

報 告 書

豊川共生ネットみらい

<p>名 称</p>	<p>女性のためのエンパワーメント講座 P A R T ～ 自己尊重トレーニング ～</p>
<p>テ ー マ</p>	<p>女性だけの心理学 自分でする「こころの手入れ」</p>
<p>目 的</p>	<p>21世紀の日本の最重要課題である男女共同参画社会づくりには、男性と女性が対等な立場で同じスタートラインに立つことが肝要です。しかしながら、女性の場合、男性よりも強く慣習などにしばられていることが多く、同じスタートラインにつくことがまだまだ困難な状況にあります。</p> <p>女性が自らの「自分らしさ(アイデンティティ)」に気づき、男性と同じスタートラインにつくための力を養い自己を再構築することを目的に、女性のためのエンパワーメント講座を開催します。</p> <p>この講座をより深めるために、P A R T として、豊川共生ネットみらい主催のふりかえり講座を2回行います。</p>
<p>講 師</p>	<p>P A R T (第1回～第5回) 講師：フェミニストカウンセラー 増井さとみ (ウィメンズカウンセリング名古屋YWCA)</p> <p>P A R T (第6回・第7回) ファシリテーター：星野美千代 (豊川共生ネットみらい)</p>
<p>内 容</p>	<p>自分でする「こころの手入れ」 女性たちがもともと持っている輝きを引き出すトレーニング</p> <p>P A R T 自己尊重トレーニングプログラム 講義で理論を学ぶとともに参加者どうしの触れ合い(ワークショップ)を通じて、丁寧に自分のことを考える 安心な場で、互いに支え合いながら思いを語り合う経験の共有</p> <p>第1回 10月2日(木)10:00～12:00 「わたしを知ろう」 第2回 10月9日(木)10:00～12:00 「わたしのこころとからだに気づく」 第3回 10月16日(木)10:00～12:00</p>

	<p>「わたしの中のとらわれ」 第4回 10月23日(木) 10:00~12:00 「わたしを違う視点で見る」 第5回 10月30日(木) 10:00~12:00 「私を好きになろう」</p> <p>PART ふりかえり 主催:豊川共生ネットみらい 自己を信頼し尊重する気持ちに気づき、さらにその意識を深めるためのワーク 《CR (Consciousness Raising) 意識覚醒》 第6回 11月6日(木) 10:00~12:00 第7回 11月7日(金) 10:00~12:00</p>
タイムスケジュール	<p>9:45~10:00 託児受付 10:00~12:00 託児 10:00~10:05 開会挨拶 10:05~11:55 前回ふりかえり 講義 ワークショップ 質疑応答 11:55~12:00 閉会挨拶</p>
参加人数	<p>講座参加者 10/2 38名 10/9 33名 10/16 32名 10/23 31名 10/31 31名 11/6 3名 11/7 4名 計 172名</p> <p>託児 10/2 8名 10/9 9名 10/16 5名 10/23 7名 10/31 7名 11/7 1名 計 37名</p>
会場設定	円座 机使用せず
開催場所	ウィズ豊川 視聴覚室 託児 和室
スタッフ	<p>豊川共生ネットみらい女性のための委員会 星野美千代 久村和子 立岩典子 安形恭代 細江綾 託児 NPO法人ねこのて</p>

総 括

1. 講座（講座概要はP. 9～P. 13）

- ・今年度は、エンパワーメント講座を始めて4回目。2回目から、講師に増井さとみさんをお願いしている。講師が参加者の反応を見ながら講座を進めてくださるので、今回も参加者一人一人の心に響く講座となった。
- ・安心して話すことのできる工夫があった。（呼んでほしい名前の名札、すべての発言が大切に扱われた など）
- ・ワークショップに戸惑った参加者もいたが、一方的に講師の講義を聴くだけでなく、他人と触れ合うことによってより認識がひろがり、自分や社会を深く見つめることができた。こういう学習の仕方は、特に一回きりの大講演会よりも、確実にエンパワーメント効果大きい。
- ・参加者は、子育てに追われたり、主婦という狭い環境の中で、とらわれに苦しんでいるためか、早急に答えやマニュアルを求めているようだった。5回の講座で自分を変えるのは難しい。この講座の継続とステップアップ講座の開設が必要であると感じた。
- ・ワークショップでの体験は、心理学理論を実際の生活の場面で生かしていくためのよいヒントとなった。
- ・主催者である、生活活性課職員2名が参加された。そのうち、女性1名は全講座に参加。男性職員には『女性だけの・・・』と銘打ってあるため一部参加となった。この体験が豊川市の男女共同参画社会施策に生かされることを期待する。
- ・こういう講座を男性にもしてほしいとの要望があった。男女共同参画社会実現には、男性の『こころの手入れ』が必要かもしれない。検討する必要がある。

2. ふりかえり講座

- ・今回、参加者が少なかった。が、濃密な話し合いができ、新しい自己発見や社会認識を持つことができた。
- ・日常生活の中でひとりで“こころの手入れ”をするのは難しく、話し合いの場が必要であると感じた。女性のための談話室（毎月第1金曜日午前10時から12時）の役割を再確認した。

3. 託児

- ・NPO法人ねこのてに託児従事を委託。臨機応変に対応していただき、安心して任せることができた。
- ・託児室が講座開催室の隣であったため、子どもの泣き声が聞こえ気になった。部屋割りの配慮が必要だった。
- ・若い世代の育成のために、託児は不可欠である。託児費用が増えていくことは当然の流れであるが、民間の力量には限界がある。行政の理解を求めます。

4. 参加者（参加者の感想は、P. 4～P. 7に掲載）

- ・豊川市広報、どすごいネット掲載などの情宣のおかげで、受付2日でほぼ定員になってしまい、断る人も出た。この講座が現代女性の抱えている緊急課題に合致していることがよくわかった。
- ・豊川市主催、豊川共生ネットみらい企画運営という協働体制によって参加者に対して参加費無料ときめ細かい配慮をすることができた。