

H29年度前期講座は4月5日(水)より受付スタート!

パルティ とちぎ男女共同参画センター

講座番号No.1~No.4のお申込み・お問い合わせは→TEL 028-665-8323、URL <http://www.parti.jp/>

☑マークは一時保育有り ☑マークは申込みと同時に受講決定 ☑マークは無料講座 ☑マークは有料講座

前期 講座案内



よしこ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 保受無 男女共同参画セミナー 県民講座

知りたい! 私たちのこれから。考えたい! 私たちにできること。

●開催日・テーマ・講師

5/27 (土) **すべての人が共に活躍する社会へ**
～日本とフランスの比較から学ぶ多様なライフスタイル～

上智大学外国語学部フランス語学科学科名誉教授

ジョリヴェ ミュリエル

6/10 (土) **講談で学ぶ女性活躍の歴史～あなたの未来を広げるために～**

講師 宝井 琴桜

7/22 (土) **新しい家族のカたち～主夫芸人が語る“シュフ業”のこと～**

主夫芸人 中村 シュフ

●時間 各回 13:30～15:30

●対象 どなたでも ●定員 各回100名 ●受講料 無料

●申込締切 各回先着順 ●保育締切 ①5/12 (金) ②5/26 (金) ③7/7 (金)

※1講座だけの受講もできます。

※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。



I'm社会をカエルちゃん

No.2 保無 とちぎウーマン応援塾 (全6回)

女性(わたし)の想いをカタチにしよう!

●開催日

①7/8 (土) ②7/29 (土) ③8/25 (金)～8/26 (土) ④9/2 (土)
⑤9/16 (土) ⑥10/28 (土)

●時間 ①②④⑤10:00～15:00 ③県外研修 ⑥10:00～16:00

●対象 審議会や自治会等の社会的な場に参画する意欲のある女性、自ら一歩を踏み出したいと考えている女性

●定員 20名(選考あり)

●受講料 無料

●募集期間 4/5 (水)～6/2 (金)

●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。

※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。(③は除く)



サボテン(情熱・秘めた熱意)

No.3 保無 男女共同参画地域活動推進講座

あなたの一歩が地域を変える!

●開催日・内容

① 7/15 (土) イマドキの男女共同参画

② 9/9 (土) ファシリテーション

③ 10/7 (土) パルティ防災プログラムを体験

④ 10/28 (土) シンポジウム・交流会 ※人権・青少年男女参画課主催「男女共同参画地域活動表彰式」と合同

●時間 13:00～16:00

●会場 ①④パルティ②那須塩原市③小山市

●対象 男女共同参画地域推進員、地域で男女共同参画を推進することに意欲のある者等

●定員 各回30名程度

●受講料 無料 ●申込締切 各回先着順 ●保育締切 ①6/30 (金) ④10/13 (金)

詳しくは当センターまでお問い合わせください。

※①～④は1講座のみの受講ができます。 ※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。



男女共同参画社会を考える“とちぎ県民のつどい”

●開催日時・内容 平成29年6月24日(土)

10:00～12:00 活動団体の発表

13:00～13:20 式典

13:30～15:00 江川紹子さん講演会

「文化を変える、ということ」

●会場 パルティ とちぎ男女共同参画センター ホール

●申込み 栃木県女性団体連絡協議会 事務局 TEL・FAX 028-665-7710(電話対応は火・木10:00～16:00)

栃木県人権・青少年男女参画課 TEL 028-623-3074(土日祝除く、8:30～17:15)



江川 紹子
(ジャーナリスト)

パルティとちぎ男女共同参画センター 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。お気軽にお問い合わせください!

- 男女共同参画ってなに?
- 地域社会における女性の活躍推進
- DVについて
- ワーク・ライフ・バランスについて
- 男女共同参画の視点で取り組む防災 など



女性活躍応援サイト 「とちぎウーマンナビ」

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

とちぎウーマンナビの合い言葉は「ONE-UP!WOMAN」。「気分を上げたい時」「やる気を貰いたい時」「課題に行き詰まった時」など、あなたの活躍をプッシュ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 →



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2日(水)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	11月	どなたでも
公開講座2017	12月	どなたでも
生涯を通じた女性の健康を考える講座	2月	どなたでも

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2日(水)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
男の生活工房(全5回)	10月～12月	男性	パルティキャリア塾Ⅰ(全1回)	12月	女性
産後の体と心のセルフケア(全2回)	11月	女性	パルティキャリア塾Ⅱ(全2回)	1月	女性
パソコン講座 パワーポイント(全2回)	10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	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

11月25日(土)開催

フェスタ in パルティ2017

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さ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!

No.4 受無 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”という人たちの集まりです。

●開催日・テーマ

① 4/15 (土) **不妊に悩む女性**

② 5/20 (土) **流産に悩む女性**

③ 6/15 (木) **二人目以降の不妊に悩む女性**

④ 7/8 (土) **治療をやめた女性とやめようか悩んでいる女性**

⑤ 8/27 (日) **一人目不妊に悩むカップル**

進行：不妊専門相談センター相談員

●時間 ①②④⑤は13:30～15:30 ③は10:00～12:00

●対象 不妊・流産に関連した悩みを持つ女性(⑤のみカップル対象)

●定員 10名程度 ●受講料 無料 ●申込締切 各開催日前日

お申込みは栃木県不妊専門相談センターまでお願いします。



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)

※5月以降の第4水曜日、13:00～16:00は「福祉のお仕事」出張相談(県社協)もあります。

●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

●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

●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

講座番号No.1～No.4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)

HP: <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。

◆案内図◆



No.5 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。暴力の様々な形態、トラウマの対処法、人との境界線、より良いコミュニケーションの方法、自尊心などのテーマを取り上げます。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は後期に実施
- ①5/25(木) DV・トラウマを理解する ②6/ 8(木) 「世間の枠」と私らしさ
 - ③6/29(木) 身体的暴力・性暴力 ④7/27(木) 精神的暴力・モラルハラスメント
 - ⑤8/24(木) トラウマに対応するツール ⑥9/28(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

※途中回からの参加、1回のみ参加も可能です。
※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。
※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.7 イクメン応援講座(全3回)

仕事も子育ても充実させたいパパを応援！
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/ 1(土) 夫婦で学ぶ産後ケア～産後クライシスを乗りきろう！
産後エクササイズ体験、産後クライシスとは など
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
 - ②7/15(土) 「夫婦で考える『生きる力』を育む子育て」
夫婦で子育てのビジョンの明確化、夫婦間コミュニケーション、生きる力を育む子育てとは など
ロジカル・ペアレディングLLP代表 林田 香織
 - ③7/29(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
「育キヤリ」という新しい働き方、ワークライフマネジメント、家事・育児シェアの秘訣 など
東し経営研究所 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

- 時 間 13:00～15:30
●対 象 未就学児のいるカップル、出産を予定・希望しているカップル
●定 員 30名(15組) ●受講料 無料 ●申込締切 6/1(木)

※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。



No.10 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3回)

イライラしたり、どなってしまったり…ひとりで子育てががんばりすぎていませんか？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を一緒に考えましょう。

- 開催日・テーマ・講師
- ①7/ 6(木) ②7/13(木) ③7/20(木)
 - 1. 長期的なゴール(大人になったとき、こうあってほしい)を考える
 - 2. 温かさ(支え)と枠組み(情報やガイド)を与える(なぜダメなのか、どうすればいいのか説明する)
 - 3. 発育段階に応じた子どもの気持ちを理解する
 - 4. 課題解決型の手法を取る(今日の課題は今日解決)

- 時 間 10:00～12:00
●対 象 未就学児の母親、父親、祖父母、子育て支援者
●定 員 30名
●受講料 3,000円 ●申込締切 6/9(金)

※この講座は満6ヶ月～未就学児までの保育が可能です。
※ポジティブ・ディシプリン(前向きなしつけ)とは…「子ども支援の国際NGO セーブ・ザ・チルドレン」がカナダの臨床心理学博士デュラント教授とともに考案した、非暴力に根差したしつけ・子育ての効果的な手法のこと。



No.13 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)

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・講師
- ①5/26(金) ②6/ 2(金) ライフプランニングと資金計画 ③6/ 9(金) ④6/16(金) リスク管理
 - ⑤6/23(金) ⑥6/30(金) 金融資産運用 ⑦7/ 7(金) ⑧7/14(金) タックスプランニング
 - ⑨7/21(金) ⑩7/28(金) 不動産 ⑪8/ 4(金) ⑫8/25(金) 相続・事業承継
 - ⑬8/30(水) ⑭9/ 1(金) 試験の傾向と対策(学科・実技)

- 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 5/10(水)

※試験日は9/10(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。
※この講座は満6ヶ月から未就学時までの保育が可能です。



No.6 家族ケア講座 ～私からはじめる こころの手あて(全2日)

親や親族との関係、子どもとのコミュニケーション、パートナーとのつながり…。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。変化するためには信頼と希望が必要です。セルフケアから新しい道を見出しましょう。

- 開催日・テーマ・内容(座学とワークショップ)・講師
- ①9/8(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
 - 1. 私の専門家になろう 2. こころと家族の手あて 3. 家族で身に付ける役割
 - 4. 問題の対処と選択 5. 心地よいコミュニケーション 6. これからの家族関係
 - ②9/9(土) 私のMaking Peace
オレない、ヘタらない、ツブれない こころの手あて講座
 - 1. こころを手あてしよう 2. 私とあなたの境界線 3. 心の冷え性対策
 - 4. わたしの味方(アライ)を探そう! 5. 内なる子どもを育てる 6. 世界に一つのケアマネージメント

- 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 1,300円<税別>)
●申込締切 8/8(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。



マドレボニータの「産後の心と体のセルフケア」

No.8 6月コース(全2回) No.9 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
- No.8 6月コース ①6/15(木) ②6/22(木) No.9 9月コース ①9/ 7(木) ②9/14(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
 - 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。

- 時 間 10:00～12:00
●対 象 産後2ヶ月以降(産後は何年まででもOK)の女性
生後6ヶ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.8 6月コース 5/16(火) No.9 9月コース 8/8(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。
※「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。



女性と子どものための護身術 ～WEN-DO～

No.11 親子のための護身術 No.12 女性のための護身術

女性、子どもの力でいざという時に自分を護る一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学びます。

- 開催日・テーマ・講師
- 7/22日(土)
 - ①講義 護”心”術(暴力に気づく、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/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)

No.	11	12
講座名	親子のための護身術(親子クラス)	女性のための護身術(女性クラス)
時 間	10:00～12:00	13:30～15:30
対 象	小学校1年生～3年生の児童と女性の保護者	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	10組(20名)	20名
受講料	小学生500円 大人1,000円	1,000円(小・中・高校生は500円)
締切日	6/22(木)	

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。



No.14, 15 パソコン講座 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.	14	15
講座名	エクセル・ワード基礎編(全6回)	エクセル初級編(全5回)
開講日	6/21(水)～23(金)、28(水)～30(金)	10/12(木)、17(火)、19(木)、24(火)、26(木)
時 間	10:00～12:00	10:00～12:00
対象者	マウス操作と文字入力可能な方	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	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	6,000円
締切日	5/23(火)	9/13(水)

講座番号No.5～No.15のお申込み・お問い合わせは、(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)

H P:<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5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)
- ◆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200円)。※満6ヶ月から預かる講座もあります。
- ◆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、直接バルティにいらしてください。
- ◆マークのない講座は、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。
※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、お気軽にお問い合わせください。
- ◆マークは有料講座です。マークは無料講座です。