

女性限定 自己尊重トレーニング講座

わたし、おんなだから・・・
わたし、おかあさんだから・・・

2回連続講座

11/12 (火) 11/19 (火)

両日とも 受付9:40～ 10:00～12:00

ウィズ豊川2階視聴覚室

講師：増井さとみさん

フェミニストカウンセラー

日本フェミニストカウンセリング学会

ウィメンズカウンセリング名古屋YWCA

☆女性限定 ☆定員 先着30人

☆申込 10月10日(木)から受付

☆託児 先着5人 おやつ代100円

10月10日(木)～10月29日(火)まで受付

☆障がいのある方へ 学習サポートします。ご相談ください。

参加
無料



主催：豊川市 担当課：人権交通防犯課

企画運営：豊川共生ネットみらい

協賛：豊川市内のファミリー・フレンドリー企業

ファミリーフレンドリー企業：従業員が仕事と生活の調和を図ることができるよう積極的に取り組んでいる、愛知県に登録された企業

- ・豊川信用金庫 ・オーエスジー(株) ・サーラ物流(株) ・(株)佐脇組
- ・(株)ハクヨコーポレーション ・(株)ハクヨプロデュースシステム
- ・岡田建設(株) ・(株)トヨコン ・浜島防災システム(株)
- ・総合青山病院 ・深谷建設(株) ・テクノス(株) ・(株)林工務店
- ・(株)デンソーブラス ・倉橋建設(株) ・丸十工業(株) ・(株)波多野組
- ・アジアクリエイト(株) ・アイレックススポーツライフ(株)
- ・社会福祉法人としなが福祉会


先入観や固定観念、思い込みで、わたしはわたしを大切にしていなくて？
ありのままのわたしって？
どうしたら、人と自然な触れ合いができるのだろう？

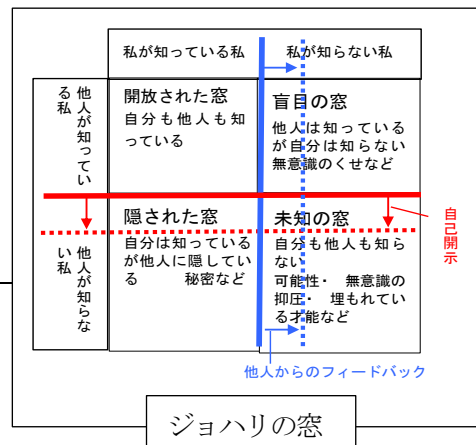
2019年度

豊川市男女共同参画協働型事業 女性限定講座 報告書

令和 1 年 12 月 24 日

令和1年11月12日・11月19日に実施しました豊川市男女共同参画協働型事業 女性限定講座について、下記のとおり報告します。

講座名	女性限定自己尊重トレーニング講座 「わたし、おんなだから…、わたし、おかあさんだから…」
場所	豊川市社会福祉協議会 ウィズ豊川 2階 視聴覚室 (講座) 和室 (託児)
日時	令和1年11月12日 (火曜日)・11月19日 (火曜日) いずれも10時~12時
人数	延べ参加36人 (申込24人 参加20人 初参加14人) 託児延べ6人
講師	増井さとみ フェミニストカウンセラー 日本フェミニストカウンセリング学会 ウィメンズカウンセリング名古屋YWCA
会場設定	イスのみ円形に配置 
事業概要 スケジュール	第1回 (11月12日) 「役割からの解放」 1. 自分を知る【ジョハリの窓】の説明 2. 受講の心得 ①参加 ②尊重 ③守秘 3. アイスブレイキング 全員立って行う ①「呼ばれたい名前 (名札)」で互いに挨拶 ②沈黙の中、誕生日順に並ぶ ③今、夢中になっていることを一人ずつ発表 4. ワークショップ ①全員に問いかけ 「普段、何と呼ばれているか」 ②グループワーク 選んだ役割 (母・娘・奥さん・嫁さん) で話し合い ③グループ発表 5. 講義 外的抑圧と内的抑圧の意味 6. ワークショップ



	<p>①ワークシートの吹き出しに書く 「どんな役割で～すべきと考えるか」 ②グループで話し合い</p> <p>7. 宿題 ワークシートの吹き出し部分について考えてくる ①いつから思うようになったか ②誰から言われたか ③きっかけのエピソード</p> <p>第2回 (11月19日) 「私を知る 自分自身を生きるためのヒント」</p> <p>1. 受講の心得 ①参加 ②尊重 ③守秘 2. アイスブレイキング 全員立って行う ①「呼ばれたい名前(名札)」で互いに挨拶 ②「好きな季節」で互いに挨拶 3. ワークショップ 「わたし」を考える前にある「役割」 ①グループワーク 「いつから・誰から・きっかけエピソード」(前回の宿題) ②全体に発表 4. 講義 内的抑圧と外的抑圧の捉え方 5. ワークショップ わたしを表すもの・新たな自分を知る ①全体で ②各自、ハート付箋紙10枚に1つずつ書く ③3人グループで話し合い 6. 講義 自己尊重 7. ワークショップ 5人に出会って話す ①各自、書いた中から1つを選ぶ ②それについて、互いに褒めあう 8. ワークショップ 12の権利 ①各自、12の権利の中の1つを選ぶ ②選んだものを互いに声に出す 「わたしには…権利があります」「あなたには…権利があります」</p>
<p>受講者の 様子</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・参加20人中 初参加14人 ・豊川共生ネットみらい会員、女性のための談話室の参加者、合わせて 8人 ・ワークショップを初めて体験した人が過半数 ・ワークショップでは、多くは初対面であったにも拘わらず、考えていることや自分の体験を率直に話しあっていた。 ・全体に講師から発言を促された時、発言者が固定することはなかった。
<p>講座内の 特色</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ワークショップ主体の講座だった。 ・講師は、知識伝達ではなくワークショップを巧みに配置し、参加者に自己尊重するための気づきを促した。 ・参加者それぞれが自分の生活の中で、自己尊重していこうという意欲が見受けられる。

<p>企画運営し ての感想</p>	<p>豊川共生ネットみらいが女性のためのエンパワーメント講座を開設したのは2005年度。2006年度から増井さとみさんに女性講座の講師をお願いしてきました。</p> <p>その13年間には、参加者のはっきりした変化が見受けられます。働く女性の増加によって平日5回連続講座ができなくなりました。また、女性の悩みに家庭内の問題に上乘せするように職場の人間関係が登場してきました。</p> <p>豊川共生ネットみらいの「女性のための談話室（毎月第1金）」は今年度になって常時10人から15人の参加があります。ここで感じるのは、この13年間、自己尊重することがなかなかできず自分らしい人生を描くことができないという悩みがずっと続いているということです。“なぜ、変わらないのか”を、豊川共生ネットみらいの課題として真摯に受け止めなくてはなりません。</p> <p>ただ、この頃「女性のための談話室」は安心安全な場所として確立しつつあります。乳幼児を連れてくる若い母親から高齢者までそれぞれの経験を吐露しそれを参考にして自己を振り返るという、日常生活の中ではできない経験をしています。</p> <p>その様子を増井講師にお話したことで、今回のワークショップ主体の講座をしてくださったのではないかと推測しています。講座では「女性のための談話室」に参加している人が気楽な雰囲気を出して下さっていたのが印象的でした。アンケートにもあるようにいろいろな人と交流することが自分のためになると感じた人が多かったようです。</p> <p>講座終了後に12月6日の「女性のための談話室」で講座参加者を含めた“講座振り返り”を行いました。13人参加。感想を話し合う中でさらに自分の身の上を深く掘り下げようとする人がいました。知らず知らずに希望と勇気を持つようになるのは、そういう雰囲気だからこそではないかと感じます。自力で“エンパワーメント”ができるのです。緊急な深刻な悩みのある人には個別に面接相談を行いました。</p> <p>講座内容から「女性のための談話室」につながり、さらに男女共同参画社会の担い手が育成されることを期待します。</p> <p>今年度はsisterhoodが本当に可能なのだと実感できた年でした。</p>
-----------------------	---