

キャリアアップ講座「タイムマネジメント~時間に追われないための小さな習慣~」開催の報告

10月6日（土曜日）、岐阜県女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザでは、美濃加茂市生涯学習センターにて、株式会社マザーリーフ代表取締役社会保険労務士の榎原陽子氏を講師にお迎えして、キャリアアップ講座「タイムマネジメント~時間に追われないための小さな習慣~」を開催しました。

今、自分自身の時間を支配しているものは何かを見つめ直し、「時間泥棒」を見極め、有意義に時間を使うための対処方法を学びました。また、自分自身がこれから行う事や行いたい事に優先順位を付け、可視化することも学びました。

時間を意識化することが重要で、時間の使い方に迷った時には「自分にとって気持ち良い方」を選び、「豊かに思える時間」を増やすことが大切であるということを教えていただきました。



受講者からは「忙しい時間を減らすのではなく、見極めること、優先順位を付けることを実践したいです。」「『心豊かになる時間を過ごす』という言葉が心にぐっときました。迷ってしまい、判断に困った時にこの言葉を思い出して行動していきたいと思います。」「充実した時間を増やす習慣の中で『楽しい予定から入れる』ということを実行してみようと思った。」等、たくさんの感想をいただきました。

【キャリアアップ講座】とは仕事と家庭の両立をしながら、自分らしく働き続けている『ぎふジョ！』のみなさんを対象に、実践で役立つスキルを身につける講座を、県内5会場で5つのカリキュラムで開催。

詳しくはこちらから→[チラシ](#)<外部リンク>

平成30年10月11日

「デートDVってなに？～子どもたちに今起きていること～」開催の報告

9月21日（金曜日）、岐阜県女性の活躍支援センター・男女共同参画プラザにて、特定非営利活動法人SEAN副理事長の遠矢家永子(とおやかえこ)氏をお迎えして、第3回男女共同参画講座「デートDVってなに？～子どもたちに今起きていること～」を開催しました。

「デートDVについて学びを深めたい」「子どもにデートDVを含めた人との付き合い方を教える」など、たくさんの方に関心を持っていただき、ご参加頂きました。



子どもたちは小さいうちから男・女だから「〇〇しない」「〇〇してはいけません」と言われ、社会的・文化的につくられる「男らしさ」「女らしさ」を知り、それに従ってふるまうことを学習していきます。

「男は泣くな」「やられたらやり返してこい」など男の子らしさを強く求められることで暴力の連鎖が生み出されていきます。
感情をコントロールできず、人の痛みへの想像力が欠如するなどの特徴を持った子どもが、弱者への暴力（やつあたり）という形でDVやデートDVの加害者となっていくという話を聞きました。

DVは人権侵害であり、「幸せに生きる権利」は誰も奪うことはできません。

「強さとは力の強さではなく、相手のこころとからだを大切にし、やさしくなれることをいう」とおっしゃった遠矢先生。
男の子も女の子も、お互いを尊重して強くやさしく生きていくことが重要とのことでした。

受講者からは、「DVは単なる暴力ではなく支配であると学べた。」「人権のことが優しい言葉で説明されていて丁寧でわかりやすかった。」「小さいうちから人権教育は必要と強く思った。」等の感想を頂きました。