

保育あり

ママ限定

葛飾区民大学

幸せなママになるレッスン

(区民大学単位認定講座)

子育て中のママは、家事や育児で大忙し。無意識に体にチカラが入っていませんか？スッと肩のチカラをぬいて、ママも子どもも幸せになるヒントがつまった全3回のレッスンです。

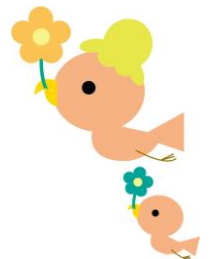


全3回

1月19日, 1月26日, 2月2日
いずれも木曜日 午前10:00～正午

	日 時	タイトル・内容	講 師
1	1/19 (木)	ママのための女性学 ～子育て中でも自分らしく～ ジェンダーに関する基礎的な知識や性別に捉われない対等な関係の持ち方を学び、「自分らしい生き方」について考えます。	石井クンツ昌子さん お茶の水女子大学教授
2	1/26 (木)	ママのためのマネーライフプラン～家族の夢を実現するために～ ライフプランの立て方や家計の見直し術、家族の夢を実現するために必要なお金の知識を学びます。	飯村久美さん ファイナンシャルプランナー FP 事務所 アイプランニング代表
3	2/2 (木)	ママのためのアンガーマネジメント～イライラからニコニコへ～ 不安やストレスから生じる怒りの感情と上手に付き合うための考え方のコツを学びます。	相原あすかさん 一般社団法人 日本アンガーマネジメント 協会認定ファシリテーター 怒りの感情教育 Clair 代表

- 対 象 乳幼児の母親 15名(お子様の同席不可)
- 会 場 男女平等推進センター
- 参加費 無料
- 保 育 あり (1歳以上就学前まで)定員 15名
- 申込方法 往復はがき、または電子申請にて12月2日(金)午前9時より受付開始。
①講座名「幸せなママ講座」②氏名③郵便番号・住所④電話番号
⑥保育希望の有無(お子さんの名前・年齢)
- 応募締切 12月19日(月)午後5時必着
※応募多数の場合は、抽選となります。抽選結果は12月27日(火)頃までに送付します。



◆会場・申込・問合せ先◆ 葛飾区男女平等推進センター

〒124-0012 葛飾区立石5-27-1 ウィメンズパル内 TEL. 03-5698-2211

講師紹介

◆第1回◆

石井クンツ昌子さん(お茶の水女子大学教授)

お茶の水女子大学 生活科学部 教授。専門分野:家族社会学・ジェンダー社会学・女性学・男性学・社会心理学。家庭内の性別役割分業、男性の家事・育児参加の国際比較(米国、ノルウェー、韓国、日本)、ワーク・ライフ・バランス、女性の就労、情報社会における親の IT 利用と家族関係などを主なテーマとして研究をしている。また、国家機関の委員として、内閣府男女共同参画局専門調査委員、日本学会会議連携委員などを務める。国連家族年10周年記念講演を行い、2008年には国連の「家庭内外における男女間の平等な責任分担」専門会議に招聘される。日本家政学会家族関係部会役員、日本家族社会学会理事、同学会研究活動委員長を歴任し、現在は日本家族社会学会会長、日本社会学会理事。国際的な貢献をした家族研究者に贈られるヤン・トロスト賞を2012年に授賞。民間企業の調査監修や講義など、さまざまな学術・社会連携活動も行っている。

著書

「「育メン」現象の社会学—育児・子育て参加への希望を叶えるために」(ミネルヴァ書房)など多数

◆第2回◆

飯村 久美さん(ファイナンシャルプランナー、FP 事務所 アイプランニング代表)

学習院大学卒業後、金融機関在職中に FP 資格を取得。その時に、マネーの正しい知識をつけることはやりたいことや夢の実現につながる一方で、生活を守る手段であると痛感。子育てを機に退職後、ママ友達向けに自宅でミニセミナーを開催。その時に寄せられた「わかりやすかった」「多くの人に伝えてほしい」という声が起業するきっかけとなる。2006年FP事務所アイプランニング開業。これまでの家計診断は750世帯。日本テレビ「あのニュースで得する人損する人」フジテレビ「グッディ!」「日経 WOMAN」などのメディアにも出演。中学生と高校生の一男一女の母。

著書

「子どもを持ったら知っておきたいお金の話」(中経出版)

「ズボラでもお金がみるみる貯まる37の方法」(アスコム)

◆第3回◆

相原 あすかさん(一般社団法人日本アンガーマネジメント協会シニアファシリテーター、怒りの感情教育 Clair 代表)

国内大手航空会社客室乗務員として国際線・国内線に5年間乗務。ホスピタリティーとマナー向上に尽力する。男子3兄弟の母。子育て中に自分では止めることのできないほど、毎日イライラを感じていた中、アンガーマネジメントに出会う。これまでにママ・プレママ向けの入門講座・子どもと関わる方向けのキッズインストラクター講座を開講。2015年3月 C-WAVE ママTV にゲスト出演。子育てママへの愛情ある、的確なアドバイスが好評。

◆会場・申込・問合せ先◆

葛飾区男女平等推進センター

〒124-0012

葛飾区立石5-27-1 ウィメンズパル内

TEL. 03-5698-2211

※男女平等推進センターの講座・講演会の情報は区ホームページをご覧ください。

