女性の活躍支援講座 エンパワーメント
おしゃべりルーム「手ぶらで簡単マスク作り」

■講　師：前田　道子　さん（cotori ミシン）
■日　時：10 月 9 日（金）10：00 ～ 11：30
■会　場：団体連絡室
■対　象：一般女性 10 名
■参加費：500 円（材料費）

　さまざまな分野で活躍している女性を講師に招いて、現在までの足跡や今後の活動などを伺い、女性の積極的な社会参画推進の学習機会を提供します。また、マスク作りを通して集中力を養い、作品が完成するまでにどのような材料や道具を使用したか思いをめぐらせて、思考力を身につけることもできます。
　ミシン初心者の方でも大丈夫です。国産の上質なガーゼやリネン生地を使用します。
　マスクの柄とサイズを下記のパターンから選んでお申込みください。
■柄:白無地、チャコールグレー、若草色、小花柄、グレー水玉
■サイズ：大人、こども M サイズ、こども S サイズ

女性の権利 110 番
弁護士に聞く「あなたのお悩みほっとタイム」

■共　催：山梨県弁護士会
■日　時：10 月 10 日（土）
　　13：30 ～ 16：00
事前予約優先・先着順・おひとり 30 分
■会　場：団体連絡室など
■対　象：どなたでも　■定　員：15 名
■参加費：無料
　離婚・親権・養育費・男女トラブル・慰謝料・相続・労働問題・LGBT など、ひとりで悩まずに、弁護士さんに相談してみませんか？

男女の健康セミナー「健康づくり教室」

②チューブでのびのび！体力＆筋力アップ教室
■講　師：山梨県厚生連健康管理センタースタッフ
■日　時：10 月 14 日（水）10：00 ～ 11：30
■会　場：団体連絡室
■対　象：どなたでも　15 名
■参加費：無料

③誰でもかんたん糖質制限！ロカボ料理教室
■講　師：山梨県厚生連健康管理センタースタッフ
■日　時：11 月 13 日（金）10：00 ～ 11：30
■会　場：調理実習室
■対　象：どなたでも　10 名
■持ち物：エプロン、三角巾、上履き、マスク
■参加費：700 円（材料費）
　生涯を通じて健康を保持するため、生活習慣病予防や運動の習慣化、バランスの取れた食生活の実践に向けて、正しい知識の普及啓発を行い、様々なライフステージに応じた心身の健康づくりを支援していきます。
今回は、ゴムチューブを使用して体力や筋肉を維持する運動や糖質の摂取量を制限するロカボ料理に挑戦して健康づくりを目指します。

男女で学ぶ子育て支援講座「こどもの広場」

■講　師：都留文科大学児童文化研究部～ COLORS ～
■日　時：11 月 8 日（日）10：30 ～ 12：00
■会　場：大研修室
■対　象：幼児、小学生と保護者 30 名
■持ち物：飲み物、マスク　■参加無料（要事前申込）
　都留文科大学児童文化研究部～ COLORS ～は、「子どもたちのよりよい成長・発達を願い、子どもにとってより良い文化とは何かを考え普及する」という理念のもと、子どもたちと一緒に遊んだり、子どもを対象とした公演をしている団体です。
　今回は親子で影絵劇や絵本の読み聞かせを鑑賞し、集団遊びなどで親子のスキンシップを楽しみます。

▲昨年の様子

お申込みは、
TEL:0554-45-1666　FAX:0554-45-1663
pure-fuji@yamanashi-bunka.or.jp
掲載事業には託児サービスがあります。（要事前予約）
詳しくは、ぴゅあ富士までおたずねください。

山梨県立男女共同参画推進センターにおける
新型コロナウイルス感染拡大防止に関するお願い

　各事業にご参加の際は、マスクの着用、手指の消毒にご協力をお願いいたします。当日、発熱や軽度であっても風邪の症状がある場合は、参加をご遠慮くださいますようお願いいたします。
　詳しくは、「ぴゅあ総合」「ぴゅあ峡南」「ぴゅあ富士」のホームページをご覧ください。

ぴゅあ総合・峡南・富士　三館合同事業

令和２年度　男女共同参画ネットワークセミナー基礎講座

「みんなが幸せになる、我が家の男女共同参画」

10 月 10 日（土）13：30 ～ 15：00

　新型コロナウイルス感染拡大防止に伴う在宅勤務や外出自粛で、家事・育児に「挑戦」した男性も多いのではないでしょうか？
・・・なぜ男性の家事というと「挑戦」するようなものになってしまうのでしょうか。どのような環境や意識を持てば、男性も家事や育児に参画できるようになるのでしょうか。
　今年のネットワークセミナー連携講座は、国際的な視点も加えながら、家族社会学とジェンダーについて研究されている石井クンツ昌子先生をお招きし、日本の男性の家庭参画における男女の意識の差を考え、それを解消する方法を探ります。

■講師：石井クンツ昌子さん（立教大学社会学部特任教授・お茶の水大学名誉教授）

■会場：ぴゅあ総合　大研修室
■対象：どなたでも参加できます　■定員：50 名（要事前申込）
■受講：無料　■託児：あり（要予約）

受講も託児も
無料です！

「基礎講座」終了後、市町村男女共同参画推進委員長の皆様を対象とした「男女共同参画リーダー会議」を開催します。互いの活動に関する情報交換や課題の共有等に有効な会議です。是非ご参加ください。
■時間：15：10 ～ 16：10　■対象：県内市町村男女共同参画推進委員長及び代理推進委員

ぴゅあ峡南　普及・啓発事業

私がスポーツから学んだこと　～アスリートとして、女性として、母として～

10 月 17 日（土）10：00 ～ 11：30

　来年に改めて開催される東京 2020 オリンピック・パラリンピック競技大会に向けて、山梨県南巨摩郡富士川町（旧増穂町）出身の佐野夢加さん（元陸上競技アスリート･2012 年ロンドン五輪出場）をお迎えし、アスリート時代の回想記とともに、スポーツ経験に裏打ちされた現在のお仕事や私生活について女性・母親ならではの視点を交えてお話しいただき、山梨県の女性活躍を後押しする講演会を開催します。

■講師：佐野夢加さん（元陸上競技アスリート /2012 年ロンドン五輪出場）

■会場：ぴゅあ峡南　研修室
■対象：どなたでも参加できます　■定員：30 名（要事前申込）
■受講：無料　■託児：あり（要予約）

受講も託児も
無料です！

■佐野夢加（さの　ゆめか）さん
　山梨県南巨摩郡富士川町（旧増穂町）出身。増穂町立増穂中学校、駿台甲府高等学校を経て都留文科大学文学部初等教育学科を卒業。高等学校、大学を通して短距離選手として活動。大学卒業後は都留文科大学に就職し、職員として勤務しながら、陸上競技選手として活動を続ける。2010 年第 16 回アジア競技大会（中国･広州）では、女子 4 × 100 m リレーに出場し、3 位入賞。2012 年第 30 回夏季オリンピックロンドン大会では、女子 4 × 100 m リレーに出場。現在は、駿台甲府小学校非常勤講師、都留文科大学特任講師として勤務し、小さい子どもたちを中心にかけっこ教室などの普及活動を行っている。