

丹波市男女共同参画センターだより

“話し合いの見える化” できていますか？

だれもが参加・参画しやすい場のづくり方

“話し合いの見える化”とは、会議の内容や方向性を見てわかるようにすることです。手元に資料があっても、話し合いでは、色々な意見が出てきます。知らない言葉が出てきたら、何が何だかわからない…、変なことを言ったら笑われるのでは…となると、参加をしても参画ができません。そこで、おすすめのアイテムが“ホワイトボード”です。

おすすめアイテム

ホワイトボード

話し合いでホワイトボードを使用するメリット

1

話の流れが整理できます

ホワイトボードに情報やアイデアを書き出すことで、参加者全員が一目で理解しやすくなります。視覚的な情報は記憶にも残りやすく、情報を共有しながら、スムーズに話し合いを進めることもできます。

2

対話がはずみます

ホワイトボードに書かれた内容を、指さしたり、同じ意見を囲んだりしながら話し合いを進め、さらに、参加者からの意見を引き出すことができます。文字だけでなく、絵を描いて表現するとさらにわかりやすくなりますよ。

3

議事録が簡単につくれます

会議中にホワイトボードに書き出したポイントをそのまま議事録に反映させることができます。また、内容を写真に撮って記録として残せるので、欠席した人にも伝えることができますね。

お助けグッズ “ふせん” もおすすめ

慣れない場所で発言するのは勇気がいります。参加者それぞれが、“ふせん”にアイデアを書いてみませんか。

話をするのが苦手な人も安心して参画できますね。どんなアイデアが出たのか一目でわかり、話し合いが広がります。



こんな工夫はいかが？

ちょっとしたお茶やお菓子、音楽があると、リラックスして会話が弾みやすくなります。参加者同士のコミュニケーションが深まり、良いアイデアが生まれるかもしれません。お互いに心地よく、楽しい会議ができるといいですね。

7月からはじまりました！

女性のための 情報発信 パワーアップ講座

届けるSNS発信
～魅せたいものと見たいもの～

Instagram 作成コース

講師 岩田瑞希さん(iwata-style)



人気ユーチューバーと作る！
楽しく始める YouTube デビュー

YouTube 作成コース

講師 岡崎健太さん(OK先生)

Instagram や YouTube による情報発信のノウハウを学び、地域や職場で活躍できる女性の輪を広げるため、情報発信パワーアップ講座を開講しています。【成果発表会は12月20日(土)に開催】7月23日の開講式では、地域のWeb制作や情報発信、ITアドバイザーを務められている湯山加奈子さんに「各種SNSの特徴と情報発信時の注意事項」について、お話をいただきました。受講生の皆さんは、自分の目標達成に向けて、楽しみながら受講されています。



誰もが発信者になれる時代。情報と共感の力



合同会社ゴキゲンてくのろじ 代表社員 湯山 加奈子

東京でシステムエンジニアをしていた頃は、Webの業界でも裏方の仕組みを作る側でしたので、私が情報発信を仕事として行うようになったのは丹波市に移住してからのことです。2013年株式会社ご近所がスタートし、丹波市の魅力発信事業を行いました。移住者が外からの目線で丹波市の魅力を見つけ、地域内外に発信する。Webや冊子、イベント、そして移住者自身が媒体となり丹波の魅力を伝えるという事業でした。

それまでSNSの利用は、勤めていたベンチャー企業社長の今日の一言やITの最新情報を見るためのTwitter(現X)と、その会社で言われてアカウントだけ作ったFacebook。タイムラインも誰かにタグ付けされたものしかない、いわゆる「ウォッチ専門」の状態でした。

そんな私でしたが、自分自身が媒体となり『丹波市の魅力を発信すること』が業務になり、訳もわからないまま恐る恐る投稿をし始めます。

村づきあいのことや白鷺が田んぼにたくさんいること、日々変わる景色や面白い人たちなど、とにかく当時、新鮮に感じたことはどんなことでも

投稿するようになり、気づけばいつの間にか、いいなと思ったことを自分だけで留めておくことがもったいないと感じるまでになりました。

それから12年。Web制作やSNS発信のお仕事もいただくようになり、常に情報発信について考えてきました。本当にいいなと感じる商品、感動する出来事や価値のある物事が、人に知られることもなくいることの損失の大きさ。誰かが一言発信するだけで、必要なサービスが本当に困っている人の元に届くかもしれないのです。

書いていて熱量が上がると、深刻な話になってしまいがちですが、とにかく自分が楽しく発信し続けられることが大切です。SNSにより人とのつながりが広がり、可能性が開けます。昔は、情報は限られたメディアから一方的に発信されるものでしたが、今は、1人1人の発信の力がとても大きくなっています。これからの時代、個の信頼性や共感・協力を得ることはとても大切です。

1人で不安な方は、このような情報発信講座にまずは気軽に参加してみてはいかがでしょうか。



誰もが参画できる地域づくりを応援します



自分の住む地域を 自分たちで守りたい

く地域づくりに参画する

上垣しあわせサロン

大型紙芝居を実演

市島町上垣自治会では、『オレオレ詐欺』や『振り込め詐欺』の被害を地域ぐるみで防ぐために、大型紙芝居の実演をされました。

自治会長の吉見和幸さんは、男女共同参画推進員が中心となり開催される『上垣しあわせサロン』で「詐欺防止の取組を考えてほしい」と提案されました。

男女共同参画推進員の高見善子さんは、『面白そうだと思ったけれど、なぜ、男女共同参画推進員が、特殊詐欺防止の啓発をするのかなあ』と、不思議だったそうです。しかし、日頃から、絵本の読み聞かせ活動をされている高見さんは、紙芝居であればみんなに見てもらえると思う、「ももちゃんとオレオレ詐欺」(中村ルミ子作)という作品を選び、



男女共同参画推進員さんに相談されました。

作者に許可を得たり、紙芝居をパソコンに取り入れ、スクリーンに映したり、配役を決めたり、それぞれの役割分担を話し合いました。

また、この作品には、ももちゃんとその家族、詐欺師や警察官も登場します。そのため、5人の男女共同参画推進員のほか、自治会長や市島駐在所の警察官にも、読み手として参加をお願いされました。

紙芝居の練習は5回ほど。車座になって、それぞれが自分の思いや考えを話し合われたようです。

前日の練習では、大型スクリーンに紙芝居を映し、セリフの読み合わせが行われました。「夫から丹波弁を教えてもらって、練習してきたんやけど、難しいねえ」「この言い回しで、大丈夫かなあ」と演じる楽しみや苦労をお互いに話ながら、準備が進んでいきます。

さらに、会場の張り紙も「右か、もうちよつと左かな」と声をかけ合いながら行われました。和やかな雰囲気の中で紙芝居の準備ができました。

しあわせサロン当日は、「よくわかったわ」とか「うまいことしてやねえ」と言ってもらえて一安心だったとのこと。紙芝居だけでなく、警察やコンビニエンスストアの店長さんからも、具体的に話をしてもらわれ、防犯意識が高まったようです。



「自分たちの暮らしをどうするか、暮らしやすい地域をどうつくっていくか」という視点にたつて、だれもが自治会活動に参画できる。そんな雰囲気をつくるのが大切だと感じました。

インタビュー

キラッと
キラリさん



今回のキラリさん

植田 ひとみさん

男女共同参画センターでは、図書を貸出しています。今回は、定期的に利用いただいている植田さんにお話を伺いました。



本を借りようと思われたきっかけを教えてください。



以前、別の用事で市民プラザを利用した時に、「あれ?こんなところに本があるわ」と思ったんです。決定打になったのは、3年前に自治会の男女共同参画推進員の役をいただいた時のこと。役員として、私にできることは「ここにある資料の回覧や、ゆめタウンの2階にこういう場所があるんだよ」ということを発信し、男女共同参画について、みんなに知ってもらうことだと思っただけです。それ以来、ここで本を借りるようになりました。でも、最初に借りたのは、『戦争は女の顔をしていない』というマンガだったんです。前から読みたいと思っていたお話であり、気軽に読めそうだったので...



男女共同参画センター図書コーナーの魅力は?



友達からは、「なんでそこ行くん? 図書館へ行ったら?」と言われます。ここには男女共同参画に特化した本だけでなく、図書館で人気の本も置いてある。自分で選ばなくても新刊をセレクトしてあるから選びやすいんです。手作り感のある図書カードもかわいくて、友達にカードを見せながら「行きやすいから行ってみて」と勧めています。あと、私、この場所が好きなんです。机や椅子があるので読書したり、自由に過ごすことができるでしょ。相談もできるし...。自分をリセットして、『よし! 次行こう』って思える貴重な空間ですね。図書館とはまた違ういい場所だと思います。



そう言っていただけてうれしいです。



私の父は、「人は必ず死ぬから生きなあかん」といつも言っていました。これからの人生、自分にとって心地よい時間を過ごしたいですね。そして、体が元気なうちは人の助けになることもしたいなと...。そのためには、『自分を鍛えないとあかん』と思っています。ここに来るのもそのひとつかな。ここで出会った本のなかには、『子どものときに読んでいたら良かったなあ』というのもありました。本を読むと『こんな考え方もあるんだ』と自分の世界が広がる。いい刺激を受けています。



ありがとうございました!

▶▶▶男女共同参画センター 催し物



居場所
づくり

つむぎカフェ

誰かとおしゃべりしたいな…
ちょっとだけ話を聞いてほしいな…
そんなあなたへ

お茶を飲みながら、ほっと一息してみませんか
ナビゲーターの金子さんと一緒に
ゆったりとした時間を過ごしましょう

ゆっくりおしゃべりしながら心のセルフケア

気持ちの根っこを
見つけよう

11/13 (木) 14 時
12/12 (金) 19 時

内なる自分を
守り、癒す

2/ 7 (土) 14 時
3/ 6 (金) 19 時

■場 所 / 丹波市市民プラザ

■講 師 / 金子ちあきさん

(ミル・テラスカウンセリングルーム代表)

■対 象 / 市内在住、在勤、在学の女性 ホームページ

■定 員 / 10 人程度

詳しくはホームページをご確認ください▶



悩み
相談

ひとりで悩んでいませんか？

予約制

女性のための悩み相談

女性の専門相談員がサポートし
こころの整理をお手伝いします

10/25
土

11/ 5
水

12/20
土

1/ 7
水

2/28
土

3/ 4
水

相談方法

オンライン (Zoom)

相談日

偶数月の第 4 土曜日 (12/20 は第 3 土曜日)
奇数月の第 1 水曜日

■相談枠 / 1 日 3 枠 各回 1 名 50 分間
(時間はホームページでご確認ください)

■相談員 / フェミニストカウンセラー (女性)
(有) フェミニストカウンセリング堺)

■対 象 / 市内在住、在勤、在学の方

■相談料 / 無料

日時など、詳しくは
ホームページをご確認ください▶

ホームページ



講 座

あたたかなパートナーシップを 築きませんか

～加害的なコミュニケーションから
関係を良好にするコミュニケーションへ～

■日 程 / 11 月 20 日 (木) 19 : 00～

■場 所 / 丹波市市民プラザ・オンライン

■講 師 / 松本 健輔さん

(一般社団法人 UNLEARN 理事)

予 告

女性のためのチャレンジ相談

■相談日 / 11 月 30 日 (日) / 1 月 30 日 (金)

■相談枠 / 各日 3 枠 1 名 50 分間

■相談員 / 浜野千春さん

(国家資格キャリアコンサルタント・社会福祉士)

■対 象 / 市内在住、在勤、在学の方

詳細は、開催日の概ね 1 カ月前に
市民プラザのホームページに掲載します

丹波市男女共同参画センター

〒669-3467

兵庫県丹波市氷上町本郷 300 番地 丹波ゆめタウン 2F (市民プラザ内)

開館時間 : 10 : 00～18 : 00 ※毎週月曜日、年末年始 (12/29～1/3) は休館日



TEL : 0795-82-8684 FAX : 0795-82-8692

Mail : danjyo-center@city.tamba.lg.jp

URL : <https://www.tamba-plaza.jp/danjyo-c/>

丹波市男女共同参画センターって？

- ▶ セミナーや講座を実施しています。
- ▶ 地域で活動できる人を育てます。
- ▶ 活動の場の提供や、仲間づくりをお手伝いします。
- ▶ 女性のための相談を実施しています。
- ▶ 女性のチャレンジを応援します。
- ▶ 図書や資料の貸出や閲覧をおこなっています。

お気軽にご来館ください♪