

2023 男女共同参画フォーラム

日時：2023年11月12日（日曜日）午前9時30分～午後4時00分

場所：男女共同参画推進センター（パルシティ江東内）

企画数：12（学習講座・ワークショップ）・実行委員会企画

① 家族円満のための片付け術-幸せとお金を生み出す整理収納講座-

企画：PRECIOUS DAYS

講師：下村志保美氏（マスターライフオーガナイザー）



お金が貯まって、家族が仲良くなる、そして健康寿命が伸びる、こんな欲張りな願いを叶えるすぐに実践できる片付けの手法をまなびました。

② 安全登山のすすめ～シニア世代の事故をなくし夫婦で楽しむために～

企画：女子スポ.com

講師：末廣八千代氏（東京都山岳連盟認定トレッキングガイド）



低山・日帰りの登山をベースに、安全な登山やトレッキングのための注意点やポイント、夫婦や友人で行く登山の楽しみ方などをまなびました。

③ トランスジェンダーの視点からよりよい社会を考える

企画：クロスオーバー・こうとう

講師：平尾春華氏（トランスジェンダー映画祭オンライン実行委員会スタッフ）



トランスジェンダーについての基礎知識から、現在の社会における生きづらさ、そしてその中で見えてくる人権の視点にいたるまでたくさんのお話を伺いました。

④ ご機嫌な人のコミュニケーション習慣

企画：えいけいじえい

講師：岸克彦氏（博士（工学））



人と人との意思疎通を通じて、幸せな人生を送るためのコミュニケーション能力をまなび、特にアンコンシャスバイアス除去のスキルを磨きました。

⑤ 育自のための小さな魔法～好きを語る時間～

企画：NPO 法人育自の魔法

講師：立岡里司氏・尾上泰江氏（NPO 法人育自の魔法認定ファシリテーター）



自分の好きなことを語り、相手の好きなことを聴く。お互いの好きのエネルギーが循環する豊かな時間をお届け。

⑥ 親子で遊ぼう・作ろう&わらべうた講座

企画：トイコンチームこうとう

講師：手登根京子氏（NPO 法人子育てサロンすくすく運営委員）



遊びコーナーは、グッドトイを使った木育おもちゃの広場を開催。作ろうコーナーは、簡単手作りおもちゃのワークショップを行いました。わらべうた講座は、親子の触れ合いを楽しみながら遊びました。

⑦ 「好きな人に好きって言えるって最高じゃん！」

京都・南座にて女性同士で結婚式をした人のお話

企画：いちばん星

講師：西村和子氏（株式会社こめ代表取締役）



2023年7月1日京都南座で女性同士の結婚式を挙げた西村さんから、同性婚を挙げた経緯や「好きな人に好きって言える」社会をどう作れば良いか、制度の在り方を交え当事者の視点からお話いただきました。

⑧現代史としての地域女性史『千代田区女性史（1996～2020）』から考える

企画：江東の女性史研究会

講師：大橋由香子氏（フリーライター・編集者）



『千代田区女性史（1996～2020）』編集リーダーを務めた大橋由香子さんに、今を生きる女性たちの語りを聞く意義や編集作業の過程などについて伺い、地域女性史のこれからを考えました。

⑨こどもの多様性を認め、主体性を引き出すコーチングコミュニケーション

—勝利と同時に子ども達の成長を育む—

企画：スポーツコーチング・フォーラム実行委員会

講師：片岡幸彦氏（東京保健医療専門職大学教授）



選手達が意欲を持って、主体的に活動するためのコーチング・コミュニケーションの考え方をまなびました。

⑩私の意思を未来につなげる～超高齢社会と法律問題～

企画：四季の会

講師：江上千恵子氏（弁護士・江東区男女共同参画審議会会長）



20回目の「女性と法律」シリーズ。遺言・相続といった人生100年時代の法律についてまなびました。

⑪「学校と地域と私ができること」～保護者の不安はどこからくるのか～

企画：スローハーツ

講師：橋本陽子氏（一般社団法人よこいと代表理事）



世田谷区立桜丘中学校の改革に保護者として関わった橋本陽子さんを招き、学校や地域で保護者は何ができるかなど、みんなでお話しながらまなびました。

⑫ “怒り”の扱い方とリラクゼーション体験

～子育てや介護など生活ストレスのコントロールを学ぼう！～

企画：(特) こうとう親子センター

講師：太田喜乃氏（マインドフルネススペシャリスト）



自分の中の“怒り”の取扱い方を知り、音や呼吸に集中するマインドフルネス手法によるリラックス法を体験。日常からしばし離れて気持ちをリセットし、生活ストレスの自己コントロールをまなびました。

実行委員会特別企画

企画：2023 男女共同参画フォーラム実行委員会



参加した人だけでなく、広く様々な人とフォーラムで得た学びを共有するために、「講座で心に残った一言」をふせんに記入していただき、パネルに貼って1階展示・交流コーナーに展示しました。たくさんのふせんでパネルはいっぱい。