

ひゅ～まん

秋田県北部男女共同参画センター

開館時間

平日 9:00～21:00

土日祝 9:00～17:00

休館日

木曜日・年末年始(12/29～1/3)

怒りは下に流れる性質がある。ハラスメントの原因



アンガーマネジメント
コンサルタント™
佐藤マサルさん

7月10日（土）「怒りに真摯に向き合うアンガーマネジメント講座」を北部男女共同参画センターにて開催しました。団体・グループ活動が円滑に進むよう、コミュニケーションについて考える時間としました。

講師の佐藤マサルさん（横手市在住）は、最近見かけたイライラしてる人の話なども交えながら「怒りは制御できないものではありません。怒ることにはメリットもデメリットもあります。伝え方、伝えるタイミングなどを考えたら必ずしも悪いものではありません。」と怒りの性質や、仕組みなどを丁寧に説明し、日々の生活の中でトレーニングしてほしいと話しました。

後半には怒りを鎮める体操を教えてくださいました。普段あまり意識しない身体の軸になる部分のストレッチで、気持ちがスッと楽になる体操でした。



アンケートでは「もっと詳しく知りたい」「管理者という立場での表現方法を考えたい」「おおらかさに欠ける現代だからこそ、参考にして生かしていきたい」など、自らの感情と向き合うことが出来たようです。

内気な人だから出来ない、なんてことはありません

8月7日（土）「ファシリテーター実践講座」を北部男女共同参画センターにて開催しました。今年度の地域サポーター養成講座は3回の連続講座で、あきたF・F推進員や、地域の中でリーダー的な役割を担う人たちの学びの場になるように企画しました。第1弾の講師はあきたF・F推進員の高坂翔さん。「ファシリテーションって何？どんなことをするの？」という話をワークショップを交えて、お話しいただきました。

会議、話し合いの場を有意義なものにするために大事なものは確認する作業。人見知り、引っ込み思案だなあという人も「確認する」というポイントを押さえておけば出来ます。また、中心になっている人をサポートできるスキルでもあります。と、わかりやすく説明していただきました。

今回は小学生、高校生の参加があり、幅広い年代が関心を持って受講しました。

※第2弾は「アサーティブコミュニケーション」について。講師は小林郁子さんです。

場を操る技術



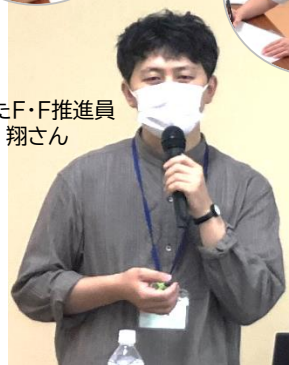
確認する作業大切！



合意形成って難しい！



講師
あきたF・F推進員
高坂 翔さん





くるみん認定で自社をPRを

9月7日（火）「持続可能な会社を目指すワークライフバランス講座」を完全オンラインで開催しました。もともとは対面講座として企画をしていたものの、県内の新型コロナ感染状況を踏まえ、内容を一部変更して開催しました。今年度から新しくスタートした事業で男性の家事・育児と仕事の両立を支援していく内容で、年2回実施します。今回は社会保険労務士の中村浩三さんを講師にお迎えし、来年度から始まる男性の産休や、育休の積極的取得に向けた取り組みについて説明いただきました。

<進まない理由を考えました>

トップが推進していない

前例がなく取りにくい

人材が少ない中で休まれると困る

祖父母と同居していて人手がある

制度をよく知らないもしくは条件が合わない

育休を取得しても家庭内で必要とされない

収入が減る



なぜ男性の育児休業は進まない？

社会保険労務士
中村 浩三さん

中村さんは「育休というのは、妊娠がわかってから出産まで時間があり、その間に引き継ぎなどの準備が出来る。計画的に進めることで、多くの問題が解消されるのではないかと。くるみん認定もハードルは高いが、自社のPRに繋がるもの。前向きにとらえて活用してほしい。」とメッセージを送りました。

参加者からは、時間が短くもっとじっくり聞きたかったという声が多く聞かれ、今後の事業の参考にしていきたいと思えます。

研修レポート

国立女性教育会館主催 オンライン講座を受講しました

北部男女共同参画センターの松田と申します。この度、国立女性教育会館（NVEC）主催の相談対応に関する研修会がオンライン開催ということで、聴講させていただきました。現在、埼玉県にあるNVECに直接足を運んで研修を受けることが出来ない中で、オンライン講座を受講して感じたことをご紹介します。

配信は、6月16日～7月14日の期間で行われ、スマートフォンで帰宅後や休日に受講しました。研修動画は、全15プログラムで構成されており、情報交換会を除いて14プログラムを受講しました。オンラインのメリットは、会場に出向くことなく受講出来ること、決められた時間ではなく自分の自由な時間で受講できること、聞き逃したり疑問に思った場合は戻して見ることが出来ること、途中で電話が来ても一時停止して再開できること等です。その反面、スマートフォンだったため、画面が小さく見えなかったため、パソコンで受講出来たらよかったかなと思いました。

今回の講座は、女性に対する様々な相談の事例や、その解決に資する事業や施策につなげるノウハウを学ぶ内容でした。この講座で学んだことは、さまざまな悩みを抱えて

いる女性の相談に対して、相談支援の目標は、「安心して次のステップに踏み出してもらうため」の道しるべを作っておくことであり、問題を解決することを優先するのではなく、まずは相談者の話を聴いてあげること、相談者の心身状態を確認し必要な対応を共に検討することが大切であること。そして、他の機関へつなげる支援を行うときは、全て手続きを行うのではなく、相談者自身が自分から進んで手続きをするお手伝いをし、「自分で出来た」達成感が次のステップへ繋がっていくように支援していくことが大切であることです。

当センターでは、現在相談業務は行ってはませんが、突発的に相談の電話がかかってくることもあります。

その際は、秋田県中央男女共同参画センターのハーモニー相談室や関係機関を紹介しています。今後は、今回の講座で学んだことを生かしながら、自分自身の傾聴力を身につけ、相談者が勇気を出して相談してよかったと思えるような人材になりたいと思います。（記：松田順子）



令和3年度 男女共同参画社会づくり功労者 内閣総理大臣表彰

この表彰は、多年にわたり男女共同参画社会に向けた気運の醸成等に功績のあった方や、各分野において実践的な活動を積み重ね、男女共同参画の推進に貢献してきた方などを顕彰することによって、豊かで活力ある男女共同参画社会の形成に資することを目的として実施しています。

令和3年度は全国から11名の方が受賞され、大館市「陽気な母さんの店株式会社」代表取締役社長 石垣一子さんが受賞されました。石垣さんは農家に嫁いだ女性たちが、正当な評価を得るための仕組みづくりに取り組んできました。

受賞を記念して、秋田県のホームページで、石垣一子さんと秋田県の陶山さなえ理事との対談を紹介しています。読み応えのある内容ですので、是非チェックしてみてください。

<https://www.pref.akita.lg.jp/pages/archive/59536>

あきた新型コロナ受診相談センター

健康に過ごすことは男女共同参画に大切な要素です。熱っぽいな、なんか味覚がおかしいなあ、もしかしてコロナかも？と感じたらまずは下記の相談センターに電話してみましょう。

県と秋田市で設置している新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口について、ご案内します。

電話番号 018-866-7050

受付時間 24時間（毎日）

電話番号 018-895-9176

受付時間 8時から17時まで（毎日）

電話番号 0570-011-567

受付時間 8時から17時まで（毎日）

若年者の県内定着・回帰等に関するアンケート

秋田県では、40歳未満の方へwebアンケートを実施しています。男女共同参画に関する問いもあります。是非、今感じていること、考えていることを教えてください。

学生向けチラシ



若年者の県内定着・回帰等に関するアンケート調査

秋田県が
ずっと住み続けたい、
帰りたい場所を、
教えてください。

若年者の県内定着・回帰等に関する
皆さんの声をぜひお聞かせください。
秋田県は皆さんの意見を大切にし、役立てます。

対象 ● 秋田県内の大学、短大、専門学校に在学する若年者
● 秋田県内の大学、短大、専門学校に卒業した若年者

<https://odgipref.akita.lg.jp/survey/>

調査期間：2021年9月25日まで

秋田県

社会人向けチラシ



若年者の県内定着・回帰等に関するアンケート調査

秋田県が
ずっと住み続けたい、
帰りたい場所を、
教えてください。

若年者の県内定着・回帰等に関する
皆さんの声をぜひお聞かせください。
秋田県は皆さんの意見を大切にし、役立てます。

対象 ● 秋田県内の企業に勤める40歳未満の若年者
● 秋田県内の企業に勤める40歳未満の若年者の若年者

<https://senjisyu.akita.lg.jp/survey/>

調査期間：2021年9月30日まで

秋田県

詳しい内容や募集期間などは秋田県ホームページへ

人生に彩りを、

毎日にスパイスを

何をするにもコロナが落ち着くまでなかなか身動きとれないなあと思いながら、今年度も半分が過ぎていきます。

自粛期間が長くなってくると“隣の芝生は青い”現象が起きたりします。他者と比べてモヤモヤしてしまうことはありませんか？それがいじめ、誹謗中傷、憎悪犯罪などにつながる場合もあります。

物事は視点を変えるだけで、違う見え方をします。嫌いだと思っていたものが好きに思えたり、固定観念に縛られていたものが自由になったり、向いてないと思ってたことが向いていることに気づいたり、コロナ禍で今までの当たり前が大きく見直されることとなりました。

気持ちに余裕の持てない不確かな時代、自分自身や周囲の大切にしたい人たちに目を向け、一日一日を大切に過ごしたいですね。（記：松坂）

冬がくるまえに～

秋といえば、学びの秋！

今年の秋も男女共同参画に関する様々な講座が開催されます。詳しくはセンターHP、公式SNSをご確認いただき、学びを深める秋にしてください。

自治会活動

これからの自治会運営は女性の参画が鍵
～見える化、人つなぎ、巻き込みか～

秋田県北郡男女共同参画センター
秋田県北郡男女共同参画センター
秋田県北郡男女共同参画センター

令和3年9月14日(火) 13:30-15:00
会場 秋田県北郡男女共同参画センター
参加費 20名

オンライン対応講座

オンライン対応講座

アサーティブコミュニケーション

自分のための学びの講座
「アサーティブコミュニケーション講座」
～関係性人間関係を築くための学び～

No.2

日時 令和3年9月25日(土)10:00-12:00
会場 夢工房 蔵く(蔵く) 秋田県北郡男女共同参画センター
講師 小林 郁子 氏
定員 10名
費用 無料

申込/お申し込み先 秋田県北郡男女共同参画センター
TEL:0186-49-8552 FAX:0186-49-8589
E-mail: angec1@io.ocn.ne.jp

女性リーダー研修

コロナ禍の医療を助けるアンガーマネジメント講座

令和3年10月8日(金)16:00～17:00
会場 かつの厚生病院 2階 講堂
講師 安立 真梨

秋田県北郡男女共同参画センター
秋田県北郡男女共同参画センター

※かつの厚生病院の職員研修として実施します

DV

DV予防講座
～DVを知る・伝える大切さ～

日時 令和3年10月9日(土)13:30-15:30
会場 北部男女共同参画センター (秋田県北郡男女共同参画センター)

講師 加賀谷 七重 氏
定員 20名

申込/お申し込み先 秋田県北郡男女共同参画センター
TEL:0186-49-8552 FAX:0186-49-8589
E-mail: angec1@io.ocn.ne.jp

オンライン対応講座

女性リーダー研修

働く女性のためのステップアップ講座
～これからの女性の働き方～

日時 令和3年10月23日(土)10:00-12:00
会場 かつの厚生病院 新館1階交流ホール

講師 金勇 氏
定員 10名

申込/お申し込み先 秋田県北郡男女共同参画センター
TEL:0186-49-8552 FAX:0186-49-8589
E-mail: angec1@io.ocn.ne.jp

オンライン対応講座

ジェンダー平等

ジェンダー平等を日指して
～誰一人取り残さない社会と共～

令和3年11月5日/6日(日)

会場 秋田県北郡男女共同参画センター
秋田県北郡男女共同参画センター

オンライン対応講座

- このほか、
- ・八峰町男女共同参画社会づくり基礎講座(11月13日)
 - ・北秋田市男女共同参画社会づくり講座(11月16日)開催を予定しています。

新型コロナウイルス感染状況により、開催日時、内容などに変更がある場合があります。変更があった場合はホームページ、SNS等でお知らせします。

☪ハーモニープラザ相談室☪

☎相談専門ダイヤル 018-836-7846

月～土曜日(※土曜日は電話相談のみ)

午前10時～午後5時まで

中央男女共同参画センターにあるよ!

発行：秋田県北部男女共同参画センター
(通称：北部ハーモニープラザ)

北部男女共同参画センター

検索

〒017-0842 秋田県大館市字馬喰町48-1
☎0186-49-8552 FAX:0186-49-8589
E-mail: angec1@io.ocn.ne.jp