

	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
夜	音楽講座 「新しい音楽を生み出した女たち」	1970年代より活躍を始めた女性シンガーソングライターを中心として日本音楽シーンを変えた音楽を紹介します。	ミュージックトラベル ☎ 080-3467-4303 Fax 042-475-3069 honda-j@sankogr.co.jp	18:00～20:00 ホール 無料
	ガールスカウト発信 STOP デートDV	デートDVはなぜ起こるのか?男女がお互いを尊重しあい平等な関係を築くために必要なことを、ワークを通して考えてみませんか?	公益社団法人 ガールスカウト日本連盟 ☎ 03-3460-0701 Fax 03-3460-8383 STV@girlscout.or.jp	19:00～20:45 第一会議室 有料(500円)
	夫婦で一緒に! アプリを使って楽しく出産準備しよう	健やかな出産と育児のスタートを迎えるには妊娠中から準備が必要。ご夫婦・ご家族で協力して準備に取り組む方法をご紹介します。	NPO法人 マドレボニータ ☎ 050-5316-1247 wpforum@madrebonita.com	18:00～20:00 第二会議室
	資格を活かした私らしいキャリアの築き方	資格を活かしたキャリアの築き方を経験者の話を通じキャリアコンサルタントが伝えます。今後のキャリアを築くヒントとなります!	一般社団法人 全国産業・能力開発団体連合会 ☎ 03-3518-2960 Fax 03-3518-2963 info@jad.or.jp	18:30～20:30 視聴覚室 無料

午前	音を紡ぐ女たち 女性作曲家を知り、聴く PartⅢ	直近2回の女性作曲家によるコンサートを受け、今年は彼女たちが無視された理由を、映像や音源も交えて皆様と共に考えます。	知られざる女性作曲家& 小林緑カンパニ ☎ 03-3331-4010 Fax 03-3331-4478 midorikb@abeam.ocn.ne.jp	10:00～12:00 ホール 有料(500円)
	もっと!女性が活躍するための話し方& 聴き方を学ぶワークショップ	女性がより活躍するための、自分を表現するコミュニケーション力と仲間を支援するリーダーシップを磨くワークショップを行います。	トーストマスターズ・東京地区 kosuginomori.tmc@gmail.com	9:30～12:30 第一会議室A 無料
	家事・育児をもっと楽に! ～完璧を目指さない片付け術～	片付けの本を読んでは諦めていませんか?片付け・家事・育児はもっと楽にできます。ご夫婦、お子様連れ(要お問合せ)でも是非!	かたづけmom ☎ 080-5015-2761 Fax 0467-33-2760 info@katadukemom.com	10:00～12:00 第一会議室B 有料(500円)
	大学生によるデートDV&LGBT 劇	デートDVとLGBTについての寸劇を行います。今時の大学生の問題を知ってみませんか?	中央大学 ノンハラスメント プロジェクト、mimosa ☎ 080-6737-7624 chuonhp@gmail.com	10:00～11:30 第二会議室A 無料
	～心と体はひとつのもの!～ 無意識にやっている緊張に気づいて、 自分の心、体と仲よくしよう!	アレクサンダー・テクニック(自分のしている過度な緊張を自分でやめていく学びのワーク)の入り口のご紹介です。	アレクサンダー・テクニック普及会 ☎ 080-2725-7939 miyufine@jcom.zaq.ne.jp	9:20～10:40、 11:20～12:40 第二会議室B 有料(1,000円)
	パートナーの方も一緒に! わらべうた胎教マッサージ)	オリジナルわらべうたに合わせて、妊婦さんがご自分の身体をセルフマッサージ。パートナーとの参加も一人での参加もOK!	NPO法人 わらべうた ベビーマッサージ研究会 donatumarugo.jp	10:30～11:45 第三会議室(和室) 有料(1,500円)
	見て、聞いて、体験した スペインとフィンランド ～視察研修と子連れ留学～	スペインがEUに参加し急速に発展した現状とともに、フィンランドへの子連れ留学で実感したハードルがない国づくりについて伝えます。	一般社団法人 国際女性教育振興会 東京支部 ☎/Fax 03-3937-3604 atsuga@flute.ocn.ne.jp	10:00～12:30 視聴覚室AB 無料
	自宅で働くワークスタイル 「文字起こし」のスキルをつけよう	「文字起こし」という仕事について、どんな仕事か、仕事を始めるための準備、仕事の探し方、勉強の仕方などを楽しくお話しします。	NPO法人 フラウネッツ ☎ 03-3478-0372 Fax 03-6421-3282 https://www.fraunetz.com/	10:00～12:30 視聴覚室C 無料
	女性も男性も働きやすい職場、社会に… 国連原則(WEPs)を活かして ～あなたの会社はあなたをリスペクトしていますか?～	多様性のある社会を構築するための指標の一つ[WEPs=企業経営者が求められる7原則]についての認知及び理解を進めます。	NPO法人 日本BPW連合会 ☎ 03-5304-7874 Fax 03-5304-7876 office@bpw-japan.jp	13:30～16:30 ホール 有料(500円)
	講演会 笑顔で子育てしたい、笑顔で働きたい、日々のイライラ・ガミガミを卒業!子どもと心が通い合うための「聞き方」「話し方」	忙しいとイライラして、ついガミガミ言いたくなります。そんなとき知っておくと子育てが楽になるコミュニケーションをお伝えます。	親業を学ぶ会 ローザマリー Fax 03-3481-0759 rosemary.oyagyo@gmail.com	14:00～16:00 第一会議室A 無料
貧困問題とセカンドチャンス ～「慈有塾」活動の展開と生徒による講演	高校を中退。でも高認を取得してセカンドチャンスをつかもう!今年は合格体験談や新教室情報など様々な遊びに来てください。	一般社団法人 慈有塾 ☎/Fax 042-401-9040 info@jiyujuku.net	14:00～16:00 第一会議室B 有料(200円)	
午後	土木系女子学生のためのキャリアセミナー ～土木の仕事の魅力と私たちの働き方 2017～	様々な土木分野で活躍する新卒～ベテランの女性技術者が、学生の皆さんとワークライフを語ります。一緒に未来の扉を開きましょう!	一般社団法人 土木技術者女性の会 c-kobayashi@jrc.jregroup.ne.jp	13:30～16:30 第二会議室 無料
家事って、めんど～くサミット	主夫だってグチりたい。家事って面倒くさい!シュフも、そうでない人も、本音で語り合えば何で面倒なのが見えてくる!	子育て主夫ネットワーク 「レノンパパ」 ☎ 090-5540-2768 syuhunet@lennonpapa.org	14:00～16:00 和室(第三会議室) 無料	
わたし、このままでいいの? 全くの未経験からプロを目指した 先輩の体験談	結婚しても子供ができてでも続けられるライフワークを見つけれませんか?「カウンセラー」と「ライター」は女性に最適なお仕事です。	Happy Tune ☎ 080-8885-3794 pianopeer6@gmail.com	14:00～16:30 視聴覚室AB 無料	
相手の反応をいつも気にしすぎていませんか? 人間関係がスムーズになる コミュニケーション上達法	ロールプレイで多様な感情や表現を体験してみるワークショップです。気持ちや意見を伝える練習、してみませんか。(女性限定)	サンティール Fax 03-3408-4616 chiharu@resilience.jp	13:30～16:00 視聴覚室C 有料(500円)	

	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
夜	セミナー&ワークショップ “家事”していますか 一男も女も“変わる!?”暮らし方	日常生活に欠かせない家事。コレクティブハウスを参考に、老若男女が共に担うことで育む、暮らしの可能性を考えてみませんか?	NPO法人 コレクティブハウジング社 ☎ 03-5906-5340 Fax 03-5906-5341 2017twpf@chc.or.jp	18:00～20:30 第一会議室 有料(1,000円)
	町内会・PTAにおける 男性中心型慣行を変革する	町内会長やPTA会長につく男性が多くては、地域における男女共同参画は進みません。諦めず、変革してみませんか?	男も女も育児時間を!連絡会 ☎/Fax 045-434-7519 yhe01263@ezweb.ne.jp	18:00～20:00 第二会議室 無料
	自分にOK!自己肯定感を高める アートセラピー体験ワークショップ	どなたでもできる簡単なアートセラピーを使って、頭ではなく心から「自分にOK!」を出してみませんか。手ぶらで参加できます。	一般社団法人 たんとすまいる ☎ 03-6712-0123 info@turn-to-smile.org	18:00～20:00 第三会議室(和室) 有料(大人1,500円 子ども500円)
	暴力から子どもの人生を守る・ 支える大人に	身体的、精神的、性的虐待を含む暴力から、私たち大人がどのように子どもを守り、支えていくかを、共に考えましょう。	NPO法人 しあわせなみだ 171028@shiwawasenamida.org	18:00～20:30 視聴覚室 有料(1,500円)

午前	コオフク塾 ～考服・CO(共同・相互の)服・幸福～	障がい者のおしゃれを巡る潜在的な課題発見、解決方法を通し、“ちがひ”を考えるワークショップ。今回のテーマはデニムパンツ!	任意団体 こころもからだも着やすい服(ココカラ) cofukupj@yahoo.co.jp	10:30～12:00 第一会議室 無料
	旦那さんはアスペルガーでも大好きです!!	アスペルガーの家族とのより良い関係性のために知っておきたいこと、生活の工夫等、一緒に考えてみませんか?	ラポール・ラボ ☎ 090-4860-3604 happyj117117@gmail.com	10:00～12:30 第二会議室 有料(1,000円)
	鍼灸師が教える親子ツボ健康法 「スキントッチ教室」	「夜泣き」や「疳の虫」、毎日1分手軽で簡単、鍼灸師が教える親子ツボ健康法「スキントッチ」でお子さんを元気に育てましょう!	東京スキントッチ会 ☎ 03-3401-8918 yochytake@gmail.com	10:30～11:30 第三会議室(和室) 有料(1,000円)
	自分らしくハッピーに生きるための 「キャリアと健康のライフチャート」を描こう!	つい後回しにしがちな自分の健康とキャリアをチャートで見える化、よりハッピーなライフスタイルを参加者と共に考えましょう。	日本女性技術者フォーラム info@jwef.jp	10:00～12:30 視聴覚室AB 無料
	忙しくて子ども心をつかむ 親になる3つの方法	忙しいパパやママでも大丈夫。親子コミュニケーションを工夫するだけで、親子関係がぐんと良くなる!そんなコツをお伝えします。	Home to Work (ホーム トゥ ワーク) hometowork2017@gmail.com	10:00～12:00 視聴覚室C 有料(500円)
	女性が輝く地域づくりフォーラム 地域で作る!新しい放課後のカタチ ～一人ひとりができること～	子ども達にとって魅力的な放課後とは?地域を巻き込んだ国内外の放課後活動事例を通し新たな女性活躍と理想の放課後を考えます。	NPO法人 放課後NPOアフタースクール・ 東京都共催 ☎ 03-6721-5043 Fax 03-6721-5044 info@npoafterschool.org	13:30～15:30 ホール 無料
	快適に歩きたい!女性の一生を支える 足と靴の大切な知識	女性は足に負担のかかる靴を履いて、足と靴のトラブルを抱えることが多い。正しい知識と対処法を知り、足の健康を気遣いたい。	フットの会 ☎ 080-3304-2802 asizukuri_320@yahoo.co.jp	13:30～16:00 第一会議室A 有料(500円)
	ワークショップ 実家片づけアドバイザーに学ぶ 人生の棚卸	一般社団法人実家片づけ整理協会の渡部亜矢さんを講師に迎え、人生の棚卸(終活)を考える講義とグループワークを行います。	東京ウィメンズプラザ ☎ 03-5467-1970 Fax 03-5467-1977 wjoho@tokyo-womens-plaza.metro.tokyo.jp	14:00～16:00 第一会議室B 無料
	大学生による デートDVワークショップ	デートDVを知っている人も知らない人も、関心のある人もない人も、寸劇、歌やダンス等で少しでも気づいて、のメッセージを発信。	明治大学情報コミュニケーション 学部 堀口ゼミ etsuhori@meiji.ac.jp	14:00～16:00 第二会議室 無料
	女性の健康講座 「膝イタ・肩コリも即効ラクになるボディワーク」	女性の身体と心の負担を少しでも和らげ、健康に導く簡単なボディワークのご紹介です。気軽にご参加ください。	スタジオTK ☎ 090-6168-7818 Fax 03-3415-2532 lhp.clubtk1374@gmail.com	13:30～15:00 第三会議室(和室) 無料
誰でも働きやすい職場づくり ～女性活躍推進の取り組み報告～	「働きやすい社会を作るには」をテーマに日本経営士会会長がわかりやすく解説。参加者とセッションする参加型プログラムです。	一般社団法人 日本経営士会 女性経営士の会 NJK ☎ 03-3239-0691 Fax 03-3239-1831 office@keieishikai.com	14:30～16:30 視聴覚室AB 有料(1,000円)	
子育てワーママを知る! 「赤ちゃん先生プロジェクト」	女性の活躍推進のカギは赤ちゃんにあり!赤ちゃんにふれあい、ワーママの現状を知ろう!	ママハタ 東京葛西校・東京港芝校 ☎/Fax 03-6317-2010 tokyo-kasai@mamahata.net	13:30～16:30 視聴覚室C 無料	

※保育を希望される方は、各企画主催団体にお問い合わせください。(受付は先着順につき、お早めに)

東京ウィメンズプラザ主催図書資料室内企画 無料

おはなし会 ～アフリカやアジアのいろんな言葉で～ 多言語絵本の会RAINBOWさんとの楽しいひととき

28日は、アフリカ2か国の大使館の方が自国の子供、生活、スポーツ、文化なども紹介、29日は、アジアの絵本展示も行います。

- ①10月28日(土) 11:00～12:00
- ②10月28日(土) 13:30～14:30
- ③10月29日(日) 11:00～12:00