



／ 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)	

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 **金沢市女性センター** 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