

11月11日 令和5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・参加費
午前	ホール 日本の音楽シーンを生み出した女たち	日本の音楽シーンを生み出した女性アーティストの功績や社会へ与えた影響などについて解説します。実際に代表曲を聴きます。	ミュージック・トラベル ✉ honda-j@sankokgr.co.jp ☎ 080-3467-4303 https://musictravelhigashikurume.jimdofree.com/ (担当:本田)	10:00 ~ 12:00 無料
	視C ジェンダー平等に向かうための教育を考えるワークショップ	誰もが無意識に持っているジェンダーバイアスにワークを通して気づき、ジェンダー平等に向かうための教育について考えます。	認定 NPO 法人開発教育協会 ✉ main@dear.or.jp ☎ 03-5844-3630 https://forms.gle/yD2sb5GfwZGBeA (担当:中村)	10:00 ~ 12:00 無料
	一A 家事意識カイカク2 家族全員で家事片づけチャレンジ	家事意識の変革と家事=女性というアンコンシャス・バイアスの払拭に向けて、実践方法を交えてお伝えする講演会です。	一般社団法人日本エグゼクティブプロモーター協会 片づけ上手塾 ✉ info@exepromo.jp https://www.exepromo.jp	10:00 ~ 11:00 有料 (500 円)
	一B 子育てのカベを乗り越えよう ～保活のカベ/復職6ヶ月のカベ/小1のカベ/小4のカベ～	子育てに立ち足る様々なカベの乗り越え方を現役保護者がお伝えします。働きながらの楽しい子育てを応援します。	保育園を考える親の会 https://oyanokai-kosodatekabe2023.peatix.com/ (担当:渡邊)	10:00 ~ 12:00 有料 (500 円)
	二 人生100年時代、どう生きる?	人生100年時代と言われる今、どのようにしなやかに生きていくか、考えてみませんか?様々な「わたしの場合」を紹介します!	一般社団法人全国産業人能力開発団体連合会 ✉ matsumoto@jad.or.jp ☎ 03-3518-2960 https://jad.or.jp/inquiry/tabid/71/Default.aspx	10:00 ~ 11:30 無料
三 育自のための小さな魔法 Part2 頑張っているあなたへ 好きを語り合い、心の充電をしよう	育自とは自分を育む、まず自分を大事にすること。自分のことを話し、聴き合い、認め合い、自分を大事にすることを体験します。	NPO 法人育自の魔法 ✉ sonoko.katoh@gmail.com https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc6_DvVszpCMZeSafdMxsX2eMTweoErDwUdn9cyNK6ERmjqzQ/viewform (担当:加藤)	10:00 ~ 12:00 無料	
午後	ホール 映画『Team その子』上映&解離性同一性障害を理解するトーク	映画『Team その子』を上映し、解離性同一性障害への理解を深めます。後半では監督、映画製作者らによるトークを行います。	特定非営利活動法人レジリエンス ✉ film@resilience.jp https://sites.google.com/view/teamsonoko/ (担当:栄田・友塚)	13:00 ~ 14:50 有料 (500 円)
	視C 経口中絶薬でなにが変わる? なにを変える?	経口中絶薬の最新情報を知り、動画上映後のグループディスカッションでセクシャル・リプロダクティブ・ヘルス・ライツを考える。	SOSHIREN 女(わたし)のからだから ✉ gogo.soshiren@gmail.com http://www.soshiren.org/	13:00 ~ 15:00 無料
	一A 子育て中の女性が、より自分らしく活躍できる世の中のために	女性が自分らしく社会のなかで活躍するために、家庭や職場、地域社会はどうあることが望ましいのかについて、講演をします。	NPO 法人子育てママ応援塾ほっこりへの ✉ info@hokkori-no.plus ☎ 03-6325-0230 https://www.hokkori-no.com/(担当:内海)	13:00 ~ 14:00 無料
	一B キャリアトークフェス ～未来のわたしに出会おう～	様々なメンター(社会人女性)と交流し、キャリアについて考えるワークショップです。視野が広がり意外な選択肢が見つかるかも。	特定非営利活動法人ハナラボ ✉ event@hanalabs.net https://hanajob.jp/	13:30 ~ 15:30 無料
	二A 社会で女性が元気に活躍するためのアロマセラピー	講演とアロマハンドトリートメント体験を通して、女性の不安や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.aromanokai@gmail.com https://cherish-aromanokai.jimdo.com/	13:00 ~ 14:40 無料
二B 性的同意を身につけよう!	ピザづくりのワークショップを通じて、性的同意の知識を身につけて、被害者も加害者も生みださないようにしませんか?	早稲田大学 性的同意ハンドブックチーム Instagram: @ consentbook_wsd	13:00 ~ 14:30 無料	
三 支援者のためのワークショップ 「上手に相談にのるために」&『ソーシャルワーカーのための女性支援ガイドブック』の紹介	DV や虐待など家族に関わる支援活動におけるモヤモヤや悩みを共有し、支援者のパワーアップをはかるためのワークショップです。	女性の暮らしやすさを考える ソーシャルワーク研究会 ✉ kurashiken24@gmail.com https://sites.google.com/view/Kurashiken https://www.facebook.com/kurashiken	13:00 ~ 16:00 (ワークショップ); 13:30 ~ 15:00) 無料	
終日	～知る・気づく・考える～ 「発見!ジェンダー」パネル展 2023	暮らしや社会に潜むジェンダー課題について、わかりやすくイラストで描いたパネル展「発見!ジェンダー」を展示します。	公益財団法人日本女性学習財団 ✉ jawe@nifty.com ☎ 03-3434-7575 https://www.jawe2011.jp/	10:00 ~ 16:00 無料
	子どもと性やジェンダーの話をしてみたい!何から話す?どう話す?	自分らしく生きるためのヒントを提供しつつ子どもと一緒に生きていくという「模索兼実践」を、皆と一緒に考えてみませんか?	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 ✉ amore.info.sg@gmail.com https://amo-kai.peatix.com	10:00 ~ 16:00 有料 (500 円)
	子どもが泣いたら抱っこチャンス! 抱っこでハッピー子育てベビーダンス	夫婦・親子・家庭でのベビーダンスの取り組みを、写真やポスターを展示して伝えます。育児を楽しくポジティブに!	一般社団法人日本ベビーダンス協会 ✉ info@bb-dance.com ☎ 050-3577-5155 https://bb-dance.com/	10:00 ~ 16:00 無料
	自分らしい人生を歩むために、キャリアと生活設計を考えてみませんか? ワークショップ「クイズに答えてお金の知識をゲット!」&ミニ相談会	自立した人生を歩むために必要なお金の知識をクイズで楽しく学びましょう。ミニ相談会も実施します。	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/ (担当:中村)	10:00 ~ 16:00 無料
	私にもできる地域活動	リユースランドセルから教育の貧困や格差社会について考えてみよう。廃棄される学生服からハタキをつくるワークショップ。	NPO 法人学生服リユース協会 ✉ npo.reuse2020@gmail.com ☎ 080-1999-0358 https://gakuseifuku-reuse.or.jp/	10:00 ~ 16:00 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。フォーラム特設サイトをご確認ください。

各団体のメールアドレスやホームページは、フォーラム特設サイトからアクセスできます。



SUN	企画名	内容	団体申込先	時間・参加費
午前	ホール 【温故知産】関東大震災から100年、母乳育児をきっかけに災害対策を見直そう!	関東大震災から100年が経ち防災に注目が集まる今、母乳育児を切り口に女性視点からの災害対策について考えます。	特定非営利活動法人子連れスタイル推進協会 ✉ info@kozurestyle.com ☎ 080-5540-7373 https://kozurestyle.com/gaiyo/	10:00 ~ 12:00 無料
	視C 家庭や仕事で心が通い合うコミュニケーションのコツ	良好な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」 ✉ rosemary.rosemary.oyagy@gmail.com FAX:047-321-6889 (担当:駒崎)	10:00 ~ 12:00 無料
	一 アフターコロナと女性の貧困:もやいの支援現場から	コロナ禍のDVで「家を出たい」女性に立ち足る生活困窮・孤立の壁。支援の現場から見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@npmoyai.or.jp ☎ 03-6265-0137 https://www.npmoyai.or.jp/ (担当:加藤)	10:00 ~ 12:00 無料
	二A \4つのタイプ診断付!/ 働くママがワークもライフも楽しくなる3つのコツ	4つのタイプ別に「ワーク」も「ライフ」も楽しむコツを伝授!実践して理想のわたしへステップアップ!	一般社団法人 WOMAN TO WORK 協会 ✉ mamacareer.ss@gmail.com ☎ 090-1775-6624 https://womantowork.com/ (担当:清水)	10:00 ~ 12:00 無料
	二B 「視点」を変えれば、生活や仕事への意識も必ず変わる!PART2～自分を理解し、「視点」を増やして自信を高めれば、あなたは変わる!～	自己肯定感・自己表現のチェック、リフレーミングを使って視点を交える体験などを通して多様な視点を手に入れましょう。	共育コーチング研究会 ✉ 20011216m@gmail.com ☎ 090-9975-0340 https://www.cie.jp/ (担当:川本)	10:00 ~ 12:00 無料
三 わたしの気持ちを言葉にする～遺言について	遺言を書くことは、自分と向き合い、自分らしい人生をデザインすること。それに気づくためのワークショップです。	女の空間 NPO ✉ space.for.women.org@gmail.com	10:00 ~ 12:00 無料	
午後	ホール 「ミモザウエイズ」を見て語ろう! 女性差別撤廃条約	女性史100年を描いた演劇動画「ミモザウエイズ」より1910年代を視聴後、女性差別撤廃条約と選択議定書を知り、未来を語り合います。	女性差別撤廃条約実現アクション東京 ✉ opcedawtokyo@gmail.com ☎ 080-5020-0748 https://opcedawjapan.wordpress.com/	13:30 ~ 15:30 有料 (500 円)
	視C ジェンダーってなに? 日常生活の中に潜むジェンダーと自分のできることを考えてみよう!	身近にあるジェンダー課題(固定的性別役割分担など)について、イラストやマンガを通して気づくワークを行います。	GENCOURAGE ✉ ryoma97.s@gmail.com ☎ 080-8479-0305 https://gencollege.org/	13:00 ~ 15:00 無料
	一A 「レイプ・ドラッグ」 ～アンケート調査結果による大学生からの発信	講師の講演、ゼミ生によるセリフ劇や調査結果の分析報告などを通して、どうすれば被害者・加害者を減らせるかを考えます。	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 https://horiguchi-zemi-meijiuniv.jimdofree.com/	13:00 ~ 15:00 無料
	一B アンコンシャスバイアスを解明する! ファシリテーションワークショップ	ファシリテーションの手法を使いながら、アンコンシャスバイアスに対する意識を高めるワークショップを行います。	ファシリテーションをはじめよう ✉ mas.tak904@gmail.com https://ankonsasubaiasu20231112.peatix.com/ (担当:増平)	13:00 ~ 16:00 有料 (500 円)
	二A 呼吸と姿勢で自律神経を整える	呼吸と姿勢を整える、簡単なボディワークの実技講習です。ストレスと疲労感の解消を目指します。	スタジオ TK ✉ lhp.clubtk1374@gmail.com	12:45 ~ 14:15 無料
二A 少子化対策のこの先は? 男の働き方はどう変わる?	少子化対策のこの先と男性の働き方、子どもをもった際に生活と仕事の折り合いをどうつけるのかなどについて議論します。	男も女も育児時間を!連絡会 ✉ yhe01263@ezweb.ne.jp	14:45 ~ 16:15 無料	
二B 雑談ポスト	面前DV等により生きづらさを持つ方を対象に、座談会や手紙の作成などをします。心のケアに関する情報提供も。	お話カフェゆりな https://yumorina.me/	13:00 ~ 16:00 無料	
三 女性作家の描いたジェンダー ～金子みすゞと樋口一葉を聴く～	金子みすゞの詩と樋口一葉の「十三夜」の朗読を通じて作品を味わい、背景の考察と現代のジェンダー意識などについて考えます。	近代文学研究会 Women's Project ✉ officeplasma.i@gmail.com ☎ 080-8917-6245 https://www.instagram.com/kinbun_womensproject	13:30 ~ 15:30 有料 (500 円)	
終日	鍼灸師が教える子どもツボ健康法「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 ✉ yochyutake@gmail.com ☎ 03-3401-8918 https://tokyoskintouch.com (担当:大下)	10:00 ~ 16:00 有料 (500 円)
	Active Bystander になるには -性的同意と性暴力-	慶應義塾大学の学生有志団体がこれまでに作成した冊子などを展示します。来場者向けのワークショップも行います。	Safe Campus ✉ safe.campus.keio@gmail.com https://safecampuskeio.mystrikingly.com/	10:00 ~ 16:00 無料
	かんだ一んに足力アップ! 足と靴のひ・け・つ	子どもの走力アップ、おとなの足・靴・姿勢&歩き方の悩みに役立つ「靴の履き方」と「足の健康チェック」を体験します。	フットの会 ✉ asizukuri_320@yahoo.co.jp	10:00 ~ 16:00 無料
意外と身近なDVとモラハラ。 あなたの笑顔を守るためにできること。	意外と身近なDVとモラハラを、ケーススタディのクイズと、わかりやすいイラストで学べます。また参考図書の情報も実施します。	一般社団法人 Turn to Smile たんとすまいる ✉ info@turn-to-smile.org ☎ 070-4234-2424 https://www.turn-to-smile.com/	10:00 ~ 16:00 無料	

※ 参加にあたり、条件や申込が必要な場合がありますので、詳細は各団体へご確認ください。