

Parti

パルティ

講座・イベント れぽ〜と	7
ち・い・き Pick up!	11
相談ルームから	12
情報ライブラリーから(本の紹介)	13
平成28年度後期講座案内	14
インフォメーション	16
✦ めざせカジダン・おススメレシピ	10
✦ おすすめシネマ	13

特集

とちぎ男女共同参画プラン

「四期計画」スタート!

…2



パルティとは？

“参加・参画”を意味する
Participacion (スペイン語) から引用された、
とちぎ男女共同参画センターの愛称です。

とちぎ 男女共同参画プラン スタート!

四期計画

誰もが共に輝く「男女共同参画社会」の実現のために、県の施策の計画（四期、平成28～32年度）がスタートしました。今、どんな課題があり、解決のために県がどのような取り組みをしていくのか、主な事業を紹介します。



どんな課題があるまる?



計画策定の背景・社会情勢と女性を取り巻く状況

人口減少

少子高齢化

ひとり暮らし・
ひとり親世帯増

非正規労働者増

雇用の不安定

管理職女性が少ない

(管理職に占める女性割合)

13.3% H24

長時間労働
残業・休日出勤が多い

年間 186 時間 H26
(全国平均 154 時間)

男性の育休利用が少ない

男性、育休利用割合
0.8% (女性：95.5%)
H26

女性が出産で仕事を
辞めてしまう

30代女性の労働力が低下。女性の労働力率グラフは「M字カーブ」

DV相談件数の増加
県内相談機関への相談件数

2,075件 H26
警察でのDV認知件数
904件 H26

貧困の拡がり

働く女性の非正規雇用者増加。
56.4% H26

どんな取組をするまる?



基本目標 I

男女共同参画推進の環境づくり

男女が性別に関わりなく、それぞれの個性と能力を十分に生かし、共に責任を果たしていく「男女共同参画社会」を実現するため、下記に取り組めます。

1 男女共同参画の理解促進

- 「男女共同参画週間」での発信
- 男性の家事・子育て・介護等への参画促進



多くの人が集う「男女共同参画社会を考える県民のつどい」

2 ワーク・ライフ・バランスの推進

- 仕事と家庭の両立支援講座
- 保育サービス充実、介護を支える環境づくり
- 女性の活躍推進企業の認定・表彰、経営者・管理者向け啓発



夫婦で産後ケアを学ぶ「イクメン応援講座」

3 教育・学習の充実

- 学校での男女共同参画の視点での教育
- 家庭での男女共同参画を推進する研修
- パルティでの各種講座、出張セミナー



経営者・管理者向けに女性活躍を考える講座「トップセミナー」



学生が共働き家庭で「子育てインターンシップ」

基本目標Ⅱ

あらゆる分野における男女共同参画の促進

男性にとっても、女性にとっても、暮らしやすい社会を実現するため、地域・社会や職場における男女共同参画の推進と、女性が能力を発揮しやすい職場環境の整備に取り組み、女性のチャレンジを応援します。

1 地域・社会における男女共同参画推進

- 審議会等 政策・方針決定過程への女性登用、女性リーダー養成
- 女性の再就職や起業などのチャレンジを支援
- 自治会、防災など地域での男女共同参画



地域の女性リーダーを養成
「とちぎウーマン応援塾」



「更衣室はどこに設置？」
避難所運営ワークショップ

2 働く場における女性の活躍推進

- 男女雇用機会均等法の定着促進
- 女性活躍推進企業の認定・表彰、女性活躍推進に取り組む中小企業支援
- 男女とも働きやすい職場づくり、セクハラ・マタハラ防止啓発
- 農林業、自営商工業での女性活躍推進



女性管理職を育成する
「キャリア・マネジメント講座」



工事現場で活躍する建設業の女性技術者「とちけん小町」

3

特集 とちぎ男女共同参画プラン「四期計画」スタート！

基本目標Ⅲ

男女の人権の尊重と暴力の根絶

男女とも性別により差別されず、個人としての人権が尊重されるよう、女性等に対するあらゆる暴力の根絶や、生涯を通じた健康支援、困難等を抱える女性等への支援に取り組みます。

1 女性等に対するあらゆる暴力の根絶

- 配偶者暴力相談支援センター・性暴力被害者サポートセンター（とちエール）でのDV・性暴力被害者の相談・支援
- パープルリボン運動、暴力防止講演会
- 若者や教職員対象デートDV防止講座



パルティ相談ルーム、
とちエールのパンフレット



デートDV防止セミナー
「対等な関係ってなんだろう？」
真剣に聴く学生たち

2 生涯にわたる健康づくりの推進

- ピンクリボン運動、健康講座・相談、不妊相談、性感染症予防啓発



乳がん予防「ピンクリボン運動」にて、願いをこめてツリーにリボンを結ぶ様子



LGBTについて学ぶ
「男女共同参画県民講座」

3 困難等を抱える女性等への支援

- 貧困女性やひとり親家庭への支援、その子どもたちの学習・教育費支援
- セクシュアルマイノリティへの偏見防止

プラン冊子は、県ホームページでご覧になれます！

<http://www.pref.tochigi.lg.jp/c07/life/jyosei/danjyokyoudou/danjokyoudou-plan.html>

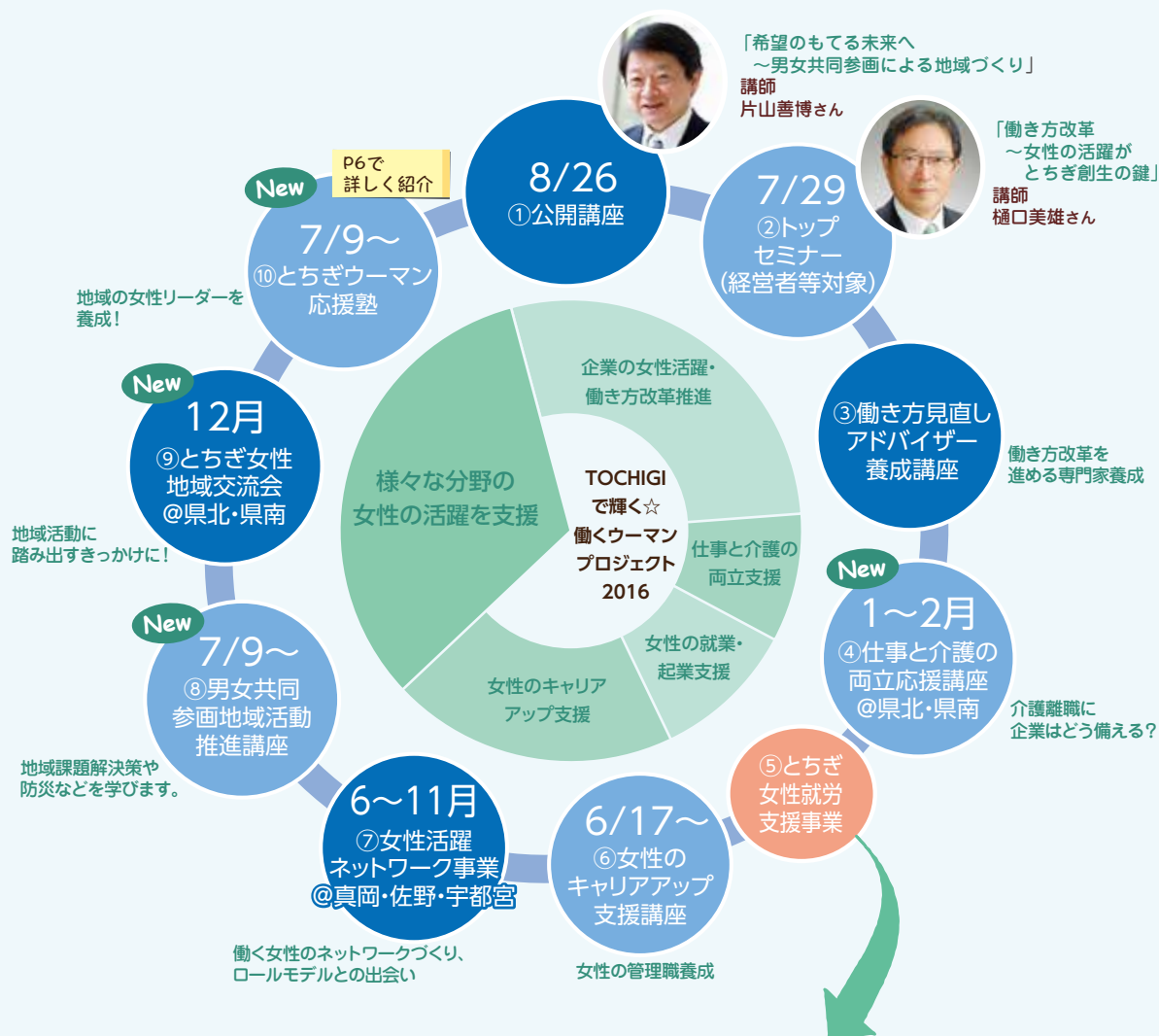
プロジェクト」を pick up!

もが自らの希望に応じた形で職業生活と家庭生活の両立ができる、携しながら、とちぎの女性を応援する各種取組を実施します。

プランの中から紹介するまる!



とちぎ女性チャレンジ 応援事業



⑤とちぎ女性就労支援事業

就 労 支 援

New

キャリアカウンセラーに よる就職相談

毎週水曜 9:00～16:00(電話・面談)
再就職への不安や、適職診断など、就労
への悩みを抱えた女性を対象に、相談を
お受けしています。
電話 028-665-8724

起 業 支 援 (ノウハウからチャレンジの場を提供)

プチ起業支援講座

9月～11月
カフェ、物販、サービス業の開業に
向けてのノウハウを学びます。
先輩起業家との交流会も。

New

チャレンジショップ

パルティ1階のスペースで、
3ヶ月の開業を実践!
7月からカフェや物販のチャレンジ
ショップが始まっています。

P6で
詳しく紹介



「とちぎ女性活躍推進プ

女性の活躍がTOCHIGIをもっと元気にする！ 女性をはじめ、誰働きやすい職場を増やしていくために、企業や団体等と連

New

とちぎ女性活躍 応援団事業

とちぎ女性活躍応援団の設立

県では、官民協働で、働き方改革や女性の活躍を様々な角度から支援する「とちぎ女性活躍応援団」を9月14日に設立します。

応援団に登録いただくと、企業等の名称や取組等を専用サイトに掲載したり、メルマガによる情報提供を行うほか、応援団の登録証とミニのぼり旗を贈呈します。

県内に所在する企業・団体であれば登録できますので、是非、応援団に参加いただき、一緒に働き方改革や女性活躍に取り組んでいきましょう！

●7月15日から会員の登録（仮登録）を始めていますので、ご連絡お待ちしています。

申込み・問合せ先：県人権・青少年男女参画課 とちぎ女性活躍応援団事務局

TEL：028-623-3074

認定・
表彰

男女生き活き企業（仮称）認定・表彰事業

県では、女性活躍推進に向けて、企業等の段階的な取組をサポートするため、認定・表彰制度の創設を予定しています。

<イメージ>

Step1：とちぎ女性活躍応援団への登録



Step2：女性活躍や働きやすい職場づくりを宣言



Step3：宣言項目を実践できている企業等を認定



Step4：認定企業の中から、特色のある取組を行う企業等を表彰

とちぎ女性活躍応援団キックオフ大会

～ オール栃木で未来を変える ～ <9月14日>

9月14日の「とちぎ女性活躍応援団」設立に合わせて、女性の活躍推進や働きやすい職場づくりに率先して取り組むことの重要性を、企業、団体、行政等の経営者及び管理職をはじめ、全員で考えるイベントを開催します。

基調講演



NPO法人 コジカラ・ニッポン代表
NPO法人 ファザーリング・ジャパン理事
川島 高之 さん



女性活用ジャーナリスト／
研究者（ChangeWAVE）
中野 円佳 さん

パネルディスカッション

コーディネーター

工藤 敬子 さん（(有)フェードイン代表／ワークライフバランスコンサルタント）

パネラー

○中野 円佳 さん（女性活用ジャーナリスト／研究者（ChangeWAVE））

○伊藤 綾 さん（(株)リクルートホールディングス ソーシャルエンタープライズ推進室）

○田村 篤史 さん（シーデビージャパン(株)代表取締役社長）

7~10月

とちぎウーマン応援塾



▲知事講話

宇都宮大学の陣内教授による「協働」の講義では、各地域で協働を実践する女性たちの成功事例から、私たち住民が地域の問題を自分たちのものとしてとらえ、自分たちから出てくることを考え率先して動いていくことが、まちづくりにとって大切であると学びました。

福田富一知事からも、ご自身の実体験を交えながらのお話と、受講生に向けた激励のメッセージをいただきました。受講生からは、「男女共同参画推進に向けての意欲を高めることができた。」などの感想が寄せられました。



▲陣内教授による講義

新たなチャレンジを目指す女性を支援し、県や市町の議会・各種審議会や地域活動等に参画する女性を育成することを目的とした「とちぎウーマン応援塾」が7月9日に開講しました。

本講座では、地域における意思決定の場でのリーダーとして必要な知識や技法、統計データの読み解き方や活用法等を、全6回にわたり講義やグループワークを通して学んでいきます。

第1回目は「男女共同参画地域活動推進講座」と合同で実施し、とちぎ男女共同参画センターの善林所長による「県の男女共同参画推進施策について」の講義から始まりました。少子高齢化社会の実態をふまえ、ワーク・ライフ・バランスや多様性の尊重など、県における男女共同参画推進の重要性を学びました。

パルティチャレンジショップ 7月にオープン!

第1期 H28.7.1~H28.9.30

夏から秋の装い アンティーク工房

野村 房子

着物、古布等からのリメイク服や小物等の販売

MARUTA cafe

田村 めぐみ

栃木県産の丸太に囲まれたRELAX空間で、地場の旬の食材を使った自家製シロップと発酵食品。身も心も健康になる自然派カフェ



▲MARUTA cafe

とちぎ男女共同参画センターでは、あらゆる分野における男女共同参画の促進を図るため様々な事業を展開していますが、女性活躍推進の一環として、商品等の販売やサービスの提供、カフェ・レストラン経営などの起業を考えチャレンジする女性のために、実践を学ぶ場と起業に必要な情報等を提供することで、「自分の店を持つて商売をしてみたい」という夢を持っている方の起業に向けた支援を行うため、「チャレンジショップ」を開設しました。

平成28年7月1日から平成29年3月31日まで、現在のレストランスペースを2分割し1期を3ヶ月間として、起業を目指す5人の女性が特色のある様々なショップを順次オープンします。

また、第3期の飲食店可能な空きスペース再募集につきましては、後日HPに掲載予定となっております。

第2期 H28.10.1~H28.12.28

木育エコ雑貨 =morisama=

森岡 道子

エコ雑貨・手作り品の販売
リラクゼーションアロマ
体に優しいネイルを使用している
ネイルサロン

木育カフェ HONTEN

大類 智枝

木育を通して木材の利用促進に取り組んでいる「えがおをつなぐとちぎ木育の会」が運営する、コミュニティカフェレストラン

第3期 H29.1.4~H29.3.31

プチプラアップサイクル レース&リボン

小田切 美奈子

古着リメイク体験/作品販売

再募集予定

飲食店出店可能なスペースです。
詳細は後日、HPに掲載しますので、
ご覧ください。

講座・イベントれぽ〜と

2月〜7月の間に行われた
イベントや講座の報告です

6月

男女共同参画社会を考える

とちぎ県民のつどい

6月23日〜29日は「男女共同参画週間」です。栃木県でも、毎年「男女共同参画社会を考える とちぎ県民のつどい」を開催しています。今年は6月25日（土）に開催し、午前は活動団体の事例発表、午後は式典と講演会を実施しました。

講演 「こころが変だよ、男女共同参画」 政策と生活のずれを検証する

講師 詩人・社会学者 國學院大學経済学部教授 水無田 気流さん



少子化・人口減少が進行する中、活躍することを期待されている女性たちは、現状では重い「家庭責任」と、「男性正社員並の就労」の両立を求められてしまっているのではないかと危機感から、お話がありました。

〈午前の部 活動団体の事例発表〉

とちぎつばさの会

「ドイツ女性の生き方を探る旅」と題してドイツ研修の報告。先進国の女性の生き方について知ることができ、興味深かった、と参加者の声。

とちぎ性暴力被害者サポートセンター

（愛称 とちエール）

性犯罪・性暴力被害者支援の相談窓口として関係した事例紹介と活動状況の報告。わかりやすい説明で、被害者支援の難しさがよくわかった。

認定NPO法人

ウイメンズハウスとちぎ

製作したDVD「私のいのちはわたしのもの」を上映。売春防止法ができて60年、あらためて女性の性と人権を考える場となった。



▲とちぎつばさの会

2〜3月

男女共同参画推進員研修会

〇「男女共同参画の視点からの防災」

（2月26日 佐野市）

講師…NPO法人全国女性会館協議会

事務局長 坂田 静香 さん



東日本大震災等の災害の経験から、性別や立場によって被災時の困難に違いがあることを知り、防災や復興のためには、日頃から地域で男女共同参画を推進することが大切であることを学びました。グループワークでは、参加者同士が積極的に意見を交わす場面が見受けられました。最後には「私たちができること宣言」として、地域や家庭において自分は何ができるかを考え、実は身近なところまでできる災害への備えがあるとの気づきがあった研修会となりました。

〇「地域でのワーク・ライフ・バランス」

（3月1日 那須塩原市）

講師…スマイルコミュニケーション

代表 小林 里江 さん



初めにアイスブレイクで簡単なゲームを行い、参加者同士交流を深めた後、講師のお話を聞き、ワーク・ライフ・バランスには人それぞれのあり方があることを学びました。グループワークでは、地域で男女共同参画を進める活動をする上での悩みや課題を挙げ、互いに解決方法を話し合いました。市町の職員も交えて、議論はとても活発に展開され、参加者は男女共同参画に関する意識啓発の推進の方法など、今後の活動のヒントを得られました。

7

講座・イベントれぽ〜と



男女共同参画セミナー 県民講座

5～6月

「フィンランドから学ぶ豊かさと平等 ～自分らしいライフスタイル～」

講師：東京農工大学特任准教授、文化人タレント 坂根 シルック さん



受講者からは、「平等の一つの形を教えてもらった」「もっと自分の時間や考えを大切にしたい」との感想が寄せられました。

フィンランドといえばムーミンやサンタクロースが有名ですが、福祉国家としても豊かな社会を実現し、世界の様々なランキングでトップに入る国です。その国民性は誠実で恥ずかしがり屋、物静かで真面目と、どこか日本人と共通する部分があると話すシルックさん。フィンランドでは男女だけでなく、親子間や職場での上司と部下においても平等であり、一人一人が意見を述べることで求められます。そのため子どもの頃から会話を通し、「考える」「習慣を身につけていくのだそうです。

両国のライフスタイルに精通されるシルックさんからは、「自分らしい人生を楽しむには自分自身を知ること」「今の生き方は、本当に自分がしたい生き方か。どういう風に生きたいのかを考えることが大切」というメッセージをいただきました。

「LGBTについて知ろう ～誰もがありのままの自分で生きることができる社会へ～」

講師：元タカラジェンヌ、LGBTアクティビスト 東 小雪 さん



（※1）LGBT・Lレズビアン（女性同性愛者、GLダイイ（男性同性愛者）、Bバイセクシュアル（両性愛者）、Tトランスジェンダー（からだの性と心の性の不一致の頭文字をとった言葉。参考資料・内閣府「性的少数者の現状と支援を学ぶ」より）（※2）セクシュアル・マイノリティ・性同一性障害や、先天的に身体上の性別が不明瞭である人など、LGBTを含む性的少数者の総称。

2015年に渋谷区で日本の行政初の、同性パートナーシップ証明書を取得された東さん。現在、同性パートナーと暮らしていますが、婚姻届が受理されないため、異性のカップルでは当たり前の法的保障が無く、困難を感じることが多いそうです。

LGBT（※1）などのセクシュアル・マイノリティ（※2）は、実はとても身近な存在ですが、当事者は自ら言い出しにくいいため、あまり存在が知られていません。もし、カミングアウトを受けた時には、まずは「話してくれてありがとう」と本人の打ち明けた勇気を受け止めて欲しいと提案がありました。「人は皆違っていい」と理解し、多様性を認め合える社会は、誰もが自分らしく生きられる社会だとの想いを伝えてくださいました。

受講者からは、「自分の気持ちに素直に向き合い、貫く強さに共感できた」「前向きな東さんに勇気をもらいました」などの感想が寄せられました。

「すべての女性が「衣食住」に困らず、孤立しない社会へ ～可能性を信じて～」

講師：一般社団法人Colabo代表 仁藤 夢乃 さん



受講者からは、「報道されているのはほんの一部であり、日本はいかに女子（若年女性）が大人の性の対象として被害にあっているかが分かり、衝撃的でした」「何が出来たかを考えて、大人としての責任を自分の子にも話していきたい」といった感想が寄せられました。

難民高校生だった仁藤さんの「居場所がない、自分と同じ境遇の子を支えたい」「今から変われば過去も変わる」という気持ちから始まった支援活動の実態を、ストレートな表現で語っていただきました。

家庭や学校で孤立し安心して過ごすことのできない小・中・高生が、大人の目に触れにくいSNSやJKビジネスなどを通して、性被害や性犯罪に巻き込まれています。これらには誰にでも陥る可能性があり、都会だけでなく栃木でも起きている課題です。

彼女たちが当たり前の日常を送るためには何ができるか？信頼できる大人とはどのような存在なのか？困難を抱えた若年者に寄り添う姿勢について、考えることができた講演となりました。

6～7月

ワーク&ライフ デザイン講座 (全4回と子育てインターンシップ)

講師：スリール(株) 代表 堀江 敦子 さん



▲最終報告会



▲子育てインターンシップ



▲「夢を実現するには、どんな仕事に就く？」学生を導く堀江講師

宇都宮文星短期大学の1年生を対象に、将来の仕事や生き方をデザインする講座（4回の授業と子育てインターンシップ）を実施しました。

1回目の授業では、「なりたい姿を描く」ワーク。将来の仕事、趣味、住まい、家庭について想像し、絵で表現しますが、分らない部分だらけ。具体的にイメージできない部分を掘り起こし、大人への質問に変換しました。

2回目の授業では、卒業生2名の体験談を聴き、質問することで取材の練習をしました。また、お子さんとの接し方や家庭訪問の礼儀などを学び、子育てインターンに備えました。

いよいよ実習です。学生2人組になり、まずは職場訪問。効率的に働く様子を拝見。保育園のお迎えに同行し、家庭ではお子さんの遊び相手や、夕食づくりを手伝いました。夕食後は、夫婦の協力体制や、お子さんが病気の時の対応、子育ての大変さや喜び、働き方などについてインタビューしました。

3回目の授業では、子育てインターンで得た気づきをシェアし、同年代の学生に向けて冊子の誌面を作成。

最終回では、もう一度、自身のキャリア&ライフをデザインし直し「わたしの未来」を宣言。様々な体験を通して変わってきた未来像を発表しました。

学生が講座と実習の内容をまとめた小冊子は年末発行予定です。お楽しみに！

7月

イクメン応援講座 (全2回)

1回目講師：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 吉田 紫磨子 さん

2回目講師：東レ経営研究所 ダイバーシティ&ワークライフバランス推進部 シニアコンサルタント 塚越 学 さん



▲「明日からできるアクション」宣言



▲真剣に講師の話に耳を傾ける受講者



▲夫婦で産後ケアエクササイズ

夫婦で共に子育てを担う重要性和、仕事と子育てを両立するためのワークライフバランスについてパートナーと一緒に学び、考える講座を実施しました。

第1回目は、「夫婦で学ぶ産後ケア」をテーマにバランスボールを使ったエクササイズや、妻の出産前後の心身の変化を理解し、夫婦で考え語り合うことにより、よりよいパートナーシップを築き、産後クライシスを乗り切る方法について学びました。産後は夫婦ともに子どもに意識が向いてしまい、夫婦の会話が少なくなりがち。そんな時こそ夫婦でしっかりと向き合う時間を設け、お互いの考えをシェアリングし、心の中のモヤモヤを吐き出すことが大切と話されました。

第2回目は、「パパの働き方革命」ワークライフマネジメント実践」をテーマに、仕事か家庭かではなく、仕事も家庭も大切にし、子供とパートナーと一緒に成長していける「育キャリ」という新しい働き方や、育キャリを実現に導くためのワークライフマネジメントの実践術について学びました。また、イクメン推進のために県でCMを作成。参加していただいたパパ達に「明日からできるアクション」宣言をしてもらいました。こちらのCMは8月21日より、とちぎテレビ、RADIO BERRYにて放送中です。詳しくはパルティHPをご確認ください。

7月

ポジティブ・ディシプリン講座 ～がんばりすぎない前向きな子育て～(全2回)

講師：ママリングス代表 看護師 落合 香代子



イライラしたり、落ち込んだり、悩んだり…。毎日がんばるママの子育てストレスを軽くし、楽な気持ちで子育てに向かう方法や、子どもとの信頼関係を築くことの大切さなどを様々なワークを通して学びました。

5月

女性のためのこころのケア講座(全12回)

講師：認定NPO法人ウイメンズハウスとちぎ
カウンセラー 藤平 裕子



DVなどの暴力によるこころの傷つきの回復のために、暴力の形態やトラウマの対処法、自尊心などについて考えました。毎回、終了時にはこころを癒すアートワーク(写真右：魔法の種、左：こころの傷の手当)を行いました。

7月

女性と子どものための護身術～WEN-DO～

講師：リアライズYOKOHAMA 代表 橋本 明子



女性・子どもの体力で、相手を攻撃するのではなく危険から身を守り、その状況から「逃げ切る」方法と、他者との適切な距離感や未然に暴力から身を守るという考え方について学びました。(写真：逃げるための反撃法の1つ、ハンマーパンチの練習)

※WEN-DOとは
WEN=WOMEN(女性) DO=道(柔道・合気道などの道)という意味の女性のための護身術。

6月

マドレボニータの 「産後の心と体のセルフケア」講座(全2回)

講師：NPO法人マドレボニータ
産後セルフケアインストラクター 佐藤 直子



バランスボールを使ったエクササイズや、脳を活性化させるワーク、自宅でできるセルフケア等について学ぶことで、心も体も元気になる講座となりました。

10

講座・イベントレポート

めざせカジダン！
おススメレシピ
防災編

緊急時に！ポリ袋炊飯

災害時の電気炊飯器が使用できない・飲料水が充分にない、などの状況の中で炊飯する方法を紹介します！



●材料<約2人分>

- ・米1カップ 水1カップ(約2人分)・茹でるための水
- ・料理用ポリ袋(2枚) ※厚めでマチがないタイプがオススメ★

●作り方

- ①大きめの鍋でお湯を沸かす。沸かしている間にポリ袋にお米を入れて洗い、水を切る
(※飲料水の不足時は洗わなくてもよい！また、計量カップのかわりに湯吞などを使用してもOK！)
- ②①のポリ袋に水(同じくカップ1杯)を入れ、袋の空気を出して口をしっかり縛る。
安全のため、もう一枚のポリ袋に入れて口を縛るとよい。
- ③沸騰したお湯に入れ、蓋をしないで25分～30分茹でる。
※鍋肌にポリ袋が触れて溶けないように多めのお湯で茹でること

アレンジ

- 水を2カップに増やせばおかゆに。
離乳食や介護食に便利です。
- 空いているスペースでレトルトカレー等を一緒に温める。
- じゃがいもや卵と一緒に茹でれば同時にポテトサラダを作ることも。(塩と酢だけの味付けもOK！)

メリット

- 袋を食器代わりにしながらご飯を食べられる！
- 袋のまま握ればおにぎりになり、残ったご飯は袋のまま保存！
- ひとり分ずつ炊飯すれば、そのまま配ることができる！

ぐる～ぶ・いろりの会

毎月第2土曜日に
パルティ調理実習
室で活動中！



★皿にラップをのせれば洗わなくてOK！
(講師：料理研究家 白居芳美さん)



ち・い・き pick up!

県内で開催された催しや、団体などの活動を紹介します。

with MOMMY(ウィズマミー) ～子連れ出勤OKなオフィスで、仕事も子育ても!～



▲宇都宮営業所
代表の大場香織さん(左端)と
スタッフのみなさん



▲託児スペース

ウィズマミー
(<http://with-mommy.com/>)
ゴゴチ!
(<http://gogochi.com/>)

ウィズマミー代表の大場香織さんは、長男出産後に子育てと仕事の両立をめざし「在宅ワーク」という働き方を選択しました。しかし仕事が忙しくなると子どもを託児所へ預けることも。「同じような立場のママ同士で協力できたら、子どもと一緒にいながら働けるようになるのではないかと」と考え、2015年1月に子連れ出勤OKなオフィス「ウィズマミー」をスタート。資料作成やデータ入力、翻訳、個人事業主のスケジュール管理やメール返信代行などを請け負います。現在、宇都宮営業所に4名、佐野営業所に2名の子育て中の女性が働いています。子供が病気の際には、出勤・退社の時間を自由に変更できるようにするなど周囲がサポート。子どもが一緒でも、スタッフ同士でお子さんの面倒を交代することで、1人で仕事をしている時よりも仕事に余裕が持てるようになりました。依頼先の顔が見えづらい「在宅ワーク」と違って、専属スタッフがオフィスで協力し合うスタイルは、依頼者から高い信頼を得られています。

2015年10月には、県内の子育て情報シェアサイト「ゴゴチ」をスタート! 子どもと一緒に行きやすいお店から子育て支援団体の情報まで、幅広い情報を発信・シェアすることで、街ぐるみの子育てを目指しています。

今後もウィズマミーの小さな営業所を増やし、一人でも多くの女性が仕事と子育てを両立できる場所を提供していきたいと願う大場さん。大場さんの夢は続きます。

こころ・からだ・らいふを学ぶ ～子育て・共育の広場『ここからいふ広場』



▲代表の上田美和さん



▲両親学級の様子

『ここからいふ広場』は、助産師である上田美和さんが、自身の出産経験から産後のつらさを実感し、「産後ママの不安を和らげる手助けをしたい・親子で安心して自由に過ごせる場所を作りたい」という思いから、設立されました。

一軒家を改装して会員制のサロンとして開放し、1回につき300円で利用が可能(会員外は500円)。子どもをキッズスペースで遊ばせながら、上田さんや看護師などの専門家に子育ての悩みを相談できます。授乳相談「おっぱいの会」では、赤ちゃんのお世話や産後の心身の不調等、ママたちの不安や悩みに応えます。産後ケアにパパが関わる重要性を学ぶ「父親学級」も県内でいち早く開催しました。空いているお部屋はレンタルスペースとして貸出しています。ベビーマッサージ/リトミック/産後ヨガ/再就職のことなど、様々な親子向け講座が開催されています。他にも、広場に登録の講師によるアロマセラピスト養成講座も開催し、開業を希望の方には開業支援や開業後のアドバイザー等も行っていきます。また、各講座後にヘルスフードマイスターが作るオーガニックのランチも提供。広場は女性たちの「働く場」にもなっています。

今後は、子育てをしながら学びたい・働きたいママはもちろん、子供から大人まであらゆる世代の方が集える場所にしていきたいと語られています。

サロンの利用や講座のスケジュールは
こちらから <http://cocokalife.com/>

こんにちは
相談ルームです。



男女共同参画社会を目指して

男女共同参画基本法が制定されて十五年が経過した今、女性が働くことを通して、個性と能力を発揮し活躍できる環境を整備するため、「女性活躍推進法」が制定されました。この法制定は、未だ男性主導傾向にある企業の意識を変えることに大きな役割を果たすものです。この法律により、男女の働き方が抜本的に見直され、性別に関係なく一人ひとりが働き方や生き方を選択できるようになり、男女の人権がともに尊重される社会の実現が期待されます。

人々は誰もが、成長過程で「自分らしさ」を発見していきます。固定的な男性らしさや女性らしさにとらわれず、ありのままの自分らしさを大切にできる社会が、子どもたちの社会においても形成されることが理想です。おままとやぬいぐるみが好きな男児、野球が好きで日焼けした女児・・・少数派に対して差別的な目を向けることなく、多様な生き方や、人とは違った個性を認め合うことができる社会こそが、皆が輝ける社会ではないでしょうか。

か。こうした社会を構築していくためには、学校だけでなく、家庭においても人権教育が重要だと思ふのです。あらゆる世代で、先入観や固定観念を払拭し、自分らしさを追求できるようにするには、まだまだ時間がかかりそうですが、一人ひとりが法律の理念や制定の背景に注目し、足もとをしつかりと固めていくことが、真の男女共同参画社会の実現のために求められています。

こうした中、相談ルームには、自分らしくあるためにどういう生き方を選択したらよいか迷い、一歩踏み出す勇氣を持てずにいるという相談が多く寄せられます。相談者が自らの迷いや不安に気付いて整理し、当ルームの相談をきっかけに、新たなエネルギーを得て前進できることを願っています。

お問合せ

※いずれも祝日・年末年始はお休みです

◆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（予約制）

◆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

◆女性のための健康相談（面接）
毎月 第1木曜日
面接 火曜日～日曜日 9時～16時（予約制）

◆男性のための電話相談

毎週 月曜日・水曜日
17時30分～19時30分
☎028-665-8724

就職相談窓口です

就職・再就職を考えている皆さん。
仕事についてこんな悩みを持っていますか。

「働きたいけど、自分に何ができるかな？」「自分に合う仕事はあるの？」

「ブランクがあつて不安」「応募書類の書き方がわからない」「職務経歴書ってなに？」など様々な悩みがあると思います。まずは自分の中にある不安や疑問を話してみませんか。話すことによつて、心の中のもやもや感や葛藤・これから起こりうるライフワーク等を整理することも出来るのではないのでしょうか。

就職相談窓口では、仕事選びから応募書類の作成・面接対応まで、仕事についての悩みを相談員がサポートします。悩んだら一人で抱え込まずに、まずお電話ください。

また、どんな仕事に向いているのか、何がやりたいかわからないとお悩みの際には、ご本人がパソコンを使つて行う「適職診断」もあります。職業選択の一助としておすすめですよ。ご自分の興味・能力・価値観なども診断できます。是非ご利用ください。

女性の相談員が
相談をお受けします



とちぎ男女共同参画センターの就職相談は、雇用保険受給対象の就職活動とみなされます。該当となる方は、雇用保険受給資格者証をご持参ください。

～福祉のお仕事に興味のある方へ～
毎月第4水曜日 13時～16時

福祉のお仕事について専門の相談員が就職活動等についてのご相談をお受けします。

（社会福祉法人 栃木県社会福祉協議会
「福祉のお仕事」出張相談）

お問合せ

※いずれも祝日・年末年始はお休みです

◆電話相談・面接相談（予約優先）

毎週水曜日 9時～12時
13時～16時

☎028-665-8724

◆予約専用

火曜日～土曜日 9時～16時

☎028-665-8323

（面接相談は要電話予約）



パルティの情報ライブラリーから 本の紹介

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・予約できます。
ぜひご利用ください。 <http://www.parti.jp/>

愛を言い訳にする人たち

DV加害男性700人の告白

山口 のり子【著】（梨の木舎）

加害者ってどんな人？なぜDVをするの？加害者は変わるの？アウェアは14年間、加害男性への教育プログラムを実施してきました。

「あなたは自分には関係がないと思っていませんか？DVをしている人は相手の人生を奪っていることに気づいてほしい、されている人はDVを見抜き、あなた自身の生き方を取り戻してほしい。」という著者の想いがこめられています。



男が働かない、いいじゃないか！

田中 俊之【著】（講談社）

雑誌・テレビ・ラジオ・ネットニュースのコメンテーターに出演多数の人気大学教員による、若手ビジネスマンへの心安まるアドバイスの数々！働き過ぎ、結婚難、など男性ゆえに抱える問題、生きづらさを解きほぐす「男性学」。

こんな視点から、多くの若者が抱える悩みや諦めに、ときに厳しく、ときに優しく、救いの手をさしのべます。これぞ新しいビジネスマンのバイブル！！

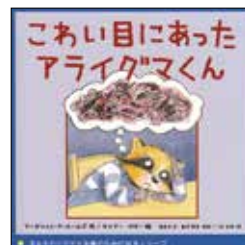


こわい目にあったアライグマくん

マーガレット・ホームズ【作】（誠信書房）

アライグマくんはある出来事を見てしまったために、家でも学校でも不安でイライラして乱暴になり、生活がうまくいかなくなっていきます。どうすれば良いのか当人も周りも分からず困ってしまいます…。

家庭内暴力、暴行、事故、自然災害などのショッキングな出来事を目撃し、二次被害を受けてその影響に苦しむ子どものための絵本。



おすすめシネマ

情報ライブラリー所蔵の映画や、女性監督作品、話題の映画などを紹介します。

ずっと、いっしょ。

ドキュメンタリー映画／(ナレーション: 樹木希林)
デジタル／カラー／123分／2014年

配給: ミモザフィルムズ 公式ウェブサイト: <http://www.umareru.jp/>

映画に登場する夫妻と5歳の息子。その父は、妻と前夫との間の子供である息子との血のつながりがない親子関係に苦悩していた。一方、42年一緒に人生を歩んできた妻を大腸がんで亡くし、途方に暮れている夫。その悲しみは深く、遺影に向き合い、涙する日々。一人遺された夫は、どのようにして立ち直っていくのか？

そして、生まれつき18トリソミーという染色体の障害のある「虎ちゃん」は、1歳まで生きられる可能性が、約10パーセントといわれてきた。いつ亡くなるか分からない小さないのちを前に、父と母は日々悩みながらも、我が子の小さな成長に幸せを感じていた。そのような中、突然の危篤状態となり、両親も「幸せの終わり」を覚悟するが…。

命をめぐるドラマを題材にした、ドキュメンタリー映画『うまれる』シリーズの第2弾である本作は、血縁のない息子との関係に悩む

父親、愛する妻を亡くした夫とその子どもたち、重い障害を持って生まれてきた息子を育てる夫婦ら3組の家族の姿を通し、家族の絆、命の尊さ、幸せのあり方について考えていく。

監督は、前作に引き続き豪田トモ氏がメガホンを取り、暗くなりながらストーリーを笑いあり、涙ありの優しさあふれるタッチで描く。改めて、命や家族について見つめなおしたくなる心温まる作品。
(前作「うまれる。」はパルティのライブラリーで視聴できます。)



「映画『うまれる』シリーズHPより」

平成29年1月29日(日) 13:00～

パルティホールにて上映会あり。

※上映会後、豪田トモ監督による講演会を予定しております。

前売券: 1,300円程度

お問合わせ先 今感事務局 imakanpj@gmail.com

お申込み・お問い合わせは…

電話・FAX・ホームページ、または直接ご来館にて。
ホームページ <http://www.parti.jp/>

P14
の講座

県とちぎ男女共同参画センター
TEL 028-665-8323
FAX 028-665-8325



バリエティ 検索

P15
の講座

(公財)とちぎ男女共同参画財団
TEL 028-665-7706
FAX 028-665-7722

8月3日(水) 9:00～ 受付中

とちぎ女性地域交流会



起業、ボランティア活動、自治会、PTAなど「地域の様々な活動に興味がある!参加したい!でも…」と躊躇している女性を対象に、気軽に話し合える交流の場として、交流会を開催します。

実際に活動している方のお話も伺えます。

地域活動に一步踏み出すきっかけとして、ぜひご参加ください。

- 開催時期: 12月20日(火) / 12月21日(水)
- 開催場所: 県南(小山市) / 県北(那須塩原市)
- 対象: 地域活動に興味のある女性
- 定員: 先着20名程度
- 参加費: 無料(飲み物代等、実費を頂く場合もあります)

[要事前申込]

※詳細は後日HPIに掲載しますので、そちらをご覧ください。

不妊専門相談センター「おしゃべりサロン」

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

- ① 9/17(土) 不妊に悩む女性
- ② 9/24(土) 不妊に悩むカップル
- ③ 10/20(木) 治療をやめた女性とやめようか悩んでいる女性
- ④ 11/17(木) 二人目以降の不妊に悩む女性
- ⑤ 12/17(土) 流産に悩む女性
- ⑥ 1/19(木) 不妊に悩む女性
- ⑦ 2/18(土) 治療をやめた女性とやめようか悩んでいる女性
- ⑧ 3/4(土) 不妊に悩むカップル

進行: ②は、NPO法人Fine。その他は、不妊専門相談センター相談員

①②③⑤⑥⑦⑧は13:30～15:30

④は10:00～12:00

- 対象: 不妊・流産に関連した悩みを持つ女性(②と⑧はカップル対象)
- 定員: 10名程度
- 受講料: 無料
- 申込締切: 各開催日前日

平成28年度 後期講座のご案内

一時保育あり

対象講座と月齢(年齢)はこのマーク!

満6か月～未就学児



1歳～未就学児



生涯を通じた女性の健康を考える講座



化粧が私たちにもたらしてくれる効果が、改めて見直されています。日々の暮らしをより明るく元気に過ごすために、メイクアップ健康法とスキンケアについて学んでみませんか?

●開催日時・テーマ・講師

2/4(土) 13:30～15:30

メイクアップ健康法とスキンケア

～心身ともに充実した日々のために～

株式会社シーボン取締役兼執行役員、

武蔵野大学薬学部薬学科客員教授 三上 直子



- 対象: どなたでも
 - 定員: 150名
 - 受講料: 無料
 - 申込締切: 2/3(金)
 - 保育締切: 1/20(金)
 - 主催: 株式会社シーボン、栃木県とちぎ男女共同参画センター
- ※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。

女性への暴力を考える講演会



DVIは、犯罪となる行為をも含む重大な人権侵害で決して許される行為ではありません。しかし、その問題に対する社会的認識は未だ誤解や偏見が多く含まれています。

女性も男性も、加害者にも被害者にもならないためには、多くの人がDVを身近な問題として考えることが必要です。DVに対する正しい理解のために、下記のセミナーを開催します。

●開催日時: 11/12(土) 13:30～15:00

- 対象: どなたでも
- 定員: 150名(申込先着順) ※定員になり次第締切
- 受講料: 無料

※11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」週間です。

※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。

※詳細は後日HPIに掲載しますので、そちらをご覧ください。

女性のキャリアアップ支援講座 発表会・交流会



企業や業種を越えた女性社員ネットワークづくりの場として、キャリアアップ支援講座受講者の発表会及び交流会を開催します。より幅広い女性社員のネットワークづくりのため、ぜひご参加ください。

●開催日時: 10/14(金) 13:30～16:30

- 対象: 働く女性、企業経営者、人事・総務部門社員
- 入場料: 無料 [要事前申込]

アサーティブ・トレーニング講座（全2回）



わかりやすく、たのしく、あたたかい！ 気持ちスッパリ伝える
レッスン

●開催日・講師

① 1/14(土) ② 1/15(日)

NPO法人TEENSPPOST代表 思春期・家族カウンセラー 八巻 香織

●時 間：10:00～16:00

●対 象：2日間とも受講可能な方（家族・親しい方同士での参加は不可）

●定 員：30名

●受 講 料：4,000円（別途教材費1,620円）

●申込締切：12/8（木）

※アサーティブとは、自分と相手とお互いの権利を尊重し、シンプルに誠実に伝えあうことで、対等なコミュニケーションをつくる自己信頼に基づく自己表現です。

女性のための こころのケア講座(全12回)



DVやパワハラ、セクハラなどの経験によるこころの傷つきについて考
え学んでいく講座です。

●開催日・内容・講師 ※①～④は前期実施

⑤ 8/25(木) **トラウマに対応するツール** ⑥ 9/29(木) **傷つきによる喪失とグリーフ**

⑦ 10/27(木) **境界線** ⑧ 11/24(木) **コミュニケーション**

⑨ 12/8(木) **パートナーシップ** ⑩ 1/12(木) **Bさん（加害者）とは**

⑪ 1/26(木) **育った環境・子どもへの暴力の影響** ⑫ 2/9(木) **自尊心**

※書き込み式のプリントの質問に答えていくことで、自分のこころを整理していき
ます。自己開示の必要はありません。

認定NPO法人ウイメンズハウスとちぎ カウンセラー 藤平 裕子

●時 間：10:00～12:00

●対 象：女性（暴力経験の有無を問いません。当事者の家族や支援者の女性もどうぞ）

●定 員：15名 ●受 講 料：各回500円

●申込締切：各回先着順 ●保育申込締切：各回3週間前まで

ママのための再就活セミナー 不安をやる気に変えよう！（全2回）



仕事と子育てを両立しながら働くための再就職術について学びま
しょう！

●開催日・テーマ・講師

① 11/4(金) **働くためのウォーミングアップ！**

～キャリアプランや適職を考える～

彩ライフデザイン研究所代表 川鍋 節子

② 11/11(金) **知りたい！子育てと仕事の両立**

～マザーズコーナーの再就職事例を紹介～

ハローワーク宇都宮駅前プラザマザーズコーナー 藤浦 智子

●時 間：10:00～12:00

●対 象：子育て中で再就職を考えている女性

●定 員：20名 ●受講料：500円

●申込締切：10/6（木）

※〈後援〉ハローワーク宇都宮

家族ケア講座

～私からはじめる こころの手あて（全2日）



家族関係がぎくしゃくするとき、相手は変えられなくても、自分から
できることがいろいろあります。

●開催日・テーマ・内容（座学とワークショップ）・講師

① 9/9(金) **家族の中のMaking Peace**

キレない、タメない、コモらない 家族ケア講座～女性と子ども問題の視点から

② 9/10(土) **私の中のMaking Peace**

オレない、ヘタらない、ツブレない こころの手あて講座

NPO法人TEENSPPOST代表 思春期・家族カウンセラー 八巻 香織

●時 間：10:00～16:00

●対 象：20歳以上、どなたでも（ご家族や親しい方同士での参加はご遠慮ください）

●定 員：20名

●受 講 料：2,000円（別途教材費 1,400円）

●申込締切：8/9（火）

男の生活工房～作って食べて暖話して～（全5回）



身近な食材で手軽な料理、舌つづみと共に気軽な語らいを。料理の
楽しさを体験してみませんか！

●開催日・内容・講師

① 10/15(土) **菜食健美のやさしい弁当** 料理研究家 白居 芳美

② 11/5(土) **脳卒中予防のための減塩料理**

宇都宮文星短期大学栄養士ユニット 福田 志津可

③ 11/12(土) **ひと味ちがうカジュアル中華** 料理研究家 矢口 英子

④ 11/26(土) **知識を学べる日本料理** 割烹明治屋 稲葉 敏明

⑤ 12/10(土) **師走は手打そば** いろりの会 横松 精二

●時 間：10:00～14:00

●対 象：男性

●定 員：25名

●受 講 料：3,000円（別途材料費3,000円 ※全5回分）

●申込締切：9/15（木）

パルティキャリア塾

仕事に生かす！アドラー心理学 ～勇気づけセミナー（全2回）



自分も相手も認める「勇気づけ」で、対人関係がラクになる！

元気に働くコツを学びます。

●開催日・テーマ・講師

① 1/21(土) ② 1/28(土)

1. 起きてしまったことの原因追究ではなく、未来へ目を向ける「目的論」で問
題を解決しよう。

2. 信頼を築くコミュニケーションの心構え、「聴く」・「話す」スキルを身に付
けよう。

3. 「イライラや怒りなどの感情」をコントロールする。ありのままの自分を認
め、前向きに物事をとらえるには？

4. 自分の考え方や物事の捉え方や、「自分の癖」から自由になろう。

5. まず、自分の心に優しい言葉をかけてみよう。

6. 勇気づけで自信がつく！幸せ感アップ！

アドラー心理学 勇気づけリーダー 産業カウンセラー 北村 優子

●時 間：10:00～15:00 ●対 象：2回とも受講可能な女性

●定 員：25名 ●受 講 料：4,000円

●申込締切：12/13（火）

パソコン講座～エクセル活用～(全2回)



エクセルを今よりもっと使いこなして、キャリアアップ！

●開催日・講師・内容

① 11/5(土) ② 11/12(土) パソコンインストラクター

関数の利用、データベース基礎、二軸のグラフなど。

●時 間：10:00～15:00

●対 象：エクセルで四則演算、SUM関数、簡単な表やグラフ作成を日常
的に使用している。

●定 員：20名 ●受 講 料：5,000円（別途教材費）

●申込締切：10/5（金）

パソコン講座～パワーポイント～(全2回)



プレゼンで大活躍！基礎から学ぶパワーポイント実践講座です。

●開催日・講師・内容

① 10/1(土) ② 10/8(土) パソコンインストラクター

パワーポイントの基礎から学ぶ。

アニメーション機能などの特殊効果を使い、動きのあるページを作る。

●時 間：10:00～15:00

●対 象：ワードの基本操作ができる方（パワーポイント未経験者可）

●定 員：25名 ●受 講 料：5,000円（別途教材費）

●申込締切：9/9（金）

※上記は講座内容の抜粋です。詳しい講座内容については、パルティ・公共機関で配布している「講座案内（A3サイズ）」や各講座チラシでご確認ください。
（ホームページでもご覧になれます）

楽しいイベントもりだくさん！ フェスタ in パルティ2016

11月19日(土) 10:00～15:30

今年のテーマは

「かえる、ささえる、つながる ～みんなの笑顔へ～」。
女性の活躍推進や男性の地域・家庭への参画をすすめる企画が
出展されます。グループや団体による発表、楽しい
ワークショップ・展示・体験、販売などが行われます。ご
家族・お友達をお誘いあわせのうえ、ぜひお越しください。
(入場無料・申込不要)



◀男女共同参画
の発表



▲親子で楽しめるコーナー

「佐野市男女共同参画都市宣言 記念式典及び講演会」

- 日 時 平成28年12月10日(土)
13:00～15:30(開場 12:30)
- 主 催 佐野市、男女共同参画ネットワークさの
- 会 場 佐野市文化会館大ホール
- 講 師 立教大学教授 萩原 なつ子 落語家 古今亭菊千代
- 対 象 者 どなたでも
- 参 加 費 無料
- お問合わせ 佐野市 市民生活部 人権・男女共同参画課
TEL/FAX 0283-27-2354/0283-21-2774

※託児有(要予約) 手話通訳有

「真岡市 男女共同参画社会づくり講演会」 ～息子3人、局アナパパの子育て奮闘記～

- 日 時 平成28年11月4日(金)
18:30～20:30(開場18:00)
- 主 催 真岡市 真岡市PTA連絡
協議会 真岡市子ども会育
成会連絡協議会
- 会 場 真岡市民会館大ホール
- 講 師 アナウンサー
- 対象者 一般市民
- 参加費 無料
- お問合わせ 真岡市教育委員会 生涯学習課
TEL 0285-82-7151
FAX 0285-83-4070

「真岡市 男女共同参画社会づくり公開講座」 「イクボスの力が組織を変える、企業を伸ばす」 ～男女のポテンシャルを最大限に活かそう～

- 日 時 平成28年12月20日(火)
19:00～20:30(開場18:30)
- 主 催 真岡市教育委員会 生涯学習課
- 会 場 真岡市民会館小ホール
- 講 師 工藤 敬子(ワークライフバランス
コンサルタント)
- 対象者 一般市民
- 参加費 無料
- お問合わせ 真岡市教育委員会 生涯学習課
TEL 0285-82-7151
FAX 0285-83-4070

「働き方の「カイゼン」でノー残業」 ～仕事と生活の調和のすすめ～

- 日 時 平成28年9月15日(木)
18:00～19:30(開場17:30)
- 主 催 日光市
- 共 催 日光商工会議所
- 後 援 栃木労働局
公益財団法人栃木県経済同友会
NPO法人日光女性の起業を応援
サポートSUNRISE
- 会 場 中央公民館
中ホール
- 講 師 渥美 由喜
- 対象者 市民100名程度
- 参加費 無料
- お問合わせ 日光市 人権・男女共同参画課
TEL 0288-21-5148
FAX 0288-21-5105
- ※託児有 9月2日(金)まで受付



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/毎週月曜日

国民の祝日

12月29日～1月3日

施設のご利用/会議・イベント等にご利用ください(有料)

利用お申込み/窓口受付時間9:00～17:00

ホームページで各研修室等の予約状況をご覧ください。
(閲覧のみ)

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(代) FAX.028-665-7722

※おかけ間違いのないよう、お願いします

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

表紙作者/よしこSUN

印刷/株式会社井上総合印刷

