに強くした。
- 不妊治療の労力とお金がかかるし、大変さがこの映画を観て知りました。
- 良い作品だと思います。
- いい映画でした。
- 不妊治療の大変さがわかった。役者がとても良かった。不妊治療で授かった人の立場を感じる事ができた。いつもいいセレクトです。ありがとうございました。
- 笑いあり、感動ありで大変良かったです。
- 同じような経験をしました。夫婦で納得して何事も後悔が無いことが一番だと思いました。
- とてもよかったです。
- 長い年月かかったけど、二人の間に子どもができて本当によかったです
- その後のヒキタ夫婦が気になります。二人目のお子さんは自然妊娠だったのでしょうか？自分でも調べてみようと思います。
- 大変素晴らしい映画を拝見出来てありがたかったです。
- とても良かったです。
- 不妊治療は周囲の理解を含め、本当に大変なことだとよくわかりました。15歳の子どもがいますが、子どもを授かり、健康に育っていることに改めて感謝を覚えました。子どもにも観せたい作品でした。
- 良い映画でした。不妊の問題に正面から向き合った良い作品で多くの人に見て欲しいものです。
- 久しぶりに映画を楽しみました。
- 考えさせられるテーマの内容でした。
- コメディタッチで描かれていますが、各々諸々のストレスを抱えての生活はリアルでした。命の大切さを沢山の人が認識して実行してほしいと思いました。
- 子どものできない夫婦のせつなさを初めて知った。40万、50万と何回も…。大切な子どもの為に…。
- 自分はまだ11歳なので、未来の子育てに参考にしたいです。
- 男女、大人、子ども、誰が見てもよい内容でした。
- かなしい映画でした。また見たいです。
- なかなか描きづらい内容のものだと思いますが、笑いを含めよく描かれていました。このような内容の上映会をもっと行ってほしい。

<まあまあ満足>

- 自分の知らない問題を知ることができました。ありがとうございました。
- 心打つ作品でした。
- 色々大変なことも多いと思いますが、幸せになって良かったと思います。
- おもしろかったです。すごい努力の賜物。赤ちゃんって簡単じゃないんですね。
- 重い問題をコミカルに描いていて、不妊問題を良く知らない人も興味を持てる内容だったと思います。我が家は姉さん女房で映画と全く逆でした。二度流産して顕微授精でやっと授かりました。妻の体の事や精神状態など他人事ではなく、思い出しました。授けられない人生もあったのです。
- 望む妊娠と望まぬ妊娠を考えさせられた。人工妊娠を挑戦できるのは、経済的に余裕のある方だけ。男性側にも原因があることをもっと周知すればよいと感じた。
- 内容とは関係ないが、座った椅子がすごく揺れていた。一人の子どもを作るには、父母だけではなく、まわりのみんなの努力や配慮が必要だということがあらためて分かった。たのしかかったです。
- 2人が協力して明るく生活しているので、とても気持ちがよかったです。実話とは思えないくらいだった。

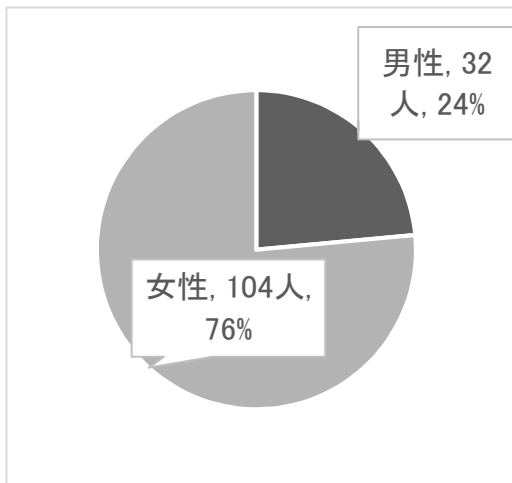
<普通>

- 不妊治療の大変さが初めてわかりました。自然に妊娠できることのありがたさをつくづく感じました。

<満足度の記載が無い人の感想>

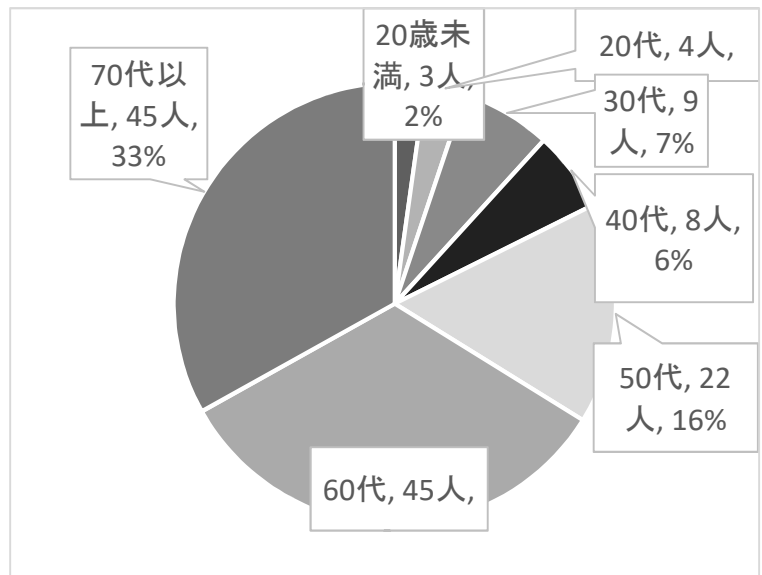
- よかったです。
- 自分と重なるところがある。子どもが出来た時は夫と喜びあった。40年経ち、昨年夫が亡くなってしまったが、かけがえのない夫と出会えて本当に幸せであった。
- よかった。
- 大感動でした。老いも若きも皆さん観てほしい。楽しい中にも大切なことをわかりやすく学びました。
- 大変良かったです。
- 子どもが授かることは簡単ではないこと。自然に出来るものではなく、大変な思いをして産んだ人もいるということを忘れて、生まれて来た子どもは幸せになってほしいと思います。
- 不妊治療の大変さがわかった。とても良い映画でした。
- また企画してほしい。
- 不妊治療は少子化と切り離せない問題だと思う。あくまでも妊娠・出産は個人の問題ではあるが、様々な周囲の状況がからむ以上、世代を超えて考えていく必要があるように思う。

問2 あなたの性別は？



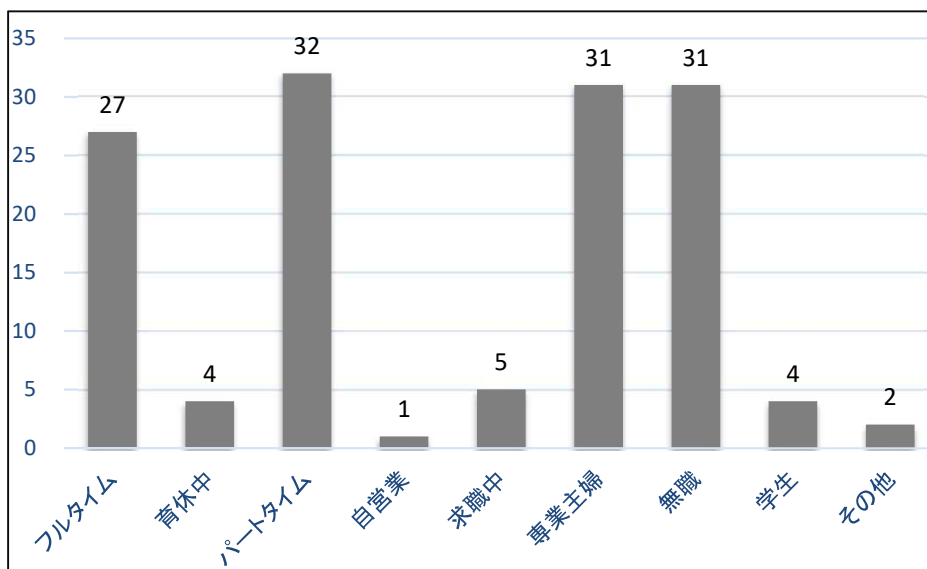
※未回答1人

問3 あなたの年代は？

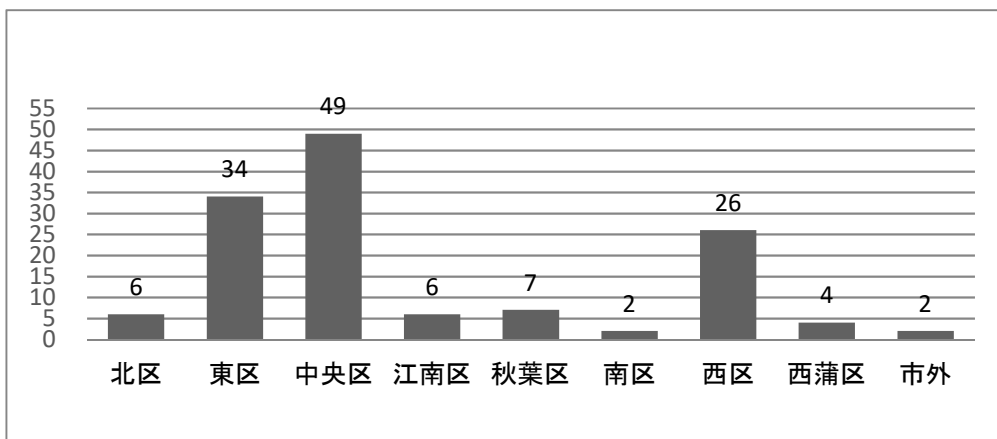


※未回答1人

問4 あなたの現在の状況は？

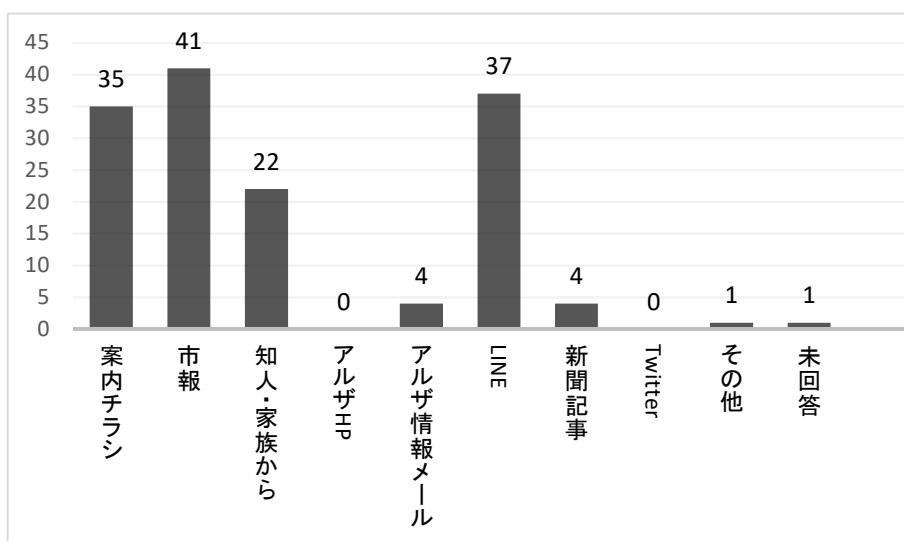


問5 あなたのお住まいは？



※未回答1人

問6 今回の上映会を何でお知りになりましたか？(複数回答可)



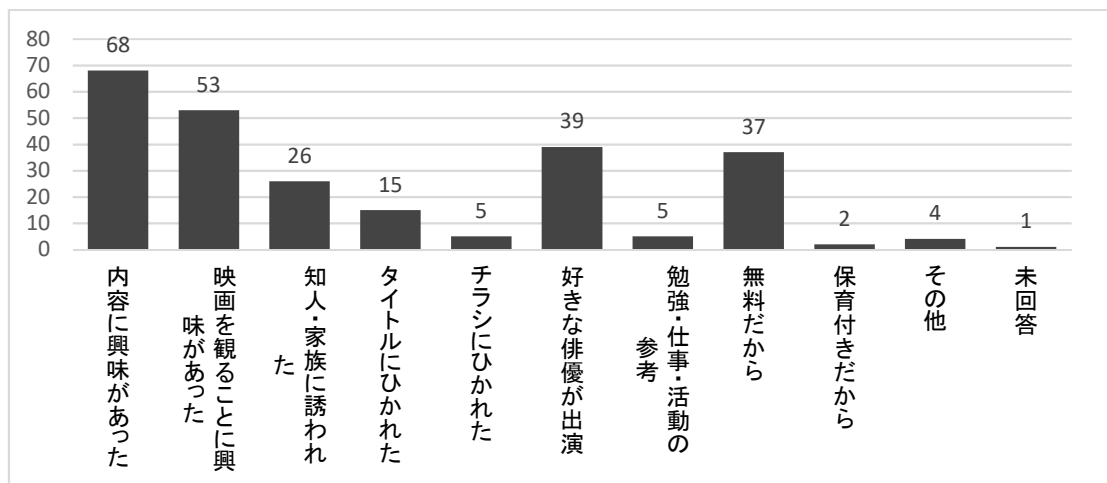
<チラシ入手場所>

- ・公民館 4人
- ・県立図書館 3人
- ・クロスパル 2人
- ・東総合スポーツセンター2人
- ・アルザ 2人
- ・図書館 2人
- ・職場
- ・万代市民会館
- ・県立生涯学習センター
- ・アクアパーク
- ・黒崎市民会館
- ・読売新聞
- ・シネ・ウインド
- ・NEXT21
- ・みなとぴあ
- ・東区プラザ
- ・ほんぽーと
- ・坂井輪公民館

<その他>

- ・自宅郵送

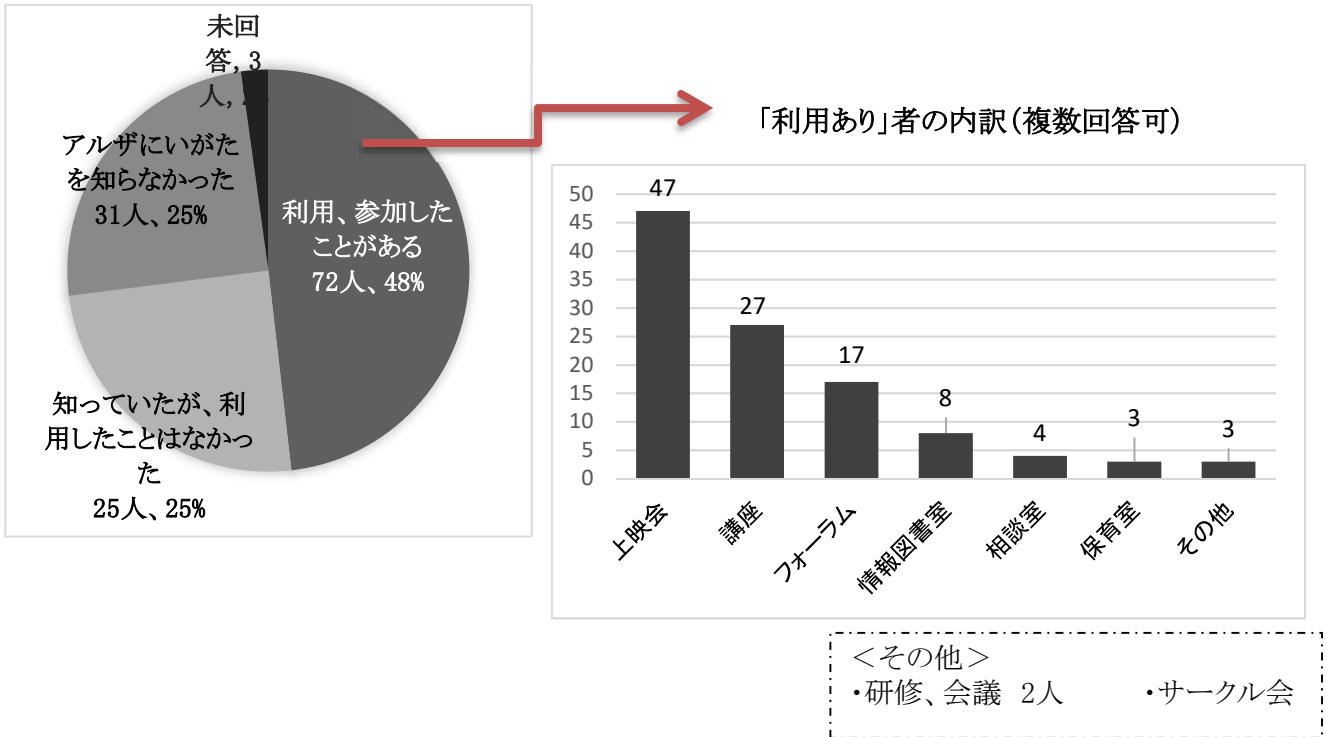
問7 参加された動機は何ですか？(複数回答可)



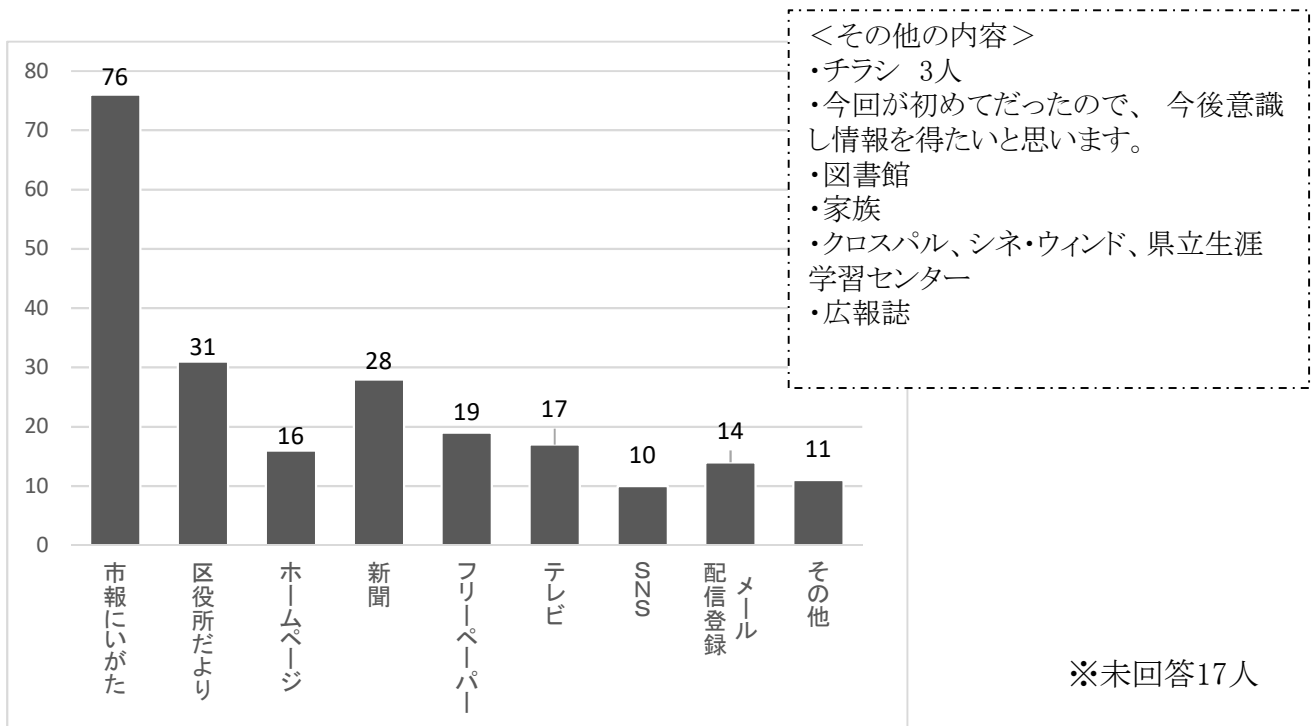
<その他を選んだ人の内容や直接記入した人の内容>

- ・松重豊がキャストだったから
- ・子の教育によいと思い親子で観ようと思った。
- ・おかあさんにさそわれた
- ・現在不妊治療をしているため
- ・県立図書館の映画ボランティアの参考になるから(勉強・仕事・活動の参考を選んだ人)

問8 今回以前にアルザにいがたを利用したことはありますか？



問9 アルザに限らず、普段あなたは講座に関する情報をどこから入手していますか？



問10 男女共同参画について、今後企画してほしい内容や講師、
またアルザにいがた全体についてのご意見ご感想など、ご自由にお書きください。

- 最近の話題作の上映を希望します。「すずめの戸締り」とか、「線は僕を描く」などです。よろしくお願いたします。
- 次回も同様なテーマでお願いします。
- 笑えるものの映画を希望する。
- 少し寒かった。目が疲れました。
- とても良かった。また応募したいです。
- また「ママをやめてもいいですか!？」のDVDが観たいです。
- 上映会の座席が狭かった。講演会等の情報を流して欲しい。
- 映画「ミッドナイト・スワン」(草薙剛主演)
- 「リリーのすべて」、「チョコレートドーナツ」等々上映をお願いします。とても感動した作品です。
- 今後も上映会数を増やして、啓発に努めて欲しい。
- とてもおもしろかった。元気に産まれてよかった。
- いい映画を観れてよかったです。
- 上映会に参加して、いつも感動しています。
- 「トップガンマーヴェリック!」期待しています!ブルーレイをお願いします!
- アナウンサーの方々のフリートークショーが聞きたい。
- ・70歳以上の女性ができるボランティアの紹介。・昭和50年~60年頃のホームドラマ、青春ものなどのDVD(映画)
- ・ハンセン病のドキュメンタリー ・LGBTQのドキュメンタリー ・「明日へ」と「最高の人生の見つけ方」の再上映。
- ダイヤモンド☆ユカイさんの講演会があれば良い。
- LGBTに関する映画。
- 過去「マイ・インターン」などの良い映画を上映するなどマークしています。惜しむらくは空席が目立つことが残念です。多くの人に情報が届き、満席になることを願っています。
- 「空調の風が冷たく感じるので席を・・・」のアナウンスがありましたが、参考にどの席が対象か事前に張り紙などがあれば移動しやすいと思います。とても寒く感じました。
- 何でも~
- 近所に住む者です。こんないい会館があることを大変嬉しく思っています。又来ます。
- おもしろかった!
- LGBTQ
- 映画(良い作品)はとても良いのでやって欲しいです。世の中のことを知る為にも講演会などに参加したいです。
- アルザ全体、相談機関としてもっと積極的に情報発信してほしい。
- 人の優しさを扱った映画

講座プログラム

- 事業名：令和5年度 男女共同参画講座3
- 講座タイトル：政治分野の男女共同参画 ～ハラスメントの実態から考える～
- 対象：テーマに関心のある方どなたでも
- 定員：会場30人、オンライン20人（先着）
- 保育：5人（先着）

学習目標	政治分野の男女共同参画を促進するために、議員に対するハラスメントの実態を知り、課題の解決に向けた方策を市民の立場で考える。			
行動計画	1-1-①-イ、2-2-①-ウ			
回	日時	内容	方法	講師・助言者
1	9/2 (土) 13:30 ～ 15:30	<ul style="list-style-type: none"> ・日本の女性議員の置かれた現状について ・候補者、議員に対するハラスメントの実態 ・ハラスメントの対策の現状 ・ハラスメントをなくすために必要なこと ・私たちが投票以外にできること 	講義	濱田 真里さん (Stand by Woman 代表)

政治分野の男女共同参画

～ハラスメントの実態から考える～

参加無料!

9 / 2 土

13:30~15:30

はまだ まり
講師 濱田 真里さん

Stand by Woman 代表



お茶の水女子大学大学院にて女性議員に対するオンライン・ハラスメント研究を行い、研究内容を活かして2021年に女性議員・候補者のサポート団体「Stand by Woman」を設立。団体の代表として多くの議員の相談や100人以上のヒアリングを実施。「こそだて選挙ハック!プロジェクト」や全国初の「女性議員のハラスメント相談センター」を設立。

会場 新潟県女性センター 女性団体交流室2
(新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ2階)
※オンライン (ZOOM)での受講も可能です。

対象 テーマに関心のある方どなたでも 会場参加30人 オンライン参加 20人

お申込み方法は裏面をご覧ください。

※一時保育あり 保育定員:5人(生後6か月以上) 申込先着順
保育締切:8月19日(土) 保育協力金:子ども1人200円

お申込み・お問合せ先 公益財団法人 新潟県女性財団
〒950-0994
新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ2階/新潟県女性センター
TEL:025-285-6610 FAX:025-285-6630 E-mail:npwf@npwf.jp
HP <https://npwf.jp>



主催 公益財団法人新潟県女性財団 共催:新潟市・長岡市

申込方法

- ①当財団ホームページ (<https://npwf.jp>)の「お申込みフォーム」からのお申込み。
 - ②下記申込書にご記入のうえ、FAX(025-285-6630)・郵便、または電話・メールでお申込み。
- なお、電話でのお申込みの場合は、閉館日（当財団ホームページでお知らせしています。）を除いて【8：15～17：30】にお願いします。



9月2日 新潟県女性センター講座「政治分野の男女共同参画～ハラスメントの実態から考える～」申込書	
ふりがな お名前	
連絡先	〒 電話 メールアドレス (オンライン参加の方は必ずご記入ください。)
参加方法	会場参加 ・ オンライン参加
保育希望 する・しない	<p>【希望する場合】</p> <p>ふりがな お子さんのお名前 年月齢 歳 ヲ月</p> <p>ふりがな おこさんのお名前 年月齢 歳 ヲ月</p>



【主催/お申込み・お問い合わせ先】

公益財団法人新潟県女性財団

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-2

新潟ユニゾンプラザ2階/新潟県女性センター

電話 025-285-6610 FAX 025-285-6630

E-mail npwf@npwf.jp HP <https://npwf.jp>

2023 年度新潟県女性センター講座
「政治分野の男女共同参画～ハラスメントの実態から考える～」
アンケート回答(21 人参加:19 枚回収)

【年 齢】

1)20代	0
2)30代	2
3)40代	0
4)50代	7
5)60代	4
6)その他	5
NA	1

2 参加動機をお聞かせください。(複数回答可)

1)講師に興味があった	3
2)テーマ・タイトルに興味があった	16
3)友人・知人に誘われた	2
4)新潟県女性財団のセミナーだから	0
5)その他	0

3 このセミナーを何で知りましたか。

1)チラシ	12	設置場所: 県立図書館 3、ユニゾンプラザ 3、新潟県庁回覧、財団
2)女性財団ホームページ	1	
3)市報にいがた	1	
4)長岡市市政だより	0	
5)新潟日報 朝刊「県からのお知らせ」	2	
6)その他	2	長岡市 LINE 2

4 今後の事業の参考にさせていただきたいので、本日の内容等についてご感想をお聞かせください。

1)とても参考になった	3
2)参考になった	13
3)あまり参考にならない	1
4)参考にならない	0
NA	1

- ・政治の世界でのハラスメントの実態を知り、おどろきました。「女性議員を増やしたい」と思っていますが、あらためて対策などについて話したり、考えてみたいと思いました。
- ・女性議員の現状がわかり、とても参考になった。自分自身は選挙活動ができませんが、若い世代に今日のお話をたくさん語っていきたいです。政治を自分ごととして関わるよいチャンスになりました。
- ・WS(ワークショップ)はいらなかったかな？

- ・現在の女性議員の方々に聞いてほしい課題だったと思いました。多分、ハラスメントやセクハラで悩んでいる女性議員がおられると思いました。
- ・どの仕事なりに大変です。政治に参加する仕事とても覚悟がいりますね。
- ・(「あまり参考にならない」との回答)選挙にかかわることがないから。でも、ハラスメントの部分はよくわかりました。
- ・本日は政治分野のハラスメントでしたので、私自身とはあまり関係がありませんでしたが、ハラスメントは日常生活と深くかかわっているので、参考にさせていただきます。
- ・(オンライン参加の方・アンケートフォーム)参加動機がラジオボタンで1つしか選択できませんでした。被害の動画は一つくらい流れると良かったです。
- ・議員のハラスメントが参考になった。
- ・ハラスメント防止に関する取り組みでは、今年は議員会で初めて研修をしましたが、規定や相談窓口がないと実際には対応できないと思いました。県内でも規定がある議会を知り、参考になりました。

5 当財団に対するご意見やご要望をご自由にお書きください。

- ・資料の字が小さい。
テーマが良かった。女性の政治参加が必要です。議員が男性ばかりだからハラスメントがある。
- ・60代以上の女性のキャリアアップセミナーなど働きたい女性向けの講座があるといいと思う。高齢化社会に向けて今働いている人たちは平日より土日祝などにもセミナーの時間をとっていただくとありがたい。
- ・ZOOMでの視聴だったが、音声の調整(エコー、割れ)を事前に調整してからやってほしい。他のネット講演会ではこのようなことはなかった。
- ・新潟県女性議員の会でも研修をしていただきたいと思います。また、二市一町や中越議員会の研修でもお願いしたいと思いました。

令和5年度 男女共同参画講座（ジェンダー平等啓発展） 開催要項

タイトル	SDG s 「ジェンダー平等」展
目的	○広く市民に男女共同参画について啓発を行う。 ○SDG s の目標5「ジェンダー平等」について、関心の薄い市民に興味を持ってもらう機会とする。 ○若い世代に興味関心を持ってもらう機会とする。
概要	○男女共同参画やジェンダー平等に関する展示を行う。 ①ジェンダーあるあるイラスト 令和4年度に開志専門職大学アニメ・マンガ学部の学生と連携し、ジェンダーをテーマに制作したイラストを展示する。 ②アルザにいがた主催事業の講座紹介 女性の生き方講座と男性の生き方講座（子育て期）の講座紹介と受講者の声等、展示する。 ③ジェンダー統計 SDG s 目標5「ジェンダー平等」の説明とジェンダーギャップ指数等展示する。 ④その他 アルザフォーラムのポスター展示とパンフレットの設置
日時	10月7日（土）・8日（日）12時～17時
会場	ラブラ万代 2階 通路 （新潟市中央区万代1-5-1）
広報	「市報にいがた」：9月17日号に掲載 アルザにいがたホームページ、新潟市LINE公式アカウント、プレスリリース等

SDGs

「ジェンダー平等」展

日時

10月7日(土)、8日(日)
12時~17時

会場

ラブラ万代 2階通路
新潟市中央区万代1-5-1

【参考】開志専門職大学 アニメ・マンガ学部 連携企画:学生作品



5 ジェンダー平等を
実現しよう



SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS



令和5年度 第1回 新潟市男女共同参画推進センター 登録団体交流会

プログラム

1	日 時	令和5年7月20日（木）午後2時～4時
2	会 場	万代市民会館4階 403・404 研修室
3	内 容	<p>1 開会あいさつ</p> <p>2 活動事例発表（新潟女性史クラブ）</p> <p>3 グループワーク（ジェンダーカルタを作ろう） 男女共同参画に関心が薄い人に、ジェンダーについて考えるきっかけとなるようなカルタを作成します。今後のイベント等で活用させていただきます。</p> <p>4 アンケート記入</p> <p>5 閉会</p>
4	その他	<p>各団体のPRチラシなど、出席者に配布したいものがありましたら、事前または当日にご持参ください。 （参考：近年の出席団体数は概ね20～25団体です。）</p>

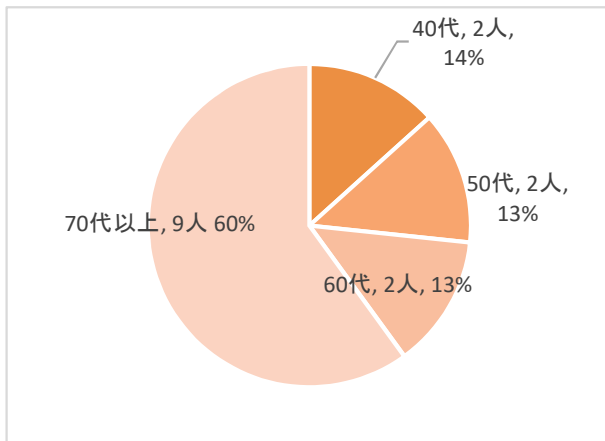
令和5年度 第1回 新潟市男女共同参画推進センター利用登録団体交流会 アンケート集計結果

令和5年7月20日(木) 14:00～16:00

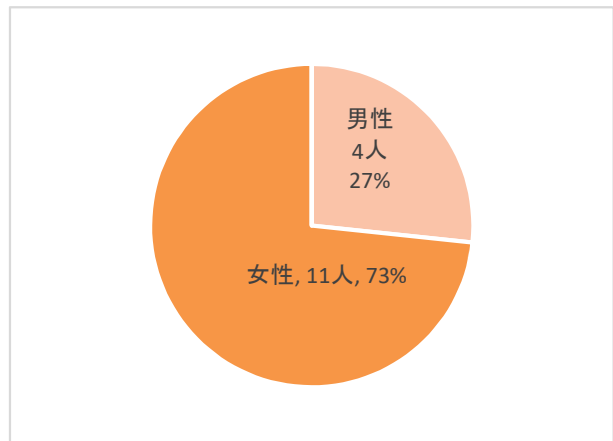
万代市民会館4階 403・404大研修室

参加数:17団体16人(女性12人:男性4人) アンケート回答者数:15人

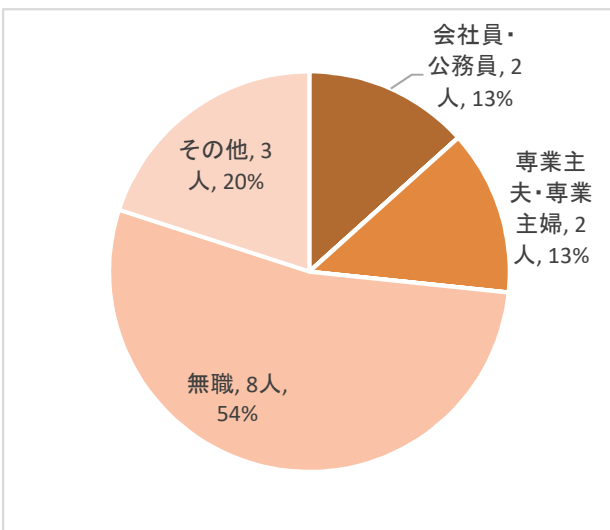
問1：年代



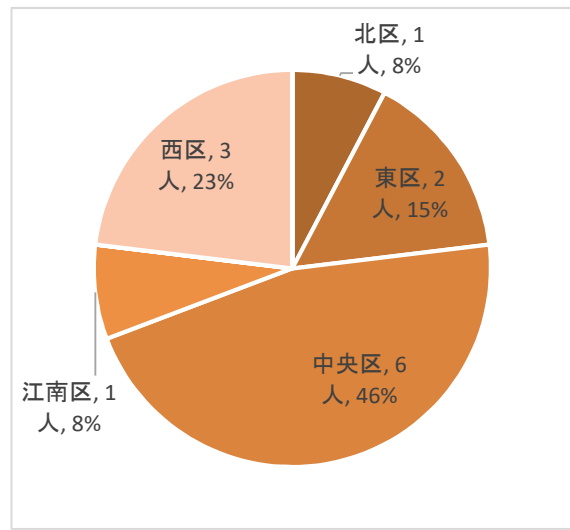
問2：性別



問3：現在の状況



問4：お住まい



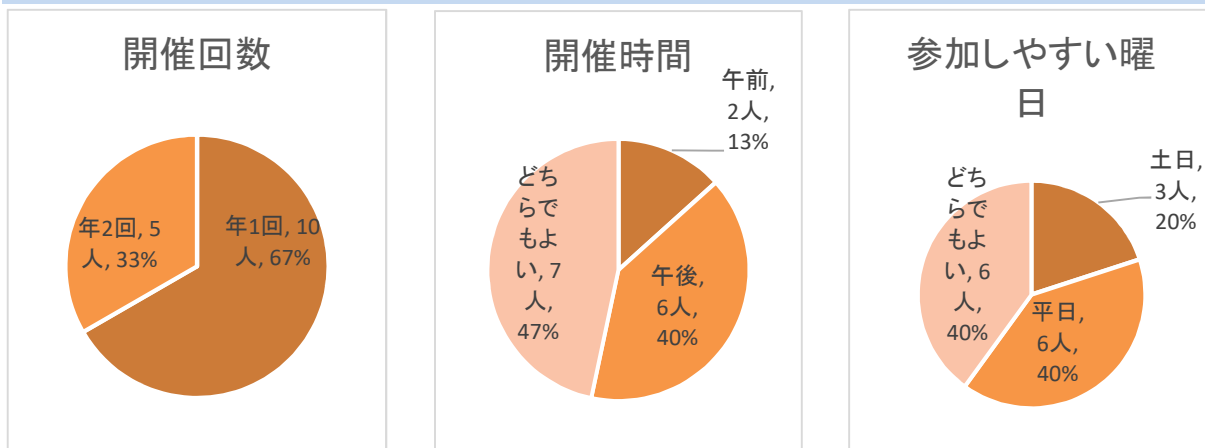
問5：本日の登録団体交流会全体について、ご感想をお書きください。 (活動事例発表や、グループワークについて)

- カルタの手法は楽しくて良かった。
- 初めての参加でしたが、とても興味深いお話と、グループワークでの会話は大変勉強になりました。
- グループワークのかるたで、知らなかった事や、知っていたけど新たな気づきがある事があり勉強になった。このように改めて考える機会があると良いと思いました

感想続き

- 新潟女性史クラブの活動事例発表を聞き、男性目線での資料ばかりと言っていていくらい女性目線のものがないという事がわかった。グループワーク楽しかった。
- グループワーク自体が分かり難かったです。
- 活動事例発表は、わかりやすい。苦労が伝わってきた。継続してきた素晴らしさを感じた。
- 自分が今考えている事、グループワークで色々な立場の方の意見を聞くことができたので良かった。
- 初対面が楽しく取り組み、「なごやかに」という点でグループワークは適切だった。
- 初めての人との話し合いは、うまく行きました。4人ともそれぞれの人生に柱があり良い点がうかがえました。
- 活動事例発表：新潟女性史クラブの話は、もう少し時間を長くにとって聞きたかった。グループワーク：同じ班の他の方が積極的で、話が弾んだので良かった。
- グループワークも意見が沢山でて楽しかった。
- 新潟女性史クラブの発表、女性センターの原点でもある話なので、今後も「女性」「ジェンダー」等の資料・記録の保存を大切にしていけたら良い。
- 活動事例発表：50年もの間、地道に熱意をもって活動されたことに敬意を表します。活動は会員が各々学んだり、収集したり、意見を交換し合い、答えを出す。人に任せっきりにしない!!これが50年色あせず継続できたポイントと納得しました。

問6：今後の登録団体交流会について、ご要望などがありましたらお書きください。
(開催時期・開催回数・平日/休日 内容・講師など)



内容について

- 高齢者の生活支援について
- 話し合う材料があると話しやすい。
- 「GGKK（ジェンダーギャップを考えるかるた）」、新潟市の実態について。全国、他の市との比較。
- ジェンダーのかるた、学べるし楽しいので良いグループワークだと思う。
- 本日のように①参加者とのフリートーク②他団体の報告③活動に活かせる作業は良いと思います。

問7：「アルザにいがた」、新潟市の男女共同参画について、ご意見・ご要望などがありましたらお書きください。

- 誰もがゆっくり生きる社会の実現に向けて活動してほしい。（特に若者、子育て世代に対して）
- アルザそのものの広報に力を入れたらいかがでしょうか。
- 年間の予定について、4月に示してほしい。
- 「男女」「女性」と聞くたびに、違和感を覚えます。どちらに属するかビミョーな人は、疎外感を感じると思います。私がそうです。
- いつもお疲れさまです。
- 特にありません。いつも丁寧に対応していただき感謝です。