

未来に集うグループ紹介

タイチー

私たちタイチーは、6年前センター未来の講座修了後、引き続き太極拳を行っているグループです。講師は小林信人先生で、現在10名ほどの会員がいます。毎月第2・4水曜日、午後7時30分から9時まで交流ルームで汗をかいています。私たちの教わっている太極拳は、九十九式といい、6年もやっているのに、まだ半分しか進んでいませんが、いつか出来上がる日を夢見て頑張っています。他の運動だと、翌日は筋肉痛になったりする人もいますが、太極拳は呼吸法が主ですので、体調の悪いときほど行くと、とても快調になります。運動はしたいけど、身体に負担のかかるものはちょっとという方に、太極拳は無理なくできる最適な運動です。



メンバーは随時募集中です。途中から入会しても最初から繰り返し行いますので心配いりません。興味のある方は是非一度、見学に来てください。お待ちしております。

※グループへのお問い合わせは、女性センター未来
☎62-0543まで お気軽にどうぞ～

マールエ芸

私たちが、センター未来で七宝焼きを始めて10数年になります。七宝焼きは金属にガラス質の釉薬を載せて、800度位で焼き付けてできる焼き物ですが、宝石のように輝かしいアクセサリーや額絵、皿、花瓶などできます。初心者、熟練者、北信展に入選した人、いろいろなレベルの仲間10人が楽しく学んでいます。

1回に焼く時間は3分ほどです。あなただけのアクセサリーや額絵など、オリジナル作品を作ってみませんか。

日時 第2・4月曜日、10:00～15:00

場所 女性センター未来創作室

講師 義家澄子（光風会会員、信州美術会会員、北信美術会会員）



皆さんの仲間入りをお待ちしています。

はばたけ 21世紀 いきいき男女共同参画

ワイワイ一緒に村づくりin木島

木島地区で、フリージャーナリスト内山二郎さんを講師に学習会を開催しました。内山さんは「男女共同参画が住民に浸透し、意識を変えていくには、役職ではなく、じいさん、ばあさん子育て真っ最中の生活者が参画して学習するようなそういう学習会で本音で語り合うことが大切です。今日はこの木島の地域。どんな議論になるのか、とても楽しみです。」と話されワークショップが始まりました。



アンケートに色紙を掲げて意思表示

設問に色紙を掲げて回答し、たくさんの方々が答えました。終わりに内山さんは「今日のワークショップで、いろいろな意見が出ましたが、結論が出ていない訳ではありません。思っていることを意見にして出し合う、するところの地域のテーマ、課題が出てくる。それに対してどんな意見を採り入れながらどうコミュニケーションを図っていくか。多様性を認め合いながら、なおかつ一つの方向性を見い出す、これがワークショップの目的です。時間はかかっても自分たちの地域をどうしていくのか、合意形成をして、足りないところを補いながら、今までの男性だけの仕組みにこだわらず、女性も十分に参画する仕組みにしたい。地域づくりをしていきましよう。」と話されました。

出された意見の中から
＊地域活動への女性の参画について
▼男性優位の社会だが、女性の長所を生かして、出すべきだ。
▼女性としてある程度は家事子育てをやった上で出てほしい。
▼適任な人なのに「女だから」と出てこない。
▼女性評議員の枠があるのにあまり意見を出してくれない。
▼慣例で女性が参加できる体制になっていないのでそこから変えるべきだ。
＊明るい元気な村づくりには何がなんだと思いますか
▼男女の持ち味を活かして自分のできることから始める。
▼早く出して自分たちの地域を創る。
▼自分たちの地域は自分たちでと人ひとりが意識を持つ。
▼いろいろな文化があるので個人を尊重し合う。



インタビューに答える

一緒にプランをつくりませんか 男女共同参画計画策定委員募集

飯山市では平成16年度に「いいやま男女共同参画プラン21」（男女共同参画計画）を策定し、男女共同参画社会づくりを推進してきました。このプランの見直しをして、今後5年間の推進計画を立てるため、策定委員会を設置して作業を進めていきます。

推進委員会を中心に策定委員会を設置して、飯山市らしい「第2次男女共同参画計画」をつくりまします。市民

講座のまとめ集ができました

平成20年度「あなたと私の共同参画講座」もつと自由に、自分流」のまとめ集を作成しました。
講師の講演録・ワークショップの記録・受講生の意見感想などが集録されています。内容は「マンガで学ぼう」と女」「夫婦の法律相談」「ワイワイ一緒に村づくり・パートIII」「想いを伝える話し方」です。
冊子を無料でお分けしますので、ご希望の方は男女共同参画係までお申し出ください。

で一緒に策定に協力していただける方を募集します。あなたの力をお貸しください。

募集要領

＊募集対象

男女共同参画計画策定のため協力いただける20歳以上の飯山市民

＊募集人員 若干名

＊締切日 4月6日（月）

＊申し込み・問い合わせは

総務部人権政策課

男女共同参画係

（☎62-3111内線371）

女性センター未来 ぐらしのセミナー開催

「ぐらしのセミナー」では、専門家から生活に役立つヒントを3回講座で学びました。

◆2月3日 ここがポイント！メイクアップ

メイクアップアーティストの山本ゆう子先生から

▽若々しく美しい素肌を保つには、水分の補給と、新

陳代謝が活発になる夜10時

までに洗顔、保湿をする。

▽メイクは眉が一番のポイント。顔の左右のバランス

は皆違うので、自分の顔の特徴をつかみ、バランスよく描くこと。参加者からは、

眉がスッキリしただけでなく、気持ちもスッキリしたと感想がありました。



※サプリメントとは・・・「補足」という意味であり、それが転じて「普段から不足している各種栄養を補うための食品」で、国が定めた安全性や有効性などの基準を満たして販売されている「栄養機能食品」「特定保健用食品」と、これ以外の「いわゆる健康食品」に分類されています。

◆3月6日元気になるツボ目からうつるこの健康法！

トレーニングインストラクターの門田美代子先生から、飯山の豊富な自然を活かした食事・運動をストレッチを交えながら学びました。