

ぴゅあ総合 フードドライブ 2020

- 受付期間：12月1日（火）～12月5日（土）
- 受付場所：ぴゅあ総合 一階事務所前
- 今回のフードドライブのルール  
包装や箱など外装が破損していないもの  
未開封のもの  
生鮮食品以外のもの  
賞味期限が明記されており、寄付時点で一か月以上あるもの  
フードドライブとは、ご家庭で余っている食品を持ち寄り、フードバンク等に寄付する活動です。寄付していただいた食品は、認定NPO法人フードバンク山梨を通じて助けを必要とする方々へ届けられます。  
食品ロスも防ぎ、「ありがとう」へつなげることができます。皆様のお力添えをお待ちしております。

男女共同参画ネットワークセミナー実践講座

「防災 わが町

～災害時でも、誰もが安全・安心に過ごすには～

- 講師：池田恵子さん（静岡大学 教授）
- 日時：12月6日（日）13:00～15:00
- 会場：大研修室
- 対象：市町村男女共同参画推進委員、担当職員、民間団体職員、一般県民 30名
- 参加費：無料  
災害時、誰もが不安な気持ちの中、女性も小さな子供も介助や介護が必要な方も、誰もが安心して過ごせる避難所とはどんなところでしょうか？「男女共同参画」の視点から、自分の住む地域の防災について考えます。



男女で学ぶハラスメント対策講座

「ハラスメントのない職場づくりを考える」

- 講師：小林和美さん（社会保険労務士）
- 日時：12月16日（水）19:00～20:30
- 会場：小研修室（1）
- 対象：企業の社員の方、市町村職員、働いている一般県民 20名
- 参加費：無料  
セクハラ、パワハラなど各種ハラスメントは、重大な人権侵害、労働問題です。誰もが被害者にも加害者にもなりうるハラスメントについてさまざまな事例を基に学び、働きやすい職場づくりをみんなで考えます。

親子で学ぶ防犯・防災講座

「家族で学ぶ 子どもの『身守り』と『見守り』」

- 講師：渡辺光美さん（リズムオブラブ主宰・健康安全郷育アドバイザー）
- 日時：1月17日・31（日）  
10:00～12:00
- 会場：レクリエーション室
- 対象：二日間とも参加できる未就学から小学校低学年までの児童と保護者 30名
- 参加費：無料
- 持ち物：タオル、飲み物、マスク  
子どもたち自身が自分の身を守ることができる「子どもの自助」と、周囲の大人が子どもを助けられる「大人の共助」を学びませんか。ご家族での参加も大歓迎です。



男女共同参画事業の企画・広報スキルアップセミナー

「人が集まる講座とチラシの作り方」

- 講師：坂田静香さん  
(NPO法人男女共同参画おおた理事長)
- 日時：1月19日（火）14:00～16:00
- 会場：大研修室
- 対象：市町村男女共同参画担当職員・団体職員 50名
- 参加費：無料  
内容はいいのに人が集まらない。どうやって広報すればいいのかわからない。せっかく企画したイベントを、素敵なチラシでたくさんの人に見てもらい、参加してもらいたい。そんな方におすすめの講座です。



坂田静香さん

お申込みは、

TEL:055-235-4171 FAX:055-235-1077

sogoevent@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）

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。

女性の活躍支援講座

「夢を実現する!! 女性のためのキャリア講座

～自分の人生の棚卸しと、本当にやりたいことの発見・自分メソッド作成～

- 講師：菅又蒼圭美さん（キャリアコンサルタント）
- 日時：12月10日・17日（木）  
10：00～12：00

- 会場：研修室
- 対象：一般女性（全2回の講座に参加できる方）12名

- 参加費：無料
  - 持ち物：筆記用具、マスク
- 起業に向けたチャレンジやキャリアアップを目指す女性を対象に、夢を実現するための行動計画の立て方や起業の具体化について実践的に学び、自分の生き方・働き方について考えていきます。本講座では、今後の人生のヒントとして、今までの人生（キャリア）の中の宝物を見つけ、外在化していきます。そして自分と社会をつなぐ「自分メソッド」を作成しましょう！



- 対象：男性12名（女性も大歓迎）
- 参加費：500円（材料費）
- 持ち物：エプロン、三角巾、お手拭きタオル、筆記用具、スリッパ、マスク

★☆☆メニュー☆☆☆

アジホイル焼き あけぼの大豆のごはん 蓮蒸し  
※キャンセルは、1月17日までにご連絡ください。  
1月18日以降は参加費をご負担していただきます。

市民企画講座「笑いと健康」

- 講師：墨亭河童さん  
（山梨落語研究会）
- 日時：1月24日（日）  
13：30～14：30
- 会場：研修室
- 対象：どなたでも 30名
- 参加費：無料
- 持ち物：マスク、飲み物



笑いは健康に良い効果を与えていると言われています。落語の世界に触れ、心から笑顔になりましょう！

市民企画講座「手作りおせち講座」

- 講師：笠井敬子さん
- 日時：12月16日（水）10：00～12：30
- 会場：調理実習室
- 対象：どなたでも12名
- 参加費：500円（材料費）
- 持ち物：エプロン、三角巾、お持ち帰り用容器、スリッパ、マスク、飲み物



毎年恒例の人気講座です。おせち料理のレパートリーを増やし、華やかな食卓で新年をお迎えください。

★☆☆メニュー☆☆☆

みそ煮豚 紅白なます 空也蒸し  
※キャンセルは、12月9日までにご連絡ください。  
12月10日以降は参加費をご負担していただきます。

男性の家庭参画推進講座「家庭で役立つ食育講座」

- 講師：河井 淳さん（調理師学校講師）
- 日時：1月23日（土）9：30～12：00
- 会場：研修室・調理実習室



男女の健康セミナー「おとなの3B体操」

- 講師：飯島貴子さん  
（公益社団法人日本3B体操協会 公認指導士）
- 日時：1月29日（金）10：30～11：30
- 会場：研修室
- 対象：どなたでも（成人）20名
- 参加費：無料
- 持ち物：タオル、飲み物、マスク

3B体操は、用具を使って誰でもできる楽しい体操です。運動が苦手な方も年齢性別問わず安心して参加できます。

お申込みは、

TEL:0556-64-4777 FAX:0556-64-4700  
pure-kyonan@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、ぴゅあ峡南までおたずねください。