

えーる だより

平成24年9月 第37号

あなたは、この秋どの講座にしますか？

秋の講座紹介（9月～11月）

○土曜の朝は自分磨きタイム！
コミュニケーションを学ぶ3回連続講座
「効果的につたえる・つたわるコミュニケーション」
＜全回 10：00～12：00＞
9月29日（土）「アサーティブの基礎を知る」
10月13日（土）「身近な人間関係を豊かにするコミュニケーション」
10月27日（土）「話し合いの場でのコミュニケーションを考える」
定員30名、9月1日より申込受付
※9月1日発行区報掲載予定

◇区民企画講座（練馬女性史を拓く会）
「男女共同参画の視点で読む源氏物語～須磨の巻」
10月4日（木）＜13：30～15：30＞
定員 40名、9月1日より申込受付
※9月11日発行区報掲載予定

○災害と女性講座
「災害！その時あなたは？～発災直後・避難期編～」
10月12日（金）＜10：00～12：00＞
定員30名、9月21日より申込受付
※9月21日発行区報掲載予定

◇区民企画講座（オレンジスイート）
「アロマテラピーとハーブで心と体をセルフケア」
10月16日（火）10：00～11：30
定員 60名
※10月1日発行区報掲載予定

○パソコン相談会
パソコン操作のつまずきの相談に個別に練馬177地域ITリーダーの皆さんが応じ、一緒に解決しましょう。
10月25日（木）
＜A：10：00～12：00、B：13：00～15：00＞
定員A:10名 B:10名
※9月21日発行区報掲載予定

講座はすべて無料です。
すべての講座に保育があります。



○パネル展示
「近代を拓いた女性—山川菊栄の生涯」
大正期に女性の生きづらさを問い、平和と豊かに生きる社会をめざした山川菊枝の生涯と活動についてのパネル展示会
10月24日～11月3日 ＜9：00～21：30＞
※10月1日発行区報掲載予定

◇区民企画講座（I女性会議）
「こんな生き方もステキ 山川菊栄の生涯」
10月27日（土）＜13：30～15：30＞
定員 50名
※10月1日発行区報掲載予定

ただ今企画進行中！

○えーる・フォーラム
講演会・DVD上映会・プチ護身術・手作りコーナー・ちびっこ広場など。
11月11日（日）＜10：00～4：00＞
※10月21日発行区報掲載予定

◇区民企画講座（練馬イクメンプロジェクト）
「ママも子供も嬉しい！簡単、パパも楽しいパパの育児チャレンジ講座」
11月18日（日）＜10：00～12：00＞
※区報掲載準備中

◆ 臨時休館のお知らせ ◆

「夜間休館」
9月22日（土）は館内の害虫駆除のため、夜間休館となります。
（開館時間は9：00～17：00）

「全日休館」
10月21日（日）は空調設備保守・点検のため、休館となります。

6月23日（土）、10時から講師にキャリアコンサルタントの石田美枝子さんをお迎えして講座がスタートしました。最近の女性の労働市場について、履歴書や職務経歴書などの書き方などを、講師ご自身の経験を交えての話に、30名の参加者は食い入るように聞き入っていました。講義終了後も、熱く語る講師に惹かれた受講者の約半数が残り、午前中保育士さんと一緒だった子どもたちを膝にのせての語り合いが続きました。

センターでは、同講座のフォローアップ事業として、今後も講師とともに受講者を支援していくこととなりました。

その後の7月3日からは、受講生の中から抽選で選ばれた20人がパソコン講座を受講しました。ワード・エクセルの応用編をA,Bの2コースに分かれ、それぞれ2日間（9時30分から4時30分まで）にわたって学習しました。

パソコンは打ち込みなどの基本操作ができる人が対象でしたが、練馬177地域ITリーダーの方々による指導のもと、準備された課題を学習しました。



30代から50代までの再就職や転職を目指す女性たちを前に、熱心に「女性の置かれている現状」を語る講師

アンケートに寄せられた感想より

- ・ 子供を保育に預けて集中して受けることができ今の自分の状況に向き合えるいい機会になりました。
- ・ 子供がいる場合についてもいろいろ教えてください、前向きな気持ちになりました。
- ・ 「いつからでも挑戦できる」の言葉に勇気づけられました。気持ちを切り替えて頑張りたいと思います。
- ・ どこから手をつけて良いかわからず悩んでいた時にドンピシャの講座で本当に参考になりました。私もさっそくアクションを起こしたいと思います。
- ・ パソコンが使えないので、7月のパソコンセミナーでワードが使えるようになったら 職務経歴書を作りたいです。
- ・ 会社に勤めるという形ではなく、起業に近い形を模索していますが「自分自身を知る」ために、大変役立ちました。
- ・ 自己流でやっていた時間のかかる作業がキーボードの操作ひとつで簡単に出来ることに驚きの連続でした。
- ・ サポートの人たちがいたので、分からなくなったときにすぐに聞くことが出来て、授業についていくことが出来ました。



資料コーナーで、女性の生き方・働き方に関する書籍や求人冊子などを手に取る受講者たち



パソコンの習得に励む受講者たち



～ 喫茶コーナーからのご案内 ～

営業時間
午前10時～午後6時



広々としたロビーの空間でホッと一息してみませんか。軽食（ピラフ・サンドウィッチ・スパゲッティ）や世界各国のコーヒーを用意して、お待ちしております。



読書の秋は、えーるの「図書資料室」で！

◎本や雑誌を借りるには？

- *練馬区内に在住・在勤・在学の方。
- *氏名・住所を確認できるものを持参して、登録をしてください。
- *6冊まで4週間借りられます。

◎「ブックタイム」って？

「たまにはゆっくりと本が読みたい。」そんな思いにこたえて、保育付きブックタイム（本の時間）を、隔月で開催しています。

お子様を保育室でお預かりいたしますので(2時間)、図書室で好きな本や雑誌を読みながら、ゆったりした時間をお過ごしください。

- *開催予定
11月、1月、3月(館内等でチラシにてご案内します)
- *事前に申し込みが必要です。
- *保育対象：1歳以上の幼児（定員6名）
- *時間：午前10時～12時



◎インターネットを利用するには？

- *登録した方が利用できます。
- *情報収集のための検索のみ。
- *1回 30分間
- *9時～17時まで。

えーるPick-Up

映画上映会 えーるシネサロン

『初舞台はブロードウェイで！』

7月21日（土）、えーるシネサロン『初舞台はブロードウェイで！』（関西のシニア劇団「すすしろ」が、ひょんなことからニューヨーク・ブロードウェイの劇場で、英語で上演するまでのドキュメンタリー映画）が実施されました。

「感激のため胸がキュンとなりました。やればできるという思いで少し何かやろうと思いましたが」という感想が多数寄せられ、ご好評をいただきました。



ご自由にお持ちくださいコーナーの『学習・文化ガイドブック』をはじめとするパンフレットなどをお持ち帰りになった方も多数で、早速何かに挑戦でしょうか？

---残暑は厳しいですが、冷房は<LOW (ロー)>でお願いします---

当センターでは「電力モニター」による電力ピーク抑制を行っています。使用電力が設定電力に近くなると、注意警報ブザーが鳴り響きます。さあ大変！！まずは事務所の冷房を落とします。さらに、職員は一斉に所内の無駄な電気が点いていないか見回ります。それでも、設定電力に戻らず、今度は限界警報が鳴り響くと…。可能な限り、電源をOFFにし、電力ピーク状況を乗り越えています。



平常時



注意報はイエローカード



限界警報はレッドカード

練馬ふくしの輪、グリーンプロジェクト の皆さん、ありがとうございました



「緑で元気になろう！」を合言葉に活動している団体”練馬ふくしの輪”の皆さんが、館内の植木鉢の土の入れ替えボランティアをしてくださっています。大型植木たち50鉢が、次から次と土を入れ替えてもらい、たっぷりと水を与えられ数年ぶりにリフレッシュし、若返りそうです。

つ・ぶ・や・き

『夫を理解したい、会話をしたいと思って話しかけてもまるで石に話しかけているみたいで寂しい…』



相手に話を聞いてほしい時は、率直に「聞いてほしい話があるのだけど…」と、まずは伝えてみてはどうでしょう。その話を「いま」聞いてほしいのか、「時間のある時」でいいのかも伝え、相手にも自分で決める余地のあることを伝えるのも忘れないください。誰でも、関心のない話をいきなり、一方的に聞かされるのは辛い事ではないでしょうか。相手がこちらの話を聞く心の準備をする時間を考慮することが、よく話を聞いてもらうためのキーポイントかも知れません。

●平成25年度 フェスティバル実行委員募集！

楽しみながら男女共同参画社会づくりを考える男女共同参画センターえーるフェスティバル（平成25年6月1日（土）・2日（日）に行われる）の企画・立案・実施のための実行委員を募集致します。（区報9月1日号掲載予定）

- *対象：一般区民（男女を問いません）
- *定員：20名程度
- *申込方法：10月10日（水）までに
- *電話3996-9007（平日午前9時～午後5時）
fax3996-9010またはメールyell@nssk.net
練馬区立男女共同参画センターへ

相談室より

一人で悩まずに、まずはご相談ください。

☎3996-9050

✿女性の何でも相談

毎日・9時～19時（祝・休日は17時まで）

✿心の相談【要予約】

毎日・10時～19時（祝休日は17時まで）

✿女性／母子への暴力専門相談【要予約】

毎週月曜日 9時～17時

毎週金曜日 10時～19時

※第1金曜日のみ練馬区区民相談所で実施
（時間9時～17時）

✿法律相談【要予約】

祝休日を除く毎週土曜日 13時～16時

（1組30分）

※法律相談の予約は、相談日の1週間前の午前9時から電話にて受け付けします。

練馬区立男女共同参画センターえーるのご案内

■開館時間

午前9時～午後9時30分

■通年開館です

（12/29～1/3を除く）

■お部屋の利用申し込みは

練馬区公共施設予約システムから

<http://www.yoyaku-nerima.jp/>

〒177-0041

東京都練馬区石神井町8丁目1番10号

Tel 03-3996-9005

Fax 03-3996-9010

e-mail yell@nssk.net

<http://www.nssk.net/yell>

