

金沢市女性センター事業

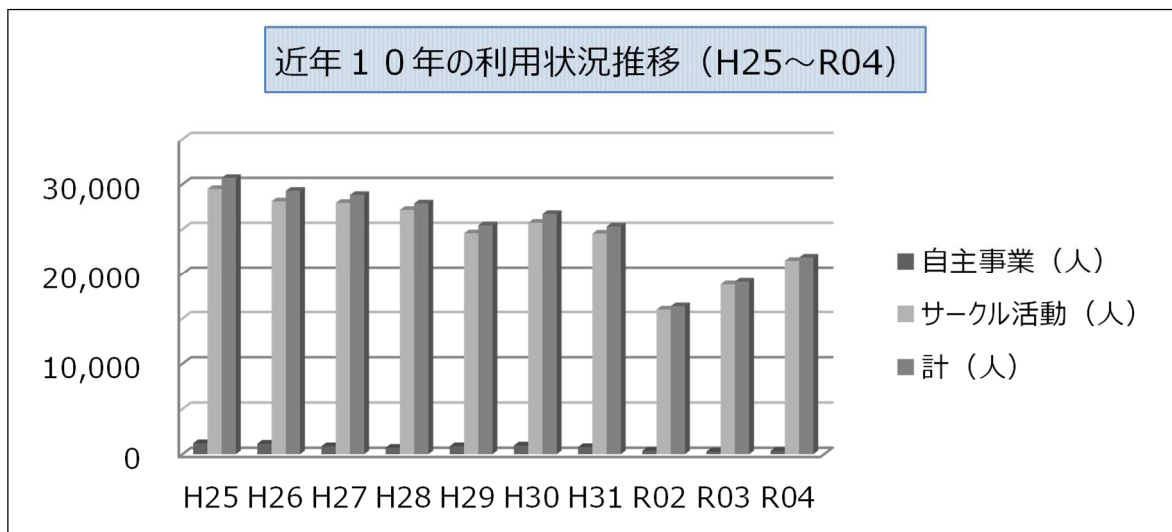
1 令和4年度実績

- (1) 年間利用者 21,841 人（自主サークル及び男女共同参画支援セミナーの合計）
- (2) 年間稼働率（開館日数 344 日、12 時間/日（日曜 8 時間）、貸室全 6 室）
 - ・全館：約 53%（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 90%（トレーニング室、ほぼ毎日 3～4 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：95（令和 4 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）：21,478 人
- (4) 男女共同参画支援セミナー

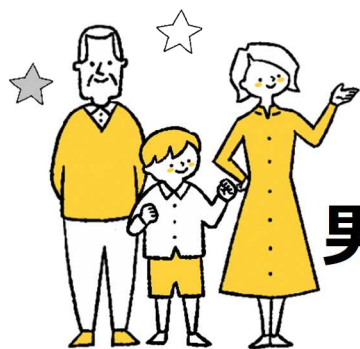
女性が生涯を通じて健康で明るく充実した毎日を過ごせるよう、男女共同参画や子育て支援、能力開発等に関する講座を開催（10 講座 20 回開催 受講者数 195 人）



2 令和5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"> ・ハッピー家事シェア ・炎上しない発信でワンランク上の企業へ！ ・映画上映会 ・これがオレ流！家事スタイル ～年末年始スペシャル～ ・オトナ世代のためのライフスタイル講座
子育て応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・仕事も育児も楽しむ！育児中のママ応援セミナー ・じいじ・ばあばと！わくわく夏休み工作 ・パパとお料理大作戦！
女性活躍応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・働きやすい環境を私が作る！～働く女性のためのチャレンジ塾～ ・夫の不機嫌はわたしのせい？～心のモヤモヤ晴らし塾～ ・明るいミライを手に入れる！離婚の法律セミナー



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 身近に子どもがいない私の介護	3月7日(火)	10:00～ 12:00	なし
	パートナーと歩いて巡ろう！美術館・博物館	3月14日(火)		

裏面あり

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



／ Seminars to support gender equality ／

令和5年度 金沢市 男女共同参画支援セミナー

託児無料

※要予約

講座名	内容	開催日	時間
仕事も育児も楽しむ！ 育児中のママ応援セミナー (全2回)	再就職・職場復帰 働きたいママを応援	6月7日(水)	10:00~
	全身リフレッシュヨガ	6月14日(水)	11:30
ハッピー家事シェア (全2回)	夫婦向け話し方テクニック	7月7日(金)	10:00~
	時短家事 厳選テクニック	7月14日(金)	12:00
じいじ・ばあばと！ わくわく夏休み工作	おじいちゃん、おばあちゃんと夏休みの工作を楽しもう！	7月28日(金)	10:00~ 12:00
パパとお料理大作戦！	パパと子どものお料理セミナー	8月10日(木)	10:00~ 12:00
働きやすい環境を私が作る！ ～働く女性のためのチャレンジ塾～ (全2回)	生理をコントロールして働きやすい環境を作る 話下手克服	9月2日(土)	13:00~
	褒め上手は気づき上手！褒めて職場の雰囲気を変える	9月9日(土)	16:00
炎上しない発信で ワンランク上の企業へ！	広告・SNSなどで発信する際にジェンダーに配慮した発信の仕方を学ぶ、企業向けセミナー	9月27日(水)	10:00~ 12:00
夫の不機嫌はわたしのせい？ ～心のモヤモヤ晴らし塾～	家庭内のDV・モラハラに気づき、グループワークで気持ちを回復する	10月11日(水)	10:00~ 12:00
明るいミライを手に入れる！ 離婚の法律セミナー	女性を守る離婚に備える法律知識	10月25日(水)	10:00~ 12:00
上映会 『ママをやめてもいいですか』	子育てに奮闘するママたちのドキュメンタリー上映	11月18日(土)	10:00~ 12:00
これがオレ流！家事スタイル ～年末スペシャル～ (全2回)	大掃除でも大活躍！よく落ちる汚れの化学	12月2日(土)	10:00~
	家族ヨロコブ！簡単クリスマスメニューを作ろう！	12月23日(土)	12:00
オトナ世代のための ライフスタイル講座 (全2回)	終活・エンディングノート・遺産相続	3月7日(木)	10:00~
	ジェンダーの視点から見る美術品	3月14日(木)	12:00

詳しくはチラシをご覧ください

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。

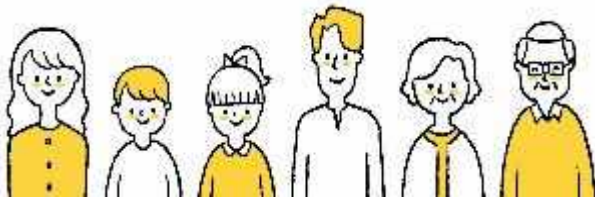


【ホームページへのアクセス方法】

- ▽ 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 男女共同参画推進に関する活動、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