

リズム

RHYTHM

2017年2月

Vol.35

事業所でご活用ください♪

●情報誌「リズム」の送付

男女共同参画支援センター情報誌「リズム」を希望する事業所に送付します。「リズム」は宇治市ホームページからもダウンロードできますのでご活用ください。

お問い合わせは 宇治市男女共同参画支援センター

TEL: 0774-39-9377 FAX: 0774-39-9378

E-mail: danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp

3月8日は

国際女性デーです。

映画を通じて、女性の生き方や
人権について身近な視点で
考えてみませんか？

楽しく学ぶ
人権講座

国際女性デー 映画上映会「マイ・インターン」

ユーモア満載で、センス抜群、
心が温まり、とても知的。おまけにどんなことにも積極的。
元気をもらえて、笑えて和める映画です。

あらすじ

舞台はニューヨーク。華やかなファッション業界に身を置き、プライベートも充実しているジュールズ。そんな彼女の部下に会社の福祉事業として、シニア・インターンのベンが雇われる。最初は40歳も年上のベンに何かといらつくジュールズだが、やがて彼の心のこもった仕事ぶりと的確な助言をたよりにするようになる。そんな時、ジュールズは仕事とプライベートの両方でおもわぬ危機を迎え、大きな選択を迫られる。

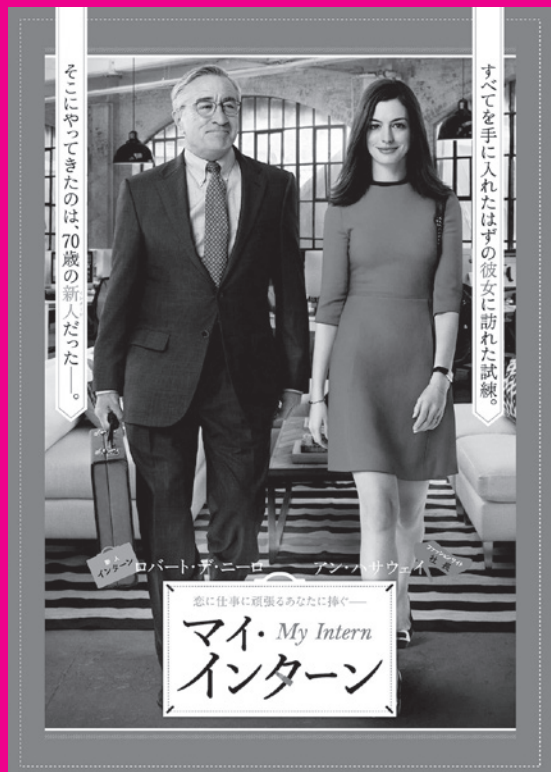
とき

平成29年 3月5日(日)午後1時半～4時
(午後1時開場)

ところ

宇治市生涯学習センター 1階第1ホール

- 入場料: 無料
- 定員: 200人(要申し込み・多数の場合抽選)
- 保育: 0歳～小学3年生(要申し込み)
- 締切: 2月26日(日)
- 申込: 下段に記載の申込方法をご覧ください



脚本・監督・製作／ナンシー・マイヤーズ

© 2015 WARNER BROS. ENTERTAINMENT INC. AND RATPAC-DUNE ENTERTAINMENT LLC ALL RIGHTS RESERVED

申込方法

①セミナー名 ②氏名(ふりがな) ③住所 ④連絡先(電話番号・メールアドレスなど) ⑤映画上映会は申し込み人数を ⑥保育希望の場合はお子さんの名前(ふりがな)と年齢を電話・郵送・FAX・Eメールまたは直接、男女共同参画支援センター 〒611-0021 宇治市宇治里尻5-9 ゆめりあ うじ内 TEL 39-9377 FAX 39-9378 Eメール danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp



講師プロフィール

循環器科医師。国立循環器病センター、大阪警察病院、大阪大学医学系研究科准教授などを経て現職。男性更年期外来を市内で開設。夫の何気ない行動や言葉が強いストレスになり、妻の身体に更年期障害のような変調を引き起こす病気を「夫源病」と名付ける。テレビ、新聞、雑誌など様々なメディアで活躍中。「一般医-精神科医ネットワーク(通称G-Pネット)」を立ち上げ、大阪を中心に自殺者を減らす活動をしている。
著書…「夫源病(大阪大学出版会)」「妻の病気の9割は夫がつくる(マキノ出版)」「男もつらいよ!男性更年期(ソシム)」など多数。

Dr.石蔵の健康セミナー

知っておきたい 更年期

女性のからだは年齢やライフステージによって女性特有の健康課題があります。ある年齢になると、からだの不調を「更年期」でくくり、からだが出すサインを見逃してはいませんか?
「女性の健康支援セミナー」は、男女がお互いの健康について理解し合い、こころとからだを思いやりながら生活するため、「健康」について楽しく学ぶセミナーです。

とき 3月4日(土)午後3時~4時半

ところ 宇治市男女共同参画支援センター 会議室1

- *定員 50人(多数の場合抽選)
- *講師 石蔵 文信さん(大阪樟蔭女子大学 教授)
- *参加費 無料
- *保育 0歳6カ月~小学3年生
(要申し込み・多数の場合抽選)
- *締切 2月24日(金)
- *申込 1面下段に記載の申込方法をご覧ください

こころとからだの相談 (予約制)

女性の精神科医による「こころとからだの相談」を行います。こころやからだの悩みで相談を希望する方は、電話で同センターへご予約ください。(相談は原則面接で行います)

- *とき: 3月4日(土)午前9時~午後0時半
- *対象: 女性(一人50分)
- *保育: 0歳6カ月~小学3年生
(予約時にお申し込みください)

セミナー前
の
お楽しみ

3月4日(土)午後2時半~
宇治市男女共同参画支援センター
会議室1

癒しの ミニ・コンサート

出演 Fiddle chat

ヴァイオリン Yuriさん
ピアノ Keitaさん

作業療法士
による!

子育て中の女性の為のからだメンテナンス

子育て中で自分のことは後回しになりがちな女性のために、作業療法士がお一人お一人の「からだの癖」を見て、筋肉を緩めて負担をかけず、自宅でもできるストレッチ法を伝授します。



- と き… 2月23日(木) 午前10時～正午
- と ころ… 宇治市男女共同参画支援センター 会議室 1
- 対 象… 就学前の子どもを育児中の女性(対象外の方も参加可)
- 定 員… 20人(多数の場合抽選)
- 講 師… 光島みゆきさん(作業療法士)
- 参加費… 500円
- 保 育… 0歳6カ月～就学前(要申し込み・多数の場合抽選)
- 締 切… 2月16日(木)
- 申 込… 1面下段に記載の申込方法をご覧ください



ストレスに負けない「しなやかな生き方」

仕事や人とのつきあい、家庭などの悩みでストレスをためていませんか。知らないうちに、あなたの心は折れそうになっているかもしれません。「若い世代の自殺と自殺者数の7割を占める男性の生きづらさ」をテーマに、豊富な男性相談の経験を持つ講師が、ストレスに負けずしなやかに生きるヒントをお話しします。女性の方もぜひご参加ください。



- と き… 3月11日(土) 午後2時～4時
- と ころ… 宇治市男女共同参画支援センター 会議室 1
- 定 員… 50人(多数の場合抽選)
- 講 師… 坊 隆史さん(臨床心理士、『男』悩みのホットライン相談員)
- 参加費… 無料
- 保 育… 0歳6カ月～小学3年生(要申し込み・多数の場合抽選)
- 締 切… 3月4日(土)
- 申 込… 1面下段に記載の申込方法をご覧ください



シリーズ

この言葉ってどんな意味?

男女共同参画に関する言葉やことばをシリーズで解説します。

第8回

リプロダクティブ・ヘルス/ライツ

性と生殖に関する健康と権利のことをいいます。1994年(平成6年)の国際人口・開発会議で「行動計画」が採択され、日本も批准しました。いつ、何人くらいの子どもを持つか、持たないか、避妊、不妊、人工妊娠中絶など、性や生殖に関わる健康や権利がうたわれており、年齢、性別、婚姻状態などに関わらない個人の権利を守る概念として重要視されています。本市は第4次UJあさぎプランにおいて、基本方向4「安全・安心な暮らしの実現」の中の計画課題3「生涯を通じた女性の健康支援」で、リプロダクティブ・ヘルス/ライツに関する普及・啓発を推進することとしています。



宇治市宣伝大使
ちはや姫

3 階情報ライブラリーおすすめ図書

●図書貸出しはお一人 3 冊 2 週間までです。貸出カードをおつくりします。

★ おすすめ BOOKS

『続だって更年期
なんだもーん 治療編』
善方裕美 著 主婦の友社



症状は一人ひとり違って、つらいと感じたなら、それは「更年期障害」。長年更年期治療にたずさわり、自らも更年期に突入した医師が、なるべく薬を飲みたくない方のための解決法や自分でできるマイナートラブル解消法をまじえて、様々な治療方法を解説する。

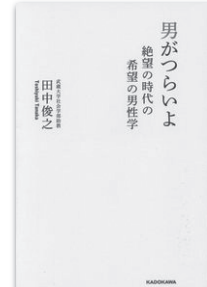
『なぜ妻は、夫のやること
なすこと気に食わないのか』
石蔵文信 著 幻冬舎



男にとって女はエイリアンにも等しい異なる存在なのである。夫婦は上手くいく方が奇跡で、男女お互い様だ。600人の夫婦問題を解決した著者が、夫婦生活を少しでも賢明に過ごすための「家庭内マネジメント」を提言する。

著者の石蔵文信さんをお招きして3/4(土)に「女性の健康支援セミナー」を開催します。詳しくは3面をご覧ください。

『男がづらいよ 絶望の時代の希望の男性学』
田中俊之 著 KADOKAWA



男たるものは正社員として働き、結婚して、子供をもち、さらにイクメンとなることまで求められ、その役割・プレッシャーは日増しに大きくなっている。「男性学」の専門家が「男性の生きづらさ」の実態と生きやすくなるためのアイデアを解説する。

宇治市男女共同参画支援センター ご案内

宇治市男女共同参画支援センターは、男女共同参画に関する施策の実施や、市民の皆さんによる男女共同参画の推進に関する取り組みを支援する施設です。詳しくはセンターまで。

●会議室(4階)を利用する
会議室1(84席)、会議室2(24席)を学習会、セミナーなどの会場として利用できます(有料)。

●印刷室(1階)を利用する
市民活動のための資料や会報づくりに印刷機を利用できます(有料)。用紙は各自でご用意ください。

●活動スペース(3階)を利用する
個人やグループで自由に利用いただけるスペースです。ミーティングや打ち合わせなどにご利用ください。

●アドバイザー派遣を利用する
「男女共同参画」や「女性問題」に関する研修会や学習会等に講師として、女性問題アドバイザーを派遣します。費用は無料ですが、会場は申込者でご用意ください。

●無料相談を利用する
◇男性のための電話相談(予約不要/39-9377)
男性が抱える悩みの相談に、男性の相談員が電話で応じます。

毎月第3金曜日 午後6時～8時
◇女性のための相談(予約制/予約電話39-9379)
女性が抱えているさまざまな悩みの相談に、女性の相談員が応じます。保育あり。
一般相談…毎週火・木曜日、毎月第2日曜日 午後1時半～4時半、第3火曜日は午前10時半～午後0時半も相談できます

専門相談…一般相談後、必要に応じておつながります。
フェミニスト・カウンセリング/法律相談/こころとからだの相談

◇ここからチャレンジ相談(予約制/予約電話39-9377)
さまざまな分野でチャレンジしようとしている女性を支援し、実践に役立つアドバイスをします。保育あり。

原則第2・4金曜日 午後1時～7時
◇起業カフェ yukichi(予約不要)
起業にまつわる情報収集や交流ができる会を定期的実施しています。

原則奇数月の第4金曜日 午後5時半～6時50分

編集・発行 宇治市男女共同参画支援センター

〒611-0021 宇治市宇治里尻5-9 JR宇治駅前 ゆめりあうじ内

TEL: 0774-39-9377 FAX: 0774-39-9378 E-mail: danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp