

子育てがラクになる女性学 & コミュニケーション講座

家庭で子育てをしていると、孤独を感じたり、自分の時間がとれずにイライラしませんか。女性学・社会学の考え方を学び、コミュニケーションのトレーニングを受けて自分らしい生き方を考えてみましょう。講義を聴く時間とワークショップを行う時間があります。



9/27
(金)

10/4
(金)

10/11
(金)

講師:

第1回

西村純子さん

(お茶の水女子大学 准教授)

第2回・第3回

堤 暢子さん(「Be-Happy!アサー
ティブネスの会」主宰)



時間: 午前10時~正午

会場: 男女平等推進センター会議室

託児の会場は、第1和室・第2和室

対象: 未就学児・小学校低学年の子どもを育
てる女性。原則として3回とも参加可能な方。

定員: 20名(申込順)

参加費: 無料

託児: 6カ月以上未就学児対象。定員15名。要申込。
無料。託児 締切は9月13日(金)。定員を超えた
場合は抽選(市民優先)

申込: Eメール、FAXで、またはホームページから
申込。詳細は裏面参照。

【申込・問合せ】

男女平等推進センター ヒューマンあい

武蔵野市境2-3-7 市民会館1F

< 開館: 9:00~22:00 木曜休館 >

TEL 0422-37-3410 FAX 0422-38-6239

E-Mail danjo@city.musashino.lg.jp

【講師プロフィール】

西村 純子さん

お茶の水女子大学准教授。専門は家族社会学。大学で教えるかたわら、子育て期の女性のワークライフバランスについて研究。著書に、『子育てと仕事の社会学』（2014年、弘文堂）、『ポスト育児期の女性と働き方—ワーク・ファミリー・バランスとストレス』（2009年、慶應義塾大学出版会）など。日々の生活のなかでも、家事・子育て・仕事をどのようにやっていくか試行錯誤中。

【講師プロフィール】

堤 暢子さん

「Be-Happy!アサーティブネスの会」主宰。エンパワーYouネットワーク認定ファシリテーター。出版社にて秘書室、雑誌編集部勤務。出産後アサーティブネスに出会い、学ぶ。育児相談カウンセラー、相談室スタッフを経て、Be-Happy!アサーティブネスの会を主宰。職場や家庭で自分らしくいられる自己表現を模索しつつ、アサーティブネストレーニングの講座を実施している。

【講座内容】

第1回 9月27日（金）

「子育て中でも
自分の時間がほしい！」

（社会学・女性学の
講義＋ワークショップ）

第2回 10月4日（金）

「言いたいこと、
夫に伝えていきますか？」

（アサーティブトレーニング）①

第3回 10月11日（金）

「言いたいこと、
夫に伝えていきますか？」

（アサーティブトレーニング）②

【申込方法】

- ①Eメール、FAXで、または武蔵野市ホームページから申込めます。メール、FAXの場合は、件名に「講座名」をお書きの上、「氏名、住所（町名まで）、電話番号、年代（30代前半、30後半など）」をお書きのうえ、お申込ください。保育をご希望の場合は、さらに「子の名前（ひらがな）、参加当日の月齢」と住所（番地、号数まで）をお書きの上、下記宛てにお申込みください。
- ②応募動機を200字から300字に書いて、申込時にお送りください。
- ③育児休業中の方は、その旨お書きください。

男女平等推進センター ヒューマンあい
武蔵野市境2-3-7 市民会館1F

TEL 0422-37-3410 FAX 0422-38-6239

E-Mail danjo@city.musashino.lg.jp <受付：9:00~22:00 木曜休館 >



HPからも申し込みできます

【アクセス】JR中央線「武蔵境」駅北口、nonowa口から徒歩5分

“ヒューマンあい”は、一人ひとりが
「自分らしい生き方」のできる男女平等社会の実現をめざす拠点施設です。講座、イベントの他に、以下の事業を行っています。ぜひご利用ください！

女性総合相談・法律相談

電話で予約してください

図書の貸し出し

図書館とは違う独自の選書

情報誌「まなこ」

市内公共施設に配布されています

会議室の貸し出し

サークル、PTAの集まりに！

