



自分をアップデート！

～新たな学びと気づきを得る8日間～

家庭、子育て、仕事。追われる毎日。後回しにしてしまう自分のこと。そんな日常から少し離れて週1回、自分のために時間を使いましょう。江東区パルカレッジでは、無意識に刷り込まれた先入観に気づき、見直すことで自分自身の視野と可能性を広げるキッカケとなる連続講座を開催します。新たな学びと気づきを得ることで、自分をアップデートしましょう！！

日程

5月：16日・23日・30日

6月：6日・20日・27日

7月：4日・11日(すべて木曜日)

全8回 10:00～12:00

会場：男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)3階第1・2・3研修室

定員：30名

受講料：無料

保育：幼児(満1歳6か月～就学前)無料(10名程度)

※1歳6か月未満のお子さんは別室で同伴受講ができます(6名程度)

お申込時にあわせてお申し込みください。

お申込み
内容等は
裏面へ

パルカレッジ 一人ひとりの個性があって、ええねんで！ 公開講座 ～違ってたって、いいじゃない～

毎回大好評のパルカレッジ公開講座。今年は、お笑いから歌手、女優、モデル、実業家として幅広く活動するはるな愛さんに、性別にとられない自分らしい生き方について、これまでのご経験を交えてお話しいたします。パルカレッジ受講生は、優先的に受講できます！ ※公開講座のみの受講者募集は8～9月の予定です。

令和6年9月28日(土) 14:00～16:00

講師：はるな愛(タレント・歌手・実業家)

松浦亜弥さんのロパクものまねで人気を博し、テレビ出演多数。24時間マラソンのチャリティーランナーに抜擢されたり、東京2020パラリンピック開会式にも出演を果たす。被災地支援やこども食堂にも力を入れている。

会場：男女共同参画推進センター(パルシティ江東内)1階レクホール

定員：200名(予定・定員を超えた場合は江東区民を優先して抽選)



第32期江東区パルカレッジ

パルカレッジは、男女共同参画の視点から、自分の生き方や家族、地域、社会との関わりについて学び、考え、実践へとつなげる連続学習講座です。講義のほか、グループディスカッションも予定しております。

※カリキュラム等は変更になる場合があります。

No.	日程	カリキュラム	講師	内容
1	5/16 (木)	開講式 ワタシの中の性別役割分担意識を知る	神奈川大学人間科学部教授 荻野 佳代子	自分の中にある性別役割分担意識を知り、幼少期から周囲の人や環境に影響を受けながら形成されてきた心理について学びます。
2	5/23 (木)	身近にあるジェンダー・バイアス ～それって本当にアタリマエ？～	公益財団法人日本女性学習財団 学習事業課長 池田 和嘉子	男はこうあるべき、女はこうあるべきという固定観念を「ジェンダー・バイアス」といいます。私たちの生活の中で無意識に刷り込まれているジェンダーの思い込みに気づき、それを見直すことで自分の可能性を広げることができるようにします。
3	5/30 (木)	見えないものが見えてくる ～メディアの見方、とらえ方～	メディア総合研究所所長 谷岡 理香	私たちが普段何気なく目にするテレビ番組やCMには、様々なメッセージが隠されています。メディアから発信される数多の情報を、受け身にならず、能動的に読み解きます。
4	6/6 (木)	ワタシたちをとりまく社会の変化 ～ジェンダーへの視点を中心に～	明治学院大学社会学部教授 加藤 秀一	社会の変化の中で、人々のライフスタイルも変わってきました。よく耳にする「昔は良かった」は本当なのか？社会学の観点から、私たちの生き方の変化やこれからの課題を学びます。
5	6/20 (木)	家族みんなで楽しく暮らす！ ～ご機嫌に過ごすための家事半分術～	家事研究家 佐光 紀子	「きちんと家事をしなくちゃ…」「ちゃんと子育てしなくては…」、そんな「思い込み」にとりつかれていませんか？国内における家事の背景や海外の事例を参考にしながら、自分も家族もご機嫌に暮らせる家事への向き合い方について、みんなで考えましょう。
6	6/27 (木)	身近にあるDVに気付く ～自分も相手も尊重し合える関係を作るために～	一般社団法人エーラス代表理事 自治体DV専門相談員 吉祥 眞佐緒	DVは心にも体にも大きな傷を負う身近で深刻な問題であり、その種類は身体的な暴力に限らず、様々なものがあります。自分自身やことも、身近な人がDV被害者にも加害者にもならないために、実情や対策を知り、尊重し合える関係を築く方法を考えましょう。
7	7/4 (木)	多様な性ってなんだらう？ ～互いの違いを受け止めあえる社会を目指して～	認定特定非営利活動法人 ReBit (リビット)	LGBTQという言葉はよく聞けれど、私たちの性のあり方はそれだけではありません。自認する性やからだの性、好きになる性や表現する性など、性のあり方はさまざまな要素から成り立ち、その組み合わせは人の数だけあるとされています。多様な性について正しく理解し、誰もが生きやすい社会のあり方について一緒に考えてみましょう。
8	7/11 (木)	自らのライフキャリアをデザインする 開講式	神奈川大学人間科学部教授 荻野 佳代子	7回の講義で身に付けた内容を踏まえ、自分の生き方をより多様な視点からとらえ直し、家庭での生活や仕事だけでなく、自分の好きなことやチャレンジしたいことも含めて、今後の人生における自分らしいライフキャリアについて考えてみましょう。
9/28 (土)	公開講座 一人ひとりの個性があって、ええねんで！ ～違ってたって、いいじゃない～	タレント 歌手 実業家 はるな 愛	お笑いから歌手、女優、モデル、実業家として幅広く活動するはるな愛さんに、性別にとらわれない自分らしい生き方について、これまでのご経験を交えてお話しいたします。	

— 多様な視点を持ち、みんなでつくる江東区 —

江東区パルカレッジは、本区における男女共同参画推進施策の主要事業の一つとして平成5年に始まった「江東区女性大学」をその起点とし、以来30年を超える歴史を持つ伝統ある長期講座です。パルカレッジを修了された多くの方が、区の審議会をはじめとする様々な地域活動に参画し、まちづくりの大きな力になっていただいております。

このパルカレッジは、身近な暮らしにスポットをあて、無意識の思い込みに縛られることなく、ご自身の視野と可能性を広げるきっかけとなるカリキュラムになっております。是非、パルカレッジの趣旨をご理解の上、皆様の積極的なご参加をお願いいたします。

江東区パルカレッジで学び、得た知識を生かしていただき、発展する江東区を共に築いていきましょう。

令和6年 春



江東区パルカレッジ学長
江東区長 大久保朋果

第32期江東区パルカレッジ受講申込方法

●電話・窓口・ハガキ・FAX・インターネットにてお申込みいただけます。インターネットからのお申込はこちら→
※ハガキ・FAXの場合は

- ①江東区パルカレッジ ②氏名・ふりがな ③住所 ④電話番号（FAX番号） ⑤メールアドレス ⑥生まれ年
 - ⑦パルカレッジ受講経験の有無 ⑧全8回参加の可否
 - ⑨（保育希望の方のみ）保育希望・お子さんの氏名・ふりがな・生年月日・男女共同参画推進センター保育室利用経験の有無
 - ⑩（1歳6か月未満のお子さんと別室同伴受講希望の方のみ）同伴希望・同伴するお子さんの人数・生年月日
- 以上をご記入の上、4月21日（日）必着でお送りください。

●応募多数の場合はパルカレッジ未受講者・全8回参加できる方を優先し、抽選となります。

- ・当落選に関わらず、結果はメールまたは郵送にてお知らせいたします。
- ・定員に満たない場合は、引き続き申込順にて受付いたします。

●公開講座のみの受講生募集は8～9月の予定です。

●お申込み・お問合せ

江東区男女共同参画推進センター
〒135-0011

江東区扇橋三丁目22番2号（パルシティ江東内）

TEL：(5683) 0341 / FAX：(5683) 0340

受付時間：9時～21時

休館日：第2・4月曜日（祝日は開館）

HPアドレス：<https://www.city.koto.lg.jp/kurashi/jinken/danjo/center/kouza/index.html>



交通案内

都営新宿線・東京メトロ半蔵門線
「住吉駅」下車（B1出入口）徒歩12分

都営バス

門前仲町、木場、東陽町、豊洲方面及び、
錦糸町方面からお越しの場合

●東22系統 錦糸町駅前⇨東京丸の内北口
（扇橋二丁目下車 徒歩6分）

●東22系統 錦糸町駅前⇨臨海車庫
（扇橋二丁目下車 徒歩6分）

東砂6丁目、亀高橋、境川及び、
清澄・白河方面からお越しの場合

●秋26系統 葛西駅前⇨秋葉原駅前
（扇橋三丁目下車 徒歩3分）

お車でのご来館はご遠慮ください。