

先 マークは先着順 抽 マークは抽選有り 無 マークは無料 有 マークは有料  
 保 マークは一時保育有り 満6 マークは満6ヶ月から未就学児までの保育 満1 マークは満1歳から未就学児までの保育

# 前期 講座 案内



よこSUN

パルティは、男女共同参画社会実現をめざし、各種講座の開催・情報提供・相談・貸館など、幅広く事業を展開しています。

## No.1 男女共同参画セミナー 県民講座 先 無 保

性別や年齢、考え方や立場の違いを超えて、男女共同参画を学び、これからの社会を考えましょう!

●開催日・テーマ・講師  
 5/18 (土)  
 SDGsとジェンダー  
 ~みんなではじめよう! 未来につなげよう!~  
 関西学院大学客員教授 大崎 麻子

- 時 間 13:30~15:30
- 会 場 パルティホール
- 対 象 どなたでも
- 定 員 100名
- 受 講 料 無料
- 申込締切 5/17 (金) (先着順)
- 保育締切 4/27 (土)



## No.2 男女共同参画社会を考える “とちぎ県民のつどい” 県民講座 先 無 保

●開催日・テーマ・講師  
 6月22日 (土) 10:30~ 地域活動発表  
 13:00~14:30 講演会  
 アンコンシャス・バイアス (無意識の偏見)  
 ~それって本当に正しいの? 見方を変えたら世界が変わる~  
 アパシヨナータ代表 パク・スックチャ

- 会 場 パルティホール
- 対 象 どなたでも
- 定 員 300名 ●受 講 料 無料
- 申込締切 先着順 ●保育締切 6/7(金)
- 申 込 先  
 栃木県女性団体連絡協議会  
 TEL・FAX 028-665-7710 (電話対応 火・木)  
 詳しくは当センターまでお問い合わせください。  
 ※講演会は手話通訳が付きまます。



## No.3 とちぎウーマン応援塾(全7回) 無 保

女性の声で地域を変えよう!  
 地域活動等に参画する意欲のある女性に男女共同参画の視点を持ったリーダーとしての情報やスキルを身につけ、地域の課題解決に役立てる講座です。

- 開催日  
 ① 7/6(土) ② 7/27(土) ③ 8/31(土) ④ 9/21(土)  
 ⑤ 10/19(土) ⑥ 10/25(金)・26(土) ⑦ 11/9(土)
- 時 間  
 ① 9:30~15:00 ②③④⑤ 10:00~15:00  
 ⑥ 日本女性会議さの(自由参加) ⑦ 10:00~16:00
- 対 象  
 地域において女性リーダーとしての活動を希望する女性
- 定 員 20名 (選考あり)
- 受 講 料 無料 (⑥は別途費用がかかります。)
- 募集期間 4/3 (水) ~ 6/12 (水)  
 保育申込みも同日締切(⑥は保育無)
- 申 込 先  
 お住まいの市町男女共同参画担当窓口・当センター  
 ※詳しくは、当センターまたは居住する市町の担当窓口までお問い合わせください。

## No.4 男女共同参画地域推進員 スキルアップ講座 先 無 保

普及啓発活動に必要な知識と効果的なテクニックを学ぼう!  
 男女共同参画に関する最新の情報や、地域における普及啓発に必要な知識と技法を習得し、自分の持つ能力の向上を目指します。

- 開催日・内容  
 ① 7/17 (水) 男女共同参画社会の現状と課題  
 ファシリテーションの基礎  
 ② 8/24 (土) 男女共同参画社会の現状と課題  
 人が集まる男女共同参画講座の企画と  
 チラシの作り方  
 ③ 9/28 (土) 男女生き生き地域活動表彰者活動報告  
 ワールドカフェで地域活動を語ろう
- 時 間 13:00~16:00
- 会 場 ①さくら市 ②下野市 ③パルティ
- 対 象 男女共同参画推進員  
 地域で男女共同参画を推進することに意欲のある方
- 定 員 各回30名程度 ●受 講 料 無料
- 申込締切 ①7/10(水) ②8/17(土) ③9/21(土)
- 保育締切 ③のみ9/17(火) まで  
 ※①~③は1講座だけの受講もできます。

## No.5 キャリア・マネジメント講座(全6回) 先 有

働く女性同士、ともに学び、そしてキャリアアップ!  
 企業等で活躍が期待される女性の方を対象に、企業間ネットワーク構築の支援、能力開発、意識改革の機会の提供を目的とした講座です。

- 開催日  
 ① 7/10 (水) ② 7/26 (金)  
 ③ 8/23 (金) ④ 9月中旬  
 ⑤ 10/4 (金) ⑥ 10/25 (金)
- 時 間  
 ①~③ 13:00~16:30 ④ 13:00~17:00  
 ⑤ 13:00~19:00 ⑥ 11:00~17:00  
 ※④は先進企業訪問予定 ⑥は日本女性会議さの参加予定
- 対 象  
 企業等からの推薦を受けて、全6回受講できる女性の方
- 定 員 30名程度
- 受 講 料 5,000円
- 申込締切 6/14 (金)

## 出張セミナーのご案内

★性別にかかわらず、誰もがいきいきと暮らせるヒントを、学校、団体、自治会、企業などに職員がお届けします。

- 男女共同参画ってなに?
- DVIについて
- デートDVについて
- 男女共同参画の視点で取り組む防災 など

## とちぎのすべての女性のための活躍応援ナビ TOCHIGI WOMAN NAVI

あなたの活躍を PUSH するたくさんの支援情報をお届けします。

詳しくはこちらからアクセス →



## No.6 男女共同参画セミナー 公開講座 2019 先 無

男女共同参画の意義についての理解の促進及び固定的な性別役割分担意識や性差に関する偏見の解消や意識を変えるための講座です。

- 開催日・テーマ・講師  
 9/26 (木)  
 ジェンダーはビジネスの新教養  
 ~メディアが発するジェンダー問題を考えよう!~  
 ジャーナリスト  
 昭和女子大学現代ビジネス研究所 治部 れんげ
- 時 間 13:30~15:30
- 会 場 宇都宮大学 峰キャンパス 5B11教室
- 定 員 150名 ●対 象 どなたでも
- 受 講 料 無料
- 申込締切 9/25 (水) 先着順  
 とちぎ男女共同参画センター・宇都宮大学(公財)とちぎ男女共同参画財団 連携事業



## No.7 不妊専門相談センター「助産師による相談会」 無

「不妊の検査・治療」「不妊にかかる費用」「仕事と治療の両立」「転院に関する悩み」などをテーマに助産師が話をします。助産師や参加者同士での交流を通して、疑問の解決や気持ちの整理をしていきませんか。

- 開催日 進行:不妊専門相談センター相談員  
 ① 6/15(土) ② 9/29(日)  
 ③ 12/19(木) ④ 2/15(土)
  - 時 間 13:30~15:30
  - 対 象 不妊に関連した悩みを持つ方及びご家族
  - 定 員 各回10名程度
  - 受 講 料 無料
  - 申込締切 各開催日前日
- テーマは参加者のご要望に応じて決めていきます。  
 例) 「一般的な治療とステップアップについて」「妊活中の生活」「治療中に焦りや孤独を感じた時の対処法」など
- 不妊専門相談センター TEL:028-665-8099 E-mail:funin.fuiku-soudan@parti.jp  
 【電話・面接相談】火曜日~土曜日、第4日曜日 10:00~12:30、13:30~16:00  
 【医師による面接相談】毎月1回(詳細は不妊専門相談センターまでお問い合わせください)  
 ※面接相談は要電話予約 お申込み・詳細は栃木県不妊専門相談センターまでお願いします。

## 後期(10月以降)開催予定講座(センター)

下記の講座の申込み受付は8月1日(木)からです。詳しくは7月末発行予定の後期講座案内をご覧ください。

講座名	開催日	対象
女性への暴力を考える講演会	12月	どなたでも
男性のワーク・ライフ・バランス講座	12月	男性
生涯を通じた女性の健康を考える講座	2月	どなたでも

## 11月16日(土)開催

## フェスタ in パルティ2019



ワークショップやパフォーマンス、展示や発表などもりだくさん! みなさんのお越しをお待ちしています。7月上旬より参加申込受付開始予定! 詳しくはお問い合わせください!

## 後期(10月以降)開催予定講座(財団)

下記の講座の申込み受付は8月1日(木)からです。詳しくは7月末発行予定の後期講座案内をご覧ください。

講座名	開催日	対象	講座名	開催日	対象
ポジティブ・ディシプリン講座(全2回)	10月~11月	どなたでも	パルティキャリア塾I(全1回)	12月	女性
男の生活工房(全4回)	10月~12月	男性	パルティキャリア塾II(全2回)	1月	女性
防災ママカフェ(全1回)	11月	どなたでも	アサーティブ・トレーニング講座(全2回)	1月	どなたでも
パソコン講座 エクセル活用術(全2回)	11月~12月	どなたでも	女性のためのこころのケア講座(全12回)	~2月	女性

## 県とちぎ男女共同参画センター 相談ルーム

※祝休日・年末年始は休みとなります

- 女性のための相談
  - 一般相談  
 TEL:028-665-8720  
 月曜日~日曜日 9:00~16:00  
 ※面接相談(火曜日~日曜日)は要電話予約
  - 専門家(女性)による相談  
 ・法律相談(弁護士)  
 ・DV法律相談(弁護士)  
 ・健康相談(医師)  
 TEL:028-665-8720  
 ※面接相談のみ 要電話予約
  - 就職相談  
 TEL:028-665-8724  
 水曜日 9:00~12:00 13:00~16:00  
 ※面接相談は要電話予約(028-665-8323)
- 男性のための相談
  - 一般相談  
 TEL:028-665-8724  
 月曜日・水曜日 17:30~19:30
- 配偶者暴力相談  
 <配偶者暴力相談支援センター>  
 TEL:028-665-8720  
 【電話相談】月曜日~金曜日  
 9:00~20:00  
 土曜日・日曜日  
 9:00~16:00  
 【面接相談】火曜日~日曜日  
 9:00~16:00  
 ※面接相談は要電話予約

講座番号No.1~No.6 のお申込み・お問い合わせは、県とちぎ男女共同参画センターへ

TEL・FAX・HP・直接来館にて(火~土曜日の午前9時~午後5時まで)

H P: <http://www.parti.jp/> (詳しい情報が見られます)

TEL:028-665-8323 / FAX:028-665-8325

※講座お申込みの際の詳細については、裏面右下の説明をお読みください。

〒320-0071 栃木県宇都宮市野沢町4-1  
 パルティ とちぎ男女共同参画センター  
 休館日: 毎週月曜日・国民の祝日・12月29日~1月3日

携帯電話からのお申込みはこちら



JR宇都宮駅西口関東バス8番のりばから日光・今市、山王団地行き等のバスで、約25分。  
 「とちぎ男女共同参画センター」停留所下車、徒歩2分。



### No.8 女性のための こころのケア講座(全12回) 先有保

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。心身の回復のために、安全な場の中で自分の力を再確認しながら、新しい自分の姿を考えましょう。

- 開催日・内容・講師 ※⑦～⑫は後期実施
- ①5/23(木) DV・トラウマを理解する
  - ②6/13(木) 「世間の枠」と私らしさ
  - ③6/27(木) 身体的暴力・性暴力
  - ④7/25(木) 精神的暴力・モラルハラスメント
  - ⑤8/22(木) トラウマに対応するツール
  - ⑥9/26(木) 傷つきによる喪失とグリーフ
- ※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  
●保育締切 各回3週間前まで  
※途中からの参加、1回のみ参加も可能です。  
※この講座はお申し込み後、受講案内の発送はいたしません。保育をお申込みの場合、受付時間内にお電話ください。



### No.9 パルティ防災フォーラム ～みんなにやさしい避難所づくり～(全1回) 先無保

子育て・介護・看護…様々なハンディを抱える人が暮らす地域の防災について考えます。避難所体験を通して、誰もが安心できる避難所づくりを、みんなで共有します。

- 開催日・内容・講師  
8/8(木) 【午前】防災になぜ男女共同参画の視点が不可欠なのか  
【昼食】防災食の試食  
【午後】実践! みんなにやさしい避難所運営  
減災と男女共同参画研修推進センター 共同代表 浅野 幸子
- 時間 10:00～15:00  
●対象 防災に関わる方・関心のある方、ボランティア、男女共同参画地域推進員、高校生や学生、市町職員など  
※小学生以上も同伴可  
●定員 40名 ●受講料 無料  
●申込締切 7/25(木) ●保育締切 7/18(木) ※この講座の保育料は200円です。



### No.10 イクメン応援講座(全3回) 抽無保

仕事も子育ても頑張りたいパパとママを応援! パートナーと一緒に、産後ケアや働き方、子育てについて考えます。

- 開催日・テーマ・講師
- ①7/27(土) 夫婦で学ぶ産後ケア～産後クライシスを乗りきろう!  
認定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 吉田 紫磨子
  - ②8/24(土) パパの働き方革命～ワークライフマネジメント実践講座  
東経経営研究所 ダイバーシティ&ワークライフバランス推進部 上席シニアコンサルタント 塚越 学
  - ③9/28(土) 仕事も子育てもラクになる!～アンガーマネジメント講座  
アンガーマネジメントコンサルタント・子育てハッピーアドバイザー 山本 果奈
- 時間 13:00～15:30  
●対象 子育て中・出産を予定&希望しているカップル、子育て支援者等  
(産後女性は2ヶ月以降の方、パパのみ・ママのみの参加も可)  
●定員 30名(夫婦15組)  
●受講料 無料  
●申込締切 ①7/2(火) ②7/30(火) ③9/3(火) ※この講座の保育料は200円です。



### マドレボニータの「産後の心と体のセルフケア」

#### No.12 7月コース(全2回) No.13 10月コース(全2回) 抽有保

子育てには、母の心と身体の健康が必要です!

- 開催日・内容・講師
- [No.12] 7月コース ①7/11(木) ②7/18(木) [No.13] 10月コース ①10/3(木) ②10/10(木)  
バランスボールを使った有酸素運動、コミュニケーションスキル、日常でできる具体的なセルフケアを学びます。  
認定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
- 時間 10:00～12:00  
●対象 産後2カ月以降(産後は何年まででもOK)の女性 生後6カ月未満の赤ちゃんは同伴で参加可能  
●定員 14名 ※定員を超えた場合は抽選  
●受講料 2,000円  
●申込締切 [No.12] 7月コース 6/11(火) [No.13] 10月コース 9/3(火)  
※「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。



### No.16 女性のためのファイナンシャル・プランニング技能検定3級試験準備講座(全14回) 先有保

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・内容・講師
- ①5/24(金) ②5/31(金) ライフプランニングと資金計画
  - ③6/7(金) ④6/14(金) リスク管理
  - ⑤6/21(金) ⑥6/28(金) 金融資産運用
  - ⑦7/5(金) ⑧7/12(金) 不動産
  - ⑨7/19(金) ⑩7/26(金) タックスプランニング
  - ⑪8/2(金) ⑫8/23(金) 相続・事業承継
  - ⑬8/28(水) ⑭8/30(金) 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 30名  
●受講料 14,000円 (別途教材費 5,000円程度)  
●申込締切 5/8(水)

※試験日は9/8(日)です。受験希望の方は、別途受験料6,000円が必要です。受験申込みについては、6月頃講座の中でご案内する予定です。



### 女性と子どものための護身術～WEN-DO～

#### No.14 親子のための護身術 No.15 女性のための護身術 抽有保

女性、子どもの力でいざという時に自分を護る危険な場面を回避する方法や、現場からとにかく逃げて助けを求める方法を親子で学びます。

- 開催日・テーマ・講師  
8/31(土)  
①講義 護”心”術(暴力に気付く避ける、自分を大切にするには)  
②実技 護身術(行動を起こす/身体の中の急所、防御の方法、手首をつかまれた時のはずし方など)  
リアライズYOKOHAMA代表 橋本 明子



No.	14
講座名	親子のための護身術(親子クラス)
時間	10:00～12:00
対象	小学校1年生～3年生の男女と女性の保護者
定員	10組(20名)
受講料	小学生500円 大人1,000円
締切日	7/31(水)

No.	15
講座名	女性のための護身術(女性クラス)
時間	13:30～15:30
対象	小学校4年生以上の女性(小学生は女性の保護者と一緒にご参加ください)
定員	20名
受講料	小・中・高校生500円 大人1,000円(専門学生・大学生も含む)
締切日	7/31(水)

※WEN-DOとは「WEN=WOMEN(女性)」「DO=道(柔道、合気道などの道)」の意味から名付けられました。[WEN-DO]は、ある女性に対する殺人事件をきっかけに、1972年、カナダのトロントに住むベイジ一家によって開発された、女性のためのセルフディフェンス(自己防衛)のプログラムです。

### No.17,18,19 パソコン講座 抽有保

再就職に向けたスキルアップを応援します!

※各講座とも定員20名 ※教材費別途  
※研修環境 Windows7、Office2010



No.	No.17 エクセル・ワード基礎編 土曜コース(全3回)	No.18 エクセル・ワード基礎編 平日コース(全6回)	No.19 エクセルステップアップ(全5回)
開講日	6/8(土)、15(土)、22(土)	6/26(水)～28(金)、7/3(水)～5(金)	10/10(木)、15(火)、17(木)、24(木)、29(火)
時間	10:00～15:00	10:00～12:00	10:00～12:00
対象者	マウス操作と文字入力が可能なる方	マウス操作と文字入力が可能なる方	基礎編修了者、または関数を用いた四則演算、表作成ができる方
内容	エクセルでは簡単な表作成やSUM関数など、ワードでは文書作成	エクセルでは簡単な表作成やSUM関数など、ワードでは文書作成	基本操作の復習、COUNTA、RANK関数などデータベース機能の学習
受講料	7,000円	7,000円	6,000円
締切日	5/8(水)	5/28(火)	9/12(木)

講座番号No.8～No.19のお申込み・お問合わせは、(公財)とちぎ男女共同参画財団へ

TEL・FAX・HP・直接来館にて

(火～日曜日の午前9時～午後5時まで)

HP: <http://www.parti.jp/> (詳しい情報が見られます)

TEL: 028-665-7706 / FAX: 028-665-7722

4月3日(水)より受付スタート!

〒320-0071 栃木県宇都宮市野沢町4-1  
パーティ とちぎ男女共同参画センター  
休館日: 毎週月曜日・国民の祝日・12月29日～1月3日

携帯電話からの  
お申込みは  
こちら→



両面の講座ともお申込み詳細はこちらです。

- ◆お申込み時に次の事項をお知らせください。
- ①講座No. 講座名 ②氏名 ③年齢 ④郵便番号 ⑤住所 ⑥電話番号
  - ⑦一時保育の有無(希望する場合は、お子さんの氏名(ふりがな)・性別・生年月日)
  - ◆[保]マークの講座は、一時保育がある講座です。満1歳から就学前のお子さんが対象(1回500円)。  
※イクメン応援講座、パーティ防災フォーラムは1回200円  
※満6ヶ月から預かる講座もあります。
  - ◆[先]マークの講座は、お申込みと同時に受講が決定する講座です。(先着順)  
講座当日、直接パーティにいらしてください。
  - ◆[抽]マークの講座は、希望者多数の場合は抽選になります。申込み締切後一週間程度で、抽選の結果を郵送します。
  - ◆[有]マークは有料講座です。[無]マークは無料講座です。  
※都合により講座内容が変更になる場合があります。  
※定員に満たない場合、申込み締切日を過ぎてもお申込みを受け付ける場合があります。  
※お申込み時にいただいた個人情報は、連絡やセミナー案内等の目的以外には使用いたしません。  
※詳細については、お気軽にお問合わせください。