

11月5日 令和4年度 東京ウィメンズプラザフォーラム プログラム

SAT	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
午前	ホール 都主催オープニングトークセッション わたしが動くと未来が変わる ～身近な気づきから始める男女平等参画～	男女平等参画・民間団体について講師が語る、フォーラム幕開けを飾るトークセッション。終了後は、気になる民間団体企画へGo♪	東京ウィメンズプラザフォーラム事務局 https://e.try-sky.com/twpforum/entry/ (表面のQRコードより) ☎ 03-3824-7232	10:00～11:00 ホール 無料
	1階 ～知る・気づく・考える～ 「発見!ジェンダー」パネル展	暮らしや社会に潜むジェンダー課題をユーモアあふれるイラストで描いたパネル「発見!ジェンダー」の展示です。	公益財団法人 日本女性学習財団 ☐ jawe@nifty.com ☎ 03-3434-7575 https://www.jawe2011.jp/	11:15～16:15 視聴覚室 A 無料
	女性の学びと学びを活かした キャリア形成	講演会と体験談を通じて、女性の“学び”を活かしたキャリア形成について一緒に考えてみませんか。	一般社団法人 全国産業人能力開発団体連合会 ☐ hata@jad.or.jp ☎ 03-3518-2960 http://www.jad.or.jp/ (担当: 秦)	11:15～12:45 視聴覚室 B・C 無料
	STOP! O 脚&外反母趾 悩み対策ワークショップ ～持続可能な足をつくる5つのアドバイス～	O脚と外反母趾は、女性に多い足の障害です。足と靴のワークで、「何歳になっても歩き続けられる足」をつくっていきましょう。	フットの会 ☐ asizukuri_320@yahoo.co.jp ☎ 080-3304-2802	11:15～13:25 第一会議室 A 無料
	2階 性について、楽しく話したり考えたりする ワークショップ「あも会」:自分の言葉で 語ろう!性教育	“自分の言葉で語る性教育”をテーマに、性やジェンダーについて、生活の中にある場面・言葉・表現で語り合い、交流する場です。	あも会 ☐ amore.info.sg@gmail.com https://amo-kai.peatix.com (担当: そら)	11:15～13:15 第一会議室 B 有料 (500円)
	家事意識カイク! 一男女平等に片づけチャレンジ	男女平等の片づけの必要性を、海外の家事事情も含めてお話しする講演会。「大人片づけメソッド」の実践編で片づけ上手に!	一般社団法人 日本エグゼクティブプロモーター協会 ☐ info@exepromo.jp ☎ 03-6869-0954 https://www.exepromo.jp	11:15～12:15 第二会議室全室 (A・B) 有料 (500円)
	知ろう!読もう!生かそう!国連子どもの 権利条約に関する書籍と絵本展示 ～男女共同参画社会をめざす本棚の姿とは～	子どもの権利条約に関する書籍や絵本など約50冊の展示。ブックリスト配布も行います。本を手にとってじっくりご覧ください。	生かそう!子どもの権利条約出版社 (有志)の会 ☐ rama@hobunsha.com ☎ 03-3221-9008 (担当: 青木)	11:15～16:30 第三会議室 (和室) 無料
	ホール 刑法性犯罪を Update!映画上映会	性犯罪をテーマにした映画「スタンドアップ」上映とトークセッションを通じて、法律の現状と課題を考えます。	NPO 法人しあわせなみだ ☐ info@shiwawasenamida.org https://shiwawasenamida.org/	13:30～16:30 ホール 有料 (500円)
	1階 孤立から共存への地域コミュニティ 創りに役立つアロマセラピー	講演とアロマハンドトリートメント体験を通して、不安・ストレスなど心身不調のケアにつなげます。	チェリッシュアロマの会 ☐ cherish.romanokai@gmail.com https://cherish-aromanokai.jimdo.com/	14:15～15:45 視聴覚室 C 無料
	2階 心の滞りを無くせば内臓は綺麗になる! ～臨床検査技師が教える心と体の繋がりととは	ストレスが身体に及ぼす影響についてお話しし、自身の観念に気づく・思考の癖を見つけるワークや呼吸法をお伝えします。	スコヤカロジカ ☐ takabuchiito@gmail.com (担当: 高瀬)	14:30～16:00 視聴覚室 B 無料
午後	保育園の「保育の質」って何だろう ＜園選び中の方、在籍園に悩みを抱えている方へ＞	子どもが安心して通える保育園と出会うために大切なこと、保育の質を確保するために大切なことを考えるワークショップです。	保育園を考える親の会 ☎ 03-6416-0721 https://forms.gle/NjUkaBhtH4HJBYZ68	14:30～16:30 第一会議室全室 (A・B) 有料 (500円)
	非正規雇用シングル女性 (シングルマザー含む) 向け 自分らしく生きるためのお金と働き方の講座	ライフプラン、社会保険、キャリアをテーマにした3部構成のセミナーです。セミナー後は専門家に聞ける質問会もあります。	一般社団法人 ウーマンライフパートナー ☐ info@wlp.or.jp ☎ 050-5358-9673 https://wlp.or.jp/	13:30～15:30 第二会議室 A 有料 (500円)
	夫婦で参加する産後ケア教室	赤ちゃんを抱っこしながらできる、バランスボールエクササイズを夫婦で体験できます。夫婦のコミュニケーションワークも。	認定 NPO 法人マドレボニータ ☐ r.takehara@madrebonita.com ☎ 080-2024-6899 https://www.madrebonita.com/ (担当: 竹原・桐原)	14:00～16:00 第二会議室 B 有料 (500円)

※ 参加団体及び内容は変更となる場合があります。東京ウィメンズプラザのホームページをご確認ください。

11月6日

SUN	企画名	内容	団体申込先	時間・会場他
午前	ホール 女性が生み出す音楽の不思議な魅力と 社会への影響力	世界の女性音楽家を紹介し、彼女たちの創造した音楽を聞きます。その音楽の不思議な魅力と影響力についても解説します。	ミュージック・トラベル ☐ honda-j@sankogr.co.jp ☎ 080-3467-4303 (担当: 本田)	10:00～12:00 ホール 無料
	1階 ウィキペディアで女性人物記事を書いて みよう ～ WikiGap 東京 @ 東京ウィメンズプラザ	ウィキペディアを書いたことのない初心者向けのワークショップです。講師による書き方の指導後、女性人物の記事を編集します。	早稲田 Wikipedian サークル ☐ saebou@cc.musashi.ac.jp (担当: 北村)	9:30～15:30 視聴覚室 C 無料
	1階 ライフワークバランスのための 「完璧を目指さない片付け術」	実は片付けが苦手な人ほど几帳面。テキトーかつリアルな片付け術で楽にならしましょう。目指すは忙しくてもスッキリ見える暮らし!	かたづけ mom ☐ info@katadukemom.com ☎ 080-5015-2761 https://katadukemom.com	9:45～11:45 視聴覚室 B 有料 (500円)
	面前 DV 家庭で子ども時代を過ごした方へ 「あなたの心の声ポスト」心のお手紙お預かりします	面前 DV の中で子ども時代を過ごした方々が抱えてきた生きづらさを手紙にして展示します。心の傷のケア・社会資源の情報提供も。	ゆもりな ☐ mail@yumorina.me	10:00～15:00 視聴覚室 A 無料
	2階 コロナ禍と女性の貧困:もやいの支援現 場から	コロナ禍の DV で「家を出たい」女性に立ちほだかる生活困窮・孤立の壁。現場から見えてきたことを中心に報告する講演会。	認定 NPO 法人 自立生活サポートセンター・もやい ☐ info@npomoyai.or.jp ☎ 03-6265-0137 https://www.npomoyai.or.jp/	9:30～11:30 第一会議室全室 (A・B) 無料
	2階 仕事も家庭も笑顔があふれる コミュニケーションのコツ	親子の信頼関係を築くための双方向のコミュニケーションについての講演会。ゴードンメソッド親業の理論を体験してみませんか。	親業を学ぶ会「ローズマリー」 ☐ rosemary2022 oyagyo@gmail.com FAX: 04-7170-2737 https://www.facebook.com/rosemary.oyagyo (担当: 村上)	10:30～12:30 第二会議室全室 (A・B) 無料
	2階 パパと赤ちゃんのふれあい ベビーダンス	おうちで実践できるパパ向けレッスンです。赤ちゃんとのふれあい遊びと、抱っこしながらできる簡単なステップのダンスをします。	一般社団法人 日本ベビーダンス協会 ☐ kosasugirls5@gmail.com ☎ 080-5048-8850 https://bb-dance.com/ (担当: 林)	9:30～10:30 第三会議室 (和室) 有料 (500円)
	ホール いいお産の日から、フェムテックへ ～ SDGs 視点でお産と母乳を考える	SDGs もフェムテックも、原点は、主体的な女性の生き方。90年代のいいお産の日から現在の支援をつなぐフォーラムと交流会。	NPO 法人 子連れスタイル推進協会 ☐ mo-house@nifty.com ☎ 080-5540-7373 https://peatix.com/event/3358742/view	14:00～16:00 ホール 無料
	1階 秋の理系進学相談会	現役理系女子大生が、女子中高生の理系進学についての不安・疑問に直接お答えします! 理系女子の日常、卒業後の進路 etc...	理系女子大生コミュニティ凜 ☐ rin.girls@gmail.com ☎ 090-9231-5697 https://rikejyo-rin.com/	13:30～16:30 第一会議室 A 無料
	2階 あなたの「視点」を変えれば、生活や仕 事への意識も必ず変わる ～相手を知り、自分を理解して自信を高め れば、あなたは変わる!～	自分のコミュニケーションタイプを理解し、コミュニケーションの取り方について考え、自己肯定感を高めるワークショップです。	共育コーチング研究会 ☐ 20011216m@gmail.com ☎ 090-9975-0340 (担当: 川本)	14:20～16:20 第一会議室 B 無料
午後	2階 ダンスとドラマで男女共同参画 / ジェン ダー平等を考えよう	ゼミ生と一緒に、女性差別撤廃条約をピクトグラムにしたダンスをします。ゼミ生のディスカッション、参加者同士の話し合いも。	明治大学 情報コミュニケーション学部 堀口悦子ゼミ ☐ etsuhori@meiji.ac.jp (担当: 堀口)	14:30～16:00 第二会議室全室 (A・B) 無料
	鍼灸師が教える親子ツボ健康法 「スキントッチ教室」	鍼灸師が教える子どもツボ健康法講座です。スプーン・歯ブラシ・ドライヤーを使い、家庭で簡単にできる健康増進法を学びます。	東京スキントッチ会 ☐ yochytake@gmail.com ☎ 090-5402-9182 https://tokyoskintouch.com/ (担当: 大下)	12:00～13:00 第三会議室 (和室) 有料 (500円)
2階 女性の健康講座 「自律神経を整える呼吸法」	自律神経を深める座学と、呼吸力向上のための「呼吸の仕方」「呼吸のできる身体」の簡単ボディワークの実技講習です。	スタジオ TK ☐ lhp.clubtk1374@gmail.com	14:00～15:30 第三会議室 (和室) 無料	

※ 参加にあたり、条件や申込みが必要な場合がございますので、詳細は各団体へご確認ください。