

1階 展示・交流コーナー

いそどりカフェ 実行委員会企画

あなたの身近なモヤモヤを吐き出すプチ座談会

家庭、職場、学校や地域など、日常生活でギモンを感じたことはありませんか？ティータイムしながら語り合しましょう。「お互いの批判・否定なし」の匿名の井戸端会議です。どなたでもお気軽にご参加下さい。

↓2部制で開催します。企画参加後にもどうぞ↓

①12:15～12:45 ②15:45～16:15



江東区人権推進課 LGBT等パネル展

LGBT等の啓発活動の一環として、パネル展を開催します。

いそどりフォーラム 2025男女共同参画フォーラムとは

地域で活動する学習団体の活動発表・区民の学習・交流の場として男女共同参画の視点を持って開催しています。

「多様性を認め合い、安心して暮らせる社会を目指す」を基本理念とし、「男女共同参画KOTOプラン2021(第7次江東区男女共同参画行動計画)」においても、区民との協働・交流の充実を図るための重要な取り組みとして位置づけられています。

※「男女共同参画フォーラム」は、今年度の愛称を「いそどりフォーラム」として開催します。

10月5日(日) 午前9時より申込み受付開始

申込み方法

- ①電話 03-5683-0341
- ②窓口 受付時間/9:00～21:00 休館日/第2・4月曜日(祝日は開館)
- ③ホームページ (江東区 男女共同参画 イベント で検索)
右の二次元コードからもお申込みいただけます。



- 1) 事前のお申込みが必要です(先着順)。当日定員に余裕があれば参加可能です。
- 2) こども同伴可能な講座もございます。中面をご確認ください。同伴希望の場合は、申込み時にお申し出ください。
- 3) 保育室は満1歳6か月～就学前を対象に無料でご利用いただけます。10月23日(木)までにお申込みください。

会場アクセス

▶都営新宿線・東京メトロ半蔵門線
「住吉駅」下車 B1出口より徒歩約12分

▶都営バス
東22系統・錦22系統
「扇橋二丁目」下車 徒歩約6分
秋26系統
「扇橋三丁目」下車 徒歩約3分

※お車でのご来場はご遠慮ください。



江東区男女共同参画推進センターの詳細は、右の二次元コードからご覧いただけます。



受講
無料

10月5日(日)
申込み受付開始

保育
無料
(先着順)

好きなテーマを選べる!

申込みは午前と午後で最大1つずつ可能!

いそどりフォーラム

2025男女共同参画フォーラム

つながる まなべる ひろがる

子育ての豆知識
&
おもちゃ

音のない
オリンピック

元気・長生き
口腔ケア

女性
×
自由の歴史

パートナーシップ
&
ファミリーシップ

女性から見た
戦争

育自の魔法

ストレス
と
セルフケア

モヤモヤ解消
×
対人関係

自分らしさ
×
副業・起業

いそどりの種をシェアしよう

2025年 11月 9日(日)開催

午前の部 10:00～／午後の部 13:30～

申込み・問合せ・会場 江東区男女共同参画推進センター(パルシティ江東)

〒135-0011 江東区扇橋3-22-2 TEL03-5683-0341 FAX03-5683-0340



主催 江東区

協力 2025いそどりフォーラム実行委員会

午前の部 10:00▶12:00

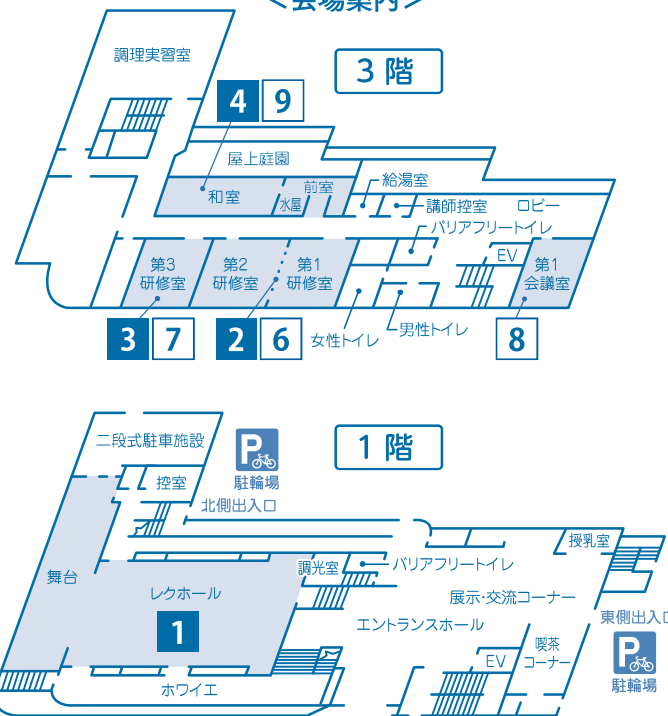


いそどりフォーラム 2025男女共同参画フォーラム



多様性を認め合い、安心して暮らせる社会を目指す

<会場案内>



**1 山川菊栄の思想と活動
「姉妹よ、まずかく疑うことを習え」上映&トーク**

講師 山川菊栄記念会事務局長 山田敬子 企画 江東の女性史研究会

山川菊栄は大正から昭和にかけて活躍した女性運動家であり著述家です。その思想や実践は古びることなく、性の自己決定権やブラック労働など、現代の社会問題にも新たな光を当ててくれます。映画を通じて彼女の活動と人生に触れ、考えを深めてみましょう。

会場 ▶ レクホール (1階) 《上映&トーク》 募集人数 50名 とも同伴可 0歳以上

**2 音のないオリンピック
～デフリンピックをみんなで応援しよう!～**

講師 元デフリンピック日本代表 バレーボール選手 猪野康隆 企画 女子スポ.com

東京2025デフリンピックが11月15日に開幕します。デフリンピックに出場した元デフバレーの猪野康隆さんにデフスポーツの魅力から、引退後の少年野球のコーチとして従事する日常のスポーツライフまで、生涯を通じたスポーツの楽しみ方をまるっと語ってもらいます。

会場 ▶ 第1・2研修室 (3階) 《講座》 募集人数 48名 とも同伴可 3歳以上

**3 対人関係を「いろいろ」ヒント
～モヤモヤを解消して幸せになる～**

講師 博士(工学) 岸克彦 企画 AKJ.Commu

自己肯定感を高め、自信を持って前向きに生きることは、より豊かな人間関係を築くための大切な一歩です。このセミナーでは、講義やグループワークを通して対人関係のお悩みを解消し、自分らしい幸せを見つけるためのヒントを共に探求していきます。新しい自分と出会うきっかけを見つけてみませんか?

会場 ▶ 第3研修室 (3階) 《講座》 募集人数 18名

4 子育ては楽しくなくちゃ!

講師 元公立保育園園長 田中清美 企画 遊びと子育て研究会はすてる

子育てが思うようにいかず悩んだり迷ったり、時間にも追われて疲れていませんか? パパもママも、可愛くて楽しいおもちゃで一緒に遊べば、子育てが少し楽になるヒントや、楽しくかわかるコツが見つかるかもしれません。ホッとひと息つくに來ませんか?

会場 ▶ 和室 (3階) 《ワークショップ》 募集人数 16名 とも同伴可 0歳以上

**5 家庭でのコミュニケーションとリラクゼーション体験
～ミニ講座とマインドフルネスで生活ストレスをコントロール!～**

講師 マインドフルネススペシャリスト 太田喜乃 企画 (特) こうとう親子センター

コミュニケーションの基本から家族関係への活用法、音や呼吸に集中するマインドフルネス手法によるリラクゼーション法を体験。日常からしばし離れて気持ちをリセット、ミニ講座とワークで生活ストレスの自己コントロールを学び、自身と家族の幸せを目指します。

会場 ▶ 音楽スタジオ (地下1階) 《ワークショップ》 募集人数 25名

午後の部 13:30▶15:30

6 みんなで語ろう!「リアルにとらえる戦争と平和」

講師 埼玉県原爆被害者協議会理事 服部道子 企画 東京子ども核廃・江東の会

戦後80年。16歳の時に広島で被爆した服部道子さんの誕生から戦中、戦後の人生を描いた映像を上映し、現在96歳の服部さんとオンラインで対話します。女性が体験した戦争のリアルと平和の尊さを一緒に考えてみませんか?

会場 ▶ 第1・2研修室 (3階) 《講座》 募集人数 40名 とも同伴可 9歳以上

**7 わたしたちはこれから何ができる?
～パートナーシップ・ファミリーシップ制度について～**

講師 一般社団法人こども共代表 長村さと子 企画 クロスオーバー・こうとう

今年7月、江東区でパートナーシップ・ファミリーシップ制度の運用が始まりました! 制度の活用の仕方や利用者の周囲がどんな対応ができるかを考えるために、足立区の制度第一号でもあるお二人にパートナーやお子さんと暮らす中での制度の実際を伺います。

会場 ▶ 第3研修室 (3階) 《講演会》 募集人数 22名 とも同伴可 0歳以上

**8 今働き方に迷っているあなたに伝えたい
『副業起業』の方法と事業者としての基礎知識講座**

講師 元商工会議所職員の起業応援人 中井健太 企画 Nフォロー事務所起業部

働き方の多様化が進む。多くの人が働き方や育児、仕事とプライベートとの両立に悩みを抱えています。自分らしく働きつつ、事業者になるための基礎知識が身につく令和の時代に対応した副業(起業)推奨講座です。

会場 ▶ 第1会議室 (3階) 《講座》 募集人数 20名

9 育自のための小さな魔法 ～好きを語る時間～

講師 NPO法人育自の魔法認定ファシリテーター 立岡里司 企画 NPO法人育自の魔法

あなたの好きなことはなんですか? 自分を大切にすることは、自分を育てていく第一歩です。自分の「好き」を語り、誰かの「好き」を聴くとき、好きのエネルギーはお互いに広がっていきます。安心できる場で、ココロが元気に、身体が軽くなる体験をしてみませんか。

会場 ▶ 和室 (3階) 《ワークショップ》 募集人数 16名

**10 お口からはじめる心とからだの健康づくり
～口腔ケア～**

講師 歯科衛生士・社会福祉士 金田恵美子 企画 四季の会

人生100年時代、「元気で長生き」お口からはじめる心身の健康づくり～口腔ケア～
口腔の基礎知識と口腔ケアの実践(口の中を清潔にする・口の動きをよくする健口体操・滑舌練習や早口ことば等)を通して、フレイル予防と「生涯口から食べる」を目指します。

会場 ▶ 音楽スタジオ (地下1階) 《ワークショップ》 募集人数 25名

※地下1階(音楽スタジオ)はインターネット・携帯電話の電波はつながりません。