

男女共同参画 講座企画・運営と ワークショッププログラム

～パルティのノウハウを公開！～



パルティ とちぎ男女共同参画センター

男女共同参画 講座企画・運営とワークショッププログラム
～パルティのノウハウを公開！～
パルティ とちぎ男女共同参画センター

はじめに

パルティ とちぎ男女共同参画センターは、女性のエンパワーメントと社会参画を支援し、男女共同参画社会の実現を目指す活動拠点施設として、平成8年4月に開館しました。開館以来、男女共同参画に関する各種事業を展開し、今日までの14年間に100万人もの県民の方にご利用いただいています。

また、この間、県内の各市町においても「男女共同参画都市」の宣言や男女共同参画条例・計画の策定などの取組が進み、男女共同参画センターの設立も進んでいます。そして、男女共同参画に関する各種事業が各地で活発に実施されるようになりました。

このような状況のなかで、各市町や各センターから、パルティに、講座の企画運営についての問い合わせも増えてまいりました。パルティでも、男女共同参画の啓発や人材育成等を目指しながら、「どうしたら、たくさんの方に来ていただけるか」「参加者が満足できる講座とはどのような講座か」など、スタッフで真剣に向かい合い、試行錯誤しながら、各種講座を開催してまいりました。そして、近年は、定員を超える講座も多くなり、新規参加者や若い世代、男性の参加者も増えてきました。

そこで、パルティが14年間に培った講座企画運営の手引きを冊子としてまとめることにいたしました。各市町や各センターによって、予算や人員、施設等それぞれ条件は異なると思いますので、状況に応じてこの冊子内容にアレンジを加え、ご活用いただければ幸いです。

第1章では、講座を企画運営するとはどういう事なのか、担当者の心構えを中心にまとめました。第2章と第3章は実際に各市町や各センターで利用できるよう、職員や団体などが運営できるワークショッププログラムを紹介しています。

なお、執筆・編集にあたりましては、宇都宮大学教授 廣瀬隆人様に監修していただき、また第3章のプログラム紹介においては、男女共同参画を推進する団体の皆様にご協力いただきまして、誠にありがとうございました。

掲載内容については、必ずしも十分ではないところもありますので、ご意見やご質問、また、講師情報など、お気軽にお問い合わせください。

平成22年3月

財団法人とちぎ男女共同参画財団
理事長 菱 沼 功 一

目 次

はじめに	1
目次	2
第1章 講座実施の虎の巻	4
1 講座実施 TO DO リスト	5
2 講座企画	7
①～⑫全体を通して、企画で大切にしたい視点	10
① 趣旨	13
② 対象者	15
③ 定員	16
④ 学習内容	17
⑤ 回数	20
⑥ テーマ・講座名のつけ方	21
⑦ 学習方法	22
⑧ 講師選定	26
⑨ 開催日時	30
⑩ 募集期限	31
⑪ 一時保育	31
⑫ 会場	32
コラム 「テーマ探しのヒント」	37
「講座・相談・情報 事業の連携」	38
3 講師依頼・講師との打合せ	39
4 効果的な広報とは?	41
5 申込受付スタート	46
6 参加者決定	47
7 講座七つ道具	48
8 講座用準備品	49
9 参加者への配付物の準備	54
10 受付用準備	59
11 講座開催日!	60
コラム 「ホスピタリティ」「ジェンダーバランス神話!？」	62
「男女共同参画における協働って？」	63
「参加者のネットワーク化・グループ形成」	64
12 講座が終わったら	65
13 講座実施事例	67

第2章 ワークショッププログラム例(職員が講師編)	76
プログラム例1 クイズでナットク! 男女共同参画	77
プログラム例2 男女共同参画ってなに? (小~中学生向け)	94
プログラム例3 みんなで解決! わたしのまちの男女共同参画	104
プログラム例4 子育てママの自分時間	107
プログラム例5 「同じだな」が心地よい関係をつづ (自己紹介)	116
プログラム例6 アイスブレイク集	121
第3章 ワークショッププログラム例(団体が講師編)	124
プログラム例7 寸劇で考える男女共同参画 (あしたばの会)	125
プログラム例8 クイズと川柳コングで考える男女共同参画 (グループわっくる)... ..	127
プログラム例9 朗読劇&父子 de ピザ作り (つばさの会芳賀支部)	129
プログラム例10 映画でコミュニケーション (ぐる~ぶ・もみの木)	131
プログラム例11 寸劇で考える自治会の男女共同参画 (せせらぎ会)	133
参考 パルティ活用法	135
参考文献	137
CD-ROM 内容目次	138

※ページ上部に  マークがついている内容が CD-ROM に収録されています。

第1章 講座実施の虎の巻

男女共同参画の講座はどのように企画するの・・・？

毎年、新年度のはじまりには、市町の担当の方の声が寄せられます。

「男女共同参画担当課に異動になったけど、講座ってどうやればいい？何かから始めたらいいのだろう・・・（それ以前に、男女共同参画って何？）」と。

また、2～3年目の担当の方からは「人が集まらない」「予算がない」「職員が少ない」「若い人や男性がこない、参加者はいつも同じ顔ばかり」・・・

などの悩みが寄せられます。

「どうすれば、人の集まる講座が作れるのか？」、パーティも試行錯誤してきました。

「女性問題」「男女共同参画」という言葉には、固いイメージがつきまとうようです。

担当者は、「男女共同参画の意義を伝えなければ」「プランの目標達成のための啓発」など、「行政が伝えたいこと」とらわれがちです。

でも、自分が参加者だったら、どんな講座を受けてみたいですか？

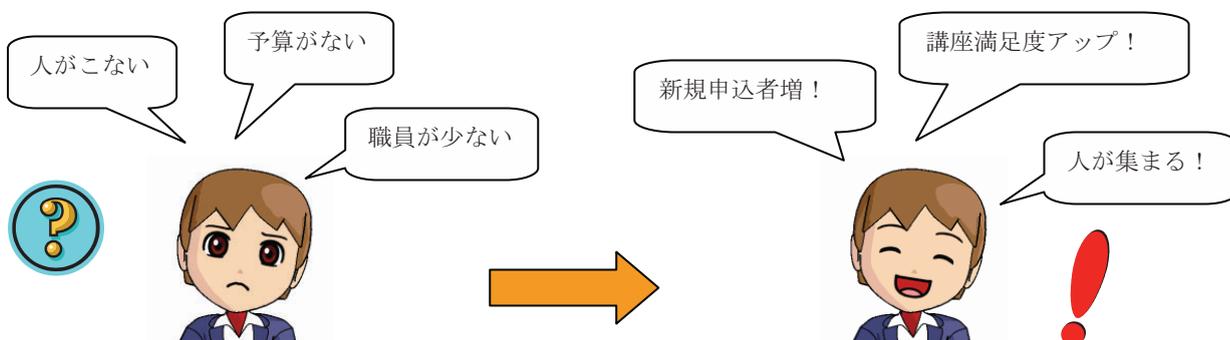
仕事で忙しい中、たまの休日や仕事帰りの夜間に受けてみたい、と思う講座はどんな講座でしょうか。

癒されたり元気になれる講座、すぐにスキルが身につく講座・・・などではないでしょうか。

男女共同参画は、私たちが役割や固定概念にとらわれず自分らしく、心豊かに、楽しく生活するためのキーワード。講座を受けて、もやもやがすっきりしたり、少し肩の力が抜けるような爽やかさを参加者が感じられればもうけもの！

ラクに生きられるヒントが得られたり、すぐに日常や仕事で役立つスキルを提供しながら、男女共同参画のメッセージがしっかり伝わる、そんな講座を考えてみます。

「男女共同参画は自分には関係ない・・・」と思わず、老若男女、あらゆる世代や立場の人の生き方に通じる問題です。あなたが「きゅうくつだなあ」「もう少し、〇〇だったらいいな」と思うことは何でしょうか？「男女共同参画」を自分自身に引き寄せてみましょう。「当事者」として、講座実施を考えてみましょう。



それでは、いよいよ講座準備スタートです！

まずは、講座の準備から実施当日、講座後の処理まで、全体の流れを見てみましょう。(5ページ「1. 講座実施 TO DO リスト」)

このリストの順番で、講座実施の準備を進めます。

1. 講座実施 TO DO リスト

○講座実施の流れ



期限 (目安)	check	項目	詳細	備考	参考 ページ	
半年前くらい ↓ 3~4ヶ月前 ↓ 1ヶ月前 ↓ 1~2週間前 ↓ 前日		企画	(年間スケジュール決定)	年間テーマを決めてもよい	14	
			講座企画・会議・決定	企画書作成→企画会議開催	13~36	
			①主旨 ②対象者 ③定員 ④学習内容 ⑤回数 ⑥テーマ・講座名のつけ方 ⑦学習方法 ⑧講師選定 ⑨開催日時 ⑩募集期限 ⑪一時保育 ⑫会場			
			(講師の予定確認・内諾)		39	
			会場確保	研修室予約	講師控室や保育室もおさえる	32~35
			決裁	実施伺い回議書	企画書・予算書など添付	
			講師依頼	講師依頼 送付	資料(会場地図等同送)	39~40
			保育者手配	託児会社やボランティアなど依頼		
			広報	チラシ作成・配布・ポスター掲示		41~45
				広報紙への掲載依頼	(ホームページ掲載含む)	44
		マスコミ等へのPR			44	
		申込受付	電話・ファクシミリ・メール等で受付		46	
		参加者決定	受講券(落選通知)作成		47	
			(定員のある場合)抽選・(決裁)・送付	保育申込者には保育に必要な書類を同送	47	
		講座用消耗品	講座で使う消耗品を購入		48	
		講座用準備品	行動計画作成	スタッフへ配布、打合せも	50	
			進行表作成(オリエンテーション等)		51~53	
			当日の演題・部屋案内用看板等作成		49	
		参加者への 配付物準備	講座テキスト作成(講師プロフィール等)		56~57	
			レジュメの印刷		54	
			アンケート準備		58	
		受付用準備	受付名簿作成	年代や男女比などを集計→講師に伝える	59	
			参加者名札作成		59	
			講座領収書(有料講座の場合)	つり銭準備	59	
		講師昼食等手配	配達時間、支払い方法等確認		39~40	
		講師送迎準備	送迎車・タクシー予約		39~40	
		研修室準備		準備物確認、機材動作確認	60	
講座開催日			行動計画の通り実施		60~61	
講座後		チラシ・ポスター回収		ホームページ更新		
		支払い処理	謝金支払い処理	源泉徴収等注意		
			受講料・保育料等入金処理			
			雑費支払い処理	送迎代、食糧費等		
		アンケート	アンケート集計		65	
		礼状送付	礼状作成	アンケートから受講者の声を記入するとよい	65	
		報告書作成	報告書		65~66	
		反省会	講座のふりかえり	次回講座に活かす	65	
	PR	広報誌等で実施内容を報告		65		

○講師との確認事項

期限 (目安)	check	項 目	詳 細	備 考	参考 ページ
1ヶ月前から		日時・場所の確認		地図準備	39~40
		テーマ・内容確認	講義かワークショップか	連続講座の場合、前後の流れも確認	
		参加者について	年代や男女比等プロフィール	受講動機なども分かれば伝える	
		レジュメ	当日のレジュメの有無	事務局への送付期限を確認	
		時間配分	時間配分の確認	ワークショップの時間配分、質疑応答時間等	
		会場準備	会場設営方法	会場の広さ確認(事前に会場を見ていただくと良い)	
		連絡方法の確認	自宅、職場、携帯電話など	緊急時の連絡方法を確認する	
		講座前後の予定	来場時間、出発時間の確認		
		来場方法確認	来場方法、送迎の有無、到着時間	列車時刻の確認/駐車場の確認	
		昼食等確認		苦手なものの確認	
		持ち物	受講者が用意するもの		
		備品	主催者が用意するもの	プロジェクター、パソコンなどの確認	
		写真	写真(ビデオ)撮影・録音の可否	著作権に配慮する	
		報告書	広報誌掲載の可否		
		講師プロフィール	配付プログラム内講師紹介文 確認		
		謝金	謝金税金取り扱い		
	謝金入金口座確認				

2. 講座企画

～さあ、「企画」をはじめよう！

「男女共同参画の講座といえば、基本のジェンダー問題、今話題になっているワークライフバランス、少子化、介護問題を専門家に話してもらえばいい」というだけではいきません。そもそも学習プログラムには、趣旨やテーマ、対象者、参加人数 etc と決めることは多く、お互いが影響し合うものなので、一つ一つ注意深く検討することで講座の成功に繋がります。

講座には 1 回みの講座と連続講座があります。8～9 ページではそれぞれの企画書例をあげています。10 ページからは、講座企画を行う上で全体的に大切にしたい視点と、企画書の各項目について細かく説明していきます。



連続講座の企画書例

連続講座とは、趣旨（文章や話で伝えようとしていること、もとにある考え、ものごとの目的やねらい、理由）を達成するために、講座を複数回実施するタイプです。第1回の導入から最終回のまとめまで「流れ」を大切に組み立てます。

下記の企画書例は「自分力発見！&自分力アップ！パーティ出前講座」という講座の企画書です。第1回でジェンダーを中心とした男女共同参画の基礎的な知識を学び、男女共同参画が自分に身近な課題であることに気づくことを趣旨としています。第2回では心地よい関係を築くためのコミュニケーション方法を実践的に学びます。そして最終回でまとめとして、男女共同参画の視点を取り入れた自分の今後の生活プランを考えます。全3回を通してはじめて、性別にとらわれず自分らしく生きるための一歩を明確にするという趣旨が達成できると考えて企画しています。



1-2-1

6	講座名								自分力発見！&自分力アップ！パーティ出前講座	
1	趣旨								性別にとらわれず自分らしく生きるために、今の自分ができることを明確にする。 テーマを「自分力」とし、心地よく生活するための力は誰にでも内在していることを理解し、さらに自ら引き出す意欲を喚起する。	
	共催								(財)とちぎ男女共同参画財団・〇〇町	
12	会場						2 対象者：		〇〇町民・近隣市町民	
3	定員	50名	回数	3回	締切日	開催日前日	(保育締切日3週間前)	受講料	無料	
9	曜日	土曜日	9 時間	13:00~16:00		11 一時保育	有			
	9 開催日時	6 テーマ			4 各回内容・学習方法等			8 講師		
1	〇月〇日(土)	自分力発見！ ～この指とまれ男女共同参画～			オリエンテーション [講義、話し合い学習] 男女共同参画社会とは、ジェンダー、エンパワメント、自己肯定、ワークライフバランス等について知り、性別にとられない自分らしい生き方について考える。			〇〇大学教授 〇〇〇〇		
2	〇月〇日(土)	コーチングで自分力アップ！ ～心地よい関係を築く～			[ワークショップ] 相手と心地よい関係を築くために、また、自分の内面的な成長のためには、コミュニケーション力を身につける必要がある。生活に密着したテーマを題材にコーチングを学ぶ。			コーチング講師 〇〇〇〇		
3	〇月〇日(土)	さらに自分力アップ！ ～自分流ライフプラン～			[ワークショップ] 1、2回での学びを踏まえ、男女共同参画の視点を取り入れたライフプランを作成する。すぐに実践できる具体的な目標となるよう支援する。			ファシリテーター 〇〇〇〇		

1回のみ の 講座 の 企画書例

1回のみ の 講座 の 場合 は、あれもこれも伝えたいと欲張らずに、趣旨に沿って学習内容を絞ることが大切です。

例は、学習内容や展開をやや丁寧に書いた企画書となっています。



講座名	自分力発見！～この指とまれ男女共同参画～				
講師	〇〇大学教授 〇〇〇〇				
対象	どなたでも	定員	50名		
趣旨	男女それぞれのライフステージをジェンダーの視点で見つめ直し、性別にとらわれない自分らしい生き方について考える。				
日時	〇月〇日（〇）13:00～16:00	会場	〇〇研修室（講義→アイランド形式）		
締切日	開催日前日（保育締切日3週間前）	受講料	無料	一時保育	有
【タイムテーブル】 内容・学習方法等				【進行上の注意】 進行者、資料等	
13:00	オリエンテーション（講座の趣旨、タイムスケジュール等）				進行：職員
13:10	基調講義 70分 男女共同参画社会とは、ジェンダー、エンパワメント、自己肯定、ワークライフバランス等について				〇〇大学教授 講義形式
14:20	質疑応答 10分				
14:30	休憩 10分				
14:40	話し合い学習の説明 5分 テーマ「講演を聴いて感じたこと、講演を聴いて今後自分はどうかどう在りたいと思ったか」 ・ グループごとに着席を促す ・ 話し合い学習の目的、約束事について				進行：職員 アイランド形式
14:45	話し合い学習 35分 ※ 15:10になったら、発表内容のまとめを促す ・ 各グループの話し合いを支援：職員				
15:20	グループ発表 25分 ・ 1グループ3分程度				
15:45	講評 10分				〇〇大学教授
15:55	まとめ、アンケート記入 5分				進行：職員

①～⑫ 企画で大切にしたい視点

○ 男女共同参画の思い込みをとりはらうこと

「男女共同参画」という言葉を聞いたことがあっても、「自分には関係がない」、「女は働いて男は家事を手伝ってことでしょ」、「なんかむずかしそう」などと思っている人が多いようです。



そのような人たちに、実は男女共同参画は誰にとっても身近な問題で、その視点を持つことで、より自由にいきいきと楽しく生活できるということに気づいてもらうために企画していきます。



特に男性のなかに、男女共同参画という言葉に抵抗を感じている人は多いのですが、パーティで講座に参加してみることで、居心地の良さに気づき、その後もリピーターとなってくれる方がとても多いです。

○ 自分の生活を軸に学び、「自分はどうかありたいか」を考える機会とすること

男女共同参画の学習でもっとも重要なのが、ジェンダーに気づくことです。それは、知識としてジェンダーを知ることだけではなく、自分自身の生活をふりかえり、そこにジェンダーが潜んではいないかをふりかえることです。ジェンダーはあまりに自然に身についているものなので、気づくのは簡単ではありません。



私たちはジェンダーに限らず、それぞれの経験に裏付けられたさまざまなものの見方・考え方、価値観、ルールなどを持っていて、それらにとらわれて生活しています。男女共同参画の学習で、自分のものとは異なるものに出会ったとき、「私の考え方とは違う」と言って気にとめなければ、その人は変わりません。また逆に、吟味もせずに単純に乗り換えるのは、とても危険です。

講義の内容を鵜呑みするのではなく、参加者それぞれの経験や考え方、価値観に照らし合わせて考えてみるのが大切です。その際、違和感や迷いが出てくるかもしれません。自分にはない考え方と出会うと拒否反応が出たり不安になるのは当たり前です。参加者が自分の生活を軸に学び、安心して講師や他の参加者と、そして自分と対話し、「自分は今後どうかありたいか」を考えることができるような配慮をする必要があります。

例えば、どんな発言でも受容してくれる講師を選定したり、グループワークを行う前に、自分自身の意見を見つめる時間を設ける学習方法を選択します。



ジェンダー (gender) とは、

人間には生まれつきの生物学的性別 (セックス/sex) があります。一方、社会通念や慣習の中には、社会によって作り上げられた「男性像」、「女性像」があり、このような男性、女性の別を「社会別性別 (ジェンダー/gender) 」といいます。「社会的性別」は、それ自体に良い、悪いの価値を含むものではなく、国際的にも使われています。

例えば、「女は人前で意見を言うものではない」、「男がくよくよするなんて情けない」などと思うことは、ジェンダーにとらわれているということです。

○ 成人学習者を対象としていること

「講座＝お勉強＝学校」と捉えずに、講座は「成人」の学習機会であること、「成人学習者」の特徴を考慮します。

成人学習者の特徴

① 不安とプライドを持っている:

学ぶことへの恐れ、「自分には場違いじゃないか」と不安を持つと同時に、「このくらいのことはできる」などとプライドも持ち兼ねている。

② おとなは経験を資源にして学ぶ:

「これはあの経験と同じことだな」と経験をプラスに作用させることもあれば、「今までこの考え方でうまくいったんだ」と経験にとらわれ受け入れようしないなど、経験はマイナスにも作用する。

③ おとなは語りながら学ぶ:

「自分が何に悩んでいたのか、話してみても分かった気がする！」は、講座でよく聞かれる言葉です。

④ 同意すると安心する

⑤ おとなは仲間と共に学ぶ

⑥ すぐに役立つことを知りたがる:

解決策、スキル、具体的なものに惹かれる傾向がある。

○ 学びあうグループをつくること

講座だけで人が変わることはめったにありません。講座に参加している間は意識や意欲が高まったのに、講座が終わり現実生活に戻ると意識も戻ってしまったといったことはよくあることです。

ですから、講座が終わっても交流したり学び続けるグループを作り、学びを継続していくのです。長期的に仲間同士で学びあうなかで、理解できなかったことが理解でき、新しい発見をしたり、悩みを共有したりして、人は変わっていくのです。



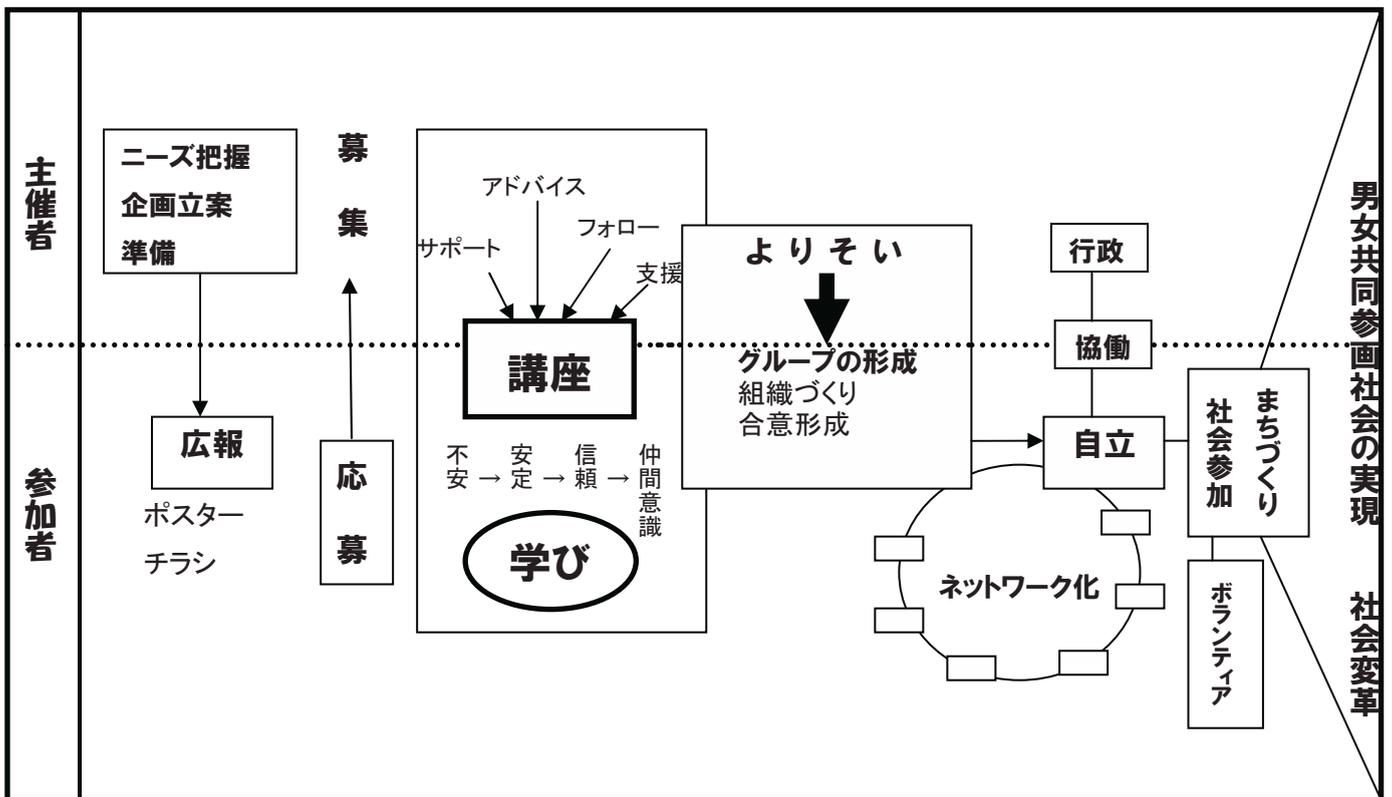
しかし、強制的にグループを作ろうとすると、うまくいかないことが多いようです。参加者が心から「また皆と会いたい！」と思い、自然な流れで誕生するように工夫します。スタッフはグループが誕生して軌道に乗るまで寄り添うことが大切です。

○ 個人から社会につなげること

学習活動によって、まずは個人の意識が変わり、より自由で豊かな生活を送れるようになるでしょう。同時にそのことが自分の周囲を変えていくことにつながります。家族や友人との会話の中に、自分でもハッとするほど、男女共同参画の視点で見ていることに気がつくこともあります。学習によって、新しいものの見方・考え方を獲得すると、自分を取り巻く社会が今までと違って見えてきます。「それは女性あるいは男性だけがすることじゃないんだ」と気がつき、アサーティブな表現を用いて提言し、自ら行動していくことで、わずかながら社会を変えていくことにつながります。

このように学習は個人の成長や発達といった面だけでなく、社会全体をより良く変えていく作用があるのです。まずは自分自身から一步を踏み出す。男女共同参画の学習はそんな勇気と知恵を得ることができる学習なのです。

講座企画から実施後までの流れのイメージ



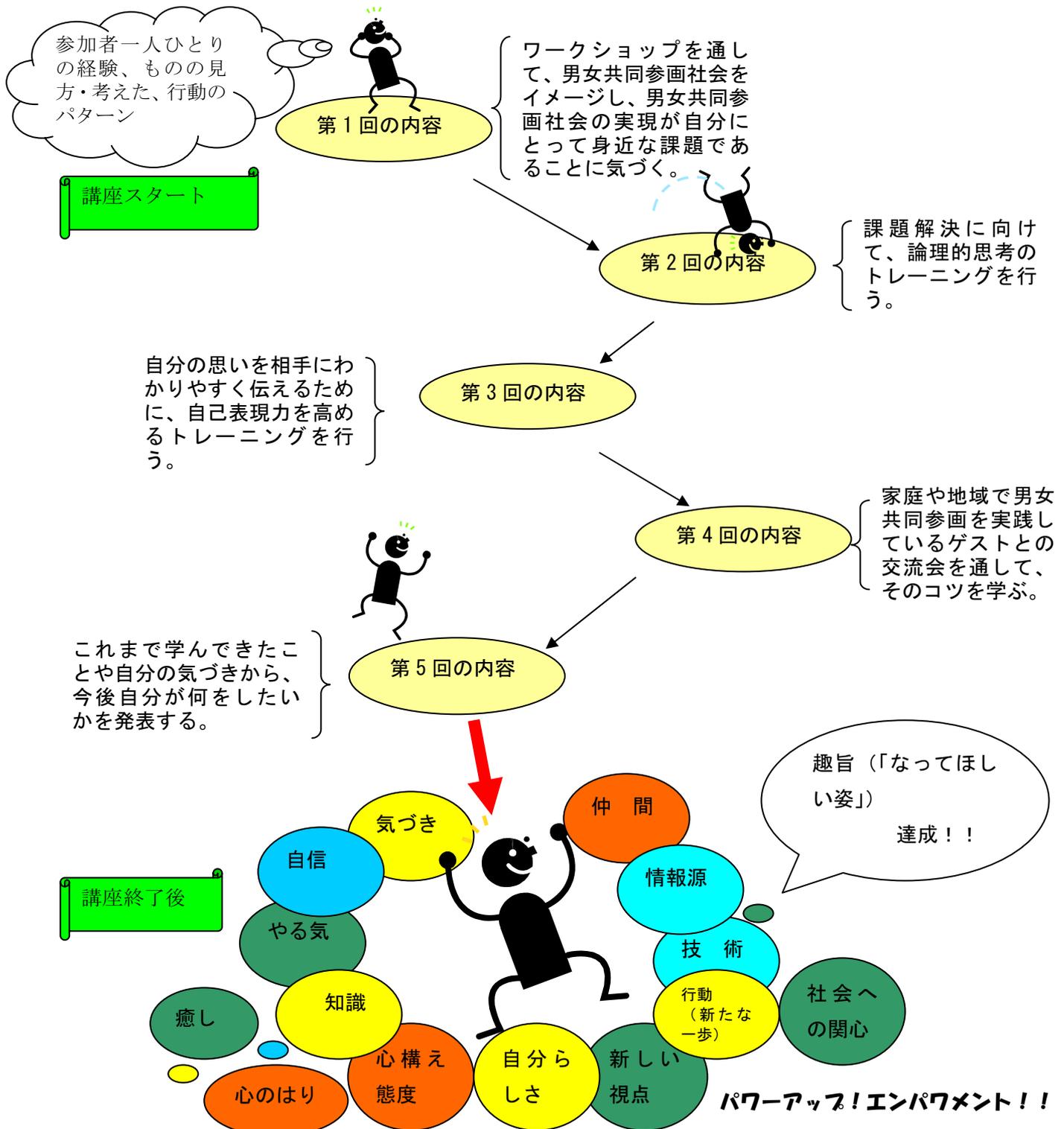
① 趣旨

○「学習プログラム」とは

学習プログラムとは、参加者に「なっ**て**ほしい**すがた**」（すがた＝態度・認識・意識、行動等）になっ**て**もらうために、知識や技術習得のための講義、話し合い、鑑賞、レクリエーション等の諸活動を、適切な順序に整えたものと考えます。

下の図は、学習プログラムにおける参加者の変容を表したものです。69ページの「自分力アップ！男女共同参画セミナーステップアップコース」の企画書と併せてご覧ください。この講座における

「なっ**て**ほしい**すがた**」とは、企画書に書いてある趣旨のとおり、男女共同参画社会の実現が、自分にとって身近な課題であることを理解し、自分の生活の中から主体的に解決しようとする態度、能力を持っている状態のことです。



○課題やニーズ

参加者が最終的にどのようなすがたになってほしいか考えるために、まず、私たちや私たちの地域に、どのような課題やニーズがあるか探ります。そして、どのような心構え、知識や技術等があれば、もっと心地よく生活できるかを考えます。例えば、子育てや介護が一段落し、役割を見失った中高年の女性を対象に、改めて自分をふりかえり、日々の生活がジェンダーに色濃く縛られていることに気づき、ジェンダーに敏感な視点を持つことを促す講座を企画する、というように考えられます。

○課題やニーズを把握する方法

課題やニーズを把握するには、国や県、各市町村の法やプラン、報告書、調査結果等を調べることも大切ですが、自分の経験をふり返るのも有効です。例えば、子育てをしている時に何か悩んでいたことはありましたか？「こういう手助けがあればいいのにな」と思ったことなど。「生きにくい」、「つらい」、「なんだか心にもやもやがある」etc・・・逆に「これを知って良かった〜!」、「あの体験があったから今がある」と思うことなど。

友人や家族、地域の方にインタビュー、アンケートをしてみるのも効果があります。新聞やテレビ、雑誌を見ている時や、何気ない茶飲み話から出てくることもあります。スタッフ同士でお互いの経験を語り合うのがおすすめです。常にアンテナを高くして課題やニーズを探るようにします。

○地域性を考慮

他のセンターで行なっている講座を参考にする方法もありますし、「ジェンダー」や「ワークライフバランス」など、男女共同参画に関する課題やキーワードは話題になっていますし、それらは「参加者にどういう姿になってほしいか」を考えることに役立ちますが、それらが自分の地域の住民に合うとは限りません。その地域の男女共同参画の啓発の進捗状況に合わせることも大切です。

趣旨の具体例 ～社会の変化に敏感な企画立案

ここで、パルティが毎年開催している「基礎コース」を例に、趣旨の設定に至るまでを紹介します。

この講座は、パルティの看板講座で、企画書の「趣旨」に書かれているとおり、広く県民に男女共同参画を啓発するため、毎年全5回で行っています。しかし、社会の変化や時代の状況にあわせて、その年ごとにテーマを設けています。平成20年度は「なりたい自分発見!」とし、自分にとっての「なりたい自分」像を探したり、すでに持っている「なりたい自分」像になるためにはどうしたら良いかを学ぶことを趣旨としました。このテーマにヒットする人は多く、次のコースである「ステップアップコース」が終了したときには、「なりたい自分」を目指して学び続けるグループも誕生しました。

平成21年度の「基礎コース」を企画する時期になりました。企画会議を開き、「今、問題となっていること」、「平成21年はどんな1年になるか」、「今、人々は何を感じ、何を求めているのか、何を学びたいか」を話し合いました。その内容は次のとおりです。

平成21年当初の社会情勢→「100年に一度の不況」や「派遣切り」など

→疲れやストレス、不安を感じている人が多い

→H20年度のテーマは「なりたい自分」だったが、それ以前にもっと自分の潜在力を引き出すために「自分力発見・アップ!」をテーマにする

→ストレスを解消するための具体的なスキルや、自己信頼を高める内容にする・・・

といった話し合いで、企画が決定していきました。(68ページに平成21年度基礎コース企画書掲載)

② 対象者

○絞る！

趣旨とあわせて、対象者を考える時、学習効果をより確実にねらうために対象を絞ることが大切です。絞り方には次のような視点があります。

性別や年代別で

「40・50代以上の女性」のように、年代と性別を明確に絞る

講座内容で

「再就職準備中の女性」、「リーダーの立場にある方」、「就学前の子どもを持つ母親」、「男女共同参画の視点を持ち、参画する意欲のある女性」、「2回とも参加可能な方」など

経験や役割で

「〇〇講座に参加した方」、「(パソコン講座の場合)フォルダ作成と保存ができる方」、「男女共同参画推進員の方」など

絞ることによる効果

- 共通した課題やニーズに対応した効果的な学習内容、学習方法をとることができる
- 参加者同士、安心感が持て、話し合いがスムーズになる
- 講座終了後も仲間として繋がりがやすい（一緒に学習を継続したり地域活動をしやすい）

例えば、男女共同参画を初めて耳にする人たちと、地域で男女共同参画の活動を長年続けている人たちとの話し合いなどの共同作業は、場合によっては困難なことがあります。

○男性や若い人が多く参加したのはこんな講座です

男性対象の講座は、なかなか集まりにくいと言われますが、パーティでは、「夫婦での参加も出来ます」と設定すると、参加者が増えました。

また、「よりよいミーティングのすすめ方～みんなを元気にするファシリテーション講座」や「リーダーのためのコミュニケーション講座～NLP入門～」など、職場で活用できる内容の講座には男性が多く参加しました。

「若い人が来ない」という悩みはよく聞かれる課題です。若い世代にとって「男女共同参画」という未知で固いイメージの敷居を低くし、楽しみながらその重要性が伝わる講座やイベントを企画します。パーティでは近年、メイン講座である「男女共同参画セミナー」のテーマを「なりたい自分！」など、若い世代にも響くようなサブテーマを選んでいきます。また、流行りのものを取り入れるとそれらに敏感な若い人が集まりました。

例)「アロマフレグランスで私をデザイン」、「シェイプ護身ピクス」など

No.5 講座

パパの子育て応援講座(全3回)
元氣な子を育てたい、すべてのパパに贈ります！

●開催日・テーマ・講師

① 6/27 (土) **たくましい子を育てる自然遊び**
～生きる力を育む～
ツインリンクもてぎ ハローウッズ森のプロデューサー 崎野 陸一郎
宇都宮市体験活動協会(あそびの学校)会長 坂井 勝雄

② 7/11 (土) **「今」を豊かにする一歩**
～居心地のいい生き方～
共愛学園前橋国際大学国際社会学部長 大森 昭生

③ 8/29 (土) **子どもの自主性を育むコーチング**
～のびのび子育て～
ビジネスコーチ 岸 秀光

●時 間 13:00～16:00
●対 象 子育て中の父親 **夫婦での参加も出来ます**
●定 員 30名
●受講料 無料
●申込締切 6/26(金) 保育申込締切 6/9
※②はNo.1「男女共同参画セミナー基礎コース」の⑤と連携しています。

③ 定員

せっかくの機会だから、会場の収容人数まで、たくさんの人に参加して欲しいと思ってしまうのですが、趣旨や学習方法と照らし合わせて定員を決めます。学習効果が最大限に上がる定員を考えましょう。

- リラックスしてもらうことが趣旨の場合や講座終了後も参加者同士で繋がって欲しいと考えるなら、30名以内が効果的です。
- グループで合意形成して課題解決策を考えるような講座の場合、多くても36名程度が良いでしょう。6人×6グループくらいまでが、講師（ファシリテーター）の目が届く範囲です。講師だけでなくスタッフもグループの進捗状況に合わせて支援するようにします。
- 個人でじっくりと自分のことをふりかえるようなワークを行う講座は、20名程度が効果的です。講師にとって参加者一人ひとりの表情や進捗状況を見渡すことができます。
- 具体的なスキルを身につけるような講座は、25名程度が効果的です。
- 講演は50名を超えても実施できます。ただし、たくさんの人に参加して欲しいからといって各席の間隔を窮屈にしまうと、参加者にとって居心地が悪く、学習効果が下がってしまうこともありますので注意が必要です。
- 定員は講師によっても変わってくるので、あらかじめ講師にも確認、相談しましょう。



④ 学習内容

○バレエも男女共同参画！？

ジェンダーやワークライフバランスなど、男女共同参画に直接的な内容ではなくても、男女共同参画を実現するために必要な知識、技術は何かと、よりミクロな視点で考えていきます。



たとえば、パーティでは、平成 21 年度に、クラシックバレエの動きを楽しみながら全身の筋肉が自然と鍛えられる「バレエ・エクササイズ」を開催しました。「男女共同参画なのにバレエ？」と思われる方もいらっしゃるかもしれません。この趣旨は「女性のストレス解消の機会とし、しなやかな心づくり、メンタルヘルスを図る」でした。女性同士という安心感のなか、心地よく効果的なバレエの動きや男女共同参画の視点を持ったインストラクターのお話を通して、心身ともに健康になること、自分がしたいことをあきらめず楽しむ心地よさを実感すること、などを目指して開催しました。

また、健康やダンスといったジャンルは、多くの人に関心を持っているので、この機会を入り口としてまずは来てもらうこともねらいとしています。そこで他の講座のPRをし、関心を持ってもらい、参加につなげます。

○さまざまな分野を開拓する！

男女共同参画だからといって他の分野や現代的課題とは無関係ではありません。男女共同参画は、すべての分野に関わる、共通の問題です。人間が生きるすべての舞台に関わる問題だからです。そう考えれば、もっと自由に、もっと幅広く、もっと楽しく、学習内容を決めることができそうです。

「こんなところにも男女共同参画の問題が！？」、「この分野なら男女共同参画がわかりやすく説明できるな」と意外な内容が見つかるかもしれません。

パーティでも、「今後の男女共同参画を考える」といったダイレクトな総論よりも、「女と男の社会心理学」といった、より生活に身近な内容の方が、参加者が集まりやすくなりました。かけあわせがおもしろいのです。

さあ、マナー、語学、芸術、文学、スポーツ、健康、経済、おしゃれ、ヒーリング、ビジネス、園芸、マナー、食、旅、環境、ドラマ etc と、どんどん学習分野を開拓していきましょう。



○男女共同参画講座として実施する意味を考える

学習プログラムを開発するうえで、注意することがあります。それは、他の生涯学習センターやカルチャーセンターで開催している講座との違い（男女共同参画センターで行う意味）を明確にすることです。講師には、男女共同参画の視点でそのジャンルについて話してもらうよう依頼したり、講師自身がロールモデルとなる人を選定することが必要となります。前述の「バレエ・エクササイズ」においても、講師に、自己尊重のメッセージなどを話してもらいました。



アロマオイルの調合の様子
自分ブレンドでリラックス～♪
(H21「子育てママの自分時間～ハッピーなわたしになる～」第1回より)



紅茶の淹れ方の様子
紅茶を入れることで五感が満たされるなんて不思議！
(H21「魅力アップセミナー」第2回より)

○学習内容を絞り込む

学習内容が決まったらそれでOKではありません。例えば、ワークライフバランスがテーマの講義では、ワークライフバランスの何を伝えたいのか（ワークライフバランスの意義、実践例、問題点、ワークライフバランスの具体的な方法、心構えなど多様に枝分かれしています）をできるだけ細かく考えます。講師も「ワークライフバランスについて語ってください」とだけ依頼されても、何から話したら良いのか悩んでしまいます。「この講座では、ワークライフバランスの説明や社会背景、認知度、事例までを学ぶ」などと学習内容を絞り込み明確にします。

○生活に身近な内容を考える

参加者の生活に身近な学習内容、教材、具体例を提供し、自分にひきつけて学習できるようにします。

居住している県、市町の事例、データを用いる

「市（町）における性別役割分担意識の男女差、年代差を見てみましょう」

「県内でボランティアで行われている男女共同参画推進活動には、こんな事例があります」

「県内でこんな起業をした女性がいます」

「栃木県、全国とも家事時間は、男女間に大きな差があります」

「栃木県では、DV 被害者・行為者とも 30～39 歳の年齢階層が一番多いのです」

など



「とちぎの男女共同参画データブック 2007」をご利用ください！

男女共同参画の視点で、労働や教育、意思決定などの分野のデータを集めています。全国と栃木県のデータを比較・分析しています。

パルティのホームページから、PDF形式で閲覧できます。



なじみやすい話題・事例を

「今は仕事一筋の生活・・・、でももっとセカンドライフを楽しみたい！ 県内でセカンドライフを楽しむ遊びの達人から、コツを伝授します」

（「男のライフバランスを考える講座」では、アウトドアライフの達人を講師として招きました）

「出産を機に退職したけど、ずっと再就職したいと強く願い、親類のいない中で託児所を利用して再就職したある女性がいます。彼女は・・・」

（「再就職支援セミナー」では、再就職経験者を招き、体験談を話してもらいました）

「この女性起業家は、パーティのセミナーに参加し、助成金を利用して、自宅でパン屋を週3日開くことになりました」

（「女性のための起業支援セミナー」では、主婦から自宅での起業をした先輩起業家に体験談を話してもらいました）

など

とりかかりやすい教材を

「靴下でできちゃうお手軽バレエ」 「バスタオルを敷いてヨガ体験」

「傘や鞆を使った護身術の技を身につける」 など



○成果よりもプロセスを重視する

例えば「男女共同参画社会実現のために自分たちができることは何か」をテーマに話し合い学習や調べ学習をする場合、参加者は成果のみに目を向ける傾向があります。そうすると、なんとかして答えを出さなくてはならない、成果物（ポスターなど）をきれいにまとめなくてはならない、などといった意識になってしまい、男女共同参画社会の縮図である「話し合い」のプロセスを重視しなくなります。

答えや成果は、講座が終わってから、男女共同参画の視点を講座で身につけ、実生活に戻ったうえで、出てくる場合があります。企画者も講座内での成果を求めすぎず、話し合いや学習することの楽しさや大切さを理解し、講座が終了しても、学習を続ける意欲を喚起することを大切にします。

○参加者の意識の流れに沿って、学習内容の順序を組み立てる

ポイント

- ・ 最初は、不安や緊張で参加者は張りつめています。緊張をほぐすために、参加者同士で会話したり、簡単に肩たたきをしたりする方法もありますが、それらを講座が始まってすぐに行うと、抵抗を感じる人もいます。また、いきなりワークを行うのではなく、初めのうちは講師やスタッフが話をする時間を取った方が良いでしょう。
- ・ 初回は、誰もが求めている、入りやすい内容を持ってきます。パーティでも「男女共同参画セミナー基礎コース（全5回）」の初回は「男女共同参画とは」といった総論としていましたが、平成21年度はストレスマネジメントや自己尊重という内容からスタートすることにしました。
- ・ 流れを大切にします。例えば、導入の部分で、緊張をほぐすことができる、他の参加者と知り合えることができる、テーマに関心をひきつけることができる簡単なゲームなどを行います。そして、展開の部分で講義をきいたりグループ学習をし、まとめの部分でふりかえりを行います。
- ・ 長時間ずっと講義を聞く回が続くと（しかも抽象論や固い内容ですと）、参加者が飽きてしまうことも。参加・体験型学習の回を交互に取り入れるなど、変化をつけます。

⑤ 回数

○学びに効果がある時間量か

ポイント

- ・ 伝えたい内容が多くても、回数が多いと、意欲を継続できないことがあります。
- ・ 1回に内容をたくさん詰め込みすぎると参加者は消化不良を起こします。
- ・ 回数の間をあけ過ぎると、モチベーションが続かず、仲間作りにも繋がりません。
- ・ 回数は少ないけれど、ぜひ仲間作りをしてほしいというときは、講座終了後に自由に交流できる場所を提供します。パーティ主催の「子育てママの自分時間」では、一時保育に預けていたお子さんとママ同士、お弁当を食べながらゆっくり交流できるように和室を開放しました。
- ・ 2日連続も良いですが、1週あけると、コーチングなど技術の場合は練習したり、講義の場合も課題について自分の生活と密接に深めることができ効果アップにつながります。

⑥ テーマ・講座名のつけ方

良い内容を企画しても、テーマや講座名が対象者に響かないと人が集まってきません。複数の職員で意見を出し合い、対象者に「参加したい！」と思わせるようなテーマを考えます。

ポイント

○ 「ターゲットは誰か」、「何をやるのか」、「何が得られるか」がわかるように

○ 「おもしろそう」、「役に立ちそう」、を感じさせる WAKU WAKU感をかもしだす
家族や友人が「行きたい！」と思いきうなもの。

○ 「私にもできそう」、「やさしそう」を感じさせる

○ (連続講座の場合)各回とのつながり(ストーリー)がわかるようにする

○ 横文字・認知度の低い言葉の乱用に注意する
ワークライフバランス、ジェンダーバイアス、コーチング etc。
男女共同参画担当者にとって当たり前の用語でも、一般の人たちにとってはなじみがないので、注意書きを入れる、サブタイトルやリード文を工夫するなどしましょう。

○ サブタイトル、リード文も活用する

例) 講座名： 「女性のためのコーチング入門講座」
リード文： もっとハッピーな関係でいたい！私・相手を理解してコミュニケーション力を高めましょう。

No.7 ☑

魅カアップセミナー(全4回)

私にご褒美。心と体をうるおし、私の魅力を開花させる。

●開催日・テーマ・講師

① 9/ 3 (木) 輝きオーラを身にまとう！
～ウォーキングレッスンで視線アップ～
シンピウォーク校長 イメージコンサルタント ちとせ

② 9/10 (木) 心も体もキレイになる！
～五感を麗らす紅茶の入れ方～
世界のお茶の専門店 Y's Tea オーナー 根本 泰昌

③ 9/24 (木) 最強笑顔のホスピタリティ！
～洗練されたマナーレッスン～
ホスピタリティ キャリア アカデミー専任講師 伊藤 由起枝

④ 10/ 1 (木) 内面から輝かせる！
～アロマフレグランスで私をデザイン～
Aroma Ya 空 AA協会認定アロマアーティスト ちば あきこ

●時 間 19:00～20:30 ●対 象 女性
●定 員 25名
●受 講 料 4,000円 (第2・4回目は別途材料費あり)
●申込締切 8/4(火)

H21 年度前期講座案内より

下のプログラムは、どちらもパルティ主催の「男女共同参画セミナー ステップアップコース」のプログラムです。
どちらの申込者が多かったと思いますか？

H19 年度 ステップアップコース

第1回	地域で男女共同参画を推進するために ～今、地域や家庭では～
第2回	理解しあって決定しよう ～「聴き方」を学ぶ～
第3回	地域で男女共同参画を推進するために ～グループ研究～
第4回	地域で男女共同参画を推進するために ～グループ研究のまとめ～
第5回	地域で男女共同参画を推進するために ～実践にむけて～

H20 年度 ステップアップコース

第1回	なりたい自分になるために ～自分を磨く～
第2回	心地よい関係を築くワザ ～コミュニケーション講座～
第3回	相手を納得させるワザ ～信頼される論理的思考講座～
第4回	なりたい自分になる裏ワザ！ ～グループ交流会～
第5回	今後に向けて ～なりたい自分にエール！～

多かったのはH20 年度の方でした

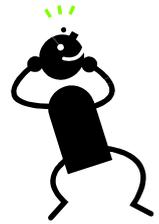
⑦ 学習方法

講義を聴くというスタイルの他にも、学習方法にはさまざまなものがあります。講義を聴くといったいわゆる「受身」ではなく、実際に参加者が体験してみる・やってみるといった参加・体験型学習（ワークショップ）が多くなってきています。講義式の学習スタイルに慣れている成人にとって、ワークショップを行うことに戸惑いを感じることもあります。いろいろな方法を組み合わせることは大切です。

講義の後に話し合い学習やデモンストレーションなどの「動き」を取り入れメリハリをつけると効果的です。

講師に依頼する際、主催者から「この方法を取り入れてほしい」と相談してみることが大切です。

次からは、「パーティの講座事例から見るさまざまな学習方法」ということで、写真を掲載しながら紹介します。



○話し合い学習 ～感想や意見を自由に話し合う～

パーティでは、話し合い学習を基本としています。講義を聴いた後、参加者同士で感想や意見を自由に話し合います。講義で得た知識や価値観を自分自身（の生活）にひきつけて考えてみるためです。また、参加者同士で話し合うことで、講義の内容をより深く理解できたり、新たな発想を得ることができたり、同じ悩みや関心を持っている人に出会ったりすることができます。講義以上に「気づき」がもたらされることが多いのです。

H21年度 自分力発見！男女共同参画セミナー 基礎コース 第1回の様子

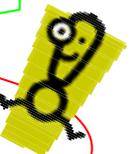
講義

「ストレスにふりまわされないセルフサポートコーチング」(90分)



みんな真剣に講義をきいています。

講義終了後、担当職員が登場。話し合い学習の意味、何を話し合うのか、話し合いの約束事などしっかり伝え、司会や記録などの役割分担も決めます。





話し合い学習 (35分)



椅子を小グループごとにまわく囲んで、話し合い学習スタート！終了時間になっても話している人もいます。盛り上がります。

話し合い学習の約束

- ◆ お互いに学び合うという気持ちを持って、積極的に率直に意見を述べましょう。
- ◆ たとえ自分の意見と違っても、相手の意見は謙虚に聴きましょう。
- ◆ テーマからはずれないように伝えることを心がけましょう。
- ◆ 時間を大切に、平等に使いましょう。
- ◆ プライバシーを守りましょう。安心して学び合うために、この場で聴いた話は他言無用にしましょう。



全員が発言できているか、なかなか発言できない人に対して、スタッフがフォローします。(ファシリテーターの役割)

発表と講評 (30分)



グループでどんなことが話題となったか、発表し聴きあいます。発表を受けて講師が最後に講評して終了です。



○話し合い学習 ～課題解決する、合意形成する～

グループで課題を取り上げ、話し合い学習を通して合意形成をしながら、解決策を導いていく学習です。例えば、男女共同参画の視点で地域を見たときに、何が問題となっているかを調べ、そのために自分たちができる解決策は何かを考えていきます。共同作業のなかで、異なる考え・価値観・意見を受け入れながら、より良いものを創り出していく「合意形成」は男女共同参画社会の縮図でもあります。



「男女共同参画が実現したらどんな社会になる？」をグループで話し合い模造紙にまとめ、各グループの発表を全員で見聞きます。(H21「パーティ出前講座(塩谷町)」より)



ミーティングの極意をさっそく実践！
(H20「よりよいミーティングのすすめ方
～みんなを元気にするファシリテーション講座～」より)

○体験する(聞く、話す、書く、読む、見る)



円を描いて、一人ひとり感想を話す。
(H20「アサーティブ・トレーニング講座」より)



パネルディスカッション パネリストに質問する。
(H21「自分力アップ！男女共同参画セミナー
ステップアップコース」より)



自分と家族の未来年表を書く。
(H21「子育てママの自分時間～ハッピーなわたしになる～
(後期)」より)



講師やゲストと自由に交流し、聞き合い語り合う。
(H21「女性のための起業支援セミナー(入門編)」より)



ビデオを見る
(H21「出張セミナー」(本郷中学校)より)



映画を見る
(H21「映画でコミュニケーション」より)

そして感想を語り合う

パーティには男女共同参画に関するビデオや映画が多数あり、無料で貸し出ししています。ぜひご利用ください！(詳しくは135ページを参照)

お供にお茶にお菓子♪



○体験する(実際にやってみる、作ってみる、触れてみる、練習してみる)



ペアでコミュニケーション方法の練習
(H20「パパの子育て応援講座」より)



審議会を体験!
(H20「とちぎ女性政策塾」より)



採用面接のシミュレーション
(H21「もう一度働きたい!私のパワーアップ大作戦」より)



クッキングウ〜♪
(H20「男のライフバランスを考える講座」より)



人前で朗読してみる
(H21「ハッピーコミュニケーション」より)



ブラインドウォークの様子
(目隠しをして目が見えないことを疑似体験する、五感の大切さや、信頼感、言葉の大切さなどのコミュニケーションについて学ぶ)
(H20「私の彩スタート講座」より)



簡単にできる体操を画面に合わせて体験
(H20「男のライフバランスを考える講座」より)

⑧ 講師選定

予算に限りがあり専門家を講師として依頼できない・・・悩みはどこも同じでしょう。まず、専門家だけが講師にふさわしいという思い込みを変えてみましょう。実は講師にふさわしい人材が身近にいることがあります。専門家ではないゆえにむしろ、身近な視点で話をするのができ、参加者にとって「身近なモデル」として共感性が高く、親しみやすいことが多いです。

パーティでも、「男のライフバランスを考える講座」では、ワークライフバランスを実践し楽しんでいる県内在住の男性に語っていただき、「女性のための起業支援セミナー」では県内の先輩女性起業家をお願いし、起業という自分スタイルの楽しさや子育てとの両立などについてお話しいただいています。



H19 「男のライフバランスを考える講座」



H20 「女性のための起業支援セミナー」

起業して嬉しかったこと、苦勞したこと、やりがいい、サポートなど・・・

(1) 身近なところから講師を探してみよう

身近なので質問もしやすい。

○ サークル・グループ・団体から

講師経験や人前で話す経験がない場合、スタッフと一緒に企画を立てたり、フィードバックをしたりしながら、共に創るという視点も大切です。



そして自由に交流

○ 過去の同講座の参加者から

パーティでは、「男女共同参画セミナーステップアップコース」や「とちぎ女性政策塾」で、個人やグループに講師をお願いしています。参加者にとっては、先輩の話を聞くことで、ほっとしたり、先輩のように自分らしくいきいき実践したい、とさらに学習のやる気をアップさせたりと、とても効果的です。

H21 「自分力アップ！男女共同参画セミナーステップアップコース」より



H20 「ステップアップコース」から誕生した「SHIN」による活動発表。「講座が終わってもなりたい自分を目指し、仲間と共に学び続けている」という言葉に、参加者感動！

H17 「ステップアップコース」から誕生した「あしたばの会」による寸劇。身近な話題、視点が満載です。



H20 「とちぎ女性政策塾」より

H21 「自分力アップ！男女共同参画セミナーステップアップコース」より

政策塾の修了者で、実際に審議員になったり、地域でリーダーとして活躍している方の「現場の声」が参考になる！

商工会、ボランティア・NPOセンター、市民活動支援センター、公民館、コミュニティセンター、生涯学習センター、もちろん他の市町村男女共同参画課が開催している講座や研修のチラシも要チェックです。

- お店から
- 雑誌から、著作物から、テレビから
- 新聞の地方欄から、地元情報誌・地元番組から
- 自分の上司、同僚、友人、知人から
- 口コミ、参加者の声から、来館者との茶飲み話から
- 講座、研修会、勉強会から
- 過去の講座の講師から、「こういう視点でも話してもらえるのでは」を考える
- 「パーティ出張セミナー」や「とちぎ県政出前講座」などを利用する
他にも大学の出張講義などがあります。パーティ出張セミナーについては135ページをご覧ください。
- 担当者がファシリテーターになる
パーティ他で開催している「ファシリテーター養成講座」に参加しましょう。

(2) 講師を養成する！

- 「ファシリテーション講座」などで発掘する
「ファシリテーション講座」や「リーダー養成講座」、「プレゼンテーション講座」などの参加者には、すでに専門分野を持っている方がいます。そのような講座を主催、または参加するときは、講師発掘のチャンスです。講座中、参加者同士の自己紹介やワークのなかで、男女共同参画講座の講師として適切な専門分野、これからブレイクしそうな専門分野を持っている方を見つけ、コンタクトを取ることもあります。
- 講師経験が浅い、または経験のない人材
よく講座に参加してくれる人や、立ち寄ってくれる人とお話の中で、「この人のお話、皆にも聞いてもらいたい！」といった方に出会ったことはありませんか？
また、すでに専門分野を持っている方で、講師や人前で話す経験が浅い、または全くない方もいます。
そのような方たちに講師を依頼する時は、一緒に企画から考えたり、アドバイスをしたり、講座終了後に、参加者の反応をフィードバックして次の企画に活かしてもらいます。長い展望で講師を養成することが大切です。また、まずは講師というよりもゲストというかたちで迎えたり、少人数の講座の講師からお願いするという方法もあります。

○ 「講師養成講座」で養成する

「講師養成講座」を開催し、男女共同参画の視点を踏まえた講師を養成することも効果的です。

H15 「講師養成講座」より

参加者である成人の特徴は、話し方は、男女共同参画の視点は…講師に必要な心構えやスキルを学びます。



各自プログラムを企画し、発表し合います。



(3) 講師を選定する視点

○ 著作があっても話が不得手な方もいます

講師として決定する前に、その講師が出ている他の講座に参加し事前に講演を聴いて、自分の目と耳で確かめます。できれば、直接本人と名刺交換なども。どうしても事前に講演を聴けない場合は、講座の主催者に、様子や参加者の反応を聞くのも有効です。

○ 講座の趣旨を捉えようとしているか

こちらが講師に講座の趣旨を明確に伝え、それを講師が参加者に伝えることが重要です。自分の関心のあることだけを淡々と話す方ではなく、講座の趣旨を踏まえた話をしていただける方が適します。

○ 男女共同参画をはじめとする人権意識を持っているか

すばらしい専門的知識を持っていても、講座中、ジェンダーにとらわれた発言をしたり、同じ参加者同士に対して公平に接しなかったりでは不適切です。参加者が安心して参加でき、自由に発言できるような人権意識が求められます。

○ 講座の雰囲気とマッチしているか

参加者の特質や学習段階を考慮してくれるでしょうか。たとえば、初心者の参加者に対しては、安心して学べる雰囲気を、逆に、経験のある参加者に対しては、レベルアップしたいと思わせるような雰囲気をかもし出しているでしょうか。

○ 専門的知識のみでなく、自らの経験を語ってくれるか

参加者と同じ経験（たとえば出産を機に退職した、子育て中である、など）をしていること、特につらい経験（子育てに疲れ誰にも相談できなくつらかった、コミュニケーションがうまくできなかったなど）は参加者の心に響きます。

○ 理想論に終わらず、具体的提案やスキルも提供してくれるか

「はあ～男女共同参画って良いものなのだな～・・・で、オレたちどうしたらいいんだ？」
「コミュニケーションが大事だなんてはじめてから知ってるよ。具体的な方法を教えてほしかった」
なんて声はよくあります。パーティもいわゆる「男女共同参画を考える」といったような抽象的なテーマではなく、近年はすぐに実践できるスキルを全面的にテーマにかかっています。

○ ファシリテートしてくれるか

ファシリテートとは、一人ひとりの参加者の意見を引き出し、合意形成を促進することです。話し合い学習の講座の講師だけにかかわらず、講義を聞いて、自分はどう思うのか・今後どうありたいかと、自分にひきつけて考えさせ、なおかつ安心して発言できるような雰囲気をかもしだしているかはとても重要です。

○ 参加者同士の交流を促してくれるか

講師の講義を聞いて、自分はどう思うか、他の参加者はどう思っているのかを話し合うことによって、講義で理解できなかったことが理解できます。また、新しいものの見方・考え方に触れたり、仲間意識を高め、その後も繋がるチャンスにもなるので、参加者同士の交流はとても大切です。講師がそのことを理解し、講義の合間にちょっとしたペアワークを取り入れてくれたり、他者と積極的に関わろうメッセージを伝えてくれたりすることはとても効果的です。

○ 元気や前向き姿勢をもたらしてくれるか

参加者の声を聞くと、講座内容だけでなく、「先生からパワーをもらった」とか「先生の人柄があらわれていた」、「先生が明るくてよかった」、「いきいきとした姿が印象に残った」など講師の雰囲気や意欲に満足していることがよくあります。



○ おなじみの講師が続いていないか

いくらパーフェクトな講師でも、毎年毎年同じ講師では、参加者のわくわく感がなくなってしまうかもしれません。3年をめどに検討することが大切です。

(4) 講師謝金

気になるのは講師謝礼。相場をリサーチするのも大切ですが、講座担当者の熱意も重要です。講師についてよく調べたり、講座内容にまつわる現状などの勉強をしたうえで誠意をもって依頼します。

謝金は講師依頼時に確認と了解をとりつけておくことが必要です。

是非！〇〇先生の
〇〇のお話が聴きたいので
お願いします！



⑨ 開催日時

どんなに良い講座でも、時期や曜日や時間帯が原因で人が集まらないことがあります。パーティのある講座は、秋季に3週連続日曜日の午後という時間帯で行いましたが、参加者は少数でした。これは、貴重な休日である日曜日を3回も連続で、しかも地域や学校行事の多い秋に設定してしまったことが原因だと考えられます。

講座の時期や曜日、時間は対象者の特性によって適切に設定します。



○ シーズン行事

10月、11月の土日は、学校行事や地域の行事（文化祭、運動会、祭など）が多いです。

○ 就労上の繁忙期

農家の場合は9月、10月が稲刈りで、会社勤めの場合は月末や2月3月が決算等で忙しくなります。

○ 天候・疾病

夏は台風、冬は大雪、秋冬はインフルエンザ。特に幼い子どもをもつ人は、子どもの体調で左右されることが多いです。

○ 午後の講座の開始時間

昼食や移動時間を考え、13:30が適切です。

○ 秋・冬季の終了時間

特に子育てママ世代や高齢者から、暗くなる前に終了してほしいという要望が多いです。



○ 子育て世代への配慮

子どもの保育園などのお迎えなどがあり夕方まで参加できないこともあります。

○ 土日は、貴重な休み

毎週講座に参加する大変さを考え、連続講座の場合は講座のない週も設けましょう。

○ 土日は、父と子の貴重な時間

父親対象の講座を毎週行ってしまうと、かえって子どもと遊ぶ機会を奪ってしまうこともあります。

○ 他の講座との繋がり

パーティでは、「子育てママの自分時間」の参加者が続けて「男女共同参画セミナー基礎コース」にも参加してもらえるよう、それぞれの講座の開催時期を調整してます。

○ アンケート調査

対象者の参加しやすい時期や時間等をリサーチします。

⑩ 募集期限

講座実施日から逆算して適切な募集期限を考えます。募集期限から講座実施日までの間に、次のことを行える十分な日数を確保します。

- ・ 参加者決定（定員を超えた場合は抽選し、受講券等を送付する）
- ・ 参加者の特徴（年代や男女比等をまとめ、講師に知らせる）
- ・ 配付物準備
- ・ 座席レイアウト（グループ形式の場合、年代や男女比を考慮してレイアウトする）
- ・ 一時保育利用の手続き（必要書類を送付し返信してもらう、保育事業者とのやりとり）

以上のことを考慮して、パーティでは原則として約 3 週間前に募集期限を設定しています。また、一時保育がない講座や学習方法によって、前日まで募集可能な講座もあります。

申し込み時期から参加者決定までの期間や講座当日までの期間が長すぎると、予定が変わってキャンセルになったり忘れてしまったりするケースがあります。どうしても期間が空いてしまった場合はメールなどで再度お知らせします。

⑪ 一時保育

子育て中だからこそ、外に出かけて学んでほしいものです。若い世代に来てもらいたい、夫婦で来てもらいたいなら一時保育を設けるのは必要なことです。

参加しやすい条件があれば、講座内容に関わらず参加する人は多いです。子育て中の母親対象の講座といえば、親子一緒のふれあい、遊び講座が主流。でも、ママは「たまには子どもと短時間でも離れて自分の時間が欲しい」というのも本音ではないでしょうか。そこで、パーティでは、保育料をいただき、お子さんを預かり、「ママのリラックスタイム」やこれからのライフ（キャリア）プランを考える「子育てママの自分時間」といった講座を開催しています。毎年たくさんの申し込みがあります！



（H21「子育てママの自分時間～幸せなわたしになる～（後期）」より）
「講座が終わって子どもをむかえに行ったとき、いつもより気持ちが軽くなっていて、笑顔で再会できました！」と嬉しそうに話してくれる方がいます。

保育の様子 →
最初は泣いているお子さんも楽しく遊び始めます。



⑫ 会場

良い講座も良い会場、良い環境から。参加者にとって学びやすい環境をつくります。

(1)チェックポイント(他に気づいたことを空欄に記入してオリジナルチェックリストを作りましょう)



<p>● 交通の便は良いか</p>	<p>公共交通機関を利用できるか（本数、時間帯にも注意）、分かりやすい場所にあるか、看板や目印となる建物はあるか、駐車場の広さ・・・</p>
<p>● 人数に適した広さか</p>	<p>机・椅子の配置のしかたはどうするのか（グループ形式・学校形式・シアター形式 etc）、ゲームや体操などで動きがはげしいのか、ゆったりと座れる間隔が取れるか、演台を使用するのか、講師は動き回るタイプか、講師と参加者の距離は適切に取れるか・・・</p>
<p>● 視聴覚機材は完備されているか</p> <p>※必ず事前に作動するかチェックをしておきます</p>	<p>マイク、ビデオ、OHP、DVD、CD、プロジェクター、テレビ、スクリーン、黒板・ホワイトボード（すべての席から見えるか）、チョーク・ホワイトボードマーカー（インクが切れていないか）、インターネット、・・・</p>
<p>● 備品は完備されているか</p>	<p>照明は明るいか、空調は使えるか、机・椅子は破損していないか、椅子は座りやすいか、講演タイトルや成果物、ポスター等を掲示できるか（パネルの有無、壁に掲示する際使用するのは画鋏かテープか）、廊下や玄関に置く看板はあるか、傘置き場、ロッカー、コートかけ・・・</p>
<p>● 複数の部屋を使用できるか</p>	<p>保育室（和室が望ましい）、講師控室、ゲスト控室、事務局を置く部屋、給湯室、調理室、お手洗い、講座終了後、参加者が自由交流できる部屋や休憩コーナー（ラウンジやベンチなど）・・・</p>
<p>● 雰囲気は良いか</p>	<p>窓はあるか、風景、飲食可能か、掃除はゆき届いているか、騒音はないか、悪臭はないか、分煙または全館禁煙か・・・</p>

●緊急事態	非常口、静養室、一番近い病院・消防署・警察はどこか、コピー機があるか・・・
●バリアフリー すべてを完備している会場は少ないと思います。職員が視覚障がいの方を誘導するなど、配慮します。	スロープ、手すり、エレベーター、多目的トイレ、車椅子利用者専用駐車場、点字、授乳コーナー、給湯室、おむつ交換台（もちろん男性トイレにも）、ベビーカー置き場、休憩コーナー（ラウンジ、ベンチなど）、誘導ブロック、肢体不自由者・車椅子利用者・聴覚障がい者・視覚障がい者・高齢者・妊娠されている方・小さなお子さん連れの方・けがをされている方・体調不良の方の専用の座席・・・
●	
●	
●	
●	
●	



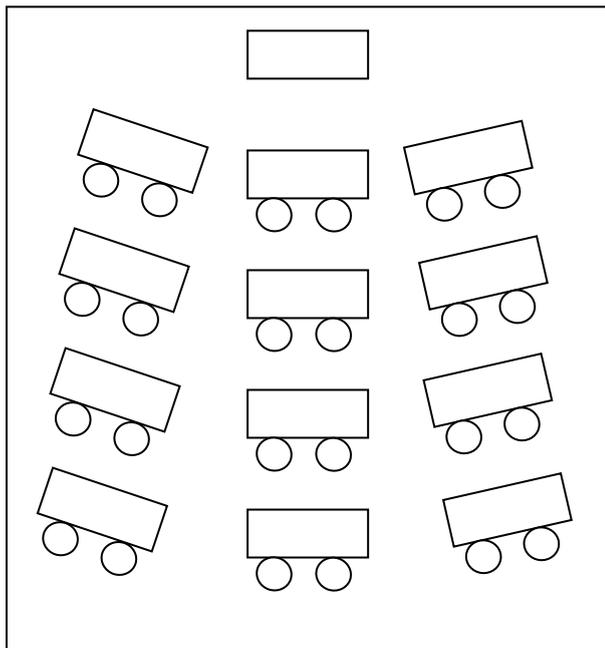
たまに和室で行うのも新鮮ですよ(^^)くつろげてリラックスできるのがメリットです。

(2)会場の設営 ～講座内容に合った会場形式で～

企画した講座に合わせた会場を選び、予約します。収容人数や進行内容などを考慮し、講師と確認しながら会場選びを進めます。講義形式は人数分の席があれば可能ですが、グループ形式の場合はより広いスペースが必要です。

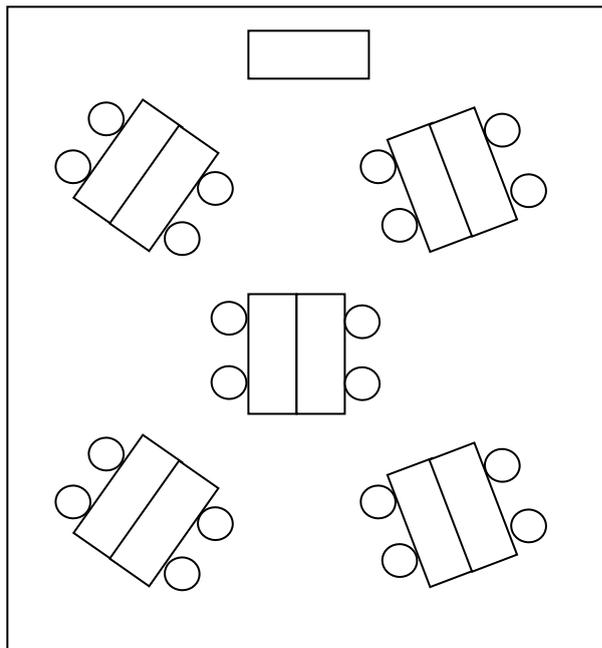
また、講座に必要な機材の確認も必要です。

講義形式



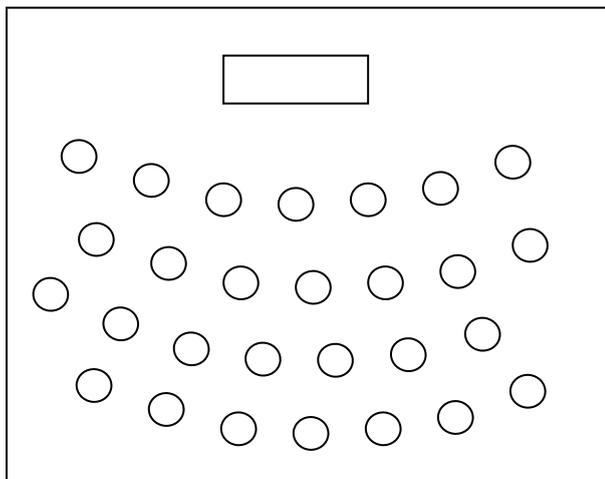
講義や、隣同士の話し合いならOK。
両脇の列をやや斜めにすると、他の受講者の様子も見られます。

グループ(アイランド)形式



講義と話し合い、ワークショップ形式に最適。
どの席からも前が見やすいように、両脇のグループは斜めに配置します。

シアター形式



コミュニケーション講座(2人・3人・4人・・・と組になってロールプレイングなどがしやすい)や、映像を見て話し合いなどに適しています。

他にも

パネル・ディスカッション、シンポジウム、交流会、ロの字形式などがあります。



アイランド形式。講義と話し合いの混合型や、グループ毎にテーマを研究していくなど、様々なワークショップに適しています。(H21 とちぎ女性政策塾、グループワーク)



半円型。少し丸みをつけて全員の顔が見られるように配置。(H21 とちぎ女性政策塾、講義)



シンポジウム形式。シンポジストによる体験発表。発表後、ゲスト間や会場との意見交換を行う。(H21 自分力アップ！男女共同参画セミナーステップアップコース)



交流会形式。各グループにゲストが入り、自由に意見交換。起業支援セミナーでは、質問したい先輩起業家や起業支援団体のブースを固定し、参加者が自由に質問できる形式にしました。(H21 自分力アップ！男女共同参画セミナーステップアップコース)



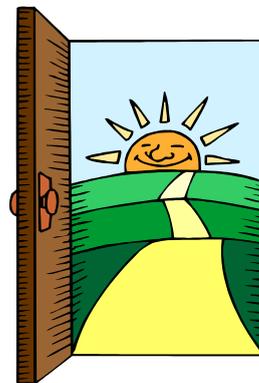
シアター形式。イスのみの配置。様々なロールプレイングに便利。(H21 子育てママの自分時間～ハッピーなわたしになる、コミュニケーションの回)

講座企画①～⑫はいかがでしたか？

参加者の意識や行動が、たった1回の講座で変わることはめったにありません。ですから、参加者との繋がりを大切に、魅力的な企画に参加してもらうことで、少しずつ自らの意識や行動を見つめてもらおう、という長期的展望が必要です。

そして、講座当日の様子を後で丁寧にふりかえり、できれば複数の人と反省会をし、次の企画のヒントをつかむ、PDCAが大切です。PDCAとは、Plan（計画する）、Do（実行する）、Check（反省する）、Action（反省に基づいて再度実行する）のことです。この言葉を見ると、「企画」は単独に行われるのではなく、すべてが繋がっているということがわかります。すべての行程に目を向けて、経験を重ねることでもたらされる知識やノウハウを活かしていきましょう。

また、たくさんの人を集めてできるだけたくさんの人に啓発したいという思いだけでなく、何度も講座に参加してくれる人や活動している人を大切にして、地域の男女共同参画キーパーソンを育てていくことが大事だと思います。



コラム テーマ探しのヒント

「どんなテーマなら、申込み者が増えるかな?」「講座のテーマで、キャッチーな言葉は?」「次にくるトレンドは何か」・・・講座担当者は、常にアンテナを高くして、探しています。

@書店

平積みになっている本のタイトルと内容をチェック。特に、こころ・コミュニケーションコーナーをチェックします。ベストセラーの週間発表も確認します。

@コンビニエンスストア

コンビニに並んでいる雑誌は売れ筋。雑誌の表紙に並ぶ言葉をチェック。

@パーティ情報ライブラリー

子育て世代向け講座→「日経 kids」「F Q Japan」など

働く女性向け講座→「日経 WOMAN」「AERA」など

中高年女性向け講座→「婦人公論」「クロワッサン」など

など、本の記事や特集からキャッチーな言葉やテーマを探します。



@インターネットのサイト・ブログ

人気サイト（子育てママ・パパ、働く女性向けなどのポータルサイトなど）や、人気ブログ、注目している人のブログをチェック。

@テレビ

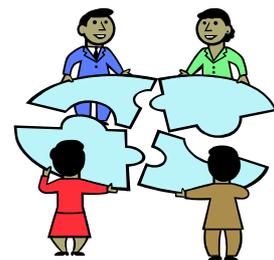
次にブレイクする人は誰か。ゴールデンタイムの番組のテーマは何か。

@他センターの講師やテーマ

働く女性向けのネタなら「女性と仕事の未来館」の講座のテーマや講師をチェックします。他県センターの講座も参考にします。

@企画会議

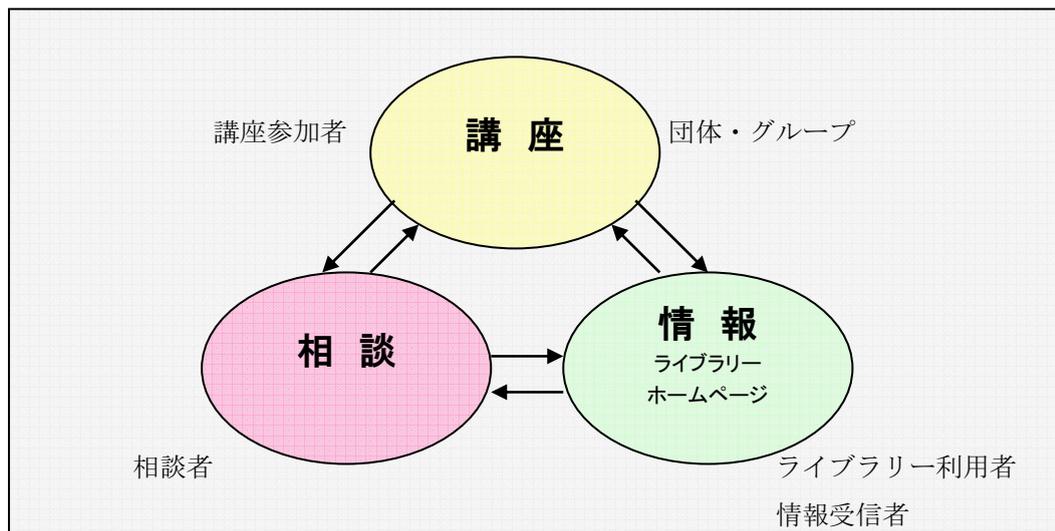
講座担当課職員が集まる企画会議では、「今問題となっていることは?」「では、社会の人たちは何を学びたい?」とブレインストーミングをします。（詳細は14ページ）



コラム 講座・相談・情報 事業の連携

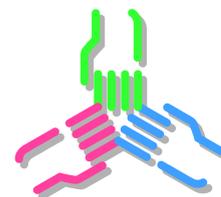
男女共同参画センターや男女共同参画推進施策においては、講座の開催、相談室の開設、情報提供事業などを展開しているところが多いです。

講座・相談・情報の事業は単独で実施されるのではなく、相互に連携することが必要とされています。



- 講座開催時には、相談室や情報ライブラリーの案内を必ず行います。
- 講座で学ぶ参加者をサポートするための学習資料を情報ライブラリーで展示します。参考資料の一覧を作成して配付したり、講座会場に参考図書を展示することで、情報ライブラリーの利用を促します。
- 相談室に寄せられる相談内容から、現在の女性・男性の悩みの傾向が見えてきます。講座のテーマに反映させたり、その問題に対処する図書を購入します。
- 相談室に訪れた相談者を支援するため、情報ライブラリーのレファレンスにつなげることもあります。DVや離婚、コミュニケーションなどについての図書を紹介することもあります。

このように、講座・相談・情報事業は一体となり、様々な場面・角度から、市民の学びや問題解決をサポートします。



3. 講師依頼・講師との打合せ

○講師依頼

講座の企画が決まり次第、講師に内諾をもらいましょう（半年～3ヶ月前には依頼します）。

講師依頼の際はまず、予定を伺い、趣旨や内容を説明します。

講座概要が決まったら、正式な依頼文書を送付します。

○広報も確認を忘れずに

講座案内やチラシを作成するときは、もう一度講師の氏名と肩書きを確認します。

正式職名・役職名や氏名を確認して丁寧に記載し、略字などは使用しません。

チラシについても、趣旨が講師の実施内容に合っているかどうか、早めに講師に確認する必要があります。

○実施に向けて打合せ

確認事項については40ページのとおりです。

特に、講座内容（進め方）について、詳しい打合せが必要です。なるべく、直接会って打ち合わせましょう。

○講座開催日当日→60ページの「講座開催日！」

○終了後、受講者からの声をフィードバック→65ページの「礼状」



○講師との確認事項



期限(目安)	check	項目	詳細	備考
1ヶ月前から		日時・場所の確認		地図準備
		テーマ・内容確認	講義かワークショップか	連続講座の場合、前後の流れも確認
		参加者について	年代や男女比等プロフィール	受講動機なども分かれば伝える
		レジュメ	当日のレジュメの有無	事務局への送付期限を確認
		時間配分	時間配分の確認	ワークショップの時間配分、質疑応答時間等
		会場準備	会場設営方法	会場の広さ確認(事前に会場を見ていただくと良い)
		連絡方法の確認	自宅、職場、携帯電話など	緊急時の連絡方法を確認する
		講座前後の予定	来場時間、出発時間の確認	
		来場方法確認	来場方法、送迎の有無、到着時間	列車時刻の確認/駐車場の確認
		昼食等確認		
		持ち物	受講者が用意するもの	
		備品	主催者が用意するもの	プロジェクター、パソコンなどの確認
		写真	写真(ビデオ)撮影・録音の可否	著作権に配慮する
		記録	広報誌掲載の可否	
		講師プロフィール	講師紹介文の確認	
	謝金	税金取り扱い		
		支払い口座確認		

詳しく
丁寧な
打合せを!



4. 効果的な広報とは？

(1) チラシの作り方

参加者の募集にあたっては、チラシによる見せ方が大きく影響します。

パーティでは職員研修を行い、「エセナおおた（大田区立男女平等推進センター）」の牟田静香さんを講師として、「行列ができる 講座、イベントの作り方」を開催しました。受講した後、パーティのチラシは変わっていきました。

（チラシの劇的な変化は、次ページからの「チラシ BEFORE→AFTER」をご覧ください。）

エセナおおたの「行列ができる 講座、イベントの作り方」講座の受講をおすすめします！

○講座→「エセナおおた」などで受講する

エセナおおた URL <http://www.escenaota.jp/index.html>

○本→『人が集まる！行列ができる！講座、イベントの作り方』

牟田静香著、講談社、2007年

○DVD→パーティライブラリーで貸出中！

『行列のできるチラシの作り方』全3巻（アスパクリエイト発行）

監修：吉田清彦（フリーライター・調理師）

牟田静香（NPO 法人男女共同参画おおた理事長）

1. 思わず手にとるチラシづくりのコツ
2. 思わず手にとるチラシの WORD テクニック基礎編
3. 思わず手にとるチラシの WORD テクニック達人編



チラシ BEFORE → AFTER

H19 基礎コース

BEFORE

平成19年度 男女共同参画セミナー 基礎コース

様々な角度から男女共同参画について考えましょう。今年の統一テーマは「絆を強めよう」です。

回	日時	テーマ	内容	講師
1	5月26日 出 13:00~ 入 16:00	お開式 男女共同参画社会を志して ～絆を強めよう～	みんなが生き生きと暮らす男女共同参画社会の理想とは、どんな思いや「絆」が求めます。男女共同参画社会について、【絆】をキーワードにわがひびきを響かしてみます。	宇都宮大学経済学教授 山口 智子
2	6月9日 出 13:00~ 入 16:00	自分も大事、家族も大事 ～心と体の両方になる自己 愛護トレーニング～	誰もが笑顔の笑顔を作るためには、大人が自己愛護を怠らない、自分も家族も尊重する姿勢を子どもに見せることが必要だから、自分や他の人尊重する事を学びます。	心療内科 北村 幸子 心理カウンセラー 北村 幸子
3	6月16日 出 13:00~ 入 16:00	団塊世代が居る地域社会 ～キレが効かなくて～	2007年は団塊世代の時代。定年後キャリア意識が崩壊するの準備ができていない。自分自身の生き残り戦略を学び、定年後の生き残り戦略について考えます。	経済学博士 高尾 雅弘
4	6月30日 出 13:00~ 入 16:00	自分らしく生きるために ～仕事も家庭も子育ても～	仕事も家庭も子育ても、何事も両立させるために自分らしく生きるためには、様々なサポート体制や制度の活用が重要。それぞれの状況で、どうしたら自分らしく生き残る方法が出来るのかを学びます。	ジェネリスト 塚沢 恵子
5	7月14日 出 13:00~ 入 16:00	絆を築くコミュニケーションとは ～みんなが笑顔になる～	人と人とが笑顔でコミュニケーションにより、よりよい関係を築くためには、どのような言葉や気持ちのやり取りが大切かを学びます。	チームワーク研修 講師 八巻 香織

※上記の日程は、講師内容変更のためのグループ別調整。ひとりでは変更がなかったことが考えられます。

対象 : どなたでも
定員 : 50名
受講料 : 無料
申込締切 : 5/25 (金)
一回所要時間 : 約1時間
※ 申込締切後のお申し込みは、お電話のみです。
※ 講師の都合による変更は、お電話でお知らせいたします。
※ 講師の都合による変更は、お電話でお知らせいたします。

申し込み問い合わせ先 :
〒320-0071 宇都宮市東町4-1
TEL 028-685-7706 FAX 028-685-7722
E-mail kouza@partip.jp (講座専用)
URL http://www.partip.jp

H20 基礎コース (詳細は裏面へ)

AFTER

2008年度 パルティ男女共同参画セミナー 基礎コース

わたしのバランスを見つけ **どなたでも 保育つき 無料**

なりたい自分発見!

男女共同参画社会とは何? ~私のところを拓く~
宇都宮文星短期大学教授 山口 智子

自分力に気づく ~心地よい関係のために~
HEALホリスティック教育実践研究所 金 香百合

ワーク・ライフ・バランス ~拓かれたわたしへ~
立教大学社会学部社会学教授 日本NPOセンター常務理事 萩原 なつ子

「今ドキ」パパの生活バランス ~子育ては楽しい!~
NPO法人ファザーリング・ジャパン 代表理事 安藤 哲也

男女共同参画の底力 ~自分再発見、仲間と共に自分を育てよう~
宇都宮大学教授 廣瀬 隼人

各回(全5回) 13:00~16:00

●定員 : 50名
●参加費 : 無料
●保育 : 1歳以上の未就学児 (保育料1回500円)
●申込締切 : 5月30日(金)
●保育申込締切 : ①5/19②5/27③6/3④6/17⑤6/24

裏面もフル活用!

H21 基礎コース

NOW

パルティ「男女共同参画セミナー基礎コース」ご案内

自分力発見!

どなたでも 保育つき 無料

5/31(土) 男女共同参画社会とは何? ~私のところを拓く~

6/14(土) 自分力に気づく ~心地よい関係のために~

6/21(土) ワーク・ライフ・バランス ~拓かれたわたしへ~

7/5(土) 「今ドキ」パパの生活バランス ~子育ては楽しい!~

7/12(土) 男女共同参画の底力 ~自分再発見、仲間と共に自分を育てよう~

講師紹介 : 山口 智子さん、金 香百合さん、萩原 なつ子さん、安藤 哲也さん、廣瀬 隼人さん

申し込み問い合わせ先 : 宇都宮市東町4-1 TEL 028-685-7706 FAX 028-685-7722 E-mail kouza@partip.jp

ゴールの見えるタイトル

回	日程	各回のテーマ	講師紹介
1	5/31(土)	男女共同参画社会とは何? ~私のところを拓く~	宇都宮文星短期大学教授 山口 智子さん
2	6/14(土)	自分力に気づく ~心地よい関係のために~	HEALホリスティック教育実践研究所 金 香百合さん
3	6/21(土)	ワーク・ライフ・バランス ~拓かれたわたしへ~	立教大学社会学部社会学教授 日本NPOセンター常務理事 萩原 なつ子さん
4	7/5(土)	「今ドキ」パパの生活バランス ~子育ては楽しい!~	NPO法人ファザーリング・ジャパン 代表理事 安藤 哲也さん
5	7/12(土)	男女共同参画の底力 ~自分再発見、仲間と共に自分を育てよう~	宇都宮大学教授 廣瀬 隼人さん

●申込方法 : 電話・FAX・Eメール・ホームページ・直接お申し込み
EメールとFAXの場合は、①氏名(ふりがな) ②住所(〒) ③お名前(ふりがな) ④年齢 ⑤電話番号(保育希望の方はお子さんの人数、年齢) ⑥「基礎コース申込」とご記入のうえ送付してください。

●申込締切 : 5月30日(金)
保育申込締切 : ①5/19②5/27③6/3④6/17⑤6/24 希望の日のみの開催となります。

●主催・申込先 : パルティ 宇都宮共同参画センター
〒320-0071 宇都宮市東町4-1
TEL : 028-685-7706
FAX : 028-685-7722
URL : http://www.partip.jp
E-mail : kouza@partip.jp
※お申し込みは、お電話のみです。12/29~1/3

案内図 : 宇都宮市東町4-1 宇都宮共同参画センター(2階) 会場(2階) 徒歩2分

- ・「基礎コース」より「自分力発見」を目立たせた
- ・各回のテーマを目立たせた
- ・イラストを増やし、イメージ戦略

BEFORE

H18 再就職準備セミナー

共催：とちぎ男女共同参画財団、21世紀職業財団

無料 パルティ 女性のための
再就職準備セミナー

▶あなたの再チャレンジ、応援します▶
講座終了後も、キャリアカウンセラーによる継続的なカウンセリングが受けられます。

第1回 11月29日(水) 10:00 ~ 15:00	～なぜ再就職したいのか改めて考える～ ◇ワークシートで進捗発見 ◇講義とグループワーク「なぜ再就職したいのか」 ▶「再就職」という共通の思いを持つ参加者同士が話し合う中で、自分探し、そして進路探しを行います。 講師：特定非営利活動法人WING21理事長 小澤佳代子
第2回 11月30日(木) 10:00 ~ 15:00	～模擬面接と個別キャリアカウンセリング～ ◇面接の心得 ◇講師による模擬面接の実施 ◇キャリアカウンセラーによる個別カウンセリング 講師：ブレイズネットワーク代表取締役 高橋洋子 ◇インターネットでの求人情報検索の方法

◇会場：パルティ とちぎ男女共同参画センター
◇対象：再就職を希望する女性
◇募集人員：20名
◇受講料：無料
◇申込締切：11/28(火)
◇一時保育：あり、満1歳以上の未就学児が対象。申込時に要予約。無料。
◇一時保育申込締切：11/22(水)

お申込み・お問い合わせは・・・

パルティ とちぎ男女共同参画センター
〒320-0071 宇都宮市野沢町4-1
TEL: 028-665-7706 (就業専用)
FAX: 028-665-7722
URL: <http://www.parity.jp/>
Email: kouza@parity.jp

FAX 申込書
FAX No.: 028-665-7722

フリガナ	お生まれ年
氏名	大正・昭和 年
住所	〒 - -
電話	Fax email
一時保育	希望あり・希望なし(○で記入ください) 子どもさんの名前(ふりがな)： 生年月日: H . . . 保育のご希望がある場合、申込書の備考欄をご記入下さい。

AFTER

H20 再就職準備セミナー

私の専カパワーアップ大作戦

もっいちど働きたい! **女性 産後 保育つき**

保育をPR

各回 10:00～12:00 ※本講座は雇用関係の付添ポイントとして承認されています。

- 2月5日(木) 子育て中のキャリアプランを考える
就職活動について(自分の適性、キャリアプランを考えます)
- 2月12日(木) 再就職の現状を知る
再就職の知りたい情報てんこもり(求人状況や再就職体験談を聞きます)
- 2月19日(木) 面接に役立つリラックス法
ヨガとアロマで面接はばっちり!(チャンスを逃さないスキルを学びます)

講師：パルティ キャリアアドバイザー(2回目は、栃木県子ども政策課・宇都宮市子ども発達支援・マザーズネットワークにお話しを伺います。)

会場：パルティ とちぎ男女共同参画センター(宇都宮市野沢町4-1)
定員：20名
受講料：1,000円
保育：1歳以上の未就学児(保育料1人1回500円、申込締切日1/17)
申込締切：1月27日(火)
詳細は裏面をご覧ください!

- ・心に響くキャッチを目立たせた
- ・イラストは目をひくように大きく
- ・各回のテーマもやわらかい内容にした

チラシづくりのポイント

- ・A4サイズでたて型につくる(チラシ棚はたて型)
- ・ゴールのみえるタイトル・講座名は上側1/3に目立たせる(チラシ棚に並べると、上部しか見えない)
- ・イラストは効果的に使う(複数使う場合は同じ作者のもので統一する)
- ・字体を効果的に使う(目立たせたい情報はゴシック、読ませたい情報は明朝。ワードアートなど立体型は見づらいので使わない)
- ・日程、開催場所、申込方法を目立たせる
- ・「無料」や「保育付き」を目立たせる
- ・裏面を効果的に使う(講師プロフィール、内容詳細、前回受講者の感想、地図など)
- ・「QRコード」をのせるとよい。(詳しくは46ページ)

参考 『人が集まる！行列が出来る！講座、イベントの作り方』 牟田静香著、講談社、2007年

(2) 宣伝・広報

チラシや講座案内ができれば、講座のターゲットに届く宣伝をしましょう。

○講座案内・チラシはどこに置く？

公共機関への配布のほか、近所のスーパー（主婦向け・男性の料理講座など）やファストフード店（若い世代向け・子育て世代向け講座）、郵便局などに設置をお願いに行きます。

施設内に置く場合は、チラシ棚に「今年のテーマは〇〇です」などのPOPを書いた紙を貼り、目をひくようにします。



○広報誌

市町の広報誌は全戸配付と抜群の広報力がありますが、載せられる情報は、一講座につき数行と情報量は少ないです。情報量が少ない場合、やはり内容と目標がわかり、魅力のある「講座名（テーマ）」がポイントになります。

○新聞

日常的に地元新聞の記者の方と交流することで、講座のPR記事の掲載をお願いしやすくなります。柔らかい内容の講座は「暮らし面」に、とちぎ女性政策塾など固い内容の講座は「社会面」に、というように、ターゲットにより掲載面を希望してみてもいいでしょう。

PRをお願いするだけでなく、講座に関連した情報も一緒に記者の方に提供できるよう準備します。

（例：とちぎ女性政策塾募集PRの場合は、現在の女性の政策参画率を調べたり、修了者の活躍ぶりを一緒に情報提供）

○タウン誌、ミニコミ誌、情報サイト

タウン誌や情報サイトにも情報提供を行い、記事として取りあげてもらうこともあります。

依頼するタウン誌の読者層は主婦なのか、子育て世代なのか、若い世代なのか、講座ターゲットに合わせます。（例：女性や主婦層向け講座はポスティングされるタウン誌、子育て世代向け講座は子育て情報誌、若い世代向け講座はタウン情報誌や情報サイトなど）

○ホームページ

ホームページがある場合は、トップページに現在募集中の講座のバナーを作成し、チラシのPDFデータが見られるようにします。



○番外編 1: 館内の掲示板やライブラリーで PR

公開講座の講師に関する記事を掲示したり、ライブラリーに講座関連図書を展示します。館内のホールで催し物があるときは、来館者の目につく場所にポスターを掲示します。



講師の記事を掲示



講師著書や関連本を展示



来館者の目につくところにポスター

○番外編 2: 落選通知もPRの機会に

定員を超えて抽選になった講座の場合、落選者へのハガキ（47ページ）にも、これから募集する講座（対象にあてはまる講座）のお知らせを書くことでPRになります。

ご連絡

この度はパーティとちぎ男女共同参画センターの〇〇講座にお申込みいただきまして、ありがとうございました。定員が〇〇名のところ、〇〇名の応募があり、抽選とさせていただきます。誠に残念ながら、この度はご希望に添えませんでしたのでお知らせいたします。

パーティでは、下記のような講座を企画しておりますので、ご参加をお待ちしています。

※対象者が関心のある講座をお知らせ

男のライフバランスを考える講座(全2回)

☆開催日・テーマ・講師

① ○/○() テーマ、講師名

② ○/○() テーマ、講師名

☆時間 13:30~16:00 ☆対象 どなたでも

☆申込締切 1/22(金) ☆参加費:無料

お問い合わせ・お申込 パルティとちぎ男女共同参画センター

〒320-0071 宇都宮市野沢町 4-1

TEL 028-665-7706 FAX 028-665-7722

5. 申込受付スタート

申込み受付方法は講座企画の際に決定します。

パーティでは、ほとんどの講座が、「電話、ファクシミリ、ホームページ、直接来館」で受け付けています。(ただし、公開講座は人数が多いためホームページ、直接来館、往復ハガキのみ)。

メールでの受付、特に携帯電話からの申込ができるとう良いでしょう。

○ホームページやメールでの申込みが申込者も主催者もラク

パーティの場合、数年前までは電話・ファクシミリでの申込みが主流でしたが、最近ではホームページの専用申込みフォームからの申込みが多くなっています。

申込者も、メールでの申込が便利のようです。

市町の担当課のホームページがある場合、メールでの申込を受けられるような表記をすると親切です。

携帯電話からの申込みのために、「QRコード」もチラシに掲載すると親切です。QRコードとは、携帯電話の機能で読みとると、ホームページのURLやメールアドレスの手入力が省けるものです。作成する場合は、インターネットで「QRコード」と検索すると、無料の作成サイトがありますので、手順に従うと出来上がります。



携帯の機能（バーコードリーダーなど）で読みとると、
<https://parti.jp/kouza-entry-m.html>
 の文字が自動入力されます。

QRコード

○チラシ裏面にはファクシミリ用申込書を

年配の方からはファクシミリによる申込みが多い傾向がありますので、講座チラシの裏面にはファクシミリ用申込み欄を掲載します。

ファクシミリによる申込者には、「届いていますか？」と心配する方もいますので、「申込みを受領しました」というファクシミリを返してあげると親切です。

QRコード

FAX 申込書

6. 参加者決定



○受講券の送付など

申込み締切日を過ぎたら、受講券を送付します。定員を超えた場合は抽選をします。

受講券(例)

受講券

〇〇講座の受講が決定いたしましたので、お知らせします。

日時・テーマ
第1回 〇月〇日() 〇時~〇時「……………」
第2回 〇月〇日() 〇時~〇時「……………」
会場 パルティとちぎ男女共同参画センター301

【お願い】
・今回は定員を超える応募があり抽選となりました。
受講をキャンセルされる方は速やかにご連絡ください。

・欠席、遅刻、早退は必ず連絡ください。

★初回は、受付にて〇〇〇円を徴収いたします。お釣りの無いようにご用意ください。(受付〇〇時~)

★……………をご持参ください。

ご連絡は パルティとちぎ男女共同参画センター
〒320-0071 宇都宮市野沢町 4-1
TEL 028-665-7706 FAX 028-665-7722
担当:〇〇 まで

落選通知(例)

ご連絡

この度はパーティとちぎ男女共同参画センターの〇〇講座にお申込みいただきまして、ありがとうございました。定員が〇〇名のところ、〇〇名の応募があり、抽選とさせていただきます。誠に残念ながら、この度はご希望に添えませんでしたのでお知らせいたします。

パーティでは、下記のような講座を企画しておりますので、ご参加をお待ちしています。

※対象者が関心のある講座をお知らせ

男のライフバランスを考える講座(全2回)
☆開催日・テーマ・講師
① 〇/〇() テーマ、講師名
② 〇/〇() テーマ、講師名
☆時間 13:30~16:00 ☆対象 どなたでも
☆申込締切 1/22(金) ☆参加費:無料

お問い合わせ・お申込 パルティとちぎ男女共同参画センター
〒320-0071 宇都宮市野沢町 4-1
TEL 028-665-7706 FAX 028-665-7722

○申込みと同時に受講決定の場合

講座によっては、前日までの申込みを可能とし(または先着順)、受講券を発送しない「申込みと同時に受講決定」という講座もあります。この場合は、申込み時にその旨を伝え、当日の日時や会場を確認します。

注意!

特に、DV被害者を対象とする講座などは、主催者からの連絡はしないように注意します。

○一時保育申込者には…

保育についてのお知らせと、お子さんの保育時に注意することなどを記入する「保育登録書」を送付します。

「子育てママの自分時間」という講座では、6ヶ月のお子さんから預かるため、「初めて子どもを預けるので不安」というママがいらっしゃいます。「ママがリフレッシュする時間も大切。お子さんが他の大人やお友だちと遊ぶことも大切です」という主旨のメッセージも同封します。



7. 講座七つ道具

講師と相談して、講座で使う道具を揃えましょう。

○グループワークに必要な

- ① ふせん（大きさを確認。多色そろえるとよい、はがれにくい強粘着もあります）
- ② 色ペン（太く、裏写りしないものを使用）
- ③ 模造紙
- ④ A4、A3用紙
- ⑤ マグネット（模造紙を貼る）
- ⑥ タイマー、ストップウォッチ
- ⑦ ベル（時間がきたらお知らせ）



カードワーク

ふせんに太ペンで記入し、A3の紙に貼り整理
(H21 とちぎ女性政策塾)



模造紙上に配置し、発表。
(H21 とちぎ女性政策塾)

○その他

- ・プロジェクター、スクリーン、パソコン
- ・指示棒、レーザーポインター
- ・講師用机に時計、水とおしぼりを
(水差しは不衛生になるので、ペットボトルを用意)

○記録用に(講師や受講者の許可をもらって撮影のこと)

- ・カメラ
- ・ボイスレコーダー



豆知識 ふせんを活用したグラフィック



(H21 自分力アップ! 男女共同参画セミナーステップアップコース)

ワークショップや会議の際、ふせんや模造紙等を使い、話し合いの内容を記録していきます。言葉を視覚化するグラフィックの効果は、次のとおりです。

- ① 話し合いの流れをわかりやすくする。(今何を話しているのか、発言の位置関係がわかる)
- ② 話し合いの成果について共有の記憶を持てる。(全員共通のメモ)

- ③ 自分の意見が全員に伝わったという確認ができる。(発言の繰り返しを防ぐ)
- ④ 話し合いや発想を刺激し活性化する。(様々な色や絵を使い、イメージがふくらむ)
- ⑤ 感情的な論争を避けることができる。(発言者でなく、発言内容が注目されるため)
形態は、箇条書きやマインドマップ図法、KJ法などがあります。

8. 講座用準備品

○行動計画作成

前日の準備や当日の実施と片付けについて、スタッフの配置やスケジュールを書いた「行動計画」を作成します。3日前くらいまでにスタッフに配布し、必要な場合は事前打ち合わせをします。(例 50 ページ)

○進行表作成

長時間にわたる講座や、ワークショップ形式の場合、アナウンス文を作成することもあります。(例 51 ページ)

○演題、看板など

当日の演題や部屋案内用看板・表示板を作成します。





〇〇講座（第2回） 行動計画表

全5回 6/6・6/13・6/20・7/4・7/11

担当 A

A～Eには担当者名が入ります

時	第2回 ○月○日（○）	13:00～16:00	参加人数	約50名
会場	ホール、ホール講師控室		一時保育	○名
テーマ			
講師			
前日までに	レジュメ・アンケート用紙コピー、前回欠席者のための資料準備：A他			
役割 分担	主担当・進行	A	講師出迎え・応対	B
	託児準備・受付	C	講師控室	C
	受付・誘導	D・E	講座記録	E
	グループワーク	GW促進	全員（2グループにつき一人）	
		マイク回し	C	
		タイマー	D	
	アンケート回収	D・E		
10:00	ホール準備	A～E ◇配置：イスのみ、シアター形式→5人×10グループ形式 ◇準備品：ワイヤレスマイク○本／有線マイク○本／討議記録用紙／筆記用具／バインダー／ホワイトボード用マーカー／各種案内看板／受付（出席簿・名札・配布物）／講師用（名札・時計）／演題／粘着シート／カメラ／タイマー／ベル		
	保育室準備	保育室準備：C		
	講師控室準備	講師控室、水、おしぼりの準備：C		
10:45	講師出迎え	11:15 駅到着 新幹線改札口にて待ち合わせ：B		
11:40頃	講師来所	会場確認（位置、音声・パソコン映像チェック）→控室へ		
12:30	会場受付・誘導	D（アンカー）・E（誘導）		
12:45	託児受付	保育料徴収：C		
13:00	オリエンテーション	進行：A		
13:05	講義開始	講師誘導：B、 進行：A、 講座記録：E		
14:20	休憩	講師控室へ：B、 グループワークのための配置替え説明：A 記録用紙配布：E		
14:30	グループワーク	ワーク説明：A、 各グループ補助：A～E		
15:10	アナウンス	まとめを促す：A		
15:20	発表	講師再入室：B、 発表進行：A、 マイク回し：C、 タイマー：D		
15:45	講評	進行：A		
16:00	終了	連絡：A、 アンケート回収：D・E 会場・保育室片付け：全員		
16:15	講師見送り	A・B、 控室片付け：C		

〇〇講座 第1回 進行表 〇月〇日(〇)

<p>13:00 あいさつ</p>	<p>皆様、こんにちは！本日は、〇〇講座にご参加いただき、ありがとうございます。 私はこの講座を担当します××と申します。どうぞよろしくお願いいたします。</p>
<p>オリエンテーション 講座の概要</p>	<p>講座の前に、オリエンテーションを行います。 この講座では、・・・・というのが趣旨となっています。 (講座の目的や体系を簡単に説明)</p>
<p>配布資料確認 資料提示</p>	<p>では、お手元の資料の確認に移ります。 (配付資料をひとつずつ確認) (テキストや講座ノートの使い方など説明)</p>
<p>スケジュール</p>	<p>(講座全体のスケジュール確認) 本講座は〇月〇日から〇月〇日までの、全4回となっております。時間も全回13時から16時となっております。 (今日のスケジュール確認) 本日のスケジュールは、13時5分より講義、14時20分より10分間の休憩、14時30分よりグループトーク、15時20分よりグループごとに発表と講師からの講評があり、16時終了予定となっております。</p>
<p>注意事項</p>	<p>最後に、講座を進めるうえでのお願いをお知らせしたいと思います。 (携帯電話、記録用写真撮影など)</p> <ul style="list-style-type: none"> ➢ 講義中は、携帯電話はマナーモードへの切り替えをお願いします。 ➢ 記録として、講座の写真撮影をさせていただきます。写真は、個人が特定されない大きさと、情報誌や報告書に掲載いたしますが、不都合のある方は後ほどお申し出下さい。 ➢ 会場の温度設定など、お気軽にお近くのスタッフまでおっしゃってください。 ➢ 欠席などのご連絡は資料の〇〇にある連絡先までご連絡ください。 など
<p>13:05 講座開始 講師紹介</p>	<p>それでは、〇〇講座をはじめます。 本日の講師、〇〇〇〇さんをご紹介します。 (プロフィール紹介) 詳しいプロフィールにつきましては、講座ノートをご覧ください。 (講座に関係のある部分を短めに紹介すると良い) 〇〇さんは、〇歳の子育てに奮闘中のパパの顔もおもちです。 (親しみやすい講師のプロフィールをつけ足すと良い) それでは〇〇さん、よろしくお願いいたします。</p>

講義	講義 (質疑応答を入れても良い)
14:20 講義終了	ありがとうございました。
配置替え 休憩	後半は、講義を受けてグループトークを行います。 (グループごとに配置替えをお願いする) 14:30 まで休憩とします。
14:30 グループトーク	では、後半を始めたいと思います。 (グループワークの趣旨を説明) (トークのテーマを提示) (グループ内役割「進行・記録・発表」を決めるよう促す) グループトークは 15 時 20 分までとなります。わからないことがありましたらお近くのスタッフに声をかけてください。 (スタッフが各グループにつく。 一人の人が話しすぎたり、逆に話したがらない人に無理に発言させないなどをフォローすると良い)
発表のためのまとめ 15:10	発表 10 分前になりました。これからの 10 分間は、グループ発表のためのまとめの時間としましょう。 (スタッフがまとめを促す)
発表 15:20	それでは発表に入ります。 発表時間は、1 グループ〇分間になります。 (タイマーで時間を知らせる)
15:45 講評	最後に、講師の〇〇さんから、皆さんの発表をお聞きになった講評や、また質問もありましたので、ご回答等をいただきたいと思います。お願いいたします。
	講評、回答
	ありがとうございました。 みなさん、拍手でお送りください。
16:00 終了 事務連絡 (PR)	みなさん、おつかれさまでした！ 本日の講師、〇〇さんの本が、ライブラリーにございますのでご利用ください。予約も出来ます。
(次回の案内)	次回は、〇月〇日の〇曜日です。 テーマは「・・・・」、講師は〇〇〇〇さんです。またお会いできるのを楽しみにしております。(時間、場所も確認)
(アンケート記入)	最後に、お手元にごございますアンケートのご記入をお願いいたします。 お忘れ物のないよう、お気をつけてお帰りください。

ポイント

- 講師のプロフィールの最後には、講師の最近のご活躍ぶりや、趣味やご家族のことを付け加えると、親近感を感じてもらえます。（例：子育てやワークライフバランスなどの講座の場合「〇歳の子育てに奮闘中のパパの顔もおもちです」など）
- 担当者の進行は、講座の雰囲気に合わせて、でも緊張せず、場を和ませて、リラックスして参加してもらえるソフトな口調や言い回しを心掛けます。



9. 参加者への配付物の準備

○講師のレジュメ

あらかじめ配っておくのか、講座途中で配るのかを確認します。

○講座資料

連続講座の場合、全回の日程表や、グループ学習がある場合は「グループ学習について」などの説明文（55 ページ）を配ると親切です。

また、講師のプロフィールや、講座内容のメモのスペース設けた「講座ノート」（56,57 ページ）があれば、講義を聴きながら、感じたことや疑問点などを書き込めます。講義とグループトークの講座の場合、後半のグループトークの準備ができたり、受講後にふりかえるヒントにもなります。

○ふりかえりシート

参加・体験型学習の最後には、ふりかえりの時間を設けるとよいでしょう。

（第2章 93 ページ「ふりかえりシート」）

○アンケート

参加者からフィードバックをもらうために、アンケート（58 ページ）は必ずとりましょう。

アンケート結果を参考に、反省会を開き、主催者の自己評価を行います。そして次回の講座企画・運営に活かします。



学びを深めるグループ学習について

グループ学習

講義で学んだことと自分自身を関連づける作業をする場です。講義を聴いて、自分の中に生じた疑問や異論を含んだいろいろな感想(自分の思い)を小グループで意見交換します。それにより内容を深く理解するとともに、疑問解決や新たな発想や共通点を見出します。また、グループ学習は初対面の人達との共同作業の中で「聴く・話す・まとめる・書く」の力が自然と身に付けられます。



グループトーク

今回の講座では、グループを6名前後とし、それぞれに司会・記録の役割をきめ、テーマについて意見を出し合い、話し合いの記録を作成します。その記録をもとに発表し、全体で話し合います。役割は毎回交代し、それぞれの役割を経験します。

グループトークの約束

- ◆ お互いに学び合うという意識を持って、積極的に率直に意見を述べましょう。
- ◆ たとえ自分の意見と違って、相手の意見は謙虚に聴きましょう。
- ◆ テーマからはずれないように、明確に簡潔に伝えることを心がけましょう。
- ◆ 時間を大切に、平等に使いましょう。
- ◆ プライバシーを守りましょう。安心して学び合うために、この場で聴いた話は他言無用にしましょう。



Let' s enjoy together!

テーマ

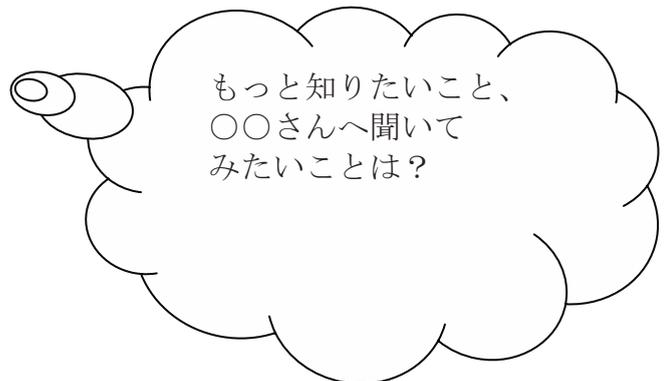
講師 〇〇 〇〇

Time Table

講義(13:05~14:20) → 休憩(14:20~14:30) → バズセッション・発表(14:30~16:00)

memo

ふきだしの中に、自分の気持ちを自由に書き込んでみましょう。



「なんか違うかな」
と思ったこと
ありましたか？



はっとしたこと、何かあり
ましたか？

これからどんな風に過ご
そうと思いますか？
(いつも通りでもOK!)

このことについて皆で語り
合ってみたい！ということ
はありましたか？



プロフィール

(経歴)

〇〇県出身。〇〇大学経営学部卒業後、〇〇会社入社。人事部に勤務し、〇〇制度を開発。19〇〇年、人事コンサルタントとして独立。〇〇手法を用いた、コミュニケーションスキルを、全国各地で講演している。

(著作)

『・・・・・・・・』(〇〇出版、200〇年)

〇〇〇〇〇講座アンケート

今後の企画・運営の参考にしたいと思っておりますので、アンケートにご協力をお願いします。

1. 年代はおいくつですか？あてはまる数字に○をつけてください。

1	2	3	4	5	6
～20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳以上

1. 年代

2. この講座を何で知りましたか？ひとつだけ○をつけてください。

1	2	3	4	5
チラシ・講座案内〔新聞折込・郵送・公民館で・パルティで・その他()〕	新聞や雑誌	パルティホームページ	友人・知人等に誘われて	() その他

2. 広報の効果

どの広報媒体が効果的かを調べます。

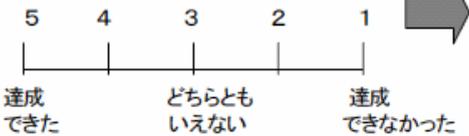
3. この講座に参加した動機を、具体的にお書きください。

3. 参加動機

年代ごとのニーズを把握します。どんなことに興味があり、講座のどの点に惹かれたかを分析、次回の参考にします。

4. 講座を通して………することが目的でしたが、今回の講座の内容で、その目的を達成できましたか？

目的達成度(数字を○で囲んでください)



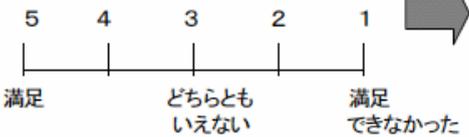
その理由は？

4. 目的達成度

参加者にとって、講座の目的が達成できたかをききます。(評価対象：65 ページ参照)

5. 内容について、あなたにとって、満足な内容でしたか？

満足度(数字を○で囲んでください)



その理由は？

5. 満足度

講座内容の満足度も評価対象になります。

6. 今回の講座を通して、「気づき」(ハッとさせられたこと、新しい発見、目からウロコなど)がありましたら、その内容についてご記入ください。

6. 気づきについて

受講者のふりかえりにもなりますが、素敵な言葉が多く、担当者の励ましになります。次回、同内容の講座開催の場合、チラシの「受講者の声」として紹介します。中には、講座名やサブタイトル、テーマになることもある、貴重な言葉が多いです

7. 今後、男女共同参画に関する事業・講座などで、聞きたい講師や内容などがあればご記入ください。

8. その他、感想・ご意見・ご要望等があればご記入ください。

7. 参加者ニーズ

次回企画の参考です。

ご協力ありがとうございました。

8. ご意見

感想のほかに、運営についての要望(時間や会場のことなど)、様々なご意見が参考になります。

10. 受付用準備

○受付名簿

名前のみ記載した名簿を用意します（個人情報保護のため）。

受付でのあいさつは笑顔で元気に！

○名札

個人情報保護のため、名札や名簿配布については事前によく検討します。

講座の趣旨も考慮します。

- * 連続講座で、参加者同士のネットワークをはかる講座：名札（名前と、講座によっては居住市町）をつける場合が多いです。名簿配付については、講座開始後、参加者に配布してよいか確認することもあります。
- * 1回だけの講座、講義のみの講座では、名札を用意しないことが多いです。
- * ドメスティック・バイオレンスに関する講座など：当時者が参加する場合は、名札は用意しません。
- * コミュニケーション系講座：講師にもよりますが、「呼ばれたい名前」を参加者自身に書いてもらう場合があります。リラックスした雰囲気が生まれます。

○その他

（有料講座の場合）釣り銭と領収書を忘れずに。

字の間違いや、急な出席者のために、空白の領収書も用意します。



11. 講座開催日！

いよいよ講座開催日です。

○前日までの準備

行動計画に基づいて、会場準備や資料作成、昼食手配などを進めます。機材の動作確認や、講師との最終確認をつめます。



○講座開催日当日は

行動計画に沿って、各スタッフが行動します。

予期せぬアクシデントや、参加者からの要望などに、臨機応変な対応が望まれます。落ち着いて、担当者や責任者と相談しましょう。

アクシデント例

● 講師の到着が遅れる！

→テーマに関連するビデオを上映したり、講座によっては自己紹介をし合うなどで対応。(運動系の講師が緊急入院したことがありましたが、同じ協会の講師への手配が間に合いました。前回の講座風景をビデオで記録していましたので、講座前に代替講師にビデオを見ていただき、どんな内容から入っていけばいいのか確認できて、スムーズに始められました。)

● 機材が動かない！ → プロジェクターで映し出す画面の原稿をコピーして配付するなどで対応します。

● 気分が悪くなった参加者が・・・

→救護体制を普段から整えておきます。AEDの講習会などの実施や、救護室や救急箱の準備を。大規模イベントの場合は、車イスや担架、救護者(医療従事者)の確保など検討します。

● グループワークで、全く話さない参加者がいる

→スタッフが様子を見てサポートに入り、無理に話すことを強要しないことが必要です。

● 事前の申し出がなかったが、目の不自由な方がワークショップに参加している。

→講師に伝えることはもちろん、スタッフが補助します。資料を拡大して印刷して渡す場合もあります。

● 終了時刻に講座が終わらない！

→終了時刻は厳守です。やむを得ず延長する場合は、参加者の同意を得るか、終了時刻でお帰りいただくことも可能な旨を説明します。保育のお迎え時間も調整します。

● 不審者の対応

→DV関係の講座など、加害者対策が必要です。申込み者の条件を設定したり、講座開催当日は男性スタッフの巡回などを検討します。

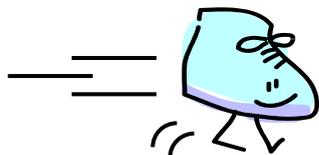
また、保育がある場合、保育室周辺の巡回なども心掛けましょう。

● クレームの対応

→内容によりませんが、まずはよく聴くこと。講師に直接クレームを言い始めた場合は、必ず主催者の責任であることを伝えます。回答が難しい場合は即答を避けて、後日回答する旨を伝えます。当日のスタッフのふりかえりで分かちあって対策を考えましょう。

○講師との確認

講師が到着したら、講座開催前に会場を確認してもらったり、当日の出席人数や、進行内容の確認をします。講座中、担当者は講師の補助をしたり、参加者の反応を見ます。反応によっては休憩中に打合せして今後の進め方を変えることもあります。

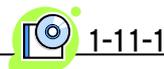


フットワーク軽く！
かなり動きます
(ゴム底・動きやすい靴がお
すすめ。サンダルは不可)

○当日のふりかえり

会場片付けがすべて終わったら、すぐにスタッフ全員で講座のふりかえりをしましょう。
アンケートにざっと目を通しながら、良かったところ・悪かったところを話し合います。

スタッフふりかえりシート(当日)



- 手違いがあった場合は、その原因は？
- 運営については？(受付・会場設営・進行など)
- 内容については？(講義内容は依頼内容に合っていたか)
- 参加者の様子は？満足度は？(アンケート内容、実施中・帰る際の参加者の様子は？)
- グループワークは？(各グループの雰囲気はどうだったか、ファシリテーターとして難しかった点の改善策・またはうまくいった点のシェア)
- その他気づいたこと
- 次回の改善点のまとめ

当日にふりかえることで、次回への改善点が忘れずにまとめられます。

また、スタッフにも様々な気づきや感情が湧き起こりますので、スタッフで分かち合
いましょう。(& スタッフ同士、働きを労いましょう)



コラム ホスピタリティ

ホスピタリティ **Hospitality** という言葉があります。「心のこもったおもてなし。思いやり」という意味です。

男女共同参画の学習施設では、参加者が気持ち良く講座を開催できるように、参加者や講師へのホスピタリティを心掛けることが大切です。

○参加者へのホスピタリティ

- ・ 受付では、笑顔で、気持ちの良い挨拶で迎えます。
- ・ 講座に足を運んでくれたことに対し、オリエンテーションは感謝の言葉で始めます。
- ・ 快適に受講できるよう、部屋の温度や音響、スクリーン画面などの環境を整えます。
- ・ 講座内容によっては、お茶やお菓子を準備します。

(茶菓代を預かってハーブティーや人気 **café** のお菓子を準備する講座もあります。

ネットワークを促す講座では、最終回の今後の活動に向けたトーク(グループ結成等)の時に、地元の飲食店に提供してもらい、PRをしながらふるまうこともあります→63 ページ)



ハーブティーと人気店のスイーツでほっこり。「ゆっくりお茶が飲めるだけで幸せ」とママの声。(H21 子育てママの自分時間～ハッピーなわたしになる！)

- ・ 終了時には、対象者に合わせて、次の講座などをオススメします。
- ・ 連続講座の場合、欠席者へ進行状況の連絡をすることもあります。



○講師へのホスピタリティ

- ・ 講師控え室には、のど飴の準備を。一輪挿しの花などでほっと一息。
- ・ 控え室ではゆっくり休んでいただくよう、なるべく静かな場所に設置します。

コラム ジェンダーバランス神話！？

男女共同参画の講座だから、グループ編成は男女混合にした方が良い、と思われがちです。確かにその考え方は基本ですが、集まってきた参加者を見てみますと、まだまだ男性は少ないのが現状です。

これまでパーティでも、各グループに1人の割合で男性に入ってもらいました。しかし、どうでしょう。男性にとってはやはり心細いようです。さらに、男女共同参画の話し合いでは、「男性がもっと家事をするべきだ」とか「発表役は男性が得意でしょうから」といった女性の声聞こえてくる場合があります。これでは、せっかく男女共同参画社会実現に意欲的な男性が勇気を出して参加しているのに、彼らを萎縮させてしまう可能性もあります。

ジェンダーバランスを考慮することは良い事ですが、十分に検討したいものです。

状況を考慮して、時には女性グループ、男性グループでも良いし、「女性の本音・男性の本音」などがテーマでもおもしろいかもしれませんね。



コラム 男女共同参画における協働って？

男女共同参画事業においても、市民団体・グループ・企業との協働による事業実施によって効果を高めていくことが大切です。

○講座の企画運営を協働

パーティを拠点として活動するグループのネットワーク「P.G.N.（パーティ・グループ・ネットワーク）ひまわり」と、「男の生活工房」を協働で開催しています。講座の企画（各回のメニューや講師）や、開催当日の司会はもちろん、各グループに1名ずつ入って料理をサポートするなどを「ひまわり」のメンバーが担います。料理に初挑戦の男性たちを、和やかに・賑やかにサポートする雰囲気が大好評です。パーティは広報や申込受付を担当します。



企画・司会はもちろん、材料の切り方などをサポート（「男の生活工房」）

○団体・グループを講師として派遣

パーティの講座から生まれたグループ（125 ページ、あしたばの会など）を、ワークショップの講師として、市町のイベントで紹介することもあります。同じ県民として、講師を等身大に感じながら、家族をテーマとした寸劇を楽しく観た後、グループワークを行います。

父親の育児参画を啓発する「父親の育児参加促進地域支援事業」でも、団体・グループに講師をお願いして、県内各地で講座を行っています（130 ページ、とちぎつばさの会芳賀支部など）。

○地元企業との協働

地元企業とのつながりも大切にしています。

ネットワークを促す講座では、最終回の今後の活動に向けたトーク（グループ結成等）の時に、地元の飲食店に食品（スイーツやパンなど）を提供してもらい、その店のPRをしながら、参加者にふるまうこともあります。お茶やちょっとしたお菓子は参加者の緊張を解き、ネットワーク化に効果的です。

団体・グループが活動発表をする、1年に1度のイベント「フェスタ in パルティ」でも、様々な企業から提供品をいただき、スタンプラリーの景品などにします。

まずは、地元企業にパーティや男女共同参画について知ってもらうことからスタートです。企業にとってはPRになりますし、同時にパーティのチラシを店に置いてもらうなど、win-win の関係です。

企業に、男女共同参画やワーク・ライフ・バランスを考えてもらうきっかけになります。



フェスタ、スタンプラリーゴールでの協賛品提供

コラム 参加者のネットワーク化・グループ形成

講座は実施して終わりではなく、グループ形成やつながりづくりが大切です。

連続講座を重ねることで、「仲間とのつながりを終わらせたくない」「学びを続けていきたい」という参加者の想いが高まり、最終回には名簿（またはメーリングリスト）の作成や、ネットワーク化・グループ化へとつなげます。

学び合いのグループから、やがて、男女共同参画を伝えていく担い手に発展することがあります。

例)

○あしたの会（平成17年度「男女共同参画セミナーステップアップコース」修了者）

男女共同参画を広めていきたいという想いで、寸劇を通じたワークショップを展開。（125ページ）



○グループ SHIN（平成20年度「男女共同参画セミナーステップアップコース」修了者）

メンバー同士がお互いの得意分野を教え合う講習会を重ねている。（コーチング、写経による心のケア、ファイナンシャルプランニングなど）

○ママの育自サークル パレット（平成18年度「子育てママの育児&育自講座」修了者）

子育て中の女性が、「自分育て」をテーマに学び合ったり、育児のイベントを行っている。19年度以降の講座「子育てママの自分時間」の修了者も受け入れている。

○ぐる〜ぶ・いろりの会（平成20年度「男の生活工房」修了者）

料理を学び続けたい男性（年配の方が多い）たちが結成。21年度以降の「男の生活工房」の修了者も受け入れている。



結成時には、パーティのスタッフや先輩グループが支援します。

グループは、講座参加者のロールモデルにもなりますし、講師として男女共同参画の伝い手となり、パーティとグループの「協働」が進みます。

グループ活動は、メンバー同士の学びを深めたい、外に発信したい、交流を楽しみたい、など、趣旨は様々ですので、それぞれのグループの歩みに合わせた後方支援を心掛けたいですね。

フェスタや協働事業などで、連携を深める団体やグループ。センターと共に、男女共同参画の推進を協働していくグループ結成への促しが必要です。



12. 講座が終わったら

チラシやポスターの回収や、講師への謝金支払い処理、諸経費の入出金などを進めます。

○実施報告書(アンケート結果)作成

例(66ページ)のように、アンケートを集計し、報告書を作成します。

○礼状の作成

講師に礼状を送ります。パーティでは、アンケートからの声を礼状に載せて講師にお知らせします。改善点などある場合は、次回の講座企画の際に講師に伝えて一緒に練り直すこともあります。

○ふりかえり(反省会)の開催

実施報告書(アンケート結果)をもとに、スタッフ全員で反省会を行います。充足率、受講率、参加者の年代や参加動機は企画意図に合っていたか、効果的な広報媒体は何だったか、目的達成度・満足度から、講師や講座内容は効果的だったか、などについて話し合います。

目的は

- ① 次回の講座企画・運営に活かす
 - ② 主催者自体の評価
- の2点があります。

① 次回の講座企画・運営に活かす

講座の申込状況や参加者の満足度などから、市民のニーズを探り、次回の講座企画に活かします。また様々な視点から、工夫点や改善点などを話し合います。

② 主催者自体の評価

全国の男女共同参画センターなどでは、指定管理者制度の導入や公益法人制度改革などの流れで、センター事業の有効性や効率性が問われています。

そのため、実施者が常に自らの事業を評価し、事業の改善を図り、またその効果をデータで表すことが必要です。

同時に、「男女共同参画の推進」というミッションを果たしているか、公益性も求められています(「目的達成度」で測ります)。

「効率性」と「公共性」の両立のためにも、常に事業をふりかえり、改善することが必要です。

○終了講座のPR

講座によっては、情報誌に実施内容を掲載します。講座内容のポイントを図解して載せるなど、文字だけの情報にならないように掲載します。読者の、次の講座の参加意欲につながります。



個人が識別できる写真を掲載する場合は本人の許可が必要です

平成〇年度 講座実施報告書

講座名	〇〇〇〇〇講座				
対象者		募集人員	名	受講料	
参加状況	申込者数： 名 (応募倍率 倍)		一時保育利用延数	名	
	参加決定者数： 名 (女性 名、男性 名、)		延べ受講者数	名	平均受講率
	日程・会場	テーマ内容・学習方法等		講師	参加者数
1	月 日() 時間・会場	テーマ			
2	月 日()	テーマ			
3	月 日()	テーマ			

アンケート結果 抜粋

1. 年代	・30代：×名・40代：×名 ・50代：×名 ・60代：×名		
2. 広報媒体	主な広報媒体を記入		
3. 参加動機	*****		
4. 目的達成度	5 達成	×名	***** *****
	4	×名	
	3	×名	
	2	×名	
	1 達成できない	×名	
5. 満足度	5 満足	×名	***** *****
	4	×名	
	3	×名	
	2	×名	
	1 満足できない	×名	
6. 「気づき」	*****		
7. 希望する講師や内容	***** *****		
8. 感想、意見、要望	***** *****		

主な意見を記入
(改善点は色字
などで)

反省会実施結果 → 継続 ・ 改善 ・ 廃止

(改善点など、反省会で話し合った内容を記入する)

13. 講座実施事例

パーティの講座実施事例（平成 21 年度）を一部紹介します。企画書（企画のポイント）と、実施内容から一部を抜粋して紹介します。

- 事例 1 自分力発見！男女共同参画セミナー 基礎コース
- 事例 2 自分力アップ！男女共同参画セミナー ステップアップコース
- 事例 3 とちぎ女性政策塾～審議会等への参画を目指す
- 事例 4 男のライフバランスを考える講座



事例1 自分力発見！男女共同参画セミナー 基礎コース

「男女共同参画」は敬遠されがち。キャッチフレーズ「自分力発見！」でPR

[パルティ講座企画書]

講座名	自分力発見！ 男女共同参画セミナー 基礎コース								
趣旨	男女共同参画社会の実現に向けて、現状と課題を理解し、一人ひとりができることに気づき、取り組むことを考えるための基礎的な学習をする。統一テーマを「自分力」とし性別や年齢、考え方や立場の違いを越えて、男女共同参画の視点をもつことの大切さを学ぶ。また、本コースを修了しステップアップコースにつなげるような意識づけを図る。 (多様な学習ニーズに対応するため、また啓発事業の機会拡大のため聴講制度を設ける。)								
対象者	どなたでも	定員	50名	回数	5回	締め切り	6/5 (金)	聴講は	各回前日
曜日	土曜日	時間	13:00~16:00	受講料	無料	会場	ホール		
一時保育	有り								
回	全5回	テーマ		内容・学習方法等			講師		
1	6月6日(土) 13:00~16:00	・開講式 ストレスにふりまわされないセルフサポートコーチング ～ワークライフバランス！～		ワークライフバランスを実現しようとするなかで、体と心のストレスが引き起こされることが多い。自分自身でストレスをケアしながら実現していく方法について実践的に学ぶ。 [講義・バズセッション]			精神科医・作家 メディカル&ライフサポートコーチ研究会代表 奥田 弘美		
2	6月13日(土) 13:00~16:00	自分力に気づく自己尊重トレーニング ～ほめ言葉で育つ～ 固有名詞を入れて、スキルを身につけられる感じを出す		固定化された社会通念や固定観念、ジェンダー意識等に支配され、自己肯定感を持っていない人々が増えている。自分を粗末にせず、自分と対話し、本来持っている良さに気づくことで、より自分らしく、豊かに生きていけることを実践的に学ぶ。 [ワークショップ]			NPO 法人自己尊重プラクティス協会代表理事 「心のジム・テツカ」主宰 手塚 千砂子		
3	6月20日(土) 13:00~16:00	コミュニケーション成功術 ～心地よい関係を築く～		男女共同参画社会において、それぞれの経験に裏づけられた成人のものの見方・考え方は全て尊いものである。互いの意見を出し合い、より良い生き方や社会を創っていこうとする姿勢が重要である。衝突なく表現し伝え合う心構えと技術を実践的に学ぶ。 [講義・バズセッション]			(有) フェードイン代表取締役フリーアナウンサー 工藤 敬子		
4	7月4日(土) 13:00~16:00	いくつになっても変われる秘訣 ～おとなの学びを楽しむ～		おとなは自らのものの見方・考え方に縛られ、より豊かな生き方を自ら阻害していることもある。常に自己を問い直し、新しいもの異なるものを受け入れ吟味する態度が重要である。それがおとなの学びであり、そのためには学習仲間が必要であることを学ぶ。 [ワークショップ]			宇都宮大学教授 廣瀬 隆人		
5	7月11日(土) 13:00~16:00	「今」を豊かにする一歩 ～ハッピー男女共同参画のすすめ～ ・閉講式		家庭、職場、地域における身近なジェンダー問題を学ぶ。また、より良い生き方・居場所を目指し、助け合いながら、自分ができるところから実践している人々の事例について知る(講師自身の経験も含む)。以上のことから、参加者それぞれの生活のなかで、自分が実践できることに気づき、意欲を喚起させる。 [講義・バズセッション]			共愛学園前橋国際大学国際社会学部長 大森 昭生		

初回は、多くの人が気になる「ストレスケア」を持つてくる

固有名詞を入れて、スキルを身につけられる感じを出す

誰でも願っていること、響きやすい

「いくつになっても」で学習意欲を喚起させる

講師自身が実践していて、説得力がある



第1回の様子を22~23ページに記載しています！

事例2 自分力アップ！男女共同参画セミナー ステップアップコース

[パーティ講座企画書]

「男女共同参画」は敬遠されがち。キャッチフレーズ「自分力アップ！」でPR

講座名	自分力アップ！ 男女共同参画セミナー ステップアップコース						
趣旨	男女共同参画社会の実現のために、「自分ができること」を明確にし実践する意欲をもつことを目標にワークショップを展開する。男女共同参画社会の実現が、自分にとって身近な課題であることを理解し、自分の生活の中から主体的に解決しようとする態度、能力を養う。ワークショップを通して、自分らしさや新しい情報・選択肢等を知ること、 今の自分ができること（実践プラン） を明確にしていく。 自分発見！基礎コースからのステップアップコースに位置づけ、参加対象は、基礎コースの修了者又は市町村からの推薦のあった者に限定する。						
定員	20名	締切日	8月4日（火）	実施回数	5回	受講料	無料
対象	基礎コース修了者、市町村からの推薦者等			一時保育	有り	会場	304
曜日	土曜日	時間	10:00～16:00				
回	日時	テーマ	内容	学習方法等	講師		
1	8月29日（土） 10:00～16:00	自分力を育てるために ～自分をふりかえる～	(開講式) 基礎コースのふりかえりをし、あらためて男女共同参画社会をイメージする。そして自分をふりかえり、男女共同参画社会の実現が自分にとって身近な課題であることを気づき、今後の自分がどうありたいかをイメージする。		RE Learning (リラーニング) 代表 秦野 玲子		
2	9月12日（土） 10:00～16:00	スキル獲得を強調 相手を納得させるワザ ～信頼される論理的思考講座～	身近な課題について、どのような手段で解決していくか、筋道を立てて考えていく手法を学ぶ。また、思い込みや慣習を見直す力・客観的な根拠を提示できる力を養い、相手に納得し共感してもらええる考えや意見を持てる思考のトレーニングを行う。				
3	9月26日（土） 10:00～16:00	グループワーク	・自己紹介ワーク ・午後の準備		パーティ職員		
		相手にわかりやすく伝えるワザ ～コミュニケーション力アップのための自己表現講座～	自分の思いを相手にわかりやすく伝える手法を学ぶ。論理的に考えた自分の意見を相手に共感してもらうためにはわかりやすく伝える表現力が必要である。一人ひとり発表する機会を設け、自己表現力を高める。		(有)フェードイン 代表取締役 フリアウンサー 工藤 敬子		
4	10月10日（土） 10:00～16:00	なに？と惹きつける言葉 一歩を踏み出せる裏ワザ ～グループ交流会～	男女共同参画社会の実現のために自分ができることを、家庭や地域で実践している人たちのお話を聞き、どのような経緯で現在の実践に至ったか、どのようなことに留意しているか、等を知ること、共感とアドバイスを得、実践の意欲を喚起する。		様々なタイプのロールモデル ゲスト 活動年数長い団体 活動年数短い団体 個人（年配男性） 個人（子育て中の女性） 自分にもできる！と思わせる		
5	10月24日（土） 10:00～16:00	まずは個人が変わる！（社会を変えるには個人から） 今後に向けて ～自分ができることから始めよう～	一人ひとりの男女共同参画社会実現のための実践プランを発表し合い、一人ひとりの行動が社会に良い影響をもたらす、社会を変えられることを自覚し、意欲を喚起する。 (閉講式)		RE Learning (リラーニング) 代表 秦野 玲子		

事例2 自分力アップ！男女共同参画セミナー ステップアップコースの内容

第1回「自分力を育てるために ～自分をふりかえる～」

ポイント

- ・「自分力アップ」のために、グループで話す、聴く、書く、確かめ合うという学びをとおして、自分の価値観を明確にすることが効果的。
- ・相手との違いを認めあいながら、相手のいいところをひとつでも多く見つけよう。
- ・今日1日の自分を“褒めよう”。この積み重ねが大きな力となる。

内容

素敵な自己紹介、グループの共通さがし、基礎講座のふりかえり、グループ名を命名(ブレインストーミング)、より良いグループワークのために、男女共同参画が実現したら？、グループ活動で自分力アップ、私がやろうと思うこと、今日一日の自分をほめる、ふりかえりなど



第2回 「相手を納得させるワザ ～信頼される論理的思考講座～」

ポイント

- ・「私はこう思う！そうでしょ？」と言っても相手は納得できない。だから根拠、理由をつけて話すことが大事。
- ・「ロジックツリー」で考えれば、具体的な解決策が導ける！
- ・「女は論理的でない。だって、うちの女房の話はいつもくどいだけで、まともな話ができなためしがない」この文章のおかしな点を説明できますか？「なぜ？」を確認する習慣をもとう。



内容

進化する挨拶、前回のふりかえり、男女共同参画イメージ図ワークシート、より良いグループワークのために(グループのプロセスチェックリスト)、ロジックツリー、エンパワーメント、論理的な文章を書くために、ふりかえり など



第3回「相手にわかりやすく伝えるワザ ～コミュニケーション力アップのための自己表現講座～」

午前の内容(進行:パルティ職員)
○マス目のワークで参加者交流！
カード記入(好きなおかず、飲み物、昔遊んだ遊び、良く行く場所など、よく見る雑誌など、所属団体など)
↓
カード交換グループ内ペアで見せ合う。「共通点は？聞かせて！」
↓
ふりかえり 共通点が人と人を繋ぐ！

○午後の発表内容の準備
テーマは「ストレス社会の今、みんなが元気になる提案をする」。提案内容を決め、結論をまとめ、理由を考える。

午後のポイント

- ・コミュニケーションの最大の目的は、それぞれの価値観を受け入れ、認めること
- ・人前で緊張するのは、「よいことを伝えようとしている」という現われ。決して悪いことではない。
- ・笑顔にすると声も出やすくなる
- ・ラポール(お互いの間に つけられた信頼関係)を築くには、 相づちやオウム返し、etc が有効！

午後の内容

人に話をするときの大切な3つのP、シナリオ構築、デリバリー、腹式呼吸、「自分の話したいことをまとめて相手に伝える」シートに基づき発表、ラポールを築こう！、自分力に気づこう！、自分が大切にしていること3つ など



第4回 「一歩を踏み出せる裏ワザ ～グループ交流会～」



それぞれのカタチ・ペースで歩んでいる
ゲストたちのお話・インタビューから、
「自分力アップ」のコツを探りました。
大盛り上がり～！

ゲスト

- ・あしたばの会（結成4年目、寸劇活動）
- ・グループ SHIN（結成1年目、自主講座
で学び合う会）
- ・渡邊能辰さん（自らの家庭参画やパー
トナーシップ、男女共同参画推進活動に
ついて）

・岩原淑子さん（子育てサークル活動な
どやイラストによる表現活動・出版）

それぞれが、講座などでの気づきで困
難を乗り越え、仲間と出会い、今を自分
らしく楽しんでいることを話しました。

内容
各ゲストの発表

→全体交流会（ゲストたちと参加者の質疑応答）



→各グループにゲストが入って少人数でのトーク
（ゲストは時間毎にグループを巡回）



第5回 「今後に向けて ～自分ができるところからはじめよう～」

「自分力アップ」を目指し、自
分がこれからやっていこうと
思うことを発表し合い、エール
を送り合いました♪



内容

みんなと挨拶、論理的思考の復習（P
REP法）、グループ分け、グループワー
ク（自分力アップの秘訣）、発表、講評、
もっといきいき自分力アップ！、なりたい
私プランシート記入、聴きあい、エールを
贈りあう体験、まとめとふりかえり
など



皆で話し合い、実践しながら学び、仲間もたくさんできました。

事例3 とちぎ女性政策塾～審議会等への参画を目指す

[パーティ講座企画書]

講座名		とちぎ女性政策塾～審議会等への参画を目指す					
趣旨		各種審議会等に参画する意欲のある女性に対して、必要な論理的思考や合意形成力を訓練する機会を提供し、政策・方針決定過程への女性の参画を支援する。					
定員	20名	募集 期限	6月6日 (土)	実施回数	8回	受講料	無料
対象者	男女共同参画の視点を持ち、各種審議会等に参画する意欲のある女性、市町村からの推薦等（ステップアップコース修了者が望ましい）			一時保育	有り		
曜日	土曜日（日曜日）	時間	10:00～15:00	会場	301		
日 時		テ ー マ			講 師		
1	7/11(土)	午前	・開講式 自己紹介 ・男女共同参画社会の実現に向けて～活動拠点としてのパーティ		パーティ職員		
		午後	グループワーク① (リーダーの資質～ファシリテーション)		宇都宮大学 教授 廣瀬隆人		
2	7/25(土)	午前	・栃木県総合計画について ・県の男女共同参画推進施策について		県総合政策課 県青少年男女共同参画課		
		午後	グループワーク② (聴き方・アサーション)		企業組合とちぎ家族研究所・ウィル 代表理事 谷津嘉子		
3	9/5(土)	午前	・地方自治のしくみ ・市町村合併の現状と課題		宇都宮大学 教授 中村 祐司		
		午後	グループワーク③ (話し方・プレゼンテーション)		(有) フェードイン代表取締役、フリーアナウンサー 工藤敬子		
4	9/19(土)	午前	・協働～市民主体のまちづくり		作新学院大学 教授 橋立 達夫		
		午後	・女性の政策決定過程への参画の重要性		(財) 市川房枝記念会 常務理事 山口みつ子		
5	10/17(土)	午前	グループワーク④～⑦ 政策提言に必要なスキルを身につける		桜井・法費グローバル教育 研究所 代表 桜井高志		
午後	・論理的思考 ・問題発見力 ・課題解決力 ・情報活用力 ・合意形成力 ・ファシリテーション など						
6	10/18(日)	午前	様々なワークを通し、関心テーマの研究を進めながらスキルを身につける		紹介		
		午後					
7	11/7(土)	午前	・審議会・審議委員の心得について		宇都宮文星短期大学 教授 山口 哲子		
		午後	・模擬審議会				
8	11/28(土)	午前	・政策方針決定過程に参画するにあたって～審議会等に参画した委員経験者を囲んで ・チャレンジ宣言		とちぎ女性政策塾を受講し 審議会等に参画した方		
		午後	・理事長を交えてのフリートーク ・講式		とちぎ男女共同参画財団 理事長		

※ 受講者には模擬審議会までに、県または市町の審議会や議会を傍聴し、レポートを提出してもらう。

実際に審議会や議会を傍聴し、模擬審議会に臨む

事例3 とちぎ女性政策塾 第5、6回の内容

「政策提言に必要なスキルを身につける」ワークショップ

政策提言に必要なスキル（論理的思考、問題発見力、課題解決力、合意形成力、ファシリテーション、広い視野をもったバランス感覚など）を身につけるため、たくさんの共同作業を通して学んだ。

「目的」と「目標」の違いは？話し合おう

話し合いの場で使われている言葉のとらえ方は、人それぞれ違っていることがある。
言葉の意味を全員で確認しよう

ワークショップとは？

→ひとつのテーマについて、みんなで作業し、創り出す場、学び合う場



ファシリテーターとは？

→参加者の意見や情報交換をしやすい役割。広義では「地域社会をよくしていく促進役」。ひとりひとりが、ファシリテーターの役割をもとう！

講師より

審議会においても、まちづくりにおいても、さまざまな声をどうまとめていくか、が大切

ブレイク・頭の体操 いろいろなものの見方の トレーニング



ゴミ箱以外の
活用法を考える

ひとりで考える

花瓶？

↓
ふたりで考える

↓
4人で20個考える

↓
全員で考える

漬物たる！

45のアイデアでました！

ひとりで考えるのは限界がある。立場のちがう人と意見を出し合おう。

テーマ「環境」「子育て」「介護・高齢者」「男女共同参画」ごとにグループわけ

①参加者分析：場に集まった人たちを確認し合うこと

- ・名札に所属を書いて紹介（どんな立場・理由で参加している？）
- ・呼ばれたい名前を書く（上下関係がなくなり、安心して話せる）

②関係者分析「もうひとつのイス」：この場にはいないけど、この問題の話し合いに必要な人はどんな人かを確認すること



計画を読みこみ、行政の視点・生活者の視点で各テーマの問題点と課題を洗い出そう（「もうひとつのイス」に座るはずの関係者も考えながら）



カードを並べることで問題・課題を視覚化し、共有。優先順位も話し合おう。

グループ毎に発表→各グループで協議→質疑応答→全体討議



足りない視点は？関係者は？社会全体をみてる？

気づきのためのアクティビティ

ものを見方を変える

「この絵は何に見える？（少女にも老婆にも見える絵を提示）」
人によって見方・考え方は違う。
必ず確認が必要。
声の大きい人に流されないで！

「指相撲」で体験！WIN-WINの実現のために

「指相撲」で制限時間内に鉛を少しでも多く獲得するためにはどうしたらいい？答えを知ってる人は、周りの人に教えた？鉛は分け合った？

事例4 男のライフバランスを考える講座

[パーティ講座企画書]

講座名	男のライフバランスを考える講座						
趣旨	中高年齢層の男性に対して、仕事中心の生活を見直して、ワークライフバランスについて考え、ワークもライフもいきいきとした生活を営むため、学習する機会を提供する。						
定員	30名	募集期限	1月22日(金)	実施回数	2回	受講料	無料
対象者	どなたでも 夫婦参加、女性のみもOK		一時保育	なし			
曜日	土曜日	時間	13:00~16:00	会場	301,ライフアトリエ		
統一テーマ		セカンドライフの自由時間8万時間を楽しむためには？					
回	日時	テーマ	内容・学習方法		講師		
1	1月23日(土) 13:30~16:00 学習系	セカンドライフの心構え ~自由時間を有意義に活用しよう!~	定年後の8万時間と言われる自由時間について、どの様に活かすか、自分達に出来る事は何か、またそのためには、何を学ぶべきかを考える。併せて活動している事例から、どのような準備が必要かを学ぶ。 〔講義〕		茨城大学生涯学習教育研究センター准教授 長谷川 幸介		
2	2月6日(土) 13:30~16:00 実践(料理)系	セカンドライフの楽しみ方 ~自分流ライフスタイルを見つけよう!~	定年後の自由時間について、自然の中での活動や、仲間づくりなど実際に実践している人からの体験談を聞くことにより、これからの生き方のヒントを得る。併せて、講師や受講生と意見交換や交流を図る。 〔講義・料理〕		とちぎ自然塾塾長 関谷 忠一 ロールモデル!実践者		

事例 4 男のライフバランスを考える講座の内容

第1回「セカンドライフの心構え ～自由時間を有意義に活用しよう！～」

人は定年などで社会的死を迎える。社会的死には「7つの別れ」がある。この「7つの別れ」の後に「7つの出会い」を作ろう。

「7つの別れ」

- ①会社との別れ → 血縁、地縁、友縁など仲間を作ろう。
- ②役職との別れ → 固有名詞（「今」生きている自分を明記する）を作る。
- ③仲間との別れ → 血縁、地縁、友縁などの繋がりを大切にする。
- ④お金との別れ → 人と人をつなげていく包むお金を大切にする。
- ⑤家族との別れ → 夫婦2人きり新しい絆を作ることが大切。
- ⑥健康との別れ → 3つの健康（①肉体的②心③縁）を大切にする。
- ⑦情報との別れ → 地縁、友縁などのつながりを持ち、蓄えた知識を伝える工夫がいる。

「7つの出会い」



第2回「セカンドライフの心構え ～自分流ライフスタイルを見つけよう～」

アウトドアでの楽しみ方について、シニア自然塾の活動を例として、春夏秋冬それぞれの楽しみ方がスライドにより紹介がされた。

自然と釣りに本気で向き合い、川を見る目、風を読む目、まさに五感を使って自然と楽しむ。昔から培って来た自然との付き合い方を次の世代に残していきたい。



後半は、ダッジオーブンを使ったアウトドア料理（焼き芋、ポイルチキン、山菜ごはん、水を使わない野菜の蒸し料理）の体験を行った。

皆さんも、子どもや孫達と楽しんで！家族や地域とのふれあいに活かしていこう！

