

パルティ

2013. 03
VOL.135

特集 人口減少・少子高齢時代の男女共同参画

みんなで変える！vol.3 大介護時代にみんなで備える 2

イベント・講座報告 6

本の紹介 10

ちいき情報 10

こんにちは相談ルームです 11

不妊専門相談センターから 11

講座案内 12

インフォメーション 14



特集

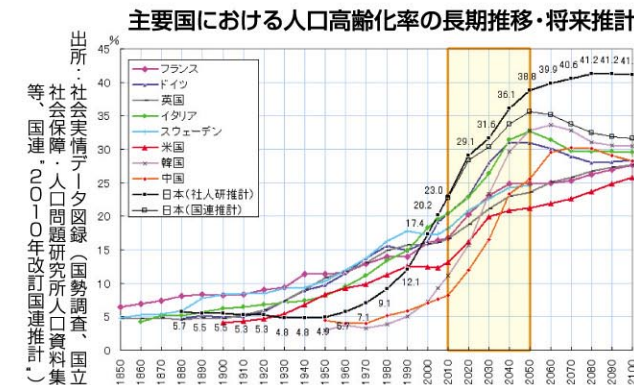
人口減少・少子高齢時代の男女共同参画

みんなで変える！ vol.3

～ 大介護時代にみんなで備える ～

少子高齢社会の進行により、高齢者の介護は、古くから担ってきた「長男の嫁」の問題にとどまらず、老老介護、男性による介護、シングル介護など、リスクを抱えた介護者が増え、社会全体の問題となっています。

今号は、ケアが必要な人々を社会全体でケアすることにより、一人に背負わせない持続可能な介護の支援についてや老若男女が生涯を通して介護と仕事と生活を両立できるワークライフバランスについて考えます。



介護の問題をみてみよう！

介護する人は誰？ ジェンダーの問題

女性は「中年期には親を介護し、高齢期には夫を介護する」という介護ケア役割を当然のように担い、固定化された性別役割分業が依然として続いている。

介護現場の離職率が高い

人手不足で仕事がハードな割には、給与が低いという厳しい介護現場では、離職率が高い。労働条件の改善が求められている。

介護の孤立化

一人で介護を背負う介護者が社会参加の機会を失い、不安と孤独の中で大きなストレスを抱えながら介護をするケースが増えている。介護による「うつ」など、心身に影響をきたしている人も少なくない。

介護による離職の増加

妻を介護する夫、親を介護する息子など、女性だけではなく男性の介護離職も増加している。介護と仕事をいかに両立しているか（ワークライフバランス）が課題。

老老介護

高齢の要介護者を、夫婦や兄弟姉妹などの高齢者が介護する。夫婦・家族が共倒れる危険性も。

遠距離介護

親世帯と離れた土地で暮らす子世帯も多い。遠距離で頻繁に行けない家族が、どのように介護を支援できる？ 家族の安全・安全確認をどのように行えばいい？

おひとりさま介護

介護する人が「おひとりさま」。「親の介護で仕事を辞めて帰省するべきか」、「協力者が身内にいない場合、仕事を続けながら親の面倒を見るにはどうしたらいい？」などの問題を抱える。

解決するには…

個人、地域、企業、行政 それぞれが大介護時代に備えよう！

ひとりでは身動きがとれない大介護時代だからこそ、問題解決には個人、地域、企業、行政などが一体となって取り組むことが重要になります。次ページからは、みんなで助け合いながら持続可能な社会を目指して取り組んでいるグループなどを紹介します。

- 個人**…●その時になって慌てない介護準備 (P3)
- 地域**…●介護者の自助グループ (P4)
 - NPO等の高齢者の居場所と活躍の場づくり (P5)
- 企業**…●介護休業、介護休暇等の活用促進 (P4)
 - 在宅も勤務可のIT環境整備など
- 行政**…●デマンドタクシー ●地域包括支援センター
 - 買い物代行など ●介護の相談窓口

職場の長時間労働などが仕事と介護の両立を難しくする大きな原因だね。



個人

親の介護と仕事の両立を目指して 早めの準備で離職を回避しよう！

これまで仕事中心で過ごしてきた人たちが親の介護に直面したとき戸惑いは大きい。介護による離職を防ぐためにも、親の介護が始まる前に、親や家族と事前の準備についてじっくり考えておこう。

1 知っておくべきこと

「介護保険制度を理解し、利用できる介護サービスを知ろう」

「介護保険制度」

原則として40歳以上のすべての国民が加入する制度。介護が必要になると、自宅に手すりをつけたり、介護サービスを利用するなどの費用がかかる。介護保険はそのような介護に關係した費用を軽減してくれる。

「介護サービス」

「居宅サービス」(ホームヘルパーによる訪問介護や日帰りのデイサービスなど)、「施設サービス」(施設に入所などがある。ケアマネージャーなどと相談しながら、介護の状態に合わせた最適なサービスを選ぶ。

「介護施設」

在宅での介護が困難になった場合は、介護や見守りのサービスが受けられる施設や高齢者施設に入居すること。施設によって、設備・サービス、料金に大きな差がある。利用者の希望や状態と合っているかを入念に選ぶ必要がある。

いざ介護となったら 「地域包括支援センター」へ

介護保険法の規定により、市町村が設置しているもの。保健師、ケアマネージャー、社会福祉士などの専門スタッフがいて、チームで個人に合った情報を提供してくれる。

2 やってほしいこと

「働き方の見直しや地域コミュニティのつながりを作っておこう」

ワークライフバランスの実践

まず、職場のチーム全員の日々の仕事を見直し、必要な情報をマニュアル化して共有する。その上で、一つの業務を複数名で担い、日頃から介護休暇などの制度を利用できる体制を整えておく。

親の地域コミュニティのつながり

親が、日頃、どのような地域コミュニティ(町内会や老人クラブなど)と関わりを持って暮らしているのかを知り介護の味方、協力者となつてもらう。

法的制度と勤務先の制度を調べておく

法律で定められた介護支援制度には、「介護休業」や「介護休暇」がある。また、企業独自の支援制度を設けるケースも増えている。いざというときの為に最新の情報を常に確認しておく。



3 話しておいてほしいこと

「親の価値観を知り、家族の中で情報を共有する」



介護準備ブック 小室 淑恵 他 著／英治出版

介護の当事者となる家族間で、親が要介護となったときを想定し、「どうなったらいざというか」を話し合う。

「何をしているときに幸せを感じるか」など親の根本的な価値観を知る。

介護の基本情報や近隣の介護施設・サービスをおおまかに調べ、共有する。

親の資産状況や、希望する介護のスタイルを聞いておく。

夫婦で・兄弟姉妹で みんなで共有

親と共有した価値観や介護に関する情報を夫婦や兄弟姉妹とも共有し、介護になったときの対応について話し合う。

パルティのライブラリーから

パルティには、上記で参考にした介護準備ブックの他にも、仕事と介護の両立の参考になる本がたくさんあります。どうぞ、ご利用ください。



親の介護と仕事を両立させる本 上原 喜光 著／秀和システム



離れて暮らす親のケア 太田 差恵子 著／七つ森書店



おひとりさま介護 村田 くら 著／河出書房新社



男性介護者白書 津止 正敏 他 著／かもがわ出版



介護保険は老いを守るか 沖藤 典子 著／岩波新書



「街中サロン なじみ庵」とは?

JR西那須野駅近くのマンションの1階部分をリフォームし、オープンしたサロン（カフェスペースと工房スペースで構成）。運営は会員（地域の高齢者/平均年齢78歳）が主体となり、日替わりランチを提供したり自主グループ活動に参加するなど、自分出来ることをそれぞれが行う。仲間づくりや介護予防を目的とした「転ばぬ先の知恵教室」や「物忘れ知らず教室」（代表の飯島さんや主任コーディネーターの堀内さんが担当）も人気。



私達が作っています！

バランスの取れたランチのヘルシーメニューは近所の会社員さん達にも人気。この日は会員の皆さんが作った干し柿が付いていました！

高齢者の知恵や技を伝え合う「伝習会」H24年12月には高齢者の指導の下、たくあん漬けに挑戦しました



ほかにも、高齢者の見守りとしての組織が立ち上がっています。

たとえば【地域で】

- 大田原市の高齢者の見守り組織「あったか思いやりの会」
- 【自治体と地域が協働で】
- 壬生町の「地域見守りチーム」
- 足利市の「市高齢者見守りネットワーク連絡会」
- 【県が推進し26市町に設置】
- 孤立死を防ぐための見守り活動「とちまる見守りネット」

ケアされる人から、支え合う人へ

街中サロン なじみ庵



「地域の高齢者の「もったいない力」を活かす」

「家にいたら毎日同じ。でもここに来ればみんなが居て、毎日学ぶことがあるんだ」と賑わうカフェスペースで朗らかに話す80代の女性。

ここはNPO法人ゆいの里が運営する「街中サロン なじみ庵」。地域高齢者の「生きがい」と「居る甲斐」づくりの場、そして世代間交流や商店街の活性化をめざし、2005年に県と那須塩原市との協働事業として始まった。

なじみ庵の様々な仕事や活動は、会員（那須塩原市に住民票のある65歳以上の方）と地域ボランティアの力で担われている。会員は元気な高齢者だけでなく、要介護者や要支援者の方も多し。一人ひとりできることは異なるが、それぞれが得意分野を持つ。長年の生活や仕事で身に付けたスキルをサロンの運営や自主グループの活動、会員同士やサロンに集まる子ども達との交流に活かしている。

「お互いさま」で支え合う

ゆいの里の代表の飯島さんは、「誰かの役に立っている」「必要とされている」という自信は、それだけで生きる力となりま

「行きたい場所がある、会いたい人がある」

今年で活動8周年目を迎えるなじみ庵は地域に根付き、多くの利用者にとってかけがえのない「居場所」となった。なじみ庵に通うことを「やみつき」と笑う女性や、なじみ庵を「オアシス」や「止まり木」と例える人も。なじみ庵の高齢者は皆、自分出来ることに誰かの役に立ちたいと前向きだ。

「行きたい場所がある。会いたい人がある」を言葉にして、自分の生きがいと居場所を見出したバワフルなお年寄り達は、今日も誰かのためになじみ庵に足を運ぶ。

「お年寄り＝弱者」、「一方的にケアされる側」という考え方は、お年寄りの役割や生きがいを奪っているのかもしれない」と話す。「みんな同じ」のケアではなく、会員一人ひとりに寄り添い、その人に合ったケアやサポートを考える。

飯島さんは「今、居場所を必要としているのは高齢者に限らず、子ども達や子育て中のお母さん、病氣や障害を持った若い人達も同じ。なじみ庵を訪れる色んな人たちが、ほっと安心して居られる場所を求めています。高齢者に限らず「お互いさま」という気持ちで地域で支え合うことが大切だ」と話す。

■発足の経緯

在宅介護をする人を「孤独」と「孤立」から救いたいと活動が続いている「佐野市在宅介護家族の会」。毎月第2金曜日に集まり、悩みを共有したり、介護サービスについての情報交換などを行っている。

会の発足は約14年前。佐野市社会福祉協議会が行った「介護者研修」に参加した会長の前橋美那子さんの声かけで集まった。前橋さん自

悩みを共有し情報交換 ～あなたはひとりじゃない～

佐野市在宅介護家族の会



■活動内容と介護者の特徴

現在の会員数は約90人。在宅介護をしている人とその経験者のほか、この会の活動に賛同してくれる専業主婦（介護士など）も所属している。会員の約2割は有職者だが、これまで介護離職者はいないという。

月1回の集いの他にも料理教室や防災講習、1泊2日のリフレッシュ研修などを行い、会員同士が絆を深めている。

介護者には性別による特徴もあるという。女性性は夫の無理難癖によりストレスを多く抱える一方、男性は仕事ばかりで近所付き合いもなく、孤独な介護になりがち。手抜きが出来ず、弱音を吐けないのが特徴だ。

■お互いの思いを語り合う

1月11日（金）に開催された集いには、約15名が参加。お茶を飲みながら、穏やかな雰囲気の中で、皆が発言者の言葉をじっくりうなずきながら聴く。

半身不随の母親を約21年間介護をしている男性は、「毎日が忙しく、いっぱい いっぱい。ついつい怒ってしまふので、介護される人もストレスが溜まってしまふでしょう」と語った。長年にわたる仕事と介護を両立してきた男性は現在まで独身で、近所に住む妹の協力を得ながら介護を続けてきた。仕事をしていた頃は、昼休みに一時帰宅して世話をすることも多く、職



会長前橋さん（上段向かって左から2番目）と各地域の世話人の方々、事務局の社会福祉協議会 和田さん（上段向かって左端）

【問い合わせ先】佐野市社会福祉協議会 総務福祉課
TEL 0283-22-8136 FAX 0283-22-8199

場の人に状況をすべて話し、理解を得ていたという。

他の女性は「介護認定は介護者に寄り添った認定してほしい」と語った。それに対し、この日参加していたNPO法人風の詩（社会福祉士事務所）の代表で社会福祉士の永島徹さんは、「日ごろの介護で苦慮していることを簡易書きのメモにしておきます。そのメモを調査員に見せたり渡すことで、介護の状況を知ってもらいやすくなります」とアドバイスをした。

最後に永島さんは、「介護サービスの利用者側からも経験に基づき知識や情報を提供していただくことが大切」と地域資源である家族の会の重要性を語った。

■一人で悩みを抱えないで

「佐野市在宅介護家族の会」の合言葉は「明るく 楽しく 笑顔で」。より多くの家族介護者への会に参加してもらい、苦しみを吐き出し、介護に向かうエネルギーを得てほしいと、今後も積極的に参加を呼びかける。

行政

安心して暮らせる毎日をサポート
人と地域をつなげる 自治体の取り組み

デマンド交通

利用者のニーズに合わせて、バス・タクシー・ワゴン車などで目的地（病院や買い物、公共施設など）まで送迎を行う。車を運転しない高齢者や交通弱者の移動手段として、幅広いエリアで利用されている。

※事前に、登録や予約が必要。各市町による。

「デマンド交通例」

- いちごタクシー（真岡市）
- キラ輪（りん）号（野木町）
- おでかけ号（下野市）、など

お買い物代行・宅配サービスなど

日常の買い物や困難な方々に代わって、買い物代行や宅配サービスなどを行う取り組みが、県内各地で行われている。

「お買い物代行・宅配サービス例」

- 栃木市
- 株式会社「プラッツおおひら まごころ宅配便」（希望する商品を自宅まで届けるサービス）
- 【買い物支援事業例】
- 鹿沼市「買い物支援」モデル事業（食料品などを積んだ車が出向く事業）

とちぎ権利擁護センター「あすてらす」（栃木県社会福祉協議会）

「あすてらす」では、認知症や知的障害など判断能力が十分でない方を対象に、地域で安心して生活できるような福祉サービスの利用手続きや日常的な金銭管理などに関する無料で相談に応じている。現在、県内13ヶ所に設置。

【内容】

- ①福祉サービスの利用援助
- ②福祉サービスを安心して利用できるお手伝い
- ③日常的金銭管理サービス
- ④日常生活に必要なお金の出し入れ
- ⑤書類等預かりサービス
- ⑥印鑑や証書などを安全な場所でお預かりする

※サービス利用や利用方法はお近くの市町社会福祉協議会へお問い合わせください。詳しくは、
<http://www.tochigikenakyo.jp/service/kenri/index.html>

企業

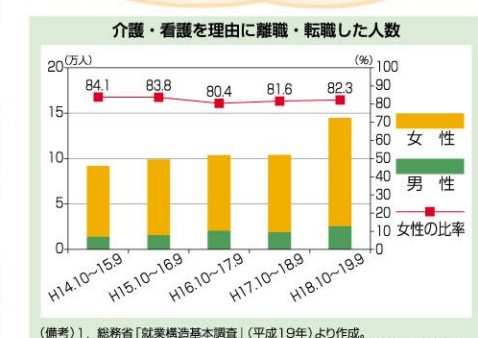
働きやすい環境をつくる！
仕事と介護が両立できる、柔軟な働き方を目指して！

介護離職者の8割が女性
一度離職すると、再就職も難しい
今後は男性介護者が増える傾向に...

従業員が、介護に関するストレスや悩みを一人で抱え込まないためにも、企業は様々な取組みが必要です。ワークライフバランスを実践することにより、優秀な人材の確保や従業員のモチベーションの向上、離職率の低下、生産性の向上などの効果が生まれます。

仕事と介護を両立するためには、気軽に介護に関して職場で話したり、相談できる環境づくりが必要だね。

介護・看護を理由に離職・転職した人数



（備考）1. 総務省「就業構造基本調査」（平成19年）より作成。
2. 複数回離職・転職した者については、前職についてのみ調査しているため、前職以前の離職・転職については数値に反映されていない。

企業が行っている仕事と介護両立への取組み例

介護休業 身の回りの世話などの介護のためにとる、ひとまとまりの休暇	介護休暇 家族の通院の付き添いや買い物などのためにとる単発の休暇
短時間勤務制度 所定労働時間を短縮する制度	フレックスタイム制度 一定期間の総労働時間を労働者本人が、始業・終業の時間を決めることができる制度
テレワーク パソコンなどを使い、時間や場所の制約を受けずに、在宅勤務などで柔軟に働くこと	その他、業務の「見える化」・複数担当制など行っている企業もある

厚生労働省では、仕事と育児・介護を両立できるような様々な制度を持ち、多様でかつ柔軟な働き方を労働者が選択できるような取組を行う企業（ファミリー・フレンドリー企業）を表彰しています。

親子で工作体験
「紙トンボ」を作った後、飛ばして遊んだよ☆



【受講者の声】

- とても勉強になった。役に立った。
- 家族で参加して、色々気づきがあった。
- 大人にも楽しめる内容だった。



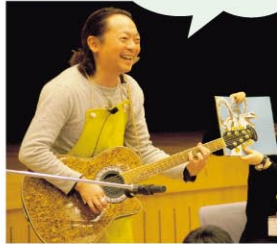
液体窒素を使った実験では、花が凍った!!

風船が浮いたよ



講師 わくわくグランディ科学ランド

子ども達の未来のために、父親を楽しむパパが増えれば、日本も変わっていく!



後半の絵本ライブでは、子どもも大人も一緒に盛り上がった
講師 NPO法人 ファザーリング・ジャパン
ファウンダー 安藤 哲也



ストレス対処の基本

1. ストレス要因の排除・軽減
2. ストレス耐性の強化
 - ①健康の保持・増進
 - ②食事③運動④睡眠
3. 周囲のサポート

- 第1部「敵を知る—ストレスとその影響」
- 第2部「己を知る—人間理解のてがかり」
性格テスト・行動パターンテストを行い自分を知る。
- 第3部「敵と戦う—ストレスへの対処法」
- 第4部「被害修復—ストレス症状の手当」
2つの心理テストで、現在の心の状態をチェック。

【受講者の声】

- 自分の時間と体を大切に必要性を感じた。
- 日常生活の改善やストレスを上手に処理するヒントを数多く知ることが出来た。
- 心理テストで自分の状態を確認できた。



こんなに美味しく作れました

有名シェフの指導を直接受けたことは大きな自信となった。
家庭で実践し、家事参加機会の拡大につながるものと期待されます。

- はじめに丸鶏をさばき、それぞれの部位に切り分け、以下の①から③まで3種類と、デザートを作った。
- ①鶏胸肉のサラダ サルサソース
 - ②鶏もも肉ときのこのクリーム煮
 - ③鶏ガラのブイヨンスープ
 - ④ムースショコラオレンジ風味

【受講者の声】

- 今まで体験したことがない料理を覚えられた。
- 鶏肉一つで色々な料理が出来る事がわかり役に立った。鶏肉をさばく機会は、初めてだったので、楽しかった。

地鶏一羽から作れる多彩なフランス家庭料理
比較的短時間で、素材の魅力を十分に引き出せるメニューで実施。



講師 オーベルシュ
オーナーシェフ
音羽 和紀



講師 アイ・エスのクリニック
原 院長
隆

第1回 2/9(土)

ストレスマネジメント講座
「ストレスと上手につきあうコツ」

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、ワークモ
ライフもいきいきとした生活を営むため、ストレスとの上手な付き合い方を
学び、ちよっと豪華なフランス家庭料理を体験しました。

男のセルフ・パワーアップ
「男のライフバランスを考える講座」
「これから人生を自分らしく生きる」

第2回 2/16(土)

男の手料理術
「カラダに優しい食育ミニ講座」

子どもと一緒にハッピータイム
「おもしろサイエンスショー」
「わくわく工作体験」

第1回 12/1(土)

「空気で遊ぶ」をテーマに、カラフルな風船やボールリング玉を空気の力で宙に浮かせたり、ペットボトルロケット、液体窒素で花が凍る実験などをクイズも交えながら親子で楽しんだ。その後、紙トンボを作成。自分で羽のデザインを考えたり、実際に飛ばして遊んだ。

第2回 12/8(土)

パパが読むとおもしろい! 絵本で子育て
「パパ力を磨く講演&絵本読み聞かせ」

「父親をもっと楽しもう」をテーマに、少子化日本の現状や男性の子育ての悩みや課題、メリットが語られた後、絵本読み聞かせのコツを学んだ。

●OS(父親ソフト)を入れ替える
父親は子どもと接し、OSを入れ替えるながら親になっていく。OSを新しいものに入れ替えながら子育てを楽しむ。

●女性が社会で活躍するには男性が育児に参画することが必要
少子高齢化が進む日本、男性の育児参画により、仕事と育児の両立も可能になり、女性の出産意欲も高まる。育児は期間限定。父親も主体的に働き方を変える。家族との時間を増やすことで、母親の不安も軽減され、子どもの情緒も安定する。家庭内のマネージメントがパパからママである。仕事も人生も楽しめる環境を自分で作ろう。

●愛情曲線
出産直後や乳幼児期に夫婦一緒に育児を行うと、女性の夫に対する愛情が下降せず回復する。子どもが巣立ってからのお後後も考え、今から夫婦の会話を大切にしたい。

メディア・リテラシー講座
「メディアとうまく付き合う方法」
「ホントにその情報は正しい?」

1/26(土)

講師 メディアジャーナリスト 渡辺真由子

この講座では、報道記者やディレクターを経験され、メディア・リテラシーの研究をしている渡辺講師より、身近な題材をもとに、様々なメディアから発信される情報を読み解き、真実を見抜くテクニックを学んだ。

メディア・リテラシーとは、
情報の作り手
メディアを使って表現する能力
(実践)
+
情報の受け手
メディアの特徴、テクニック、影響を「批判的に読み解く能力」を指す。

メディア・リテラシーとは、2つの能力の複合をいう。日本ではメディアを批判的に読み解く能力が低く、「主観的な読み解き方や実践への偏りがある」。

●メディアは「客観的」か?
歴史的な背景により、メディアは客観性を主張しているが、実は主観がこもり込んだ報道を「客観報道」として明示している。
※客観報道＝事実に基づいた内容を主観を排し公正に伝えること。

実は、「見せかけ」の客観報道である!
例えば、各新聞の社説・選挙的夫婦別姓法案」で見ると、
【A新聞】「考えたい子供への影響」
「ネガティブなイメージを発信」
「夫婦別姓により、子供がいじめられたり、家庭が崩壊する」というイメージ
【B新聞】「女性を後押しする力に」
「選択制の方が女性の社会進出を後押しできるのではないかとイメージ」

各メディアには「イデオロギー」が存在するため、論調が異なっている。
メディアはイデオロギーをニュースに盛り込み、常識化している。
※イデオロギー＝特定の物の考え方(思想)

●メディア・リテラシーを身につける!
メディアに左右されないために「情報を一歩引いた目線で眺め、発信者の意図」を考えるクセをつける。このCMやドラマが伝えたイデオロギーとは何か?などを常に考え、判断する。自分の考えを持ちながら、情報に接していくことが大切。

【受講者の声】
①最近の気になるメディアについて、意見を出し合いました!
●匿名報道や著名記事があまり無い
●メディアの記者も男性が多いのではないか?
●メディアが与える子供への影響が大きい

②アンケートより
●メディアに「裏」があることが確認できた
●今後のメディアとの関わり方の参考になった
●ニュースの作り方が理解できた
●女性がこんな性による不平等を感じているとは思わなかった

なぜジェンダー表現が偏るのか?
メディアの作り手に偏りがあるため。
・新聞記者の女性15.9%・民放管理職の女性12.1%
・NHK管理職の女性4.3%
(男女共同参画白書2012より)
情報発信過程が男性の視点(メディアだけでなく、一般企業も含め)。スポンサーも作り手の女性も女性の視点が反映されにくい。受け手(視聴者)もジェンダー表現をあまり意識していない。受け手が、メディアに対して意見を言うことも大切である。

●ジェンダーとメディア
メディアは典型的なジェンダーイメージを利用している。受け手は、ドラマやCMなどで男女としての自分の考えを持ってしまいうため、個人のアイデンティティ形成に影響が大きい。そしてジェンダーイメージは、自分が吸収するだけでなく、周りにも押しつけてしまう根深い問題でもある。
※ジェンダー＝社会的・文化的な性のありよう(男らしさ・女らしさ等)

●思いっきり生きるポイント
健康を意識しすぎて自分らしさが失われたら「自分」ではなくなる。あまり健康にとらわれず、自然体で生きよう。
老後の不安解消に、自分はこの墓に入るのか?それとも散骨か?など、自分の最新のイメージを持つておこう。
自分で自分の意志が持てなくなったときのための、「エンディングノート」を書いておこう。
「おひとりさま」の時代だが、一人にならず、誰かがいるところに行こう。ネットワークを大切にしよう。
同じ価値観をもつ新しい友達を作る勇気を持とう。
友達作りはほめることから!
好きなことをしよう! 今、ワクワクすることが大切。
●すてきな人生を送るために
オシャレになろう。人が見ていい話しかけたらいいと思えるような明るい色を纏うように心がける。
いつも笑顔で、表情に気をつけよう!

女性のセカンドライフ充実講座(全2回)
自立した「おひとりさま」を目指して

第1回 11/28(水)

最新まで思いっきり人生を楽しむコツ

自分らしくいきいきと豊かな第2の人生(セカンドライフ)を目指して、老後の豊かな人間関係やライフプラン、お金の制度などを学び、一人の人間として自立することの重要性に気づき、これからの人生を充実させる術を学んだ。

第2回 12/12(水)

知っておきたい自立のためのマネー・制度あれこれ

いきいきと自分らしく老後の人生を送るためのお金や制度などを学び、老後の不安を解消、いきいきと生きる「これから」を考えたい。

●これから時代に必要なのは
ライフステージや経済状況が変わっても行き止まりにならず、しなやかに前に進める「自分軸定めのマネープラン」
①病気のケア、②収入の減少、③老後の生活、④自分の介護、⑤住む家を立てておこう!
【老後の生活】女性はいくつまで生きることがあるのか、必要なお金もさまざま。日常の延長線上にあるゆとりも考えて、老後のお金を計算しておこう。
【自分の介護】長生きすればするほど、おひとりさまになる可能性は増す。老人ホームの入居費、家の改修、ベッド等自分の介護に十分とした備えが必要(参考として要介護状態となった場合の初期の必要資金:平均300万円/月々では平均18万円)。
【住む家】購入が賃貸か、あるいは現役中は投資用賃貸マンションで家賃収入を得て老後は自分がそこに住むなどの方法がある。金額が大きいからこそ、どう向き合うかが重要。
目的別に短期(日々出ていくお金)、中期使用(道が決まっているお金)、長期(将来のお金)の3つに分けて、お金の整理しよう。

【受講者の声】
●お金の知識がないので、考えの基礎ができた。
●いかに収入を増やしていくか、真剣に考えなければと思った。

パルティ 情報ライブラリーから

本の紹介

被災ママ812人が作った子連れ防災手帖

つながる.com 編/メディアファクトリー



震災の現実。そのとき、どうやってわが子を守ったか。想定外、では済まされない。子どもを守るために本当に必要なこと。3.11その瞬間と直後、そしてその後の避難生活などのママたちの実体験をもとに、対策をまとめた防災本。

パルティには約20,000冊の図書があり、ホームページからも検索・予約ができます。ぜひご利用ください。
<http://www.parti.jp/>

女たちが動く 東日本大震災と男女共同参画視点の支援

みやぎの女性支援を記録する会 著/生活思想社



「津波ですべてを失った女性が手にした一本の口紅。それは、生きる力を蘇らせるひとすじの光となった」。女性視点の被災者支援とはどういうことか。被災女性が被災女性を支援する一年の記録ですべてがわかる。新たなまちづくり、防災力を高める地域づくりの参考にもなる一冊。

妻たちの介護 在宅介護で孤立しないために

中村和仁 著/新泉社



介護する妻たちが直面する問題、その解決法は……。『もう在宅での介護は限界』『したくても踏み切れない在宅介護』『特養を断りデイサービスで介護をやり通す』『母のために介護施設をつくった女性』など、18人の在宅介護体験談から、妻に重くのしかかる負担と心の葛藤を少しでもやわらげ、家族や社会とうまくつながる手がかりを紹介する。

妻が再就職するとき セカンド・チャンス社会へ

大沢 真知子 鈴木 陽子 著/NTT出版



結婚・出産を機に一度退職した女性たち。育児もある段階に達し、専業主婦という立場から再び社会復帰を望む動きが高まっている。女性たちが妻であり母であり職業人でもあるという複数のアイデンティティを持てる社会の実現、そうした生き方はあり得るのか。働き方のリ・デザインを多くの事例から考える。

ちいき情報 県内で活躍中のひと・グループの紹介です。



きっかけは子どもの応援から。その後生涯スポーツとしてサッカーを続けている



わりをしない年齢にあった練習のメニューをこなす選手たち

宇都宮を拠点に活動している女子サッカーチーム「とちおとめ」は、数年前に40歳以上の大会（O-40）ができたことを受けて、県内の9つあるクラブチームの中の4チームが集まって出来た合同チーム。主婦や会社員、介護士などさまざまな職業を持つ40代～60代の女性15～16人（人数は固定されていない）で構成される。

他県にない合同チームだが、いつも笑顔で和気あいあいとした雰囲気漂っている。練習は、所属する各チームでの練習の他に、合同チームとして月一回程度（不定期）練習場を確保して行われる。広いグラウンドを走り込んだり、パスやシュートのメニューをこなしたり、自分自身の体調と向き合いながら、疲れれば各自自由に休みをとって、ひとり一人がレベルアップに

30年を超える歴史があるという栃木県的女子サッカー。その中で、中高年になっても大好きなサッカーの選手として輝いている女性たちがいる。

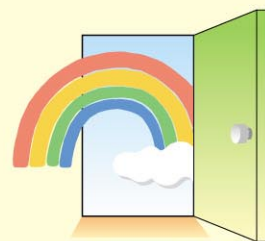
代表の津田千明さんは「チームスポーツであり、広いピッチを自由に動き回れるのがサッカーの魅力。チームのみんなと活動したり試合に勝った時がこの上なくうれしいと感じる瞬間です。これからも自分を輝かせる生涯スポーツとしてチーム「とちおとめ」を多くの女性たちに広め、継続していきたいですね」と抱負を語ってくれた。

40代～60代で楽しむ生涯スポーツとしての女子サッカー

女子サッカーチーム「とちおとめ」

励む。その練習の成果として今年度は年3回の公式戦に参加し、全国3位という輝かしい結果も残すことができたという。

しかし、そもその始まりは、子供たちのサッカーを応援して刺激を受けたお母さん達が集まって自らサッカーを始めたことがきっかけだった。「初心者だけど体を動かしたかった」、「中学・高校とサッカーをしていて出産後にまたやってみたかった」等いろいろだが、家族に支えられながら20年近く続けている人が多いという。



こんにちは 相談ルームです

～デートDVの被害者に
ならないために大切なこと～

デートDVについては、一回にわたり当コーナーでお伝えしてきました。

DVには、身体的暴力の他、精神的、経済的、社会的な暴力の等があり、そのような様々な暴力による支配や束縛も、愛情ゆえの拘束と思い、DV被害という自覚がなくなる可能性があることをお伝えしました。なお、前回では被害に遭ってしまった場合は、ひとりで抱え込まず誰かに相談し、様々な支援策や支援者との連携により、DVの渦から抜け出すことの大切さについてお伝えしました。

思春期、青年期におけるデートDVの背景には、時代の流行や若者文化の影響もあるようです。特に携帯電話等の普及により、相手を監視する目的に使われ、彼女（彼女）からメールが来たらすぐに返信しなければならぬと思いつまされていくという傾向もあるようです。氾濫する情報の中には、すぐに返信しないのは相手を考えていない証拠など、偏った見方が発信されているものも見受けられます。

彼女（彼女）を拘束したいと思っている相手はどのような都合のいい見方を取り入れ、すぐに返信する事をルール化して、束縛を強めてくる場合も考えられます。し

かし、そのようなルールには相手の自由を考慮する人権意識があるとはいえません。

人権意識に基づいた自分自身の判断力がないと、作られたルールにも疑問も持たないで従ってしまうことがあるようです。DVの被害に遭わないためには、当たり前とされている事からも、「これって本当かな？」と自身で考えられる判断力を培うことがとても大切なことです。そのためにはジェンダーやDVについて知識を持ち、流行や相手の好みに惑わされない力を持つことが重要です。また、「もしかしたらDVなのでは？」と感じた時は、一人で悩まず早めに相談してくださることを願っています。

○女性のための一般相談

電話 月曜日～日曜日 9時～16時
面接 火曜日～日曜日 9時～16時

○女性のための配偶者暴力相談

電話 月曜日～金曜日 9時～20時
土曜日・日曜日 9時～16時
面接 火曜日～日曜日 9時～16時

○女性のための健康相談

毎月 第1木曜日 16時30分～18時30分
(予約制)

○女性のための就職相談

電話・面接（面接は予約制）
火曜日～木曜日 13時～16時

○男性のための電話相談

毎月 第一・第三水曜日
17時30分～19時30分
※祝休日・年末年始はお休みとなります。

不妊専門相談センターから

不妊治療中の ストレス解消法について

不妊治療はここまでやったらこうなるという明確なゴールが見えづらいことに加え、妊娠への期待と妊娠できなかったときの落胆が繰り返されることから、精神的なストレスがたまりやすい状況にあります。

ストレスがたまるとイライラしたり、マイナスなことばかり考えがちです。そのような時は気分転換をして脳細胞をリフレッシュすることが大切です。ここでは、前向きに治療などに向き合えるよう、いくつかのストレス解消法をご紹介します。

1 日常生活を楽しく過ごす

不妊治療ばかりに意識を集中せず、そのことを忘れるくらい、日常生活を楽しく過ごすことが良いといわれています。

治療後や通院後、自分にご褒美をあげたり、自分の趣味に熱中したり、アロマで癒されるのも良いでしょう。また、夫婦でテレビなどを見て、思いっきり笑うなど、楽しい時間を共有してみるのもよいでしょう。

2 体を動かそう

体を動かすことによって、緊張で硬くなった筋肉をほぐしてあげましょう。血液循環も良くなり、新陳代謝も向上し、体全体のバランスが整っていきます。気分も変わり、妊娠に必要なホルモンバランスも整う効果も見込めます。ぜひ取り入れてみてください。

3 当事者同士、話をしてみよう

不妊のストレス解消法として有効なのは、「不妊は自分だけではない」ということを実感することです。自助グループや当センターのグループ相談会などを活用し、同じ悩みを持っている方と話をし、思いや悩みを共有することが、不安を解消する手助けにもなります。

ストレス解消法は、人それぞれ違うと思いますが、自分が無理なく出来るものを、うまく生活の中に取り入れていきましょう。

●助産師による相談

○火曜日～土曜日
10時～12時半、13時半～16時

●医師による相談

○毎月第4木曜日（要予約）

●グループ相談会

○毎月開催（要予約）

詳しくは電話及びメールにてお問い合わせください。

専用電話：028-6655-8006

Eメール相談：tunin@partijp

バルティのホームページ

<http://www.partijp.jp/>で不妊に関する詳しい情報がみられます。

マドレボニータの「産後の心と体のセルフケア」
(6月コース・9月コース 全2回)

子育てには、母の心と身体の健康が必要です！

●開催日・講師・内容

【6月コース】①6/20(木) ②6/27(木)
【9月コース】①9/ 5(木) ②9/12(木)

NPO法人マドレボニータ認定
産後セルフケアインストラクター 佐藤 直子

●時 間 10:00～12:00

●対 象 産後2ヶ月以降の女性と赤ちゃん(産後は何年まででも)
生後6ヶ月未満の赤ちゃんは一緒に参加できます。

●定 員 各コース14名

●受講料 各コース2,000円

●申込締切 【6月コース】5/21(火)
【9月コース】8/ 6(火)

※この講座は、満6カ月から未就学児までの保育が可能です。

※「マドレボニータ」とは、スペイン語で「美しい母」の意。
産後ヘルスケアプログラムの開発・研究・普及をしているNPO法人です。



よしこSUNのカラダほぐし
・ココロほぐし (全4回)

よしこSUNの絵に囲まれて、ヨガでカラダをほぐした後、子育てや家族のことなど、女性同士のおしゃべりでココロをほぐしましょう。

●開催日・講師

① 9/19(木) ② 9/26(木)
③ 10/ 3(木) ④ 10/10(木)

詩画作家・ヨガ指導者 岩原 淑子

●時 間 ヨ ガ 10:00～12:00

おしゃべり 12:00～13:00
※おしゃべりタイムは希望者のみ、ランチ持参

●対 象 女性

●定 員 20名

●受講料 4,000円 ●申込締切 8/20(火)

※この講座は満6ヶ月から未就学児までの保育が可能です。6ヶ月未満の赤ちゃんは同伴でご参加できます。赤ちゃんの泣き声や怠づかいを感じながらのヨガになりますので、ご了承ください。

バランスアップ 自力整体 (全4回)

自分でできる整体です。体重を掛けてツボを押しながら、ゆったりと疲れやコリをほぐしてバランスを整え、自然治癒力を高めます。どなたでも無理なく行えます！

●開催日・講師

①7/2(火) ②7/9(火) ③7/16(火) ④7/23(火)

矢上予防医学研究所認定 自力整体予防医学指導士 岩村 智恵

●時 間 18:45～20:30

●対 象 どなたでも

●定 員 20名

●受講料 4,000円

●申込締切 6/4(火)



ファイナンシャル・プランニング技能検定3級
試験準備講座 (全14回)

FP3級取得を目指す実践的講座です。

保険や税、年金の仕組み、資産運用について知りたい方も。

●開催日・テーマ・講師

①5/ 8(水) ②5/15(水) ライフプランニングと資金計画
③5/22(水) ④5/29(水) リスク管理
⑤6/ 5(水) ⑥6/12(水) 金融資産運用
⑦6/19(水) ⑧6/26(水) タックスプランニング
⑨7/ 3(水) ⑩7/10(水) 不動産
⑪7/17(水) ⑫7/24(水) 相続・事業承継
⑬8/21(水) ⑭8/28(水) 試験の傾向と対策

栃木県ファイナンシャル・プランナーズ協同組合

●時 間 10:00～12:00

●対 象 女性

●定 員 25名

●受講料 10,000円 (別途テキスト代6,505円)

●申込締切 4/26(金)

※申込方法・注意事項

①4/2(火)から4/26(金)まで、先着順に受け付けします。(受付時間は9:00～17:00、ただし月曜日を除く)
②テキスト代6,505円を添えてパルティ窓口にお申し込みください。納付をもって受付とします。
尚、受講料10,000円は初日5/8(水)にお支払いいただきます。
③申込締切日以降のキャンセルの場合、テキスト代は返金できません。テキストは購入していただきますので、ご注意ください。
④試験日は9/8(日)です。受検希望の方は、別途受検料6,000円が必要です。受検申込みについては、6月頃講座の中でご案内する予定です。
⑤筆記用具、電卓を各自ご持参ください。



※この講座は、6ヶ月から未就学児までの保育が可能です。

S P A (Safer Peaceful Action)
・非暴力プログラム講座 (全2回)

SPA (Safer Peaceful Action) とは、自分/他人へのいじめ、虐待、DVなどの暴力を選ばず、被害者にも加害者にもならない、安全で平和な行動により社会を創る暴力予防プログラムです。非暴力の輪を拡げましょう！

●開催日・講師・内容

①7/24(水) ②7/25(木)

特定非営利活動法人TEENSPPOST代表
思春期・家族カウンセラー 八巻 香織

■Step1 暴力とはなんだろう
■Step2 なぜ心が通じ合わないのか
■Step3 暴力はどこから生まれるのか
■Step4 暴力が向けられる3つの方向
■Step5 大人から子どもへ受け継がれる暴力
■Step6 経済ピラミッドってなんだろう
■Step7 男らしさのボックス、女らしさのボックス
■Step8 自分に向ける暴力
■Step9 「安全の温泉 SPA計画」を作ろう
■Step10 ピアになること、アライになること
(支援者のセルフケア等も予定しています)



●時 間 10:00～16:00

●対 象 支援者(相談員、施設職員、暴力防止活動団体)や教員の方。関心のある方。

●定 員 20名

●受講料 2,000円(別途テキスト代1,200円程度)

●申込締切 6/25(火)

パソコン講座 ※この講座の詳細は、パルティ講座案内(パルティ館内、あるいは最寄りの公民館・図書館・市町窓口などで配布)にてご確認ください。

	講 座 名	開 講 日	時 間
再チャレンジ支援セミナー	パソコン講座 入門編 ～ゆっくりデビュー～ (全10回)	6/ 7(金)	10:00～12:00
再チャレンジ支援セミナー	パソコン講座 ～エクセル・ワード 基礎編～(午前コース) (全5回)	7/11(木)	10:00～12:00
再チャレンジ支援セミナー	パソコン講座 ～エクセル・ワード 基礎編～(午後コース) (全5回)	7/11(木)	13:30～15:30
キャリアアップ支援セミナー	仕事に役立つパソコン講座 ～パワーポイント～ (全2回)	9/ 7(土)	10:00～15:00
キャリアアップ支援セミナー	仕事に役立つパソコン講座 ～エクセル活用術～ (全2回)	10/ 5(土)	10:00～15:00



平成25年度
講座のご案内

●がついている講座は一時保育(満6ヶ月から未就学児)あり

●がついている講座は一時保育(1歳から未就学児)あり



講師 まち あせい 町 亜聖

●開講日・講師

7/28(日) フリーアナウンサー 町 亜聖

●時 間 13:30～15:00

●対 象 どなたでも

●定 員 200名(申込先着順)
※定員になり次第、締め切ります。

●受講料 無料 ※整理券が必要

●保育申込締切 7/2(火) ※申込先着順

幸せつなぐ! 男女共同参画セミナーステップアップコース
～みんなが育てる多縁のチカラ～(全5回)

自分も社会も、みんながハッピーな人生を過ごすために。つながって、わかちあう、本当の豊かさを手に入れよう。

●開催日・テーマ・講師

① 8/31(土) 仲間とステップアップ
～栃木県がもし100人の村だったら?～
(公財)とちぎ男女共同参画財団主任 芳村 佳子
自分力アップ
～になりたい自分になるセルフ・コーチング～
スマイルコミュニケーション代表
生涯学習開発財団認定プロフェッショナルコーチ 小林 里江
③ 9/28(土) 居場所を楽しむ
～先輩に学ぶ自分らしい生き方のコツ～ ゲスト
④ 10/12(土) 一歩を踏み出す
～①今の自分ができることから始めよう～ studio-L 工ミ
⑤ 10/19(土) 一歩を踏み出す
～②自分も社会も多縁でつなげる行動計画～ studio-L 岡崎 工ミ

●時 間 10:00～15:00

●対 象 基礎コース修了者

●受講料 無料

※修了者には「修了証」を交付します。

●定 員 30名

●申込締切 8/1(木)

父親の子育て応援講座(前期)
男の育児を楽しもう! ～パパも家族も笑顔になる子育て術～

子育ては自分育て! / VVだからこそできる子育てを見つけてみよう。

●開催日・テーマ・講師

7/20(土) 親子で楽しむお話し「恐竜博士になろう!」

絵本作家 黒川みつひろ

●時 間 13:00～15:00

●対 象 満4歳以上～小学校のお子さんとその保護者(VV、ママ、祖父母など)

●定 員 30組(先着順100名程度) ●受講料 無料

●申込締切 7/19(金) ※定員になり次第、締め切ります。

●保育締切 6/25(火)

※この講座は、親子参加型です(お子様のみのご参加はできません)。

また、満6ヶ月～3歳までのお子様は一時保育をご利用ください。

※参加者にもれなく、「恐竜博士認定証」が授与されます。



不妊・流産に悩む方のグループ相談会

同じ悩みを持つ人に“会いたい”“聞きたい”“話したい”という方たちの集まりです。

●開催日・テーマ

①4/20(土) ②5/18(土) ③6/15(土)

④6/20(木) ⑤7/20(土)

●時 間 ①②③⑤は13:30～15:30 進行: 不妊専門相談センター相談員

④は10:00～12:00

●対 象 不妊・流産に関連した悩みを持つ女性

●定 員 10名程度 ●受講料 無料

●申込締切 各開催日前日

※お申し込みは栃木県不妊専門相談センター(リビティ内: 028-665-8099)までお願いします。



お申し込み・お問い合わせは 4月2日(火)から!!

パルティ まで
電話・FAX・ホームページ・直接来館にて

携帯電話での
申込みはこちら



P12 無料講座

TEL 028-665-8323

FAX 028-665-8325

P13 有料講座

TEL 028-665-7706

FAX 028-665-7722

URL http://www.parti.jp/

パルティ 検索

○申込方法

パルティHPの専用申込フォーム、往復ハガキ(返信用ハガキには宛先を明記)、直接来館のいずれかにより、①氏名②住所③電話番号④年齢⑤一時保育希望の有無を明記の上お申込ください。整理券を返信します。

○講師プロフィール

1971年生まれ、埼玉県出身。立教大学卒業後、95年に日本テレビにアナウンサーとして入社。その後、報道の場にも活躍の幅を広げ、医療や介護の現場取材した。2011年6月に、「自分で取材をして自分で作って自分の声で伝える」フリーアナウンサーに転身。現在は、医療と介護を生涯のテーマに取材を続けている。脳障害のため車椅子で生活する母と過ごした十年の日々、家族の絆、そして父と母をがんで亡くした経験をもとめた「十八歳からの十年介護」(小学館)を出版し、話題をよんでいる。

幸せ力アップ! 男女共同参画セミナー基礎コース
～わたしの「チカラ」を伸ばす5つの方法～(全5回)

もっと楽しく、もっと自分らしく生きるために。あなたの持っている「チカラ」を引き出す、笑顔と気づきの5日間!

●開催日・テーマ・講師

①6/ 1(土) 「認めるチカラ」の身に付け方
～もっと自分が好きになる、
ハッピートレーニング講座～
桜井・法貴グローバル教育研究所代表 桜井 高志
②6/ 8(土) 「伝えるチカラ」の伸ばし方
～心地よい人間関係を築く
コミュニケーション術～
有限会社ヒューリス代表取締役 小林 京子
③6/15(土) 「気づきのチカラ」の磨き方
～「枠組み」を外すと世界が変わる!～
「モモタロー・ノー・リターン」作者 奥山 和弘
④6/29(土) 「生きるチカラ」の育て方
～わたしらしく生きるための
ハッピーアドバイス～
女性就業支援センター業務第2課長 佐藤 千里
⑤7/ 6(土) 「つながるチカラ」の広げ方
～つながる喜び無限大!
「多縁力」アップ講座～
宇都宮大学教授 廣瀬 隆人

●時 間 13:00～15:30 ●対 象 全5回参加できる方

●定 員 80名 ●受講料 無料

●申込締切 ①5/10(金)

※締切後、初めて基礎コースに参加される方を優先して、抽選します。

※修了者には「修了証」を交付します。修了した方は「ステップアップコース」に進めます。

とちぎ女性政策塾
～政策にもっと女性の声を! (全7回)

女性が変わると、社会も変わる!

●主な講師

宇都宮大学教授 廣瀬隆人/宇都宮大学教授 陣内雄次/家族相談室・エコース代表 阿部美代子/フリーアナウンサー 臼井佳子/(財)市川房枝記念会理事 山口みつ子/お茶の水女子大学准教授 斎藤悦子/宇都宮文星短期大学教授 山口哲子/地域振興戦略研究会 代表理事 黒崎日出雄/他

●内 容

講義やグループワークを通して、審議会等で必要とされる知識やスキル(プレゼンテーション、合意形成力等)を身につけます。

●開催日

① 7/13(土) ② 7/27(土) ③ 8/24(土)

④ 9/ 7(土) ⑤ 9/21(土) ⑥ 10/12(土)

⑦ 10/26(土)

●時 間 10:00～15:00

●対 象 審議会等に参画する意欲のある女性又はステップアップコース修了者や市町村からの推薦等

●定 員 15名(選考あり) ●受講料 無料

●申込締切 6/7(金)

●申込方法 「とちぎ女性政策塾申込書」による申込が必要です。

詳しくはお問い合わせください。

※修了者には「修了証」を交付します。



栃木県から

新しい自分に会いに行こう！
とちぎ次世代人材づくり2013

参加者募集！～地域で活躍するリーダーを目指して～

◆内容

人間性豊かで地域に貢献する青年リーダー及び女性リーダーとなるためのスキル習得や地域の課題、県外の取組などについて学びながら、仲間との交流を図る研修です。

- 1 基礎研修…リーダーとして必要な能力を身につけます。
- 2 応用研修…青年リーダー、女性リーダーに分かれて、グループで設定したテーマについて調査・研究を行います。座学やグループワークに加え県外研修も実施します。
- 3 研修成果発表会…グループの研究成果を発表します。

◆研修期間（日程は現時点での予定です。）

平成25年7月20日(土)～平成26年2月1日(土)
 青年リーダー：8回延べ11日間（うち県外研修3日間）
 女性リーダー：9回延べ11日間（うち県外研修3日間）

◆参加資格

青年リーダー：18歳以上40歳未満の男女
 女性リーダー：30歳以上66歳未満の女性

◆募集人員 青年リーダー・女性リーダー 各15名

◆参加費用 研修時の食事代等で多少の個人負担が生じます。

◆募集期間 平成25年4月22日(月)～5月24日(金)

◆応募方法 所定の申込書を居住する市・町の担当課へ

◆お問い合わせ先

栃木県青少年男女共同参画課
 ☎028 (623) 3074

栃木県男女共同参画地域推進員を募集しています！

県では、地域で男女共同参画に関する普及啓発などの活動をしていただく方を「男女共同参画地域推進員」に委嘱しています。多くの方に、市・町のイベントや広報紙編集などでご協力いただいています。

◆お問い合わせ先 栃木県青少年男女共同参画課
 ☎028(623)3074

男女共同参画社会を考える
「とちぎ県民のつどい」を開催します！

6月23日(日)にとちぎ男女共同参画センター（パルティ）において、男女共同参画社会を考える「とちぎ県民のつどい」を開催します。私たちのまわりの男女のパートナーシップについて、この機会に考えてみませんか？

◆日 時 平成25年6月23日(日)
 10:00～12:00 地域推進員・団体等による発表
 13:00～13:20 記念式典
 13:30～15:00 講演

◆講 演 「女性も男性も息苦しくない社会へ
 ～男女共同参画社会の今とこれから」
 講 師 和光大学教授 竹信三恵子

◆主 催 栃木県 講師 竹信三恵子
 (公財)とちぎ男女共同参画財団
 栃木県女性団体連絡協議会

◆お問い合わせ先
 栃木県青少年男女共同参画課
 ☎028 (623) 3074

鹿沼市から

男女共同参画セミナー in かぬま
次世代につなぐ参画の輪

◆開催日 平成25年6月25日(火)～11月28日(木)

◆場 所 鹿沼市民情報センター ほか
 詳しくはお問い合わせください。

◆お問い合わせ先
 鹿沼市人権推進課
 ☎0289 (63) 8352

表紙作者 よしこSUN



パルティ とちぎ男女共同参画センター

☆開館時間 9:00～21:00（日曜日は17:00まで）

☆休館日 ・国民の祝日
 ・毎週月曜日
 ・12月29日～1月3日

☆施設の利用 会議・イベント等にご利用ください。（有料）

☆利用申込み 受付時間 9:00～17:00
 ホームページで各研修室等の貸出利用状況がご覧になれます。
 詳しくは、電話にてお問い合わせ下さい。

情報誌のご意見・ご感想をお寄せください。

○編集・発行／公益財団法人とちぎ男女共同参画財団

〒320-0071 宇都宮市野沢町4番地1 TEL 028-665-7700 FAX 028-665-7722

URL <http://www.parti.jp/>

○印刷／株式会社 井上総合印刷

