

同時開催!!

あなたの学びが社会を変える!

# 男女共同参画inパレア ワークショップ

2021.7/3(土)・4(日)

入場無料

※一部有料の  
催し物あり



男女が性別に関わりなく、個性と能力を十分に発揮できる男女共同参画社会。その実現をめざし、県内の団体が女性の社会参画やパートナーシップなどをテーマに、さまざまなワークショップを行います。

## 【参加団体】

一般社団法人スーパーウーマンプロジェクト / NPO法人日本FP協会 熊本支部 / NPO法人ブライトバル熊本 / 熊本キャリアカフェ・MIRAI / 熊本工業高等学校 土木科 / くまもと女性議員の会 / ダブルケア熊本 / 特定非営利活動法人ウィメンズ・カウンセリಂಗールーム熊本 / ヒカリノアトリエ×イロトリドリ / 防災講師チーム / 有限会社ミューズプランニング

## ロビー展

「女性の政治参画～政治分野における男女共同参画を目指して～」  
「無意識の『思い込み』ありませんか？」  
「チャレンジ! 男女共同参画クイズ」

男女共同参画週間に合わせて、ロビー展を開催。  
「女性の政治参画」や「男女共同参画の基本」をイラストとともにわかりやすく説明します。  
また鶴屋百貨店の地下連絡通路にて、男女共同参画クイズのパネル展示も同時開催します。



6/23(水)～7/4(日)

会場:くまもと県民交流館パレア 9階・10階 ロビー  
鶴屋百貨店 地下連絡通路

## マインドアップセミナー

### 「女性起業成功の秘訣」

オンライン開催(Zoom)

多様な生き方・働き方の一つとして「起業」を考えてみませんか?  
農業・肥料不使用の自然栽培で育てた地元九州の野菜や米、蔵にすみつく天然菌による昔ながらの発酵食品、エコ建築、オーガニックコスメなど「衣・食・住・遊・学」をテーマに暮らしのすべてに関わる事業を展開し、心地よいナチュラルなライフスタイルを提案している反後人美さん。起業した経緯や育児・介護との両立などご自身の経験から、起業を成功させる秘訣についてお話いただきます。

【申込フォーム】



7/3(土) 10:00～11:30(オンライン入室9:30) 要予約  
講師:反後人美さん(かねくら株式会社 代表取締役社長)  
定員:50人 参加費:無料

## 【参加者の皆様へ】

パレアに来館される方は、新型コロナウイルス感染予防のため、アルコール消毒・マスクの着用のご協力をお願いします。また、ヘルスチェックシートを記入していただきますので、ご自宅で検温の上、お越しください。

なお、状況によっては開催形態の変更や中止(託児も含む)の可能性もございますので、当センターホームページ等でご確認ください。

主催/問い合わせ

くまもと県民交流館パレア  
男女共同参画センター

TEL 096-355-1187(平日9:00～17:30)

FAX 096-355-4318

熊本市中央区手取本町8-9

(パレアは鶴屋東館の9階と10階にあります)

<http://www.parea.pref.kumamoto.jp/danjo/>



主催/くまもと県民交流館パレア  
男女共同参画センター

**全催事要予約**

参加希望の方は、主催団体に事前に予約をお願いします。

動画配信(7/3 ~ 7/4) 参加費/無料

**マイ・タイムラインの作成**

近年、頻発している豪雨災害をはじめとする自然災害に備えて、時系列に避難する準備を家族で考えてみませんか? 「マイ・タイムライン」の作成の大切さを高校生の視点から伝えます。

主催:熊本工業高等学校 土木科 申込:TEL 096-383-2105 FAX 096-385-4482(猿渡さん)  
✉ saruwatari-k-uz@mail.bears.ed.jp**7/3(土) 13:30~15:30**

13:30 ~ 15:30

会場/会議室1+オンライン  
定員/50人 参加費/無料**「みんなが待ってる町づくり」  
~女性の力で明日を変える~**

女性ならではの視点と行動力による町づくり。県内の事例発表を聞いて「私に出来ることは何だろう?」と一緒に考えてみませんか? 助言者として木村敬副知事も参加します。

主催:くまもと女性議員の会  
申込:TEL 090-3736-5624(吉川さん)  
✉ imuta\_bito@yahoo.co.jp

14:00 ~ 15:30

定員/30人 参加費/無料

**子育ても、人生も、「お互いさま」  
支え合う仲間さえいれば、怖いものなし♪**

子育て中の母親同士がつながり共に支え合うことで孤立化を防ぎ、子育てを楽しめる社会を目指して活動しているオノユリさんを迎えてトークショーを開催します。

主催:有限会社ミュージズプランニング  
申込:TEL 096-285-7764(ミュージズプランニング)  
✉ kotoshigoto.musep@gmail.com

13:30 ~ 15:30

会場/和室 定員/10人  
参加費/550円**ストレス社会を生き抜く  
「ゆるめる快腸ストレッチ講座」**

仕事に家事に子育てと、女性とはにかく忙しい。ストレス社会に闘っていくには、腸を「ゆるめる」ことが大事。腸活で、自分や家族を健やかに守りましょう。

主催:一般社団法人  
スーパーウーマンプロジェクト  
申込:TEL 096-285-7071(田上さん)  
✉ tanoue@s-woman-kumamoto.com

14:00 ~ 15:30

会場/会議室2 定員/10人  
参加費/無料**お母さんのための  
心のワークショップ**

子育て中のお母さんが自分が大切にするために、取り入れやすい呼吸法やセルフケアの方法などの体感ワークを通して自分自身の状態に目を向けてみませんか?

主催:ヒカリノアトリエメイロトリドリ  
申込:TEL 090-6778-4302(池田さん)  
✉ kirakira\_hikaru\_nn@yahoo.co.jp**7/4(日) 10:00~15:30**

10:00 ~ 11:30

定員/15人 参加費/無料

**男女共同参画の視点による  
防災ワークショップ勉強会**

性別、年齢、国籍、要援護など、多様な人々への配慮を取り入れた防災を学び、講師として広めていくための勉強会。情報交換もあります。

主催:防災講師チーム  
申込:TEL 096-355-1187  
FAX 096-355-4318(パレア男女共同参画センター)  
✉ danjyo@k-parea.net

13:30 ~ 15:30

会場/会議室2 定員/15人  
参加費/500円**夫、パートナー関係  
グループカウンセリング**

パートナーの言葉や行動に傷ついたり、疲れたりすることはありませんか。同じような経験を持つ人たちとの語り合いを通して、パートナーとの関係を見直してみませんか。

主催:特定非営利活動法人  
ウィメンズ・カウンセリングルーム熊本  
申込:TEL 080-4795-5805(同法人)  
✉ wikan\_kumamoto@ybb.ne.jp

10:00 ~ 11:30

定員/15人 参加費/無料

**〇〇家の家事シェアを応援!  
家事シェアワークショップ♪**

〇〇家の家事シェアのスタイルと一緒に考えてみませんか? 家事シェアの“コツ”もお伝えます!

主催:熊本キャリアカフェ・MIRAI  
申込:TEL 090-5725-0781(森田さん)  
✉ kumacari.mirai@gmail.com

14:00 ~ 15:00

会場/会議室3+オンライン  
定員/10人 参加費/無料**老後に備える  
投資の基本をみんなで学ぼう!  
サイコロゲーム**

老後に備えた資産形成をしませんか? サイコロを使ったゲームを体験しながら資産運用の基礎を学びます。

主催:NPO法人日本FP協会 熊本支部  
申込:HP <https://www.jafp.or.jp/shibu/kumamoto/>  
TEL 096-206-1723(同法人)

10:30 ~ 12:00

定員/10人 参加費/無料

**子育て×介護?  
そして自分の人生も楽しむには?  
~ダブルケアをあなたらしく、幸せに~**

子育て中に大切な家族の介護が必要になったら? 楽しくワークショップで学びましょう! 講師は、東京都杉並区のNPO法人こだまの集い代表理事 室津瞳さんです!

主催:ダブルケア熊本  
申込:TEL 090-4990-4093(黒崎さん)  
✉ tanpopo.laion2018@gmail.com

14:00 ~ 15:30

定員/10人  
参加費/1,500円(花材費+送料)**生け花・基本の基本**

女性の花嫁修業のイメージが強かった生け花ですが、現在は男性の受講も増えています。花材やテキストは事前に送付します。リモート初心者、親子参加も歓迎します。

主催:NPO法人ブライツパル熊本  
申込:TEL 090-8228-7970(上村さん)  
✉ megumi-u@cap.bbiq.jp**託児について**

託児マークの付いている催事では、1歳~未就学のお子さんを預かる託児サービス(無料)があります。ご希望の方は、右記二次元コードの申込フォームからお申し込みください。→

6/20(日)までの要予約。  
関くまもと県民交流館パレア 男女共同参画センター TEL 096-355-1187