



男女平等参画と女性教育の連携で いい関係・みんなで笑顔  
**名古屋市 男女平等参画推進センター・女性会館**  
 〒460-0015 名古屋市中区大井町7番25号  
 TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458

ホームページ

<http://e-able-nagoya.jp/>

指定管理者：アイ・コニックスグループ



※都合により講座の中止及び日程・内容・講師等が変更になる場合があります。  
 ※傷害保険等の設定をしておりません。  
 必要な方は各自でご加入ください。  
**新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策中** (P6を参照してください)

| 講座番号 | 講座名                       | 開催期間       | 頁 |
|------|---------------------------|------------|---|
| J-8  | 女性の食生活をデザイン               | 10月<br>11月 | 2 |
| J-9  | 難聴者等支援ボランティア養成講座2         | 10月<br>11月 | 2 |
| J-10 | 託児ボランティア養成講座2             | 10月<br>11月 | 2 |
| J-11 | ママの笑顔を増やしたい!              | 10月<br>11月 | 2 |
| T-6  | [しゃべり場] 就職氷河期世代の非正規シングル女性 | 11月<br>1月  | 2 |
| T-7  | 恋愛とデートDV                  | 11月<br>12月 | 3 |
| T-8  | コロナ禍の生涯現役とキャリア設計          | 11月<br>12月 | 3 |

申し込み  
締切日

9月28日(火) 必着

|      |                                    |          |   |
|------|------------------------------------|----------|---|
| T-9  | 3級ファイナンシャル・プランニング技能士入門講座           | 1月<br>3月 | 3 |
| J-12 | 思いを伝えるって大切!                        | 1月<br>2月 | 3 |
| J-13 | 「女性」を通してみる日本の歴史                    | 1月<br>2月 | 3 |
| J-14 | 心のアンテナでキャッチ                        | 1月<br>3月 | 4 |
| T-10 | パパの離乳食教室                           | 1月<br>3月 | 4 |
| C-1  | 自分のためのマインドケア                       | 1月<br>2月 | 4 |
| K-2  | 職場復帰準備セミナー2 <夫婦参加>                 | 2月       | 5 |
| J-15 | 未来を拓く!                             | 2月       | 4 |
| T-11 | 女性をはじめ誰もが安心できる<br>私たちの避難生活を考えましょう! | 2月       | 4 |
| T-12 | 準備が大事! オトコの介護を考える                  | 2月<br>3月 | 5 |
| K-3  | 職場復帰準備セミナー3                        | 2月       | 5 |

12月14日(火) 必着

イーブルなごや相談室の支援プログラム 7

女性のための総合相談 7

- 市民交流事業講座のご案内 5
- 企業向け研修のご案内 5
- 公開講座のご案内 6
- 学習支援託児のご案内 6
- 自主学習グループ開設講座のご案内 6
- イーブルなごや・フェスティバル2021 7
- 講座申し込みについて・託児について・障がいのある方へ 8

**J-8 火曜** **[なごや女性カレッジ] [金城学院大学連携講座]** **10月12日～11月9日 10:30～12:00** **女性 託児**

**女性の食生活をデザイン**

|         |                                    |                    |   |
|---------|------------------------------------|--------------------|---|
| 1 10/12 | 女性の食生活の現状と課題<br>～自分の食生活をみつめてみよう～   | 金城学院大学<br>教授 丸山 智美 | すべての世代の女性が食生活のデザイン力を身につけることは、人生100年時代を楽しく幸せに生き抜くために必要です。私たちを取り巻く食環境と女性のライフステージを学びながら、自分の食生活をデザインしてみましょう。<br><b>定員</b> 30人 <b>託児</b> 10人・200円<br><b>受講料</b> 1,500円 <b>会場</b> 第4集会室<br><b>回数</b> 5回 |
| 2 10/19 | 女性のライフステージと食生活                     | 金城学院大学<br>講師 浅野 友美 |   |
| 3 10/26 | 乳幼児から思春期の食生活デザイン                   |                    |   |
| 4 11/2  | 成人期、高齢期の食生活デザイン                    |                    |   |
| 5 11/9  | 人生100年時代の食生活デザイン<br>～健康で私らしく輝くために～ |                    |   |

**J-9 水曜** **難聴者等支援ボランティア養成講座2** **10月13日～11月10日 10:00～12:00** **一般 無料 託児**

|         |   |                           |   |
|---------|---|---------------------------|---|
| 1 10/13 | 守秘義務と個人情報<br>ノートテイク(筆談)①正しく書くために          | NPO法人名古屋難聴者・<br>中途失聴者支援協会 | 難聴者・中途失聴者が講演会や講座などの内容を理解できるよう「書いて伝える」方法を学びます。受講後は難聴者等支援ボランティア「イヤリング」の一員として活動しましょう。☆この講座は、難聴者等支援ボランティア「イヤリング」と連携して開催します。☆前期に「養成講座1」が開催されていますが、後期からの受講も可能です。<br><b>定員</b> 20人 <b>託児</b> 10人・160円<br><b>受講料</b> 無料 <b>会場</b> 第4集会室<br><b>回数</b> 4回 |
| 2 10/20 | 音声認識ってなあに?<br>～難聴者に必要な新たな支援～              |                           |   |
| 3 10/27 | イーブルなごや特有の用語について<br>ノートテイク(筆談)②読みやすく書くために |                           |   |
| 4 11/10 | 難聴者の地震・災害、緊急時の対応<br>「イヤリング」の活動について        |                           |   |

**J-10 金曜** **託児ボランティア養成講座2** **10月15日～11月5日 10:00～12:00** **一般 無料 託児**

|         |                                  |                                   |   |
|---------|----------------------------------|-----------------------------------|---|
| 1 10/15 | 子育て支援で大切なこと                      | 元愛知江南短期大学教授<br>藤原 辰志              | 託児ボランティアとしての知識や技能を身に付け、託児の会「たんぼぼ」の一員として活動しましょう。あなたの笑顔をかわいい子どもたちが待っています。☆この講座は、託児の会「たんぼぼ」と連携して開催します。☆前期に「養成講座1」が開催されていますが、後期からの受講も可能です。<br><b>定員</b> 20人 <b>託児</b> 10人・160円<br><b>受講料</b> 無料 <b>会場</b> 第4集会室<br><b>回数</b> 4回 |
| 2 10/22 | 子どものけが予防と応急手当                    | 東海学園大学<br>教授 石田 妙美                |   |
| 3 10/29 | 子育て支援に欠かせない<br>コミュニケーション         | NPO法人ママ・ぶらす<br>代表 川原 史子           |   |
| 4 11/5  | 相談託児の現場から見えること<br>託児の中で大切にしていること | 名古屋男女平等参画推進室主査 村瀬智子<br>託児の会「たんぼぼ」 |   |

**J-11 月曜** **ママの笑顔を増やしたい!** **10月18日～11月15日 10:00～12:00** **女性 託児**

**～家族のハッピーライフをめざして～**

|         |                          |                                |   |
|---------|--------------------------|--------------------------------|---|
| 1 10/18 | とらわれていませんか?<br>「〇〇らしさ」   | 日本福祉大学<br>准教授 東内 瑠里子           | 家事や子育てに忙しくて、自分のことは後回し…。でも、子育てがひと段落したら…? ママの視点で家族や社会との関係を振り返り、これからのことを考えてみませんか?<br><b>定員</b> 20人 <b>託児</b> 10人・200円<br><b>受講料</b> 1,500円 <b>会場</b> 第4集会室<br><b>回数</b> 5回 <b>対象</b> 子育て中の女性 |
| 2 10/25 | いらいらしがちな時の処方箋            | 勇気づけカウンセラー ころこゆい<br>主宰 野口 久美子  |   |
| 3 11/1  | セルフコーチングで<br>自己肯定感をUP    | プラス・エム～あなたの未来を笑心に～<br>代表 山口 麻利 |   |
| 4 11/8  | 子育てママの<br>ワーク・ライフ・バランス   | NPO法人ママライフバランス<br>上条 厚子        |   |
| 5 11/15 | 「自分軸」で描く<br>これからのライフデザイン | 一般社団法人ママライフデザイン研究所<br>田口 さおり   |   |

**T-6 金曜** **【しゃべり場】就職氷河期世代の非正規シングル女性** **11月26日～1月7日 18:30～20:00** **女性 無料 託児**

|         |                     |                      |   |
|---------|---------------------|----------------------|---|
| 1 11/26 | シングルについて、仲間に聞いてみよう! | キャリアコンサルタント<br>市川 麻波 | コロナ自粛期間の暮らしはどう変わりましたか? コロナの影響で収入減になっていませんか? 同じ立場の人で集まって、本音でしゃべって、笑って、「わたし」の未来をデザインしましょう。<br>★4・5回目に、希望者には個別カウンセリングがあります。<br><b>定員</b> 20人 <b>託児</b> 10人・200円<br><b>受講料</b> 無料 <b>会場</b> 第4集会室 <b>回数</b> 5回<br><b>対象</b> 非正規シングル女性(シングルマザー含まず) |
| 2 12/3  | 人生を楽しもう!            |                      |   |
| 3 12/10 | チャンスをつかむ準備をしよう!     |                      |   |
| 4 12/17 | フリータイムを楽しもう!①       |                      |   |
| 5 1/7   | フリータイムを楽しもう!②       |                      |   |

**T-7 土曜** | **恋愛とデートDV ～愛は傷つけない～** | **11月27日～12月18日 14:00～16:00** | **女性 託児**

|         |                 |  |   |
|---------|-----------------|--|---|
| 1 11/27 | デートDV ～それって愛かな？ | ウィメンズカウンセリング<br>名古屋YWCA<br>フェミニストカウンセラー 具 ゆり | 大切に思う人から傷つけられても、「スキだから」と言われたら？ 暴力を見抜く力を磨き、自分を信じ、自分を守り、人に振り回されことなく自己決定することの大切さを考えます。 |
| 2 12/4  | ジェンダー*、性差別なう！   |  |   |
| 3 12/11 | ほとんど知らない「性」の話   |  |   |
| 4 12/18 | 私のことは「私」が決める！   |  |   |

**定員** 20人    **託児** 10人・160円  
**受講料** 1,200円    **会場** 第4集会室  
**回数** 4回

**T-8 火曜** | **コロナ禍の生涯現役とキャリア設計** | **11月30日～12月14日 14:00～16:00** | **一般 無料 託児**

|         |                |  |   |
|---------|----------------|--|---|
| 1 11/30 | 老齢年金の知識と生涯現役   | 日本年金機構 鶴舞年金事務所<br>お客様相談室 担当職員<br>キャリアコンサルタント 鈴木 明子 | 人生100年時代を迎えています。同時にコロナ禍の日々の変化の中でどのように年を重ねるのが改めて大切なテーマであることが浮かび上がってきました。これまでに培った経験・スキル、取り巻く環境について整理し、生涯現役を実現するためのポイントを解説します。 |
| 2 12/7  | 社会的サポートとシニアスキル | キャリアコンサルタント 鈴木 明子                                  |   |
| 3 12/14 | シニアのキャリアデザイン   |  |   |

**定員** 20人    **託児** 10人・120円  
**受講料** 無料    **会場** 第4集会室  
**回数** 3回

**T-9 火曜** | **3級ファイナンシャル・プランニング技能士入門講座** | **1月18日～3月22日 18:30～20:00** | **一般 託児**

|         |                       |                          |  |
|---------|-----------------------|--------------------------|--|
| 1 1/18  | ファイナンシャル・プランニングとは     | 株式会社家計の総合相談センター<br>佐野 圭子 | ファイナンシャル・プランニング(FP)はこれからの生活に欠かせない知識です。この講座では、FPの基礎知識を学び、自分の生活設計に役立てるとともに、FP資格を目指す人の入門講座としても最適です。 |
| 2 1/25  | 年金と社会保険を学ぶ            |                          |  |
| 3 2/1   | 所得税・住民税の仕組みを学ぶ        | 株式会社家計の総合相談センター<br>西部 正巳 |  |
| 4 2/8   | リスクと保険を学ぶ             |                          |  |
| 5 2/15  | 金融と経済の基礎と貯蓄の考え方を学ぶ    |                          |  |
| 6 2/22  | 金融商品と資産運用の基礎知識を学ぶ     | 株式会社家計の総合相談センター<br>草野 芳史 |  |
| 7 3/1   | マイホーム購入にも役立つ不動産の基礎を学ぶ |                          |  |
| 8 3/8   | 不動産にまつわる税金の基礎を学ぶ      | 株式会社家計の総合相談センター<br>西部 正巳 |  |
| 9 3/15  | 相続や贈与の基礎を学ぶ           |                          |  |
| 10 3/22 | 相続税・贈与税の仕組みを学ぶ        |                          |  |

**定員** 24人    **託児** 10人・400円  
**受講料** 7,000円(別途、資料代として1,500円)  
**回数** 10回    **会場** 第4集会室

**J-12 水曜** | **思いを伝えるって大切！ ～コミュニケーションで広がるワタシの世界～** | **1月19日～2月16日 10:00～12:00** | **女性 託児**

|        |                     |                      |   |
|--------|---------------------|----------------------|---|
| 1 1/19 | 自分の意見を大切にすることから始めよう | 人材育成コンサルタント<br>松田 照美 | 相手のことや場の雰囲気を考えて自分の気持ちや考えを伝えることに消極的になっていませんか？ 職場や地域活動、家庭で自分の思いや意見を分かりやすく、自信をもって伝えましょう。 |
| 2 1/26 | 分かりやすく伝えるって難しい？     |                      |   |
| 3 2/9  | 相手の心に届く話し方って？       |                      |   |
| 4 2/16 | みんなに届け私の思い          |                      |   |

**定員** 20人    **託児** 10人・160円  
**受講料** 1,200円    **会場** 第4集会室  
**回数** 4回

**J-13 月曜** | **「女性」を通してみる日本の歴史** | **1月24日～2月21日 10:00～12:00** | **一般 託児**

|        |                 |                           |  |
|--------|-----------------|---------------------------|--|
| 1 1/24 | 男女共同参画社会の今昔     | 元星城大学教授<br>柴田 良枝          | 男女共同参画の視点で歴史を紐解き、男女共同参画の現状や基本的な考え方を学びます。男女がともに自分らしく生きることのできる社会をめざして、一緒に学んでみませんか。 |
| 2 1/31 | 日本考古学にみる先史時代の性差 | 南山大学人類学研究所<br>博士研究員 中川 朋美 |  |
| 3 2/7  | 中世を生きぬいた女性たち    | 愛知学院大学<br>教授 松園 斉         |  |
| 4 2/14 | 近世における女性の雇用労働   | 愛知大学<br>教授 神谷 智           |  |
| 5 2/21 | 時代を生きた女たち       | 名古屋大学<br>教授 榎原 千鶴         |  |

**定員** 30人    **託児** 10人・200円  
**受講料** 1,500円    **会場** 第4集会室  
**回数** 5回

\*ジェンダーとは、「社会的・文化的に形成された性別」のことです。

J-14  
金曜

心のアンテナでキャッチ  
～複合差別から考える人権問題～

1月28日～3月11日 10:00～12:00  
1回目は10:30～12:00

一般 無料 託児

|   |      |  |                                   |
|---|------|--|-----------------------------------|
| 1 | 1/28 | 【公開講座】生きづらさはどこから来るの？<br>～発達障がいのある人からのメッセージ～          | NPO法人DDAC(発達障害をもつ大人の会) 代表 広野 ゆい   |
| 2 | 2/4  | 言葉や文化が違ってても、心で通じ合いたい！<br>～日本に住む外国にルーツをもつ女性の暮らしから考える～ | 名古屋市立大学 教授 山本 明代                  |
| 3 | 2/25 | ひとり親女性が笑顔で暮らせるために<br>～フェミニストカウンセラーからのメッセージ～          | NPO法人フェミニストサポートセンター・東海 理事長 隠岐 美智子 |
| 4 | 3/4  | 同和問題(部落差別)から学ぶこと<br>～だれもが自分らしく生きるために～                | 愛知教育大学 特任教員 玉田 弘                  |
| 5 | 3/11 | 磨きたい心のアンテナ   | 名古屋市教育委員会社会教育主事                   |

私たちの過ごす社会では、差別を複合的に受けることがあり、複合的に受ける差別は認識されにくい傾向があります。本講座では複合的な差別事象を抱えている女性に関する事例をもとに、なぜそのような差別が認識されにくいのかについて考えます。

定員 30人 託児 10人・200円  
受講料 無料 会場 視聴覚室(第1・5回)  
回数 5回 第4集会室(第2～4回)

T-10  
土曜

パパの離乳食教室～パパにできること～

1月29日～3月19日 10:00～12:00

男性 託児

|   |      |                        |                            |
|---|------|------------------------|----------------------------|
| 1 | 1/29 | 子どもの食と栄養を考える1<br>【離乳期】 | 名古屋短期大学 教授 小川 雄二           |
| 2 | 2/26 | 子どもの食と栄養を考える2<br>【移行期】 |                            |
| 3 | 3/19 | 夫婦のパートナーシップについて考えよう    | NPO法人ファザーリング・ジャパン東海支部 平塚 啓 |

家事も育児もママにまかせっきりになっていませんか？子どもと接する時間がとれないパパにもお勧めしたいのが離乳食づくり。子どもの食・栄養・発達について学び、日々の小さな変化や成長に気づけるようになると子育てが一層楽しくなります。

定員 20人 託児 10人・120円  
受講料 1,500円 会場 第4集会室  
回数 3回

C-1  
月曜

自分のためのマインドケア  
～秘伝！チャ・チャ・チャの法則～

1月31日～2月14日 14:00～16:00

女性 託児

|   |      |            |              |
|---|------|------------|--------------|
| 1 | 1/31 | 自分を知るチャンス  | 精神保健福祉士 泊 裕子 |
| 2 | 2/7  | 自分にチャレンジ   |              |
| 3 | 2/14 | 自分をチャージアップ |              |

【市民企画公募事業：かけこみ女性センターあいち】自分と上手くつきあうためのマインドフルネス等をベースにした実践ワークをいくつか紹介しながら、心のケアの方法を学びます。

定員 15人 託児 10人・120円  
受講料 900円 会場 文化活動室  
回数 3回

J-15  
火曜

未来を拓く！～理系分野の女性参画～

2月8日～2月22日 10:00～12:00  
1回目は10:30～12:00

女性 託児

|   |      |   |                          |
|---|------|---|--------------------------|
| 1 | 2/8  | 【公開講座】未来を拓く女性のチカラ<br>～航空宇宙開発の現場から～          | 三菱重工業株式会社総合研究所 荻野 貴美子    |
| 2 | 2/15 | なぜ物理や数学を選ぶ女性は少ないの？<br>～アンコンシャス・バイアスについて考える～ | 名古屋大学素粒子宇宙起源研究所 研究員 南崎 梓 |
| 3 | 2/22 | 歴史の中の女性科学者たち<br>～ジェンダーと科学～                  | 名古屋大学 教授 隠岐 さや香          |

理系分野への女性の参画が進まないのはなぜでしょう？それはもしかかすと思込みが原因かもしれません。本講座では、理系分野における女性の現状などを学びます。☆この講座は、映画「ミッション・マンガル」(L-5)と連携した講座です。

定員 30人 託児 10人・120円  
受講料 600円 会場 ホール(第1回)  
回数 3回 第4集会室(第2・3回)

T-11  
土曜

女性をはじめ誰もが安心できる  
私たちの避難生活を考えましょう！

2月12日・19日 14:00～17:00

一般 託児

|   |      |                          |                               |
|---|------|--------------------------|-------------------------------|
| 1 | 2/12 | 被災後の混乱を避難所運営ゲーム(HUG)から学ぶ | 防災・減災を考える自主グループ エンジェルランプ 椿 佳代 |
| 2 | 2/19 | 誰もが安心できる<br>避難生活を考える     |                               |

被災後の困難さや多様な人が集まる避難生活について、グループワークを通してイメージし、対応について考えます。  
☆この講座は、防災・減災を考える自主グループ「エンジェルランプ」と連携して開催します。

定員 20人 託児 10人・80円  
受講料 1,000円 会場 第4集会室  
回数 2回

T-12  
水曜

準備が大事！オトコの介護を考える

2月16日～3月9日 14:00～16:00

男性 託児

|         |                                |                 |
|---------|--------------------------------|-----------------|
| 1 2/16  | 親の介護をするということ<br>～介護の基礎知識～      | 社会保険労務士 吉岡 規子   |
| 2 3 / 2 | 高齢者のこころとからだのしくみ<br>～老化、認知症の理解～ | 主任介護支援専門員 中村 敏光 |
| 3 3 / 9 | 家での介護・施設での介護                   | 社会福祉士 東 賢司      |

親の老いとその先の介護が気になる男性向けの講座です。見えない「介護」に不安を感じていませんか？介護を支援する制度や家庭の現状を確認し、いつその時が来ても良いように準備しましょう。

定員 20人 託児 10人・120円  
受講料 1,500円 会場 第4集会室  
回数 3回

職場復帰準備セミナーのご案内

託児あり(各回定員10人・40円)。申し込み方法は、イーブルなごや主催講座と同じです。締切日にご注意ください。育児休業取得中の方が対象。

無料 託児

K-2 職場復帰準備セミナー 2<夫婦参加>

～それぞれのキャリアと家事・育児の役割分担の戦略会議～

2月6日(日)13:30～16:00 定員 12組 会場 第4集会室

子育てと家事の役割分担やそれぞれのキャリアアップの戦略を立てましょう！緊急事態の対策は相談しましたか？同じ立場の参加者とともに、一緒に整理し、戦略を練りましょう。講師：育休後コンサルタント® 山口 理栄

- 仕事と育児を両立するための心構え
- ワークショップ：パートナーの仕事と家事育児分担意識を知る／仕事がある日の1日をシミュレーション／マネーから考える人生のデザイン

★この講座は夫婦でご参加ください。

K-3 職場復帰準備セミナー 3

～「もしも」を乗り切るための「見方」と「味方」～

2月25日(金)13:00～15:30 定員 20人 会場 第4集会室

パートナーは出張中。どうしても出席しなければならない会議がある日の朝、子どもが発熱したら？日頃からできる対策は？そんな「もしも」をイメージして、乗り切るためにできることを同じ立場の人と一緒に考えましょう。

語ろう“復職への期待と不安”／先輩ゲストのお話“もしも！の時の対応と育児中の過ごし方”先輩ゲスト2名／自分のキャリアの見方をイメージしよう／キャリアから考える上司・同僚とのコミュニケーション～とらわれているもの(アンコンシャスパイアス)を発見しよう～

市民交流事業講座のご案内

託児あり(各回定員10人・40円)。事前申込みが必要です。先着順。

一般 託児

- 申し込み方法 ① 電話 052-331-5288 ② イーブルなごや窓口  
③ イーブルなごやホームページ(<http://e-able-nagoya.jp/>)にアクセスし、講座案内の「インターネットで申し込む」から

L-3 10月31日(日)13:00～16:00

女性起業家ミニ講演会

☆この講座は、「名古屋市創業支援事業計画」の創業支援事業に位置付けられています。

先輩女性起業家2人のミニ講演会です。先輩起業家と参加者で活発な意見交換をしましょう。きつとりリアルなお悩み解決の場となります。起業家、起業に関心のある女性たち、集まりましょう！先輩女性起業家：M's HEART株式会社 代表取締役 森田 亜弓、株式会社 Mitsuki Style代表取締役 森安 美月、女性起業支援機関：名古屋市新事業支援センター(公益財団法人名古屋産業振興公社)

定員 100人  
対象 一般  
受講料 500円  
会場 ホール

L-4 11月13日(土)14:00～15:30 無料

男性の非暴力宣言

～女性に対する暴力をなくすために  
男たちは何ができるのか？～

女性に対する暴力の加害者の多くは男性です。女性への暴力の撲滅のためには、男性たちが自分自身の問題として考え、自分たちのジェンダーバイアスに気づき、何がそうさせるのかに向き合う必要があります。何ができるのか一緒に考えましょう。講師：一般社団法人ホワイトリボンキャンペーン・ジャパン共同代表 伊藤 公雄

定員 100人  
対象 一般  
受講料 無料  
会場 ホール

L-5 3月5日(土)13:30～16:20

映画「ミッション・マンガル」

～理系分野における  
女性の参画について考えましょう～

女性にとって科学技術分野への就業は社会のジェンダーギャップを跳ね返す力を持ちます。アジア初の火星探査機打上げ成功に導いたインド宇宙事業における女性科学者たちの実話に基づく映画を介して、日本女性の理系分野への参画を考えます。☆この講座は、「未来を拓く～理系分野の女性参画～」(J-15)と連携した企画です。コーディネーター：名古屋大学大学院 教授 岡田 亜弥

定員 100人  
対象 一般  
受講料 700円  
会場 ホール

企業向け研修のご案内

託児あり(各回定員10人・40円)。事前申込みが必要です。先着順。

無料 託児

- 申し込み方法 ① 電話 052-331-5288 ② イーブルなごや窓口  
③ イーブルなごやホームページ(<http://e-able-nagoya.jp/>)にアクセスし、講座案内の「インターネットで申し込む」から

R-3 10月26日(火)14:00～17:00 女性

女性リーダーが学ぶ企業会計

中小企業等の女性リーダーの方向けの実務研修です。女性が企業の意思決定に関わる真のビジネスリーダーを目指す上で身に付けておきたい企業会計の重要事項を学びます。

講師 公認会計士 伊藤 歩  
対象 中小企業等の女性リーダー(候補者含)  
定員 24人 受講料 無料 会場 第4集会室

R-4 1月17日(月)14:00～16:00 一般

ジェンダーの視点から職場でのメンタルヘルスを考える

女性と男性でストレスの原因やうつ発病傾向がどのように異なるのかをひも解き、それぞれに適した対処法を学んで職場でのメンタルヘルスケアに活かすための講座です。

講師 フローリッシュ社労士事務所 特定社会保険労務士 新美 智美  
対象 中小企業等の管理職、従業員  
定員 24人 受講料 無料 会場 第4集会室

12月14日(火) 締切(申し込み方法は裏表紙をご参照ください)

## 公開講座のご案内

どなたでも 無料 託児

会場：ホール（E-10は視聴覚室） 定員：160人（E-10は55人） 託児：10人（開催日に満1歳から小学校入学前までの子ども・実費40円）※申し込みは各開催日の1週間前までに受付

事前申し込み不要、当日先着順受付。手話通訳・要約筆記つき。新型コロナウイルス感染追跡調査のため、公開講座参加票（チラシ裏面）の記入・提出にご協力ください。チラシが手に入らない方には当日受付で参加票をお渡しします。

### E-7 【なごや環境大学共催講座】

毎日の暮らしに一工夫！～身近で感じるエコチカラ～  
10月17日(日) 14:00～15:30  
東海ラジオパーソナリティー 深谷 里奈

### E-8 「いま」を読み解く

あなたたちは何にでもなれる  
～ジェンダー・ニュートラルなおもちゃで伝えるメッセージ～  
12月4日(土) 10:30～12:00  
ポーネルド名古屋営業所 副所長 中崎 裕美

### E-9 【名古屋市美術館共催】特別展にみる女性たち 2021

ヘレーネ・クレラー＝ミュラー 美術館設立にかけた夢  
1月15日(土) 14:00～15:30  
名古屋市美術館 学芸員 森本 陽香

### E-10 「いま」を読み解く J-14「心のアンテナでキャッチ」の第1回目

生きづらさはどこから来るの？～発達障がいのある人からのメッセージ～  
1月28日(金) 10:30～12:00 会場：視聴覚室  
NPO法人DDAC(発達障害をもつ大人の会) 代表 広野 ゆい  
〔託児は「心のアンテナでキャッチ」の受講者のみ〕

### E-11 「いま」を読み解く J-15「未来を拓く！」の第1回目

未来を拓く女性のチカラ～航空宇宙開発の現場から～  
2月8日(火) 10:30～12:00  
三菱重工株式会社総合研究所 荻野 貴美子  
〔託児は「未来を拓く！」の受講者のみ〕

### E-12 【名古屋市博物館共催】特別展にみる女性たち 2021

アメリカン・コミックスにみる女性キャラクター  
3月19日(土) 14:00～15:30  
名古屋市博物館 学芸員 天野 卓哉

## 学習支援託児のご案内



グループ活動や自主学習等でイーブルなごやを利用している方のお子さんを託児します。

| 月   | 実施日           | 申し込み開始日   |
|-----|---------------|-----------|
| 10月 | 4日(月)・11日(月)  | 9月8日(水)   |
| 11月 | 17日(水)・24日(水) | 10月12日(火) |
| 12月 | 10日(金)・17日(金) | 11月12日(金) |
| 1月  | 18日(火)・25日(火) | 12月14日(火) |
| 2月  | 2日(水)・28日(月)  | 1月14日(金)  |
| 3月  | 9日(水)・16日(水)  | 2月15日(火)  |

託児時間 10:00～12:00 託児実費 1回40円

対象・定員 実施日に満1歳から小学校入学前までの子ども10人

申し込み方法 左記申し込み開始日の午前9時から電話による先着順受付 **052-331-5288**  
申し込み締切は実施日の1週間前まで

お願い 「託児願ひ」の提出は**実施日の1週間前まで**にお願いします。託児実費は実施日当日にお支払いください。

※託児説明会について、裏表紙「託児について」をご覧ください。

## 自主学習グループ開設講座のご案内

イーブルなごやで活動するグループが企画した自主開設講座です。多くの方の参加をお待ちしています。

申し込み方法は、イーブルなごや主催講座と同じです。締め切り日は、9月28日(火)必着。費用は講座初日に会場でお支払いください。

### G-4 主催：イーブルなごや3RL

もったいないを  
家庭から  
11月11日～12月9日(木)  
10:00～11:30

捨てられなかった和服等を簡単リフォーム。編み物の基礎も学べます。

- ①11/11 オリエンテーション、ゴミレポート、持参品の発表
- ②11/25 持参品に合わせた提案、手仕事でつくろう
- ③12/9 作品発表、グループ紹介

定員 15人  
対象 どなたでも  
受講料 1,200円  
会場 第1研修室

### G-5 主催：女子の心と体

心と体を解放しよう  
11月11日～1月6日(木)  
18:00～19:45

誰にでもできる効果的な体操・ダンスで、心も体もストレスから解放！

- ①11/11 心と体のつながりとは？
- ②11/25 かなめの筋肉－腸腰筋
- ③12/9 らくーに体を使おう
- ④12/23 リズムに合わせて楽しく動く
- ⑤1/6 それぞれのダンスを楽しもう

定員 10人  
対象 どなたでも  
受講料 2,500円  
会場 多目的室

## 新型コロナウイルス感染症に関連する注意事項

講座の開催にあたりましては、安心・安全にご受講いただくための対策をいたします。ご受講される皆様におかれましても、ご協力をお願い申し上げます。

- 発熱症状のある方、咳など体調がすぐれない方は参加をご遠慮ください。ご自宅での検温をお願いします。
- 必ずマスク着用の上講座にご参加ください。 ○手指の洗浄・消毒にご協力ください。
- 開催前後および開催中も定期的に換気をお願いします。 ○感染追跡調査のご協力をお願いします。

新型コロナウイルス感染症の感染防止のため、当面、次の方針で講座を開催します。

- 講座の定員を減らして開催します。 ○託児定員は、10人となります。
- 講師を含め、ソーシャルディスタンスを確保した講座形式とします。
- 感染拡大状況により、中止または日程・内容・定員等が変更になる場合があります。

## 生涯学習Webナビなごや

Webナビなごや 検索

生涯学習センター・イーブルなごやの講座・事業、空室、ボランティア、グループ、会場等の情報を調べることができます。

## eなっとなごや

eなっとなごや 検索

「親学」「なごや学」「現代的課題」の講座をインターネットで「いつでも」「どこでも」受講することができます。

## あいモンTwitter ツイッター

フォローをお願いします。  
教育委員会生涯学習課からのお知らせやおすすぬ情報などを、あい・あい・あいさつ活動のマスクット「あいモン」が元気なあいさつとともにツイートします。



## Facebookもチェック



オススメの講座の広報や開催した講座の様子などを写真で紹介しています。

**【法律セミナー】** 自分自身がどんな権利を持っているのか、法律や制度、手続きの方法を知ることが『自分で選択して決める』ための力になります。

### S-4 離婚をめぐる法律の基礎知識「離婚とDV」

- ◆ 日時：11月16日(火) 13:30～15:30
  - ◆ 講師：愛知県弁護士会所属弁護士
  - ◆ 対象：女性のみ
  - ◆ 定員：25人
  - ◆ 会場：視聴覚室
- ※相談員による「グループ相談会」(15:40～16:30事前申込み不要)を実施します。託児のご利用はできませんのでご了承ください。

### S-5 働くひとの法律の基礎知識「セクシュアル・ハラスメント」

- ◆ 日時：2月8日(火) 13:30～15:30
  - ◆ 講師：愛知県弁護士会所属弁護士
  - ◆ 対象：一般(企業などの従業員の方、退職された方やこれから働こうと考えている方)
  - ◆ 定員：25人
  - ◆ 会場：視聴覚室
- ※セミナー後に希望者には、なごやジョブサポートセンターのカウンセラーによる就職相談会を実施します(事前申し込み不要)。

#### S-4・S-5 申し込み方法

右記のいずれかの方法でお申し込みください。(先着順受付)

- 1 電話での申し込み **052-331-5288**
- 2 イーブルなごやの窓口での申し込み
- 3 ホームページの講座案内から申し込み <http://e-able-nagoya.jp/> (開催日1週間前まで) イーブルなごやホームページにアクセスし、講座の「インターネットで申し込む」から申し込み

## 【DV理解と心のセルフケア講座】

● **精神的DV・モラハラと心のセルフケア** 精神的なDVを中心に説明し、セルフケアの方法についてもお伝えします。

- ◆ 日時：10月5日(火) 13:30～15:00、11月20日(土) 10:00～11:30、3月8日(火) 13:30～15:00
- ◆ 対象：女性のみ ◆ 定員：10人程度 ◆ 会場：第1相談事業室

※講座終了後、希望者の方を対象に「交流会」(30分程度)を実施します。事前申し込み不要。

● **DV情報を伝える会** DVとは何か、安全のための工夫など基礎的な情報をお伝えします。

- ◆ 日時：12月14日(火) 13:30～15:00 ◆ 対象：女性のみ ◆ 定員：10人程度 ◆ 会場：相談室にお越しください

● **DVによるトラウマ理解とセルフケア**

DVによる傷つき(トラウマ)について理解を深め、DVによる影響を減らす方法について情報を提供します。

- ◆ 日時：1月18日(火) 13:30～15:00 ◆ 対象：女性のみ ◆ 定員：10人程度 ◆ 会場：第1相談事業室

#### 申し込み方法

開催月の1カ月前から申し込み受付開始。電話にて先着順。**052-321-2760**(相談専用ダイヤル) 託児の詳細につきましてはお問い合わせください。

## 女性のための総合相談

専門の相談員などが、ご相談に応じています。まず電話でご相談ください。

#### 相談日・相談時間

月・火・金・土・日曜日 / 10:00～16:00  
水曜日のみ / 10:00～13:00、18:00～20:00  
休室日 / 毎週木曜日(祝日の時は翌金曜日も休室)、  
祝日、年末年始

● 電話相談専用ダイヤル **052-321-2760**

つながろう

● 面接相談<予約制>

電話で相談員と問題を整理の上、必要に応じてご利用いただけます。託児利用可(実費40円が必要、予約制)

● 専門相談<予約制>

面接相談の後、必要に応じて弁護士・医師などによる専門相談もご利用いただけます。(女性弁護士による一般法律相談は事前面接の必要はありません。)

#### ★法律相談

女性への人権侵害相談  
(DV、セクシュアル・ハラスメントなど)  
・月1～2回(金曜日) 13:30～15:30  
女性弁護士による一般相談  
・月1回程度(土曜日) 13:30～15:30

#### ★ここらからの相談

精神科医などによる相談  
・月1回程度

11/13～11/25は  
「女性に対する暴力  
をなくす運動」  
期間です。

## イーブルなごや・フェスティバル2021

主催：イーブルなごや・フェスティバル2021実行委員会、イーブルなごや

### テーマ「発信！～続くあしたへ 心あわせて～」

10/22(金):「2分の1 B紙展示」 ～11/21(日)

11/20(土):「SDGsでグループディスカッション」 13:00～ ホール他

11/21(日):「動画でオープングループ活動」 13:00～ ホール

～性別にかかわらず個性と能力を発揮できる「男女共同参画社会」をめざして～

# 講座申し込みについて

**1 2 3** のいずれかの方法でお申し込みください。  
複数の講座に申し込みいただけますが、1講座につき1人1回のみ有効

## 1 往復はがき、または封書（返信用郵便はがき同封）での申し込み方法

締切日必着

【往復はがき記入例】

|   |  |
|---|--|
| 往信 (表面)                                       | 返信 (裏面)  |
| 63 〒460-0015<br>往信 イーブルなごや 名古屋市中区大井町7番25<br>行 | ※何も記入<br>しないで<br>ください  |
| 63 郵便番号<br>返信 あなたの住所<br>あなたの<br>名前            | ①希望講座名(講座番号)<br>②〒住所<br>③お名前 (ふりがな)<br>④性別・年代<br>⑤電話番号<br>⑥子どもの名前・生年月日<br>※託児希望者のみ記入<br>⑦必要なサポート<br>※障がいのある方のみ記入 |
| 返信 (表面)                                       | 往信 (裏面)  |

★ 料金不足の場合は、はがきの受け取り、返信ができませんので、料金をご確認の上、お申し込みください。

## 2 イーブルなごやの窓口での申し込み方法

申し込み者の住所と名前を記入した返信用郵便はがきを1講座につき1枚、持参してください。

## 3 インターネットでの申し込み方法

下記 URL より、イーブルなごやホームページにアクセスし、講座の「インターネットで申し込む」からお申し込みください。

イーブルなごや  検索

締切日は  
17:30まで受付

(ホームページ) <http://e-able-nagoya.jp/>

### 【手続き方法】

- ◆ 定員を超えた講座は抽選を行います。抽選の結果は、申し込み締切2日後以降にお知らせします。
- ◆ 受講の手続きは、下記「手続き期限」までにイーブルなごやの窓口で受講申込書の記入をお願いします。期限までにお越しいただけない場合はご連絡ください。
- ◆ 有料講座につきましては、講座初回に受講料を会場にてお支払いください。受講料納入後は、原則として講座の受講料はお返しできません。

| 講座番号    | J-8 J-9 J-10 J-11<br>T-6 T-7 T-8 G-4 G-5 | J-12 J-13 J-14 J-15 C-1<br>T-9 T-10 T-11 T-12 K-2 K-3 |
|---------|--|---|
| 申し込み締切日 | 9月28日(火)                                 | 12月14日(火)   |
| 手続き期限   | 10月8日(金)                                 | 1月7日(金)   |

- ◆ 定員に満たない講座は、締切日翌日以降、先着順でインターネット**3**と電話(052-331-5288)、窓口で受け付けます。
- ◆ 託児の申し込みは講座開始1週間前までです。
- ◆ 講座開始以降の申し込みは電話でお問い合わせください。

## 託児について

- ◆ すべての講座に託児がつかます。対象は講座初日において満1歳(講座Kは6ヵ月)から小学校入学前までです。
- ◆ 託児実費は講座プログラムをご覧ください。
- ◆ 希望者の数が託児定員を超えた場合は、抽選により決定します。託児室の託児定員は10人です。
- ◆ 託児は、託児の会「たんぼぼ」(女性会館施設ボランティア)が主に行います。



### 託児説明会&託児室で遊ぼう 要予約

10月8日(金) 第1部 10時～11時、第2部 11時～12時  
1月7日(金) 第1部 10時～11時、第2部 11時～12時

対象：講座に参加する方、今後、講座受講や学習支援託児を予定の方

※ 新型コロナウイルス感染拡大防止の対応として、2部制で行います。原則、1歳以上の子と保護者は第1部、1歳未満の子と保護者は第2部にご参加ください。

1歳未満のお子様との同室受講につきましては、事前にお問い合わせください。

## 障がいのある方へ

- ◆ 講座については可能な限り手話通訳・要約筆記・資料の点訳などによる学習のサポートを行います。申し込みの際、必ず、希望するサポートの方法をお伝えください。  
※講座開催日の1週間前までにお知らせください。
- ◆ 車いすの用意があります。必要な時はお知らせください。
- ◆ 点訳版の「講座のご案内」があります。希望の方はイーブルなごやにお問い合わせください。

## イーブルなごやのご案内



〒460-0015  
名古屋市中区大井町7番25号  
TEL(052)331-5288 FAX(052)322-9458

◎開館時間…9:00～21:00(日曜・祝休日は17:00まで)  
◎休館日…毎月第3木曜日、年末年始

■ 地下鉄名城線「東別院」下車①番出口 東へ徒歩3分  
市バス金山26系統または昭和巡回系統「大井町」バス停前

■ 施設利用者駐車場 有料  
(利用料金1回300円(30分以内は無料))  
※駐車場には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

ホームページ <http://e-able-nagoya.jp/>