

新潟県女性センター情報 No.80

2010. 7. 12発行

平成 22 年度人材育成セミナー

今年度、新潟県女性財団で開催する人材育成セミナーの予定が決まりました。申込み・問合せは当財団までお願いいたします。

| コース1;個人のスキルアップ&マインドアップ 「自分の内面や関係性を高めたい！」 | | | |
|---|---------------------------------------|-----------------------------------|---------|
| セミナー名 | 日程 | 講師(予定) | 受講料 |
| 1 ファシリテーション・グラフィックを学ぼう ①基礎編 | 9月19日(日)・20日(月・祝) 10時~16時 | 加留部貴行 九州大学大学院統合新領域学府特任准教授 | 20000 円 |
| ②発展編(フォローアップ) | 7月19日(月・祝) 10時~17時 | | 10000 円 |
| 2 うまい話し合いのための3つの作法 | H23 年3月12日(土) ・13日(日) 10時~16時 | 鈴木有香 早稲田大学紛争交渉研究所客員研究員 | 20000 円 |
| 3 トラブル解決力アップセミナー 問題解決能力を磨く! | 12月4日(土)・5日(日) 10時~17時 | | 20000 円 |
| 4 コミュニケーション・トレーニング 新規 | 1 月開催予定 10時~17時 | 川端美智子 ㈱ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役 | 10000 円 |
| 5 女性のための講師デビュー ・実践編 10 人限定 *入門編は、7月1・2日に終了しました。 | 10月13日(水)・14日(木) 10時~16時 | | 5000 円 |
| 6 本気で起業したい女性ための 応援セミナー 新規 | 9月16日~H23年1月13日(木) 全6回 13:30~15:30 | 山田まり子 中小企業診断士 ほか | 有料 |
| 7 【自治体職員対象】企画力養成講座 | 7月30日(金) 9時~17時 | 川端美智子 ㈱ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役 | — |
| 8 育児休業中だからこそ! 女子力アップセミナー 新規 | 全5回×2時間(10時~12時) | (交渉中) | 有料 |
| 9 働く女性のための100%時間管理術 新規 | 12月11日(土)10時~17時 | 川端美智子 ㈱ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役 | 有料 |
| 10 ファシリテーション基礎講座 新規 | 10月10日(日・祝) 10時~17時 | 加留部貴行 九州大学大学院統合新領域学府特任准教授 | 10000 円 |
| コース2;組織力アップ 「人と人のつながりや場を作り、社会や組織を変革したい！」 | | | |
| セミナー名 | 日程 | 講師(予定) | 受講料 |
| 11 組織マネジメントセミナー | 10月2日(土)・3日(日) 10時~16時 | 堀公俊 組織コンサルタント | 20000 円 |
| 12 地域リーダー 〈しっかり学ぼう理論と実践〉 | 全 3 回×5 時間(10時~16時) | 川端美智子 ㈱ライフキャリアデザイン・アソシエイツ代表取締役 | 10000 円 |
| コース3;政策立案力アップ 「自治体の男女共同参画政策を充実させたい！」 | | | |
| セミナー名 | 日程 | 講師(予定) | 受講料 |
| 13 男女共同参画政策立案総論 | 11月2日(火)10時~16時 | 内藤和美 群馬バース大教授 | — |
| 14 【自治体職員対象】新しい視点を学び 実践するための政策立案セミナー | 11月26日(金) 10時~16時 | 杉橋やよい 金沢大学准教授 | — |

*新潟県女性財団人材育成セミナーのパンフレット「人間力アップ」を作成しました。詳細は、財団までお問合せください。

にいがた女と男フェスティバル

去る6月26日(土)・27日(日)に新潟ユニゾンプラザを会場に、「にいがた女と男フェスティバル 2010」を開催しました。26日午後・27日午前は、県内で活動する15団体によるワークショップ、27日午後は海原純

子さん(医学博士)による講演会「ストレス時代を生きる」が行われ、幅広い層の参加がありました。以下、フェスティバルに参加した女性財団企画運営委員の報告です。

☆講演会 「ストレス時代を生きる」☆

社会や家庭の中で、ストレスという言葉が日常的に使われるように、多くの人たちが何かしらのストレスを抱えながら生きている時代を反映してでしょうか、あいにくの雨模様にもかかわらず定員を超える220名の参加者が会場を埋め尽くす講演会となりました。

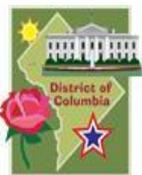
講師の海原純子さんは、ご自身の体験談も交えながら、ストレスとは何なのか、ストレス(ストレッサー)を溜め込まないで軽減する方法や、自分らしい幸せな生き方(考え方)など、ストレス時代を乗りきるヒントをわかりやすく話してくださいました。

身体と心はつながっているから、気分で身体は反応して(免疫力に変化が起きる)、体調を崩してしまいます。悪いストレスを溜め込まないためには、「体を動かす」「幸せの条件を外的条件に求めない」「幸せのアップーリミット(幸せに耐えられる上限)をのばす」「ダメなレッテルを貼らない」「自分の才能を伸ばす」ことが大切。才能とは、そのために努力することが嫌じゃないことであり、結果ではなく、楽しいと思えるプロセスを充実させ大切にしていくと、人と比較しないで自分の気持ちや思いを表現できるようになるのだそうです。

海原さんが最後に話された「いっぱい重荷を持っている人は、それを背負えるエネルギーを持っている。大変なことがあることは、羽をはばたくチャンスでもある。どんな形でも社会参加しているのであれば、次のステップへ進もう」という、優しい笑顔のエールメッセージには、あたたかいパワーがありました。

参加者の皆さんは、講師の言葉に何度もうなずきながら熱心に聞き入っていました。講演後のアンケートには、「日常生活ですぐに活かせる内容だった」「気持ちが楽になった」「自分なりの生き方を大切にしたい」という感想が多くあり、参加された皆さんにとって、自分自身の生き方を振り返りながら、前向きなエネルギーをいただいた時間になったと思います。(小熊多津子)

★あなたの夢を叶えるための「夢への地図」づくり (主催: Happy Balance)



「夢への地図」は自分の好きなこと・やりたいことを糸口に自分の夢や希望を写真や雑誌の切抜きを使って台紙にコラージュしていくものです。夢への地図をつくる効果としては、頭の中で漠然としたイメージだった夢を台紙の上にビジュアル化することで自分の夢が具体的にイメージできるようになる。その地図を見るたびに夢を実現したいと強く願うようになり、人は強く願っているとその実現へと主体的に行動をし始め、夢がより近づいていくそうです。

最初は「どう作っていいかわからない?好きなこと・やりたいことが思い浮かばない…」となかなか作業に入れませんでした。スタッフの方からアドバイスを受け、1枚目を貼ると、だんだん「あんなこともやりたい、これも大好きだから描きたい」と次々に手が動き出しました。作業が進むごとに、他の参加者も真剣な眼差しで地図づくりを楽しんでいました。楽しい時間はあっという間に過ぎてしまい、まだ作り続けたい気持ちでいっぱいでした。最後に、できあがった作品を発表しました。「お店をもちたい」「女性を綺麗にする仕事がしたい」「海外旅行が好きだから今度はヨーロッパに行きたい」「ゴージャスな物に囲まれて暮らしたい」「笑顔で毎日を過ごしたい」と皆さん、様々な夢を語っていました。子どもも参加しており、にぎやかで楽しい時間となりました。「夢への地図づくり」で自分の中の何かに気づき、それが夢への一歩となれば、とても素敵なことだと感じました。(渡辺 晶子)

★今日から楽しい『見える会議』～ファシリテーショングラフィック体験～

(主催：新潟県女性財団企画運営委員)

打合せが思うように進まない。会議が終わると「ハア～」とため息…。意見を言う人はいつも同じ人。堂々巡りの言い合いでつまらない。それは「見えない会議」をしているからかもしれません。それを打破するために、「見える会議」にチャレンジしましょう！という目的で今回ファシリテーショングラフィック体験を企画しました。

参加者は4人。最初にグループでテーマ「いつもの会議の問題点は何か？またその解決方法は何か？」について2通りの方法（1. 書かずに話し合いのみ 2. 書く作業を入れて話し合う）で話し合いをしました。2通りの話し合いを体験した参加者からは、書くことのメリットについて、「意見が共有・共感できた」「問題点が何か明確だった」「声だけだと流されやすいし、忘れやすいが文字にして書くことでそれが解決された」「付箋に書くことで並べ替えたりグルーピングしたりしてまとめやすかった」など多数の意見が出ました。

それに続くワークでは、4人のグループで「リレー板書」をしました。グループで一つの議題について話し合い、議論内容を順番にホワイトボードに板書、結論を導くワークです。1人持ち時間10分で合計40分、ファシリテーターとして進行しながら同時に書いていかなければならないので、とても難しさを感じたと思いますが、和気あいあいと活発に意見交換している姿が印象的でした。

参加者はワークを体験してみて「書く」ことの利点、「論点がずれない」「話し合いのガードレールをしくことができる」「全員参加できる」を自分自身で改めて感じ取れたようでした。

最後には質問も続出し、「書く会議」「見える会議」について学びの多い1日となりました。

(櫻井友子)

★忘れない。＝女たちの震災復興＝

(主催：新潟県中越大震災「女たちの震災復興」を推進する会)

ワークショップは、当時の震災状況のスライド映像と朗読から始まりました。震災で人の優しさにふれ、心の温かさを知り、学び、そのことにより自身も人に対し、優しい気持ちになれたことなど、朗読される方も当時の悲惨な情景・状況を思い出され、目にもうすらと涙をにじませておられました。

新潟県中越大震災は、県内では被害が一番大きく、この震災の体験を風化させない、伝えていくために取り組んでおられる皆さんが、この実体験を女性の視点で捉え、行政に要望書を提出され、それが、長岡市の「市民防災のしおり」に盛り込まれたことなど素晴らしいと思いました。また、何よりも、地震によって体験した色々な思いを記録集としてまとめられました。この地震を風化させず後世に伝えていくための貴重な資料になると思います。

朗読後、この記録集に寄稿された方たち4人の発表がありました。新潟県中越大震災は、平地の地震と違い、中山間地であることから仕事場である耕地が流失したこと。余震が続き不安な日々を過ごさなくてはならずなかなか平常心に戻れなかったこと。。また、被災者が高齢化しているため、家のローンも組めないなど様々な報告をいただきました。

その後、参加者一人ひとりから当時の状況、思い、本日の感想が述べられました。震災を風化させないためにも、大勢の方たちに“新潟県中越大震災「女たちの震災復興」を推進する会”の活動を知ってもらおう有意義な会になったのではないのでしょうか。

(池墻幸子)



* 「にいがた女と男ひとひとフェスティバル 2010」の報告書を作成します。詳細については、当財団までお問合せください。

県内の情報

◆24 時間DV ホットライン◆

NPO 法人ウィメンズサポートセンターにいがたは、女性への暴力や夫婦・家族関係などで悩んでいる女性から相談を受け、その問題解決のために専門的・総合的な相談・支援活動を行っています。今回下記の日程で 24 時間相談を行いますので、ご利用ください。

【日時】7月21日(水) 正午～22日(木) 正午

【電話】025-201-4556 025-201-4557

◆アルザフォーラム 2010◆

【期間】11/20(土)～27(土)

【会場】アルザにいがた(新潟市万代市民会館内)・各区開催会場

【内容】講演会・ワークショップ・協賛イベント

基調講演決定!

【講師】橋本真由美さん(ブックオフコーポレーション(株)取締役会長)

【日時】11月21日(日) 13:30～講演予定

*申込み方法は、10月初旬にお知らせします。

【問合せ先】アルザフォーラム 2010 実行委員会

電話: 025-246-7713

県外の情報

●おんな 立ち止まらない女性たち 1945-2010

戦後 65 年となる今年 2010 年、日本写真家協会は創立 60 周年を迎え、終戦から現在に至るまでの日本の女性たちにスポットをあて、記念写真展を開催します。

詳細については、下記にお問合せください。

【期日】8月14日(土)～29日(日) 【開館時間】10時～18時(木・金は20時まで) 毎週月曜休館

【観覧料】一般 700 円 / 学生・65 歳以上 400 円

【会場】東京都写真美術館 B1F 展示室(恵比寿ガーデンプレイス内)

【問合せ先】東京都写真美術館 電話 03-3280-0099



●「日本女性会議 2010 きょうと」

日本女性会議は、「女性の地位向上」を目的に話しあう全国的な規模の会議で、1995 年には新潟市でも開催されました。今年の開催地は京都市。全体会の他に、11 の分科会が行われます。参加申し込み等詳細については、下記の日本女性会議 2010 きょうとオフィシャルホームページをご覧ください。

【開催日】10月1日(金)～2日(土) 【会場】国立京都国際会館

【申込締切日】8月31日(火)

【問合せ先】日本女性会議 2010 きょうと実行委員会事務局(京都市役所男女共同参画推進課内)

電話 075-222-3091 <http://joseikaigi2010kyoto.jp>

●第 13 回全国シェルターシンポジウム 2010 in くるめ

DV などの様々な女性に対する暴力を根絶することを目指し、講演会とシンポジウム、18 の分科会が開催されます。

【開催日】11月20日(土)～21日(日) 【会場】福岡県久留米市石橋文化ホール他

【参加費】両日参加 5000 円 1日参加 3000 円 交流会 4000 円

【参加申込方法】事前の申込みが必要です。下記に資料請求をしてください。詳しい資料と参加申込書をお送りします。

【資料請求の締切】7月31日(土)

【請求先】ファックスのみ受付 0942-33-8459 氏名・住所・電話番号・所属(グループ名、機関、又は職業)・請求部数を記入の上、ファックスしてください。

【問合せ先】西鉄旅行(株)久留米支店(担当:白井) 電話:0942-33-1573

編集・発行 / 財団法人 新潟県女性財団

〒950-0994 新潟市中央区上所2-2-2 新潟ユニゾンプラザ2階 / 新潟県女性センター

TEL 025-285-6610 FAX 025-285-6630

E-mail npwf@npwf.jp

ホームページ <http://www.npwf.jp>

