

主催講座レポート

● 6月29日(土) 開催 ひとり暮らしの防犯セミナー ～自分のために、我が子のために～



希望の就職先や進学先を選ぶ時、一人暮らしを考える人も多いのでは。でも、一人暮らしには心配もつきもの。より安心して生活するために、千葉県警察本部よくし隊レディ「あおぼーし」と八千代警察署の方から、注意したい犯罪や防犯対策について学びました。危険を察知できるよう歩きスマホしない、防犯グッズを活用するなど、すぐにできる防犯対策がたくさん。腕をつかまれた時にふりほどく方法などの護身術も体験しました。

● 7月9日(火)、10日(水) 開催 女性のための就職サポート講座

再就職を考える時に悩むことが多い、自分に合った働き方や目標について考え、書類の書き方や面接の受け方など実践的な就職活動の方法を学びました。実際の求人票を見ながら、現在の就職市場についての解説も行われました。

● 8月25日(日) 開催 パパと一緒にリトミック



パパと2～4歳の子どもたちで、リトミックを楽しみました。音楽に合わせて身近にある道具を使ったり、パパの体を大きく使って遊んだり。パパと子ども2人で楽しい時間を過ごしました。

疲れた時、悩んだ時、背中を押してほしい時…。
あなたは怎么样ってパワーを補給していますか？

男女共同参画だより



No.39
令和元年
初冬号

男女共同参画センター主催講座の

女性講師が選ぶ 私の★パワー★になった本

仕事や家事に疲れてしまった時、頑張りたいのにパワーが足りない時、人間関係に悩んだ時…。そんな時、本を読んで元気になったことはありませんか？今回は、様々な分野で活躍されている、八千代市男女共同参画センター主催講座の講師の方々に、いろいろな場面でパワーになった本を聞きました。この中から、あなたのパワーになる本が見つかるかもしれません。



～ 近日開催の講座案内★お申し込みは、男女共同参画センターまで ～

<市内在住・在勤の男性対象>

■男の雑学塾(全4回。12月13日(金)・20日(金)、1月17日(金)・24日(金)主に10時～12時)

<市内在住・在勤の人対象>

■孫育て講座(仮)(2月18日(火)13時半～16時)



女性、こころの悩み電話相談 ☎ 047-485-7333 (相談専用電話)

辛い、苦しい、眠れない…。あなたの悩みを、専門の女性相談員が匿名でお聞きします。

●受付 毎週火・木・金曜日 午前9時～午後4時(祝日・年末年始12月27日～1月4日を除く)

※電話が繋がりにくい場合は、時間をあけて再度おかけください。

男女共同参画だより やちよあ(No.39 令和元年初冬号)

【発行】八千代市男女共同参画センター

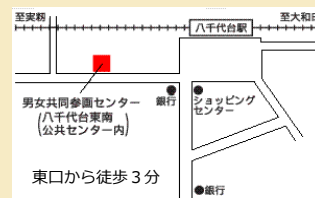
電話：047-485-7088

FAX：047-485-7398

所在地：八千代市八千代台南1-11-6

(八千代台南公共センター4階)

八千代市男女共同参画
センターホームページ



キミが大人になる頃に。

—環境も人も豊かにする暮らしのかたち

(石川秀輝、古川柳蔵、電通グランドデザイン・ラボラトリー 著/日刊工業新聞社)

驚くべきスピードで変遷を遂げる現代。未来はどうなっていくのかいつも気になっていました。理想の就労支援を描ききれない自分と向かい合っていた時にこの本に出会い、企業向けですが、思考の視点をかえる面白さを発見しました。本の中の未来予想が時間の経過で身近なものになりつつ、今はその新しい暮らしを感じられることも魅力です。

「女性のための就職サポート講座」
小川雅子先生(ハローワーク船橋
マザーズコーナー 就職支援ナビゲーター)

この世でいちばん大事な 「カネ」の話

(西原理恵子 著/角川書店)

ちょっと品のない題名で手に取るのをためられました。ところが、引き込まれてあっという間に読みました。落ち込んだとき、自分の能力に自信が持てなくなったときでも、何とかなりそう、まだまだがんばれると思うことが出来ます。若いときに読んでおきたかったと残念です。

「男の料理ビギナーズ」
小野沢句子先生(料理教室講師)

つらいことに直面した時
パワーになった!



人間の分際

(曾野綾子 著/幻冬舎)

曾野綾子の珠玉の言葉を集めた一冊。家族の病氣ラッシュで参っていた時に著者の小気味よい考えに癒され、新たな生きる力を貰ったように感じました。「不幸が人を輝かせることもある」「すぐの答えを出さないのも偉大な智慧」「弱みをさらせば楽になる」等。「完本 戒老録」(祥伝社)はその姉妹編。60歳になったらこれも読んでほしいです。

「映画『おしどり家計簿』と日記から
みえる昭和の暮らし」
島利栄子先生
(女性の日記から学ぶ会 代表)

夢をおいかける
パワーになった!



ママも今日から働くワ! 主婦の再就職講座

(上田晶美 著/日本経済新聞出版社)

「再就職したい」と思いながらも日々家事と子育てに追われて何も出来ずに焦っていた時にこの本に出会いました。育児も仕事も両方大切にしている著者の言葉に励まされ「自分の出来ることから一歩踏み出す勇氣」をもらいました。未来の家族と自分を具体的に思い描くことで将来に向けて何が大切か考えられるようになりました。

「女性のための就職サポート講座」
清水知子先生 (大学講師、公認心理師、
ハラスメント防止コンサルタント)

人間関係に悩んだ時
パワーになった!



鏡の法則 人生のどんな問題も解決する 魔法のルール

(野口嘉則 著/総合法令出版)

人間関係の問題やストレス性の身体症状で苦しんでいたとき、心理カウンセラー養成学院の講師から薦められた本です。「自分は被害者だ」と思い込み、相手や環境を変えようとしていたことに気づかせてくれました。自分が変わる努力を重ねた結果、すべてが良い方向に進むようになった経験から、多様な悩みを抱える方々にぜひともお勧めしたいコーチング本です。

「男の雑学塾」
柴田清加先生 (心理カウンセラー)

女性史を研究する
パワーになった!



女工哀史

(細井和喜蔵 著/岩波書店)

女性史を学ぶ上で欠かせない文献の一つが、この『女工哀史』です。近代日本の富の基礎を築いたのは、繊維産業でした。製糸(絹糸)、紡績(綿糸)の二大産業は、いずれも十代の若い女の子たちの労働によっていました。『女工哀史』は紡績業を底辺で支えた彼女たちの過酷な労働実態を余すところなく伝えています。細井は自身と妻高井としをの実体験をもとに、綿密な調査に基づいてこの本を書きました。以後『〇〇哀史』の草分けとなった本でもあります。なお製糸については、映画にもなった山本茂実著『あゝ野麦峠』がお勧めです。どちらも人間性を無視した労働条件は、現代のブラック企業に通底していると思われるます。

女性学講座「茨木のり子
～凜とした精神で詩を詠む～」
折井美耶子先生 (女性史研究者)

置かれた場所で咲きなさい

(渡辺和子 著/幻冬舎)

仕事や将来に迷い、こんなはずじゃ!など辛い思いをする時があると思います。この本は、人はどんな場所でも幸せを見つけることができるというものです。今の環境、置かれた場所で、努力し、笑顔で生き、過ごすことで、自分も周囲も幸せになる。置かれた場所できれいな花を咲かせよう!決して諦めることではないのです。勇氣をもらいました。

「女性活躍応援セミナー」
大味美枝子先生 (社会保険労務士)

人生手帖 (現在休刊)

(文理書院)

進学をやめ、夢を諦めかけていた二十歳。「いかにくべきか」「女性が働き続けることの意味は」等の問いに、考えさせられる励まされ道筋を照らしてくれた雑誌でした。読者の投稿により人生を語り合う雑誌と謳われていました。社会の流れを客観視し、自分の夢を叶えるべく前を向いて歩くことが出来ました。

「孫育て講座(仮)」
黒濱笑子先生 (元保育士)

兎の眼

(灰谷健次郎 著/角川書店)

人とかかわる上でのバイブルだと思える1冊。大筋は公立小学校の教師を描いた児童書ですが、是非大人にも読んで欲しいです。他世代間の交流、異環境における価値観の違い、交流そのものが困難な関係を、よし悪し両面読み取れる様描いた作品だと思います。「兎の眼」は透き通った瞳のこと。読む度、自分の在り方を問い直しています。

「パパと一緒にリトミック」
永島由美先生 (リトミック講師)

いろいろな本をご紹介しましたが、読んでみたい本はありましたか?
男女共同参画センターでは、今後も先生方と一緒に、皆さんのパワーアップを応援する講座を開催していきます。興味のある講座がないかチェックして、ぜひ参加してください。