

公開講座「この場所で、自分らしく、かがやく」



講師 **栗林 美知子**（NPO法人ウィメンズアイ理事）

和歌山県出身、一橋大学社会学研究科卒業、国家資格キャリアコンサルタントを取得。国際協力の仕事を経て、NPO法人ウィメンズアイの設立に参画。現在は、同法人の理事・南三陸事務所長、パン・菓子工房 o u i（ウィ）工房長。

NPO法人ウィメンズアイについて

東日本大震災後の南三陸町に災害ボランティアとして集まった有志メンバーで立ち上げた女性支援団体です。私たちは「いのちと暮らしを真ん中に、自分をいかし歩み続ける女性たち」をビジョンに掲げ、様々な支援活動を行っています。



女性のチャレンジを支援する活動

パン・菓子工房 o u i（ウィ）

2017年2月、パン・菓子製造のシェア工房 o u i をオープンしました。ここでは、趣味から一歩踏み出したい利用者がパンや菓子を製造し、自らの屋号で販売を実践出来るなど、事業に挑戦する女性たちのスタートアップの場となっています。

また、当法人でもシェア工房を活用し、パン・菓子の製造販売を行っています。「安心安全な食を美味しく届けること」が大事だと考え、地域の野菜・果物を取り入れた商品開発や自然栽培の麦づくりをしています。これにより、生産者とのつながりや、小学生が麦収穫のお手伝いに来てくれるなど、地域の人との関わりが増えました。「パン・菓子」をきっかけに色々な人やモノが集まる工房になっていると実感しています。

小さなナリワイ塾

小さなナリワイ塾とは、地域のだれかの困りごとに対して、自分の感性や特技を生かして解決していくビジネスの考え方を学ぶ連続講座になります。ここでは自分が続けられるスタイル、規模、時間を前提に実践します。

塾の生徒たちは、暮らす地域で自分の暮らしを守りながら、何か一つ生きがいや、やりがいを持つことで自分が輝くという暮らし方を見つけています。

参加者の声

▶今、住んでいる町で新しいことにチャレンジしたいタイミングでしたので、勇気をもらいました。

男女共同参画の理解講座



講師 **高橋 一枝**（青森県男女共同参画センター事業部長）

秋田県出身。「日本女性会議2002あおもり」実行委員を始め、長年市民活動に参画する。2006年よりアピオあおもり勤務。2018年より現職。

男女共同参画社会ってなぜ必要？

日本は今、人口減少、少子高齢化、労働力不足、地域活力の低下等が問題になっており、このままでは個人も社会も立ち行かない状況にあります。男女共同参画社会が実現すれば、このような問題の解決に繋がります。

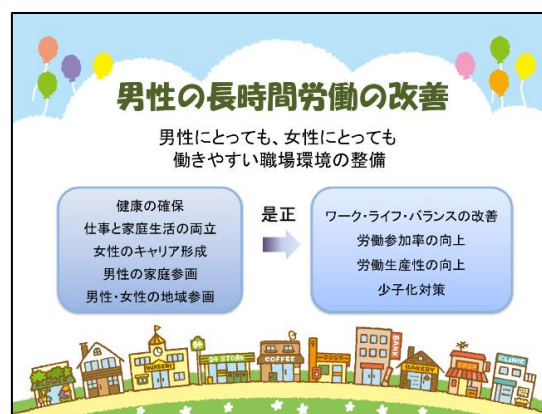
男女共同参画社会は女性のためのもの？

「男女共同参画」というと、女性が抱える負の側面についての取り組みと捉えられがちですが、女性の生きづらさと男性の生きづらさは表裏一体です。

男性には、「家族を養わなくてはいけない」という思い込みや「長時間労働」の重圧がのしかかっており、中高年の自殺率は女性の2倍になっています。

共働き世帯が全体の7割を超えた現在、女性には、従来の「家事・育児・介護」に加え、「仕事」役割も加わるようになりました。フェアな関係をつくることが、お互いの生きづらさを無くすことに繋がります。

どんな社会になればいいの？



参加者の声

- ▶女性・男性の偏見、差別を少しずつ減らし、女性がもっと活躍する時代にしたいです。
- ▶古き良き伝統を活かしつつ、多くの人が考え方をアップデートしていくことが求められているのではないのでしょうか。

Zoomのキホン講座



講師 **蝦名 晶子**（ディーシーティーデザイン代表）

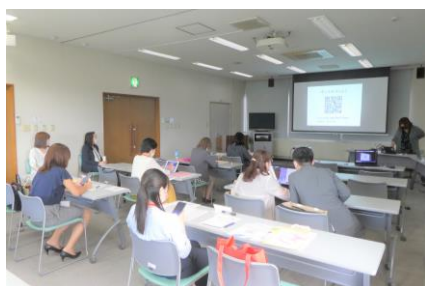
生まれも育ちも、現在の活動拠点も青森県青森市。2004年「ディーシーティーデザイン」を設立。デジタル媒体および紙媒体の企画から運用までを行っている。NPO法人あおもりIT活用サポートセンター 理事／NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会理事

Zoomの「ホスト」と「参加者」

ホスト（ミーティングを開催）	参加者（ミーティングに参加）
 ホストのみできること ・ミーティングの録画 ・ブレイクアウトルームの管理	
ホスト・参加者どちらもできること ・バーチャル背景の使用 ・画面共有 ・チャット ・ミーティングの終了 	

※ブレイクアウトルームとは、参加者を少人数のグループに分けてミーティングを行う機能

Zoomミーティングを始める前に確認すること



- カメラの角度や距離
- 照明で顔を明るく
- ゆっくり、はっきりと話す
- 自分が話すとき以外はミュートにする
- ネット環境の良い場所でアクセスする
- 複数人で参加する時はイヤホンマイクを使う
- ツールは常にアップデートをして最新の状態にする
- 背景の映り込み
- 相づちは「うなずき」で
- 静かな環境

参加者の声

- ▶ 仕事で使用することも多いが、知らない機能を知ることができて、とても役立ちました。
- ▶ 自分が主催する場合も参加する場合も、機能を活用しながら有意義な取り組みができるようにしたいです。