

私らしさって なんだろう？

— 自分の言葉で、自分らしく生きるために —

問 人権政策課 人権同和男女共同参画係 ☎ 23-5521

男女共同参画について考えてみよう。

性別に基づく固定観念の払拭、ジェンダー平等、女性のエンパワーメント（自分の能力を発揮し、社会の意思決定に自由に参加できる力をつけること）について考えてみませんか？

入場無料
申込不要

▶日時 10/18(日) 10:00～11:45（受付 9:40）

▶会場 市民交流センター ステラホール

▶先着 100名

※オンライン配信は行いません



講師 武藤 千春 さん

小諸市ウエルビーイング政策推進プロデューサー・タレント・MC・ナレーター・防災士。東京都出身。2019年に長野県小諸市へ移住。ラジオやイベント MC、ナレーションを中心に活動するほか、防災士として防災啓発にも取り組む。地域の魅力発信や農業・ワインづくりにも携わり、新たな故郷となった信州の魅力を全国へ発信している。

男女共同参画セミナー

家族で取り組む お片付け講座

— 家事をシェアして、笑顔が増える暮らしづくり —

問 人権政策課 人権同和男女共同参画係 ☎ 23-5521

家族みんなが使いやすい、片付けやすい仕組みをつくることで、家事の負担が軽くなり、毎日の暮らしにゆとりと笑顔が生まれます。整理収納の基本と、家族が自然と協力できる住まいづくり・暮らしづくりのヒントを、実例を交えながらわかりやすくお伝えします。



申込みはコチラ

▶日時 11/7(土) 13:30～15:00（受付 13:00）

▶会場 市民交流センター 会議室 1・2・3

▶定員 40名 託児あり（先着 5名）

入場無料 申込締切 10/30(金)



講師 高田 絵美 さん

合同会社 e-cube 代表（市内和田区に会社あり）一級建築士・インテリアコーディネーター・整理収納アドバイザー 1 級・住宅収納スペシャリスト・宅地建物取引士。住まいの設計から整理収納まで、一人ひとりの暮らしに寄り添った住まいづくりを提案。家族みんなが心地よく暮らせる収納や家事動線を取り入れた住宅設計・リノベーションを数多く手掛けている。

「小諸女性ネット」の名称が「KomorO コミュネット」へ変わりました

■ KomorO コミュネット（旧小諸女性ネット ※ R8/4/16 に名称変更）

平成 13 年に発足した性別や立場に関係なく、誰もが暮らしやすいまちをつくる“市民ネットワーク”です。

■ こんな活動をしています

子育て・働き方・ジェンダー・人権等、身近な「男女共同参画セミナー」の開催 / 市長と語る「トークサロン」交流会
市内の視察や男女参画に関する勉強会への参加 / 会員同士のゆるやかな情報交換など

■ 男女共同参画は特別な人だけのものではありません

「ちょっと話したい」「誰かの話を聞きたい」そんなちいさな一歩がまちを変える大きな力になります。個人登録も歓迎いたします。会に興味のある方・参加したい方はお気軽にお問合せください。

問 人権政策課 人権同和男女共同参画係（小諸市人権センター内 ☎ 23-5521）

