

金沢市女性センター事業

1 令和6年度実績

- (1) 年間利用者 21,138 人
- (2) 年間稼働率（開館日数 339 日、12 時間/日（日曜 8 時間）、貸室全 6 室）
- ・全館：約 52%（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 88%（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

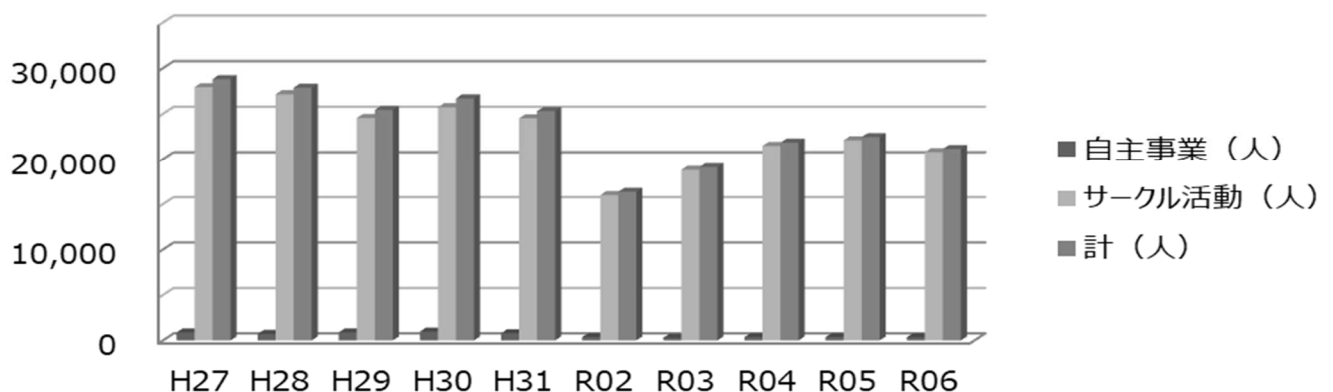
自主サークル（登録団体）に対し、活動の場や男女共同参画に関する情報等を提供

- ・自主サークル数：84（令和 6 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）：20,790 人

(4) 男女共同参画支援セミナー

生涯を通じて自分らしく生き、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（12 講座 16 回開催 受講者数 281 人）

近年 10 年の利用状況推移（H27～R06）



2 令和7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"> ・上映会『マダム イン ニューヨーク』 ・離婚セミナー（自分と向き合う準備編/共同親権編） ※配信のみ ・セカンドライフセミナー
子育て応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・ママカフェ ・おうちで性教育（幼児・児童期編/思春期編） ※配信のみ ・じいじ・ばあばと！わくわく夏休み工作
女性活躍応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・子育てママのリフレッシュヨガ（リラックス編/体幹編） ・自分も相手も大切にする人間関係セミナー ・元気な女性の話を聴いて元気になるセミナー ※開催後配信あり ・中高年世代女性のリフレッシュヨガ（リラックス編/体幹編）
男性活躍応援講座	<ul style="list-style-type: none"> ・オトコ飯（子育て中のパパ向け/中高年世代向け） ・男性限定！ヨガセミナー（リラックス編/体幹編） ・プロに学ぶ！男性限定おさかなさばき方教室

金沢市 男女共同参画支援セミナー



講座名	内容	講師	開催予定日	時間
いのちを守る!家族で防災 (各1回)	高齢者がいる家庭編	竹田 雅子	5月22日(水)	10:00~12:00
	乳幼児がいる家庭編		5月29日(水)	
家族で参加するセミナー	・パパはわたしのヘアスタイリスト ・ママはWen-Do(護身術)	八村 佳穂里 福多 唯	6月22日(土)	10:00~11:30
育児がつらいと感じたとき に受けるセミナー	自己肯定感、ペアレンティング、 自分と親・自分と子どもの関係	水島 栄美子	6月27日(木)	10:00~12:00
子育て世代のリフレッシュ セミナー(カラダとマネー) (全2回)	子育てママのカラダを整える	武田 絵利子	7月10日(水)	10:00~11:30
	子育て世代のマネープラン	高橋 昌子	7月17日(水)	
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!	木谷 誠治	7月26日(金)	10:00~12:00
パパといっしょにおべんと塾	パパと小学生の子どもの料理セミナー	舘 直宏	8月3日(土)	10:00~12:00
毎日でも食べたい 簡単オトコ飯	子育て中のパパ向け料理セミナー	高信 雅子	9月14日(土)	10:00~12:00
ワークライフバランス セミナー	・上映会「ママをやめてもいいですか!」 ・どうしたらうまくいんやろ家事シェア	子育て向上委員会	10月19日(土)	13:00~16:00
毎日でも食べたい2人分 の簡単オトコ飯	中高年の男性向け料理セミナー	高信 雅子	11月7日(木)	10:00~12:00
明るいミライを手に入れる! 女性のための再チャレンジ 応援講座	再就職において 働きたい女性を応援	中村 清美	12月10日(火)	10:00~11:30
日常に潜む支配に気づく セミナー	家庭内のモラハラ・DVに気づき、自分 を大切に生きることを考えるセミナー	坂井 美津江	1月29日(水)	10:00~12:00
離婚の法律セミナー	離婚に備える法律知識	関口 佳織	2月18日(火)	10:00~12:00
ゆらぎ世代のリフレッシュ セミナー(カラダとマネー) (全2回)	更年期世代の女性の骨盤リセットヨガ	澤谷 めぐみ	3月5日(水)	10:00~11:30
	更年期世代の女性のマネープラン	高橋 昌子	3月12日(水)	

令和
7年度

金沢市 男女共同参画支援セミナー



講座名	内容	講師	開催予定日	時間
心も体も前向きに 子育てママのリフレッシュヨガ	リラックス編	澤谷 めぐみ	6月17日(火)	10:00~11:30
	体幹編		6月24日(火)	
オトコ飯	子育て世代のパパ向け料理セミナー	金沢健康づくり 栄養士の会 高信 雅子	7月5日(土)	10:00~12:00
ママカフェ	子育ての楽しさや悩みを共有	はぐはぐ そのままいいよ 水島 栄美子	7月8日(火)	10:00~12:00
おうちで性教育 (YouTube 配信)	① 幼児・児童期編	石川県助産師会 まき助産院 川島 真希	7月25日(金)	お申込者のみ 期間限定配信
	② 思春期編		8月1日(金)	
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!	木谷 誠治	8月7日(木)	10:00~12:00
男性限定!ヨガセミナー	リラックス編	木立 裕子	9月6日(土)	10:00~11:30
	体幹編		9月13日(土)	
自分も相手も大切に 人間関係セミナー	パートナーと良い関係を築くために	NPO 法人 WEK プロジェクト 坂井 美津江	9月19日(金)	10:00~12:00
元気な女性の話を聴いて 元気になるセミナー (開催後 YouTube 配信あり)	起業した女性の話を聴く	株式会社 うふふ 志賀 嘉子	10月16日(木)	10:00~12:00 他、お申込者のみ 限定配信あり
上映会	「マダム・イン・ニューヨーク」	—	11月12日(水)	10:00~12:30
プロに学ぶ! 男性限定お魚さばき方教室	男性向けのお魚さばき方教室	金沢 おさかな普及協会	11月22日(土)	10:30~12:00
心も体も前向きに 中高年世代女性の リフレッシュヨガ	リラックス編	澤谷 めぐみ	11月27日(木)	10:00~11:30
	体幹編		12月4日(木)	
離婚セミナー ～自分と向き合う準備編～ (YouTube 配信)	流れ・お金のこと(準備・手続き)	行政書士 木原 奈緒美	12月12日(金)	お申込者のみ 期間限定配信
セカンドライフセミナー (開催後 YouTube 配信あり)	終活に向けて	行政書士 浜崎 泰彦	2月25日(水)	10:00~12:00 他、お申込者のみ 限定配信あり
離婚セミナー ～共同親権編～ (YouTube 配信)	共同親権について	弁護士 中 聖子	2月27日(金)	お申込者のみ 期間限定配信
オトコ飯	中高年世代の男性向け料理セミナー	金沢健康づくり 栄養士の会 高信 雅子	3月7日(土)	10:00~12:00