

～性別にかかわらず個性と能力を發揮できる「男女共同参画社会」をめざして～

## 講座申し込みについて 1 2 3 のいずれかの方法でお申し込みください。

複数の講座に申し込みいただけますが、1講座につき1人1回のみ有効

### 1 往復はがき、または封書(返信用郵便はがき同封)での申し込み方法

締切日必着

【往復はがき記入例】

往信(表面)	返信(裏面)
63 〒460-0015 往信 イーブルなごや 名古屋市中区大井町7番25区 行	※何も記入 しないで ください
63 郵便番号 返信 あなたの住所 あなたの 名前	①希望講座名(講座番号) ②〒住所 ③お名前(ふりがな) ④性別・年代 ⑤電話番号 ⑥子どもの名前・生年月日 ※託児希望者のみ記入 ⑦必要なサポート ※障がいのある方のみ記入
返信(表面)	往信(裏面)

★料金不足の場合は、はがきの受け取り、返信ができませんので、料金をご確認の上、お申し込みください。

### 2 イーブルなごやの窓口での申し込み方法

申し込み者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、持参してください。

### 3 インターネットでの申し込み方法

下記 URL より、イーブルなごやホームページにアクセスし、講座の「インターネットで申し込む」からお申し込みください。

締切日は  
17:30まで受付

(ホームページ) <http://e-able-nagoya.jp/>

#### 【手続き方法】

- ◆定員を超えた講座は抽選を行います。抽選の結果は、申し込み締切2日後以降にお知らせします。
- ◆受講の手続きは、下記「手続き期限」までにイーブルなごやの窓口で受講申込書の記入をお願いします。期限までにお越しいただけない場合はご連絡ください。
- ◆有料講座につきましては、講座初回に受講料を会場にてお支払いください。受講料納入後は、原則として講座の受講料はお返しできません。

講座番号	J-8 J-9 J-10 J-11 J-12 J-13 J-14 J-15 T-10	T-8 T-9 G-6 G-7 G-8 T-11 K-2 K-3 C-1 G-9
申し込み締切日	9月27日(火)	12月13日(火)
手続き期限	10月7日(金)	1月13日(金)

- ◆定員に満たない講座は、締切日翌日以降、先着順でインターネット③と電話(052-331-5288)、窓口で受け付けます。
- ◆託児の申し込みは講座開始日1週間前(締切日は17:00)までです。
- ◆講座開始以降の申し込みは電話でお問い合わせください。

## 託児について

- ◆すべての講座に託児がつかます。対象は講座初日において満1歳(講座Kは6ヵ月)から小学校入学前までです。
- ◆託児実費は講座プログラムをご覧ください。
- ◆希望者の数が託児定員を超えた場合は、抽選により決定します。託児室の託児定員は10人です。
- ◆託児は、託児の会「たんぼぼ」(女性会館施設ボランティア)が主に行います。



#### 託児説明会&託児室で遊ぼう 要予約

10月7日(金) 第1部 10時～11時、第2部 11時～12時  
 1月13日(金) 第1部 10時～11時、第2部 11時～12時  
 対象：講座に参加する方、今後、講座受講や学習支援託児を予定の方  
 ※新型コロナウイルス感染拡大防止の対応として、2部制で行います。原則、1歳以上の子と保護者は第1部、1歳未満の子と保護者は第2部にご参加ください。

1歳未満のお子様との同室受講につきましては、事前にお問い合わせください。

## 障がいのある方へ

- ◆講座については可能な限り手話通訳・要約筆記・資料の点訳などによる学習のサポートを行います。申し込みの際、必ず、希望するサポートの方法をお伝えください。  
※講座開催日の1週間前までにお知らせください。
- ◆車いすの用意があります。必要な時はお知らせください。
- ◆点訳版の「講座のご案内」があります。希望の方はイーブルなごやにお問い合わせください。

## イーブルなごやのご案内



〒460-0015  
 名古屋市中区大井町7番25号  
 TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458

◎開館時間…9:00～21:00(日曜・祝休日は17:00まで)  
 ◎休館日…毎月第3木曜日、年末年始

■地下鉄名城線「東別院」下車①番出口 東へ徒歩3分  
 市バス金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前

■施設利用者駐車場 有料  
 (利用料金1回300円(30分以内は無料))  
 ※駐車場には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

ホームページ <http://e-able-nagoya.jp/>



# 講座のご案内

令和4年度  
後期

講座番号	講座名	開催期間	頁
J-8	託児ボランティア養成講座 2	10月～11月	2
J-9	点訳ボランティア入門講座 2	10月～11月	2
J-10	ドラマの中の女性たち	11月	2
J-11	ワタシの力、社会で発揮!	11月～12月	2
T-8	50・60代で考える生涯現役とキャリア設計	11月	2
T-9	【しゃべり場】就職氷河期世代の非正規シングル女性	12月～1月	3

申し込み締切日  
9月27日(火)必着

T-10	学んでみよう! 税金・年金・保険・相続の豆知識	1月～3月	3
J-12	考えてみたい! 母娘関係	1月～2月	3
K-2	職場復帰準備セミナー 2 <夫婦参加>	1月	3
J-13	グローバルな視点で考えるジェンダー	1月～2月	3
T-11	オトコが親を介護することを考える	1月～2月	4
J-14	過去の自分を振り返る	1月～3月	4
C-1	心と身体のトータルケア	2月	4
J-15	心理学でワタシと向き合う	2月～3月	4
K-3	職場復帰準備セミナー 3	3月	4

申し込み締切日  
12月13日(火)必着

イーブルなごや相談室の支援プログラム	7
女性のための総合相談	7

- 市民交流事業講座のご案内 5
- 企業向け出張講座のご案内 5
- 公開講座のご案内 6
- 学習支援託児のご案内 6
- 自主学习グループ開設講座のご案内 6
- 講座申し込みについて・託児について・障がいのある方へ 8

※都合により講座の中止及び日程・内容・講師等が変更になる場合があります。※傷害保険等の設定をしておりません。必要な方は各自でご加入ください。

新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策中  
 (P5を参照してください)



男女平等参画と女性教育の連携でいい関係、みんなで笑顔

名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館

〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号  
 TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458

ホームページ  
<http://e-able-nagoya.jp/>

指定管理者：アイ・コニックスグループ



**J-8 金曜 託児ボランティア養成講座 2** 10月14日～11月4日 10:00～12:00 一般 無料 託児

1 10/14	託児ボランティアを体験しよう！～あそびの実践から学ぶ～	託児の会「たんぼぼ」	託児ボランティアとしての知識や技能を身に付け、託児の会「たんぼぼ」の一員として活動しましょう。あなたの笑顔をかっこいい子どもたちが待っています。
2 10/21	子育て支援で大切なこと	桜花学園大学 客員教授 小島 千恵子	☆この講座は、託児の会「たんぼぼ」と連携して開催します。☆前期に「養成講座1」が開催されていますが、後期からの受講も可能です。
3 10/28	大切にしたい「その子らしさ」～気になる子どもへの関わり～	名古屋市発達障害者支援センター りんくす名古屋 堀口 麻由美	定員 20人 託児 10人・160円
4 11/4	相談託児の現場から見えること 託児の中で大切にしていること	名古屋市男女平等参画推進室主査 村瀬智子 託児の会「たんぼぼ」	受講料 無料 会場 第4集会室 回数 4回

**J-9 月曜 点訳ボランティア入門講座 2** 10月17日～11月7日 10:00～12:00 一般 無料 託児

1 10/17	点字の分かち書き(1) 自立語と付属語	名古屋ライトハウス 日々のくらし相談室 藤下 直美	「点字」は誰もが住みよい豊かな社会にとって大切なものです。点字の基礎を学び、点訳ボランティアとして活動してみましょう。☆この講座は、点訳グループ「六点点」と連携して開催します。☆前期に「入門講座1」が開催されていますが、後期からの受講もできます。★テキストは「点訳のてびき第4版(全視情協発行)」を使用します。
2 10/24	点字の分かち書き(2) 複合語		
3 10/31	点字の分かち書き(3) 固有名詞 記号の使い方 句読類		
4 11/7	点字の文章の形式		

定員 20人 託児 10人・160円  
受講料 無料(別途テキスト・用紙代1,740円の見込み)  
回数 4回 会場 第4集会室

**J-10 火曜 ドラマの中の女性たち** 11月1日～11月22日 10:00～12:00 女性 託児

1 11/1	テレビドラマの社会学	東海学園大学 教授 北出 真紀恵	私たちはメディアから何を受け取っているのでしょうか。ドラマで描かれる女性を通して、女性の生き方、ジェンダー*など、女性を取り巻く現状や課題について学びます。
2 11/8	朝ドラと女性		
3 11/15	韓国ドラマと女性	名古屋大学 准教授 長山 智香子	定員 30人 託児 10人・160円 受講料 1,200円 会場 第4集会室 回数 4回
4 11/22	海外ドラマと女性		

**J-11 水曜 [なごや女性カレッジ]【日本福祉大学連携講座】** 11月2日～12月14日 10:00～12:00 女性 託児

**ワタシのカ、社会で発揮!**

1 11/2	リーダーシップ、その前に～人間関係を観る2つの視点～	日本福祉大学 助教 水野 節子	女性のエンパワーメントを高めるとともに、ネットワークを広げていくための核となる女性リーダー。自分の心身に向き合い、地域、職場、家庭で力を発揮してみませんか。
2 11/9	リーダーシップとは～今、女性リーダーが求められること～	日本福祉大学 助教 岡田 衣津子	
3 11/16	自分や他者のリーダーシップを生かし合おう		
4 11/30	関わりの方針リレーション～日常の事例から～	日本福祉大学 助教 水野 節子	
5 12/14	これからの活動、これからのアクション		

定員 30人 託児 10人・200円  
受講料 1,500円 会場 第4集会室  
回数 5回

**T-8 火曜 50・60代で考える生涯現役とキャリア設計** 11月15日～11月29日 14:00～16:00 一般 託児

1 11/15	生涯現役と自己実現	キャリアコンサルタント 鈴木 明子	人生100年時代を迎えてこれまで以上に長くなる社会との関わりの中で、どのように年を重ねるのが大切なテーマになってきました。経験やスキルを自分らしく統合しながら、様々な考え方を自分の中に取り込み、豊かな生涯現役を実現するためのポイントを解説します。
2 11/22	取り巻く環境とシニアスキル		
3 11/29	シニアのキャリアデザイン		

定員 24人 託児 10人・120円  
受講料 1,500円 会場 第4集会室  
回数 3回

**イーブルなごや相談室の支援プログラム** 相談室では、電話相談のほか、予約制の面接相談や相談室主催の支援プログラムもあわせて実施し、問題解決に向けての第一歩をサポートしています。 無料 託児

**【法律セミナー】** 自分自身がどんな権利を持っているのか、法律や制度、手続きの方法を知ることが『自分で選択して決める』ための力になります。

**S-4 離婚をめぐる法律の基礎知識「離婚とDV」**  
◆日時: 11月8日(火) 13:30～15:30  
◆講師: 愛知県弁護士会所属弁護士  
◆対象: 女性のみ  
◆定員: 50人 ◆会場: 視聴覚室

**S-5 働くひとの法律の基礎知識「セクシュアル・ハラスメント」**  
◆日時: 2月7日(火) 13:30～15:30  
◆講師: 愛知県弁護士会所属弁護士 ◆対象: 一般(企業などの従業員の方、退職された方これから働こうと考えている方)  
◆定員: 50人 ◆会場: 視聴覚室

※相談員による「グループ相談会」(15:40～16:30事前申込み不要)を実施します。託児のご利用はできませんのでご了承ください。  
※セミナー後に希望者には、なごやジョブサポートセンターのカウンセラーによる就職相談会を実施します(事前申し込み不要)。

**S-4・S-5 申し込み方法** 1 電話での申し込み **052-331-5288** 2 イーブルなごやの窓口での申し込み  
右記のいずれかの方法でお申し込みください。(先着順受付) 3 ホームページの講座案内から申し込み <http://e-able-nagoya.jp/> (開催日1週間前まで) イーブルなごやホームページにアクセスし、講座の「インターネットで申し込み」から申し込み

**【DV理解と心のセルフケア講座】**

● **精神的DV・モラハラと心のセルフケア** 精神的なDVを中心に説明し、セルフケアの方法についてもお伝えします。  
◆日時: 12月6日(火) 13:30～15:00、3月7日(火) 13:30～15:00  
◆対象: 女性のみ ◆定員: 20人程度 ◆会場: 第1相談事業室  
※講座終了後、希望者の方を対象に「交流会」(30分程度)を実施します(事前申し込み不要)。交流会のみの参加はできませんのでご了承ください。

● **DV情報を伝える会** DVとは何か、安全のための工夫など基礎的な情報をお伝えします。  
◆日時: 11月22日(火) 13:30～15:00 ◆対象: 女性のみ ◆定員: 20人程度 ◆会場: 相談室にお越しください

● **DVによるトラウマ理解とセルフケア**  
DVによる傷つき(トラウマ)について理解を深め、DVによる影響を減らす方法について情報を提供します。  
◆日時: 1月17日(火) 13:30～15:00 ◆対象: 女性のみ ◆定員: 20人程度 ◆会場: 第1相談事業室

**申し込み方法** 開催月の1カ月前から申し込み受付開始。電話にて先着順。 **052-321-2760** (相談専用ダイヤル) 託児の詳細につきましてはお問い合わせください。

**女性のための総合相談**

電話相談専用ダイヤル **052-321-2760** つながろう

● 面接相談<予約制> ※1 託児利用可(実費40円が必要、予約制)

● 専門相談<予約制>

★ **法律相談(弁護士)** 女性への人権侵害相談(DV、セクシュアル・ハラスメントなど) ※2  
・月1～2回(金曜日) 13:30～15:30  
女性弁護士による一般相談 ※3  
・月1回程度(土曜日) 13:30～15:30

★ **こころとからだの相談** ※2 精神科医などによる相談  
・月1回程度

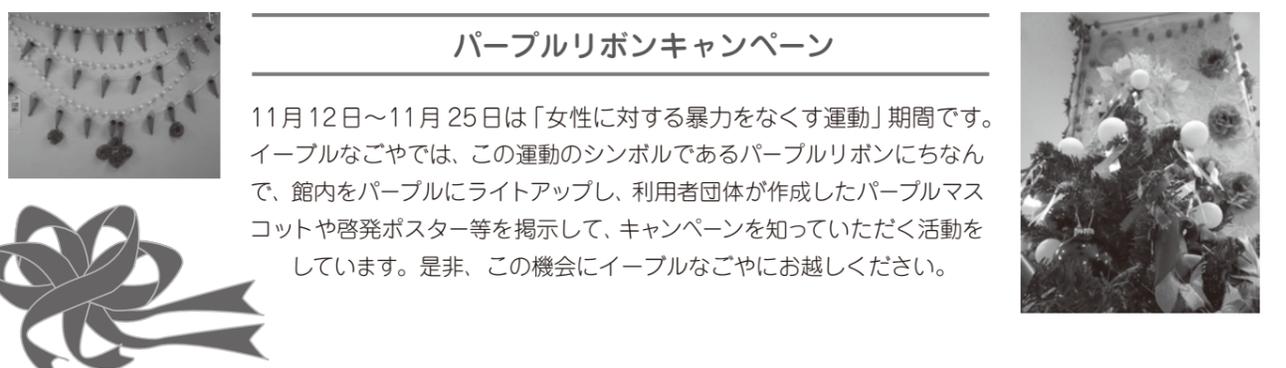
※1 電話相談で相談員と問題を整理の上、必要に応じてご利用いただけます。  
※2 面接相談の後、必要に応じてご利用いただけます。  
※3 事前面接の必要なくご利用いただけます。

専門の相談員などが、ご相談に応じています。まずは電話でご相談ください。

**相談日・相談時間**  
月・火・金・土・日曜日 / 10:00～16:00  
水曜日のみ / 10:00～13:00、18:00～20:00  
休室日 / 毎週木曜日(祝日の時は翌金曜日休室)、祝日、年末年始

**パープルリボンキャンペーン**

11月12日～11月25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。イーブルなごやでは、この運動のシンボルであるパープルリボンにちなんで、館内をパープルにライトアップし、利用者団体が作成したパープルマスコットや啓発ポスター等を掲示して、キャンペーンを知っていただく活動を行っています。是非、この機会にイーブルなごやにお越しください。



## 公開講座のご案内

会場：ホール(E-10は大研修室) 定員：160人(E-10は60人) 託児：10人(開催日に満1歳から小学校入学前までの子ども・実費40円) ※申し込みは各開催日の1週間前(締切日は17:00)までに受付

事前申し込み不要、当日先着順受付。手話通訳・要約筆記つき。新型コロナウイルス感染追跡調査のため、公開講座参加票(チラシ裏面)の記入・提出にご協力ください。チラシが手に入らない方は当日受付で参加票をお渡しします。

**E-7** 【名古屋市美術館共催】 特別展にみる女性たち 2022  
**くまのブーさん展 ～親子で楽しむブーさんの世界～**  
 10月18日(火) 10:30～12:00  
 名古屋市美術館 学芸課長 井口 智子  
 【託児申し込み締切日 10/11(火)】

**E-8** なごや環境大学共育講座  
**エシカル×女性～私たちができるエシカルなこと～**  
 11月6日(日) 14:00～15:30  
 エシカル・ペネロプ株式会社 代表取締役 原田 さとみ  
 【託児申し込み締切日 10/30(日)】

**E-9** 「いま」を読み解く  
**女性の“当たり前”を解き放つ**  
 12月10日(土) 10:30～12:00  
 小説家 吉川 トリコ  
 【託児申し込み締切日 12/3 (土)】

**E-10** 「いま」を読み解く J-14「過去の自分を振り返る」の第1回目  
**DVIは身近に起きている?～私が気づいたきっかけ～**  
 1月31日(火) 10:30～12:00 会場：大研修室 定員：60人  
 DVるにサヨナラNOある委員会 HINAKO  
 【託児は「過去の自分を振り返る」の受講者のみ】

**E-11** 「いま」を読み解く  
**「女子力」という言葉は私たちがどのように縛っているのか**  
 2月18日(土) 10:30～12:00  
 名古屋市立大学 准教授 菊池 夏野  
 【託児申し込み締切日 2/11(土)】

**E-12** 「いま」を読み解く  
**幸せのカタチ。～障がいのある娘と歩む～**  
 3月11日(土) 10:30～12:00  
 司会・パーソナリティ 林 ともみ  
 【託児申し込み締切日 3/4 (土)】

## 学習支援託児のご案内

月	実施日	申し込み開始日	託児時間	託児実費
10月	4日(火)・11日(火)	9月13日(火)	10:00～12:00	1回40円
11月	21日(月)・28日(月)	10月12日(水)	対象・定員 実施日に満1歳から小学校入学前までの子ども10人	
12月	6日(火)・20日(火)	11月11日(金)	申し込み方法 左記申し込み開始日の午前9時から電話による先着順受付 <b>052-331-5288</b>	
1月	18日(水)・25日(水)	12月13日(火)	※申し込み締切は実施日の1週間前(締切日は17:00)まで	
2月	8日(水)・27日(月)	1月10日(火)	※申し込み締切は実施日の1週間前までをお願いします。託児実費は実施日当日にお支払いください。	
3月	8日(水)・13日(月)	2月14日(火)	※託児説明会について、裏表紙「託児について」をご覧ください。 ※新型コロナウイルス感染症の影響により、中止になる可能性があります。	

## 自主学習グループ開設講座のご案内

イーブルなごやで活動するグループが企画した自主開設講座です。多くの方の参加をお待ちしています。申し込み方法は、イーブルなごや主催講座と同じです。締め切り日は、G-6、G-7、G-8は9月27日(火)、G-9は12月13日(火)必着。費用は講座初日に会場でお支払いください。

<b>G-6</b> 主催：演芸と朗読会 <b>素敵な朗読と楽しい演芸</b> 10月5日～12月7日(水) 14:00～16:00	感動実話を朗読、落語、隠し絵、マジック、ゲームを楽しみます。 ①10/5 感動する実話を朗読 ②10/19 面白い落語小話 ③11/2 動く面白い折り紙 ④11/16 不思議な隠し絵 ⑤12/7 楽しいマジックとゲーム	定員 10人 対象 一般 受講料 2,000円 会場 第7研修室
<b>G-7</b> 主催：イーブルなごや3RL <b>～もったいないを家庭から～</b> 編む・織る・染める 11月10日・11月24日(木) 10:00～11:30	なごや環境大学との連携講座。手編みの基礎が学べます。 ①11/10 オリエンテーション、各自持参の古糸・布を染める ②11/24 染め上がった「モノ」のお披露目・アドバイス	定員 10人 対象 一般 受講料 1,000円 会場 第7研修室
<b>G-8</b> 主催：公益社団法人 関西吟詩文化協会 鷹仲吟詠会 東尾張支部 <b>詩歌吟詠の手ほどき</b> 11月15日～12月13日(火) 13:30～15:00	詩歌を腹式発声で詠うことで、気分爽快になります。 ①11/15 吟詠の説明 / 腹式呼吸発声のすすめ / 俳句の詠い方 ②11/22 口、舌、喉の体操 / 発音・発声練習 / 俳句の詠い方 ③11/29 ④12/6 口、舌、喉の体操 / 発音・発声練習 / 和歌の詠い方 ⑤12/13 口、舌、喉の体操 / 発音・発声練習 / 漢詩の詠い方	定員 10人 対象 一般 受講料 1,000円 会場 大研修室(第1・2・4・5回) 第7研修室(第3回)
<b>G-9</b> 主催：ハミングバードちくさ <b>金子みすゞをうたきましょう</b> 1月22日～3月19日(日) 10:00～12:00	金子みすゞの詩の世界を感じて歌ってみませんか。 ①1/22 声を合わせて楽しく歌いましょう。②2/5 詩を読んでみましょう。 ③2/19 二部に分かれて歌ってみましょう。④3/5 合唱を楽しみましょう。 ⑤3/19 練習曲を演奏しましょう。	定員 10人 対象 一般 受講料 2,500円 会場 文化活動室

**生涯学習Webナビなごや**  
 Webナビなごや 検索  
 生涯学習センター・イーブルなごやの講座・事業、空室、ボランティア、グループ、会場等の情報を調べることができます。

**e-ねっとなごや**  
 e-ねっとなごや 検索  
 「親学」「なごや学」「現代的課題」の講座をインターネットで「いつでも」「どこでも」受講することができます。

**あいモンTwitter ツイッター**  
 フォローお願いします。  
 教育委員会生涯学習課からのお知らせやお知らせ、あい・あいさつ活動のマスコミ「あいモン」が元気なあいさつとともにツイートします。

Facebookもチェック  
 オススメの講座の広報や開催した講座の様子などを写真で紹介しています。

**T-9 金曜** 【しゃべり場】就職氷河期世代の非正規シングル女性 **12月16日～1月13日 19:00～20:30** 女性 無料 託児

1 12/16	シングルについて、仲間に聞いてみよう!	キャリアコンサルタント 市川 麻波	コロナの影響で暮らしは何か変わりましたか? 収入減になっていませんか? 自分と同じ境遇の人はいない...と孤独になっていませんか? 同じ立場の人で集まって、本音でしゃべって、笑って、「わたし」の未来をデザインしましょう。 定員 20人 託児 10人・160円 受講料 無料 会場 第4集会室 回数 4回 対象 非正規シングル女性(シングルマザー含まず)
2 12/23	「私の人生」を考えてみよう!		
3 1/6	チャンスをつかむ準備をしよう!		
4 1/13	フリートークを楽しもう!		

**T-10 火曜** 学んでみよう! 税金・年金・保険・相続の豆知識 **1月17日～3月28日 18:30～20:00** 一般 託児

1 1/17	生涯生活設計とは?	株式会社家計の総合相談センター 佐野 圭子	税金・年金・保険・相続などの仕組みは、これからの生活に欠かせない知識です。この講座で、自分の生活設計に役立つ「お金」について基礎知識を学びましょう。★別途、「FP技能士3級最速合格ブック」(税込1,500円)を購入いただけます。 定員 24人 託児 10人・400円 受講料 7,000円 会場 第4集会室 回数 10回
2 1/24	年金と社会保険を学ぶ		
3 1/31	所得税・住民税の仕組みを学ぶ		
4 2/7	リスクと保険を学ぶ	株式会社家計の総合相談センター 西部 正巳	
5 2/14	金融と経済の基礎と貯蓄の考え方を学ぶ		
6 2/21	金融商品と資産運用の基礎知識を学ぶ	株式会社家計の総合相談センター 草野 芳史	
7 2/28	マイホーム購入にも役立つ不動産の基礎を学ぶ		
8 3/7	不動産にまつわる税金の基礎を学ぶ	株式会社家計の総合相談センター 西部 正巳	
9 3/14	相続や贈与の基礎を学ぶ		
10 3/28	相続税・贈与税の仕組みを学ぶ		

**J-12 金曜** 考えてみたい! 母娘関係 ～ワタシらしく生きるために～ **1月20日～2月10日 10:00～12:00** 女性 託児

1 1/20	青年期の母娘関係について	愛知学泉大学 准教授 信太 寿理	母と娘はどのように影響しあっているのでしょうか? 母と娘の関係をそれぞれの立場から考え、互いに尊重できる母娘関係を考えてみませんか? 定員 30人 託児 10人・160円 受講料 1,200円 会場 第4集会室 回数 4回
2 1/27	母から見た娘	ウィメンズカウンセリング名古屋 YWCA フェミニストカウンセラー 増井 さとみ	
3 2/3	娘から見た母		
4 2/10	社会を映す仲良し親子	名古屋市立大学 教授 安藤 究	

**K-2 日曜** 我が家らしく働きながら子育てするための職場復帰準備セミナー2 <夫婦参加> **1月22日 13:30～16:00** 一般 無料 託児

1 1/22	仕事と家事育児における現状や背景 自分の準備～現在の自分について振り返る～ 家庭の準備～保育園、病児対応、家事の工夫、サポート体制など～ 職場の準備～職場との連絡、上司・同僚とのコミュニケーションなど～	育休後シニアアドバイザー 石倉 和美	職場復帰までにできるいろいろな準備～自分の準備・家庭の準備・職場の準備～を整理し、これからの新しい生活に役立ちそうなヒントやアイデアを見つけましょう。 ★この講座は夫婦でご参加ください。 定員 12組 対象 育児休業取得中の方 受講料 無料 会場 第4集会室 回数 1回 託児 10人(6ヵ月から小学校入学前まで)・40円
--------	--	--------------------	---

**J-13 月曜** グローバルな視点で考えるジェンダー **1月23日～2月20日 10:00～12:00** 一般 託児

1 1/23	日本と海外の政治教育	金城学院大学 講師 大嶋 えり子	ジェンダーギャップ指数が116位の日本。グローバルな視点から、女性が置かれている状況について理解を深めましょう。 ☆この講座は、映画「未来を花束にして～100年後のあなたへ～」(L-6)と連携した企画です。 定員 30人 託児 10人・200円 受講料 1,500円 会場 第4集会室 回数 5回
2 1/30	女性の経済的エンパワーメント	愛知淑徳大学 名誉教授 石田 好江	
3 2/6	性暴力とリプロダクティブ・ヘルス/ライツ	日本福祉大学 教授 長江 美代子	
4 2/13	アクションを起こす女性たち	愛知工科大学 准教授 小林 直美	
5 2/20	ポストコロナ時代における男女共同参画の未来	椋山女学園大学 教授 小倉 祥子	

9月27日(火) 締切

12月13日(火) 締切 (申し込み方法は裏表紙をご参照ください)

**T-11 金曜** **オトコが親を介護することを考える** **1月27日・2月3日 14:00～16:00** **男性 託児**

1 1/27	高齢者のこころとからだ ～老化、認知症の理解～	社会福祉士 東 賢司	介護が気になる男性向けの講座です。親の老いに不安を感じていませんか？介護を支援する制度を学ぶとともに、それぞれの家族関係や家庭の現状を確認し、いつその時が来ててもよいように準備することを一緒に考えましょう。
2 2/3	家での介護・施設での介護		

定員 20人 託児 10人・80円  
受講料 1,000円 会場 第4集会室  
回数 2回

**J-14 火曜** **過去の自分を振り返る  
～かくれた決めつけに気づくために～** **1月31日～3月7日 10:00～12:00** **一般 無料 託児**  
第1回は10:30～12:00

1 1/31	【公開講座】DVは身近に起きている？ ～私が気づいたきっかけ～	DVにサヨナラNOある委員会 H I N A K O	誰もが自分らしい生き方ができる社会とは、どんな社会でしょう。私たちが過ごす社会には、決めつけによって人権侵害され、自分らしく生きられずにいる人がいます。過去の自分を振り返りながら、自分の周りにおける人権問題について考えてみませんか？
2 2/7	ジェンダーハラスメントはなぜ起こる？ ～当然のことと決めつけてませんか～	株式会社ハーモニークリエイション 代表取締役 白石 恵美子	
3 2/21	ダブルケアは女性の役割？ ～母・妻・娘(嫁)～女性に偏るケア役割～	名古屋学院大学 講師 澤田 景子	
4 2/28	同和問題(部落差別)と女性の人権問題 ～相手の自分らしさを見つめるために～	元愛知教育大学教職大学院特任教授 山内 雅夫	
5 3/7	過去の自分を振り返ると見えること	名古屋市教育委員会社会教育主事	

定員 30人 託児 10人・200円  
受講料 無料 会場 大研修室(第1・5回)  
回数 5回 第4集会室(第2～4回)

**C-1 月曜** **心と身体のトータルケア  
～女性が自分らしく輝くために～** **2月13日～2月27日 14:00～15:30** **女性 託児**

1 2/13	産後に必要な真の体力とは？	一般社団法人 体力メンテナンス協会 産後指導士 田口 清美・齋藤 綾子	【市民企画公募事業：バランスボールではずむ会】 ライフステージやホルモンバランスに左右されず、健やかに生きていけるようバランスボールエクササイズを通じて自律神経調整や肩こり腰痛ケアなど身体を内側から整え、真の体力をつけていきましょう。★エクササイズは裸足で行います。動きやすい服装、水分持参。
2 2/20	ライフステージにおける ホルモンバランスの変動を知ろう！		
3 2/27	将来のビジョンを描いてみよう！		

定員 20人 託児 10人・120円  
受講料 1,500円 会場 文化活動室  
回数 3回

**J-15 水曜** **心理学でワタシと向き合う** **2月15日～3月15日 10:00～12:00** **女性 託児**

1 2/15	心理学で見てくるワタシ ～もっと知ろう、ワタシのこと～	愛知淑徳大学 准教授 野井 未加	心理学の視点で、自分自身や自身のコミュニケーションと向き合います。自分らしい生き方を考えるためのヒントを見つけてみませんか？
2 2/22	ワタシの中の様々な感情に気づく		
3 3/1	否定と肯定はウラオモテ		
4 3/15	アナタに伝わる、ワタシの思い		

定員 20人 託児 10人・160円  
受講料 1,200円 会場 第4集会室  
回数 4回

**K-3 金曜** **職場復帰準備セミナー3  
～「もしも」を乗り切るための「見方」と「味方」～** **3月10日 10:00～12:30** **一般 無料 託児**

1 3/10	語ろう“復職への期待と不安”	先輩ゲスト 2人	パートナーは出張中。どうしても出席しなければならぬ会議がある日の朝、子どもが発熱したら？日頃からできる対策は？そんな「もしも」をイメージして、乗り切るためにできることを同じ立場の人と一緒に考えましょう。
	先輩ゲストのお話 “もしも！の時の対応と育休中の過ごし方”		
	自分のキャリアの見方をイメージしよう		
	キャリアから考える上司・同僚との コミュニケーション～とらわれているもの (アンコンシャスバイアス)を発見しよう～		

定員 20人 対象 育児休業取得中の方  
受講料 無料 会場 第4集会室 回数 1回  
託児 10人(6ヵ月から小学校入学前まで)・40円

**市民交流事業講座のご案内** 託児あり(各回定員10人・40円)。※講座開始1週間前(締切日は17:00)までです。事前申し込みが必要で。先着順。 **一般 託児**

**申し込み方法** ①電話 052-331-5288 ②イーブルなごや窓口  
③イーブルなごやホームページ(<http://e-able-nagoya.jp/>)にアクセスし、講座案内の「インターネットで申し込む」から

**L-2 11月19日(土)14:00～15:30 無料**  
**コロナショックとDV  
～女性を追い詰める  
もう一つのパンデミック～**  
新型コロナウイルスの影響で、自宅で過ごす時間が増えたことや、先の見えない不安や恐怖からくるストレスにより、DVが顕在化、深刻化しました。コロナがもたらす家庭内の人間関係への影響と、健全なパートナーシップ、家族関係のあり方について考えます。  
講師：広島大学 准教授 北中 千里  
定員 100人 対象 一般 受講料 無料 会場 ホール

**L-3 11月27日(日)13:00～16:00**  
**女性起業家ミニ講演会**  
先輩女性起業家2人のミニ講演会です。先輩起業家と参加者で活発な意見交換をしましょう。きっとリアルなお悩み解決の場となります。起業家、起業に関心のある女性たち、集まりましょう！先輩起業家：株式会社みなみちたフルーツ 代表取締役 林 浩子、株式会社アス・ライズ 代表取締役 竹内 志保美、女性起業支援機関：名古屋市新事業支援センター(公益財団法人名古屋産業振興公社)  
定員 100人 対象 一般 受講料 500円 会場 ホール

**L-4 12月17日(土)13:30～16:15**  
**映画「私はヴァレンティナ」  
～セクシュアル・マイノリティ  
について考えよう～**  
ある事件をきっかけに、10代のトランスジェンダーの少女がいじめや脅迫などに悩まされるようになるブラジルの映画です。「私として生きる」などの難しさと力強さから、性の多様性についてともに考えましょう。  
コーディネーター：NPO法人PROUD LIFE 副代表理事 風間 孝  
ゲスト：NPO法人PROUD LIFE 代表理事 安間 優希  
定員 100人 対象 一般 受講料 700円 会場 ホール

**L-5 2月10日(金)13:30～16:30 無料**  
**誰もが安心できる避難所生活を  
考え、実際に体験しよう！**  
被災後、日常の場が避難所になることをイメージし、多様な視点で、自分たちの生活の場としての避難所運営を考えます。  
講師：防災・減災を考える自主グループ エンジェルランプ 椿 佳代  
☆この講座は、防災・減災を考える自主グループ「エンジェルランプ」と連携して開催します。  
定員 50人 対象 一般 受講料 無料 会場 ホール

**L-6 3月4日(土)13:30～16:00**  
**映画「未来を花束にして  
～100年後のあなたへ～」  
～女性の政治参画について考えよう～**  
100年前、世界中のほとんどの国で、女性の参政権がなかったことを知っていますか？そして、参政権を持たないということがどういふことが想像できますか？100年前のイギリスで参政権を求める運動を描いた映画を介して参政権の意義を考えます。  
☆この講座は、「グローバルな視点で考えるジェンダー」(J-13)と連携した企画です。  
コーディネーター：南山大学 専任講師 金 慧昇  
定員 100人 対象 一般 受講料 700円 会場 ホール

**企業向け出張講座のご案内** 市内に事業所がある主に中小企業等(企業、地域団体)を対象に、女性も男性も働きやすい職場環境・風土の改善のための研修を開催される場合に、イーブルなごやが講師(社労士等)を派遣します。 **無料**  
※出張講座の講師への謝金・交通費はイーブルなごやが講師へ支払いますので、応募企業様の負担はありません。

**申し込み条件**  
●対象となるのは、3人以上が参加する講演会・研修・会合などの行事。※政治・宗教・営利を目的とする集会などは対象外です。  
●1時間半以上2時間以内の行事で、令和5年3月31日までの10～21時の間に開催されるもの。(※年末年始は実施しません)  
●実施会場は、名古屋市内の会場を実施団体でご用意ください。  
●募集企業・団体数：3企業・団体(原則、先着順)  
●出張講座終了後は、出張講座実施についてアンケートの実施提出をお願いします。

**申し込み方法** 下記よりコースを選択し、イーブルなごやホームページ <https://e-able-nagoya.jp/> からダウンロードした申込書に必要事項をご記入のうえ、実施希望日の2ヵ月前までに、郵送または FAX 052-322-9458 でお送りください。

A 育児休業・産後パパ休業研修 女性活躍の推進	B ハラスメント防止研修	C 介護離職予防研修
育児・介護休業法(令和4年4月から3段階で施行)が法改正されました。女性も男性も活躍できる職場を目指して、改正のポイントを学び、制度が利用しやすい職場にしましょう。	パワー・ハラスメント、セクシュアル・ハラスメント、マタニティ・ハラスメント等、職場のあらゆるハラスメントを失くすためにお互いに配慮すべきことを学びましょう。	介護を理由に会社を辞めない、辞めさせないために「仕事と介護を両立」する職場をつくるための情報をお伝えします。

※詳細は個別チラシをご覧ください。

**新型コロナウイルス感染症に関連する  
注意事項**

講座の開催にあたりましては、安心・安全にご受講いただくための対策をいたします。ご受講される皆様におかれましては、ご協力をお願い申し上げます。

- 発熱症状のある方、咳など体調がすぐれない方は参加をご遠慮ください。ご自宅での検温をお願いします。
- 必ずマスク着用の上講座にご参加ください。 ○手指の洗浄・消毒にご協力ください。
- 開催前後および開催中も定期的に換気をします。 ○感染追跡調査のご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、当面、次の方針で講座を開催します。

- 講座の定員を減らして開催します。 ○託児定員は、10人となります。
- 講師を含め、ソーシャルディスタンスを確保した講座形式とします。
- 感染拡大状況により、中止または日程・内容・定員等が変更になる場合があります。

12月13日(火) 締切(申し込み方法は裏表紙をご参照ください)