

金沢市女性センター事業

1 令和3年度実績

(1) 年間利用者 19,083 人（自主サークル及び女性エンパワーメント支援事業の合計）

(2) 年間稼働率（開館日数 343 日、12 時間/日（日曜 8 時間）、貸室全 6 室）

- ・全館：約 48%（概ね 3 時間/回を「1 コマ」として 1 日 4 コマとした場合）
- ・部屋ごとの稼働率の最高：約 80%（トレーニング室、1 日平均 3 コマの利用）

(3) 「女性センター自主サークル」の活動支援

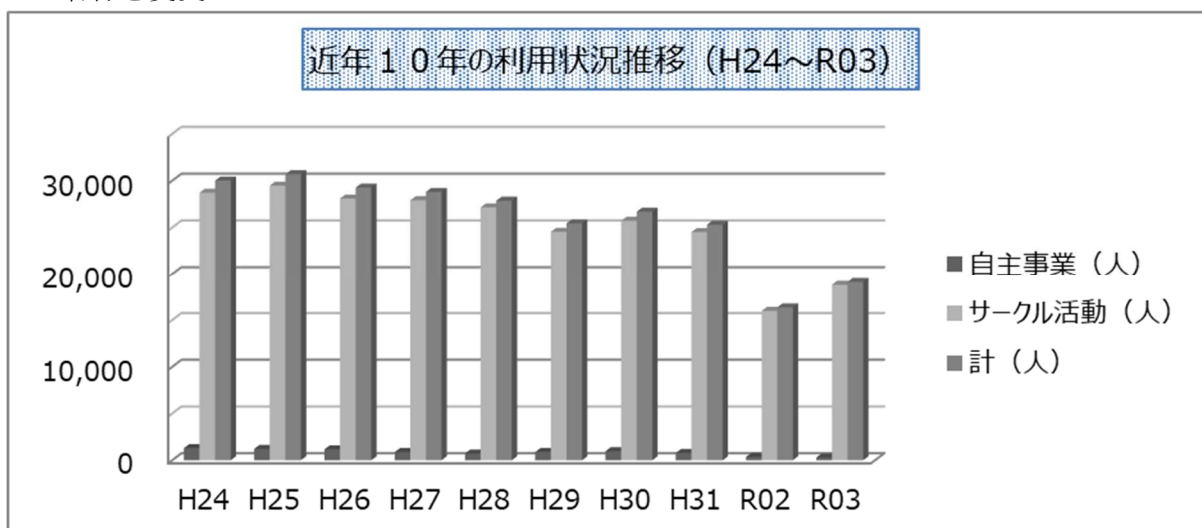
自主サークル（登録団体）に対し、活動の場や男女共同参画に関する情報等を提供

- ・自主サークル数：96（令和3年度末現在）
- ・自主サークルの活動内容：健康、文化、子育て、学習、DV 被害者支援等
- ・年間利用者（自主サークル）：18,787 人

(4) 女性のエンパワーメント支援事業（男女共同参画支援セミナー）

女性が生涯を通じて健康で明るく充実した毎日をご過ごせるよう、男女共同参画や子育て支援、能力開発等に関する講座を開催（8 講座 17 回開催 受講者数 209 人）

※令和4年度から「女性のエンパワーメント支援事業」から「男女共同参画支援セミナー」へ名称を変更



2 令和4年度取組内容

引き続き、自主サークルに対し活動の場などを提供するほか、自主サークル間での交流や情報交換が進むよう支援を行う。また、男女共同参画支援セミナーとして次の講座を開催する。

男女共同参画講座	<ul style="list-style-type: none"> ・映画上映 ・はじめの一步 男性家事セミナー ・セカンドライフに向けて再出発セミナー
子育て応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・ちょっとひといき ママのための自分時間 ・お父さんと料理にチャレンジ! ・家族で楽しむ夏休み工作
女性活躍応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・女性を輝かせる健康と運動セミナー ・働き女子のためのコミュニケーション術 ・頑張りすぎる女性へおくるラク家事セミナー ・自分も相手も大切にする人間関係セミナー



令和3年度 金沢市 女性のエンパワーメント 支援講座



講座名	内容	講師	開催予定日	時間
楽しくはじめる 運動習慣のススメ！ (全3回)	姿勢と呼吸	中嶋 佳奈恵氏	6月15日(火)	10:00～ 11:30
	更年期の身体と運動の必要		6月22日(火)	
	まとめ		6月29日(火)	
将来に備える！ セカンドライフ講座 (全2回)	With コロナ時代を乗り切るために ～お口の健康を保ち、健康な食生活を守り 体の免疫力を保ちましょう！～	宮田 英利氏	7月8日(木)	14:00～ 16:00
	親の介護と自分自身の介護に備えて、 今から知っておくべき知識	安部 静男氏	7月15日(木)	
お父さんと料理に挑戦！	軽食とデザートを作ろう！	高信 雅子氏	7月31日(土)	10:00～ 14:00
夏休み！ 家族と工作で遊ぼう！	光魔法の科学工作	木谷 誠治氏	8月19日(木)	10:00～ 12:00
働き女子のための ビジネスコミュニケーション (全2回)	アサーティブコミュニケーション	中村 清美氏	9月4日(土)	13:00～ 17:00
	アンガーマネジメント		9月11日(土)	
ママのための おしゃべりカフェ1 ～初心者でもできるニット編み～ (全2回)	簡単なニット編み① 練習編	中村 真由美氏	9月22日(水)	10:00～ 12:00
	簡単なニット編み② 実践編		9月29日(水)	
趣味を見つける！ セカンドライフ講座 (全2回)	美術鑑賞のすすめ	川上 明孝氏	10月21日(木)	10:00～ 12:00
	初めての絵手紙講座	久保 恵美子氏	10月28日(木)	
ママのための おしゃべりカフェ2 ～子育てって大変！！ ママ言いたいこと言わんけ～ (全3回)	ママ同士でおしゃべり！	下川 紀美子氏	11月10日(水)	10:00～ 12:00
	子育て中の防災準備どうしてる？	竹田 雅子氏 下川 紀美子氏	11月17日(水)	
	こどもとふれあい遊び	下川 紀美子氏	11月24日(水)	
女性のこころと身体の 健康講座 (全2回)	女性特有の悩みを解決する漢方	劉 園英氏	12月7日(火)	10:00～ 12:00
	ストレス対処法とタッピング	榮山 真紀子氏	12月14日(火)	
簡単！時短！ 男性向けビギナー料理講座	簡単で時短、できるだけ包丁を 使わない料理	南 友美氏	3月5日(土)	10:00～ 14:00
女性のための スッキリ＆リラックス セミナー (全2回)	整理整頓でお家も心もスッキリ	金野 美保氏	3月9日(水)	10:00～ 12:00
	ハーブで心も身体もリラックス	鯉野 叔子氏	3月16日(水)	

講座について

- ▼ 講座の表記・内容等は一部変更になる場合があります。
- ▼ 受講の対象者は原則として金沢市内在住または金沢市内在勤の方です。
- ▼ 各セミナーの募集は、**概ねセミナー開催初日の一ヶ月前**に下記にてお知らせします。
 - ▽ **金沢市女性センターホームページ**（アクセス方法は下記をご参照ください）
 - ▽ **新聞の金沢市広報欄**（毎週火曜日・朝刊）
 - ▽ **チラシ**

- ▼ 募集開始とともにホームページ内には申込みフォームも開設しますので、お申込みの際には是非ご利用ください。

【ホームページへのアクセス方法】

- ▽ 検索エンジンに **金沢市女性センター** で検索
- ▽ 右の QR コードをお持ちの携帯電話・スマートフォンで読み取ってアクセス
- ▽ アドレスを直接入力

<https://www4.city.kanazawa.lg.jp/22075/jyosei/jyosei.html>

- ▼ 講座の詳細・お申込みにつきましては下記の問い合わせ先またはホームページにてご確認ください。



グループ登録&入会者募集

金沢市に住所を有する女性を主な構成員とするグループは、金沢市女性センターに登録することにより、**研修室や和室等を活動場所としてご利用いただけます。**

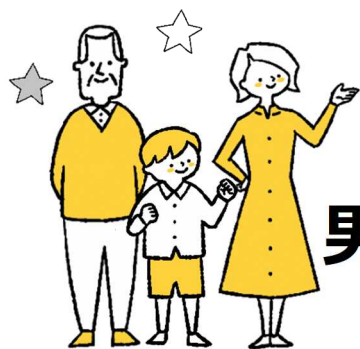
また、**登録サークルでは入会希望者も募集中です。**

活動例 軽運動、お茶会、勉強会、情報交換会、自主学習活動など
（活動や登録の詳細については、気軽にお問い合わせください）



お問い合わせ：金沢市女性センター
〒920-0861 金沢市三社町1番44号
（石川県女性センター3階）
TEL：（076）223-1265
FAX：（076）223-6299
メールアドレス：jyosei@city.kanazawa.lg.jp





令和4年度 金沢市 男女共同参画支援セミナー

講座名	内容	開催日	時間	託児
女性を輝かせる 健康と運動セミナー (全3回)	心と体に効くヨガ~”心”編~	6月10日(金)	10:00~ 11:30	あり
	心と体に効くヨガ~”体”編~	6月17日(金)		
	心と体に効くヨガ~”体幹”編~	6月24日(金)		
ちょっとひといき ママのための自分時間 (全3回)	ハーブで心も身体もリラックス	7月13日(水)	10:00~ 11:30	あり
	女性の防災 ~キャンプでも使える防災ごはん~	7月20日(水)		
	椅子ヨガ	7月27日(水)		
お父さんと料理に チャレンジ!	軽食とデザートを作ろう	8月12日(金)	10:00~ 13:00	あり
家族で楽しむ 夏休み工作	家族で科学工作でふれあい	8月18日(木)	10:00~ 12:00	あり
働き女子のための コミュニケーション術 (全2回)	アサーティブコミュニケーション	8月27日(土)	13:00~ 17:00	あり
	アンガーマネジメント	9月3日(土)		
頑張りすぎる 女性へおくる ラク家事セミナー (全2回)	家族と家事をシェアするコミュニケーションのコツ	9月15日(木)	10:00~ 12:00	あり
	家事を時短するアイデア	9月22日(木)		
映画上映	映画で男女共同参画について学びましょう!	11月9日(水)	10:00~ 14:00	あり
自分も相手も大切にする 人間関係セミナー (全2回)	日常に潜む支配に気づく~家庭編~	11月22日(火)	10:00~ 12:00	あり
	日常に潜む支配に気づく~職場編~	11月29日(火)		
はじめの一步 男性家事セミナー (全3回)	家族間コミュニケーションのススメ	12月10日(土)	10:00~ 12:00	あり
	まずは朝ご飯から!これがオレ流!	1月14日(土)	10:00~ 13:00	
	家族と楽しく過ごすための整理整頓の基本	2月18日(土)	10:00~ 12:00	
セカンドライフに向けて 再出発セミナー (全2回)	離れて暮らす親の介護	3月7日(火)	10:00~ 12:00	なし
	身近に子どもがいない私の介護			
	パートナーと歩いて巡ろう!美術館・博物館	3月14日(火)		

講座について

- ▼ 講座の表記・内容等は変更になる場合があります。
- ▼ 受講の対象者は原則として金沢市内在住または金沢市内在勤の方です。
- ▼ 各セミナーの募集は、**概ねセミナー開催初日の一ヶ月前**に下記にてお知らせします。
 - ▽ **金沢市女性センターホームページ**（アクセス方法は下記をご参照ください）
 - ▽ **新聞の金沢市広報欄**（毎週火曜日・朝刊）
 - ▽ **チラシ**
- ▼ 募集開始とともにホームページ内には申込みフォームも開設しますので、お申込みの際には是非ご利用ください。

【ホームページへのアクセス方法】

- ▽ 検索エンジンに で検索
- ▽ 右の二次元コードをお持ちの携帯電話・スマートフォンで読み取ってアクセス
- ▽ アドレスを直接入力

<https://www4.city.kanazawa.lg.jp/soshikikarasagasu/kanazawashijoseicenter/gyomuannai/1/1/7165.html>



- ▼ 講座の詳細・お申込みにつきましては下記の問い合わせ先またはホームページにてご確認ください。

グループ登録&入会者募集

金沢市に住所を有する女性を主な構成員とするグループは、金沢市女性センターに登録することにより、**研修室や和室等を活動場所としてご利用いただけます。**
また、**登録サークルでは入会希望者も募集中です。**

活動例 軽運動、お茶会、勉強会、情報交換会、自主学習活動など
(活動や登録の詳細については、気軽にお問い合わせください)



お問い合わせ：金沢市女性センター

〒920-0861 金沢市三社町1番44号
(石川県女性センター3階)
TEL: (076) 223-1265
FAX: (076) 223-6299
メールアドレス: jyosei@city.kanazawa.lg.jp