

一人ひとりの  
“自分らしいLIFE”を応援します！

三重に新しい  
**LIFE**を！

三重の男女共同参画を  
リードします  
**Lead**  
リード

社会に新しい風を吹き込む事業を展開します  
**Innovate**  
イノベート

あらゆる分野の男女共同参画を促進します  
**Facilitate**  
ファシリテート

人々のエンパワーメントを支援します  
**Empowerment**  
エンパワーメント



6月2日(土) 10:00~15:30

## フレンテまつり2018 with イザ!カエルキャラバン!

毎年恒例、フレンテみえの登録団体による展示や活動発表のイベント! 今年も6月に開催します。楽しく体験しながら「防災」について学ぶ「イザ!カエルキャラバン!」も同時開催。防災、男女共同参画について楽しく学べる体験ブースが盛りだくさんです! ご家族みなさんでお越しください。



会場:多目的ホールほか  
対象:県内すべての方  
参加費:無料(物販など一部有料)

女性のためのエンパワーメントスクール

6月30日、7月14日、10月13日、11月10日(各土)  
11月25日(日) 10:00~16:00  
11月10日は男女共同参画フォーラム分科会として開催予定

## まちへの想いをカタチに。 ススム、変わる!

「こうなったらいいな」「こう変えたい!」というあなたの“まち”や地域への想い。その想いを実現しカタチにするために、何か行動をおこしてみませんか? みんなで集まってワイワイ話しながら想いを整理して具体化し、その想いをカタチにする方法を、みんなに伝えてみましょう。

会場:三重県総合文化センター内  
参加費:無料 定員:20名  
対象:テーマに興味のある女性



5月9日、16日、23日、30日、6月6日(各水) 10:00~12:00

## 女性のための自己主張トレーニング

家庭で、職場で、周囲の人間関係の中で「言いたいことが言えない」と悩んでいませんか? 自分の気持ちも相手の気持ちも大切に、相手に伝える力を身につけ、育てるトレーニングです。

会場:セミナー室A  
参加費:無料  
定員:24名  
対象:全5回参加できる県内在住・在勤の女性で、自己主張トレーニング受講が初めての方  
講師:具 ゆりさん(ウィメンズカウンセリング名古屋/WCAフェミニストカウンセラー)

6月23日、30日、7月7日、14日、21日(各土) 10:30~12:30

## 女性のための自己尊重トレーニング

自分自身へのダメ出しや、他者からの視線に邪魔されて自分を大切にすることを発見していませんか? 講座で、まるごとの自分を大切に、自分を信じる力を再発見しましょう。

会場:セミナー室A 参加費:無料 定員:24名  
対象:全5回参加できる県内在住・在勤の女性で自己尊重トレーニングの受講が初めての方  
また、今年度の自己主張トレーニングを受講されない方  
講師:杉本志津佳さん(フェミニストカウンセリング堺フェミニストカウンセラー) ほか

6月~8月 県内19会場

## 三重県内男女共同参画連携映画祭2018

三重県の男女共同参画をもっと身近に感じていただくため、「映画でみつけよう!男女が共に生きるヒント」をテーマに、5つのセンターと20の市町が連携し、県内19会場で開催します。

対象:県内すべての方 ※詳細はホームページで順次お知らせします。

演劇公演

7月20日(金) 18:30開場 19:00開演

## 二兎社公演42「ザ・空気 ver.2 誰も書いてはならぬ」

昨年の三重公演で大反響を呼んだ『ザ・空気』が、さらにバージョンアップされた“新作”となって帰ってきます! 今回の舞台は、報道各社の政治部が入居する国会記者会館。考え方も立ち位置も異なる5人の記者たちが、ある出来事をめぐり抜き差しならない状況に追い込まれる。このことをどう書くべきか? しかし書くとうどうなるか? いや、そもそも書くべきなのか? はからずも自分自身の生き方と向き合うことになる記者たちの「特別な半日」とは……。結婚・出産・子育てを経て、その魅力にますます磨きのかかる安田成美を主演に、個性あふれるキャストが集結! 前作『ザ・空気』で、第25回読売演劇大賞最優秀演出家賞を受賞した永井愛の最新衝撃作にご期待ください!

作・演出:永井 愛  
出演:安田成美、眞島秀和、馬淵英里何、柳下 大、松尾貴史  
会場:三重県文化会館 中ホール  
全席指定 S席4,500円、A席3,500円  
(25歳未満の学生は各席20%割引)  
共催:二兎社/三重県文化会館  
チケット一般発売:4月29日(日)10:00~



男性講座

9月8日(土) 13:30~16:00

## 職場でも!家庭でも!きっと役立つ 「男性のためのコミュニケーション・トレーニング」 ~知っておきたいアサーティブ~@伊勢

相手も自分も尊重したコミュニケーションで、職場でも家庭でも円滑な関係を! 昨年大好評の「男性アサーティブ講座」。今年は伊勢市で開催します!

会場:三重県伊勢庁舎 402会議室  
参加費:無料  
定員:20名程度  
対象:20~40代を中心とした男性  
講師:大井健司さん(特定非営利活動法人アサーティブジャパン認定講師)

情報コーナーミニセミナー

9月15日(土) 14:00~16:00

## シングル(独身)女子のおひとりさまスタイル

独身女性の「おひとりさま」について話してみませんか? これからチャレンジしてみたいこと、既実践していることなどについて、女性同士で集まり、楽しくおしゃべりしましょう!

会場:情報コーナーレクチャースペース  
参加費:無料  
定員:10名  
対象:「おひとりさま」を楽しみたい(楽しんでいる)30~40代の独身女性

三重県総合文化センター3館連携事業

9月19日(水) 10:00~

## 見る・知る・感じる、認知症ケアの知恵ぶくろ

近頃、身近な言葉となった認知症。症状は人それぞれで、本人・家族問わず一人で悩んでしまう方も少なくありません。けれどみんなが集まれば、ずっとラクにつきあえる知恵がいっぱい。さあ、肩の力を抜いて一緒に考えましょう。

会場:三重県総合文化センター内  
参加費:無料  
※詳細はチラシ、ホームページなどお知らせします。

情報コーナーミニセミナー

9月30日(日) 10:30~12:00

ドラマチック

## 劇的フレンテ Scene:1 『スクリーンで出会った個性あふれる主役たち』

様々なエンターテインメント作品を“フレンテ視点”で楽しむ新感覚ミニセミナー、いよいよ封切りです! 映画やドラマに詳しい人もそうでない人も、皆でわいわい盛り上がりましょう!

会場:情報コーナーレクチャースペース  
参加費:無料 定員:10名  
対象:テーマに興味のある方  
講師:田中 忍さん(三重映画フェスティバル実行委員会会長)

11月10日(土)~25日(日) 各日17:00~21:00

## 内閣府「女性に対する暴力をなくす運動」 総文パープルライトアップ2018

毎年11月12日~25日は、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。この運動のシンボルであるパープルリボンにちなみ、今年も総文の広場をパープルにライトアップします。

会場:三重県総合文化センター 祝祭広場ほか

女性に対する暴力防止セミナー

11月18日(日) 13:30~15:30

## 「漂流する少女たちに寄り添って」

貧困、虐待、デートDVなど、少女や若い女性が抱える生きづらさは、社会が抱える問題と繋がっています。少女たちが安心して支援を求められる社会を目指すために何ができるかを考える講演会です。

会場:三重県文化会館 大会議室 参加費:無料 定員:70名  
対象:テーマに興味のある方  
講師:橘ジュンさん(特定非営利活動法人BONDプロジェクト代表)

女性のためのエンパワーメントスクール

11月24日(土) 14:00~19:00

## i SELECT SHOP by I LADY.

日常ではなかなか口にできない“性”のこと。でも自分らしい人生を自分で決めるためには、自分の“性”と“身体”と向き合うことがとても大切なのです。セレクトショップで買い物を楽しむ感覚で“性”について考えてみましょう。

会場:サークル室 参加費:無料 定員:20名 対象:大学生を中心とした10~20代女性  
講師:国際協力NGOジョイセブ

情報コーナーミニセミナー

12月1日(土) 13:30~16:00

## 働く男性のためのストレスマネジメント ~マインドフルネス体験講座~

ストレスマネジメントとしても注目されている“マインドフルネス”。これは「今、ここにいる自分」をありのまま見つめることです。仕事や組織での人間関係などから少し離れ「今、ここ」を感じる体験をしてみませんか?

会場:三重県生涯学習センター まなびラボ 参加費:無料 定員:8名(応募者多数の場合は抽選)  
対象:20代~40代を中心とした男性で、初めてマインドフルネスを体験する人  
ナビゲーター:山舖恭子さん  
(マインドフルネス・プラクティス実践者、元三重県男女共同参画センター職員)

DV被害女性プログラム

2018年度後半実施 日時の詳細は決定次第、ホームページなどお知らせします。

## 夫との関係で悩んでいる女性のためのグループ

同じ悩みを共有するメンバーでワークと語り合いを行います。安心できる場で、自分自身が置かれている状況を理解し、力をつけて自分らしい生き方ができるよう応援するためのグループです。

会場:三重県総合文化センター内 参加費:無料 定員:8名  
対象:夫との関係で辛い思いを抱えている女性、夫からのDVに悩む女性

情報コーナーミニセミナー

2019年2月2日(土) 13:30~15:00

## 我が家の家事シェアを考えよう! 〇〇さん家の作戦会議

夫婦間のコミュニケーション、取れていますか? 日々の家事や育児の項目をどのようにシェアし、お互いに支え合うのがよいのか楽しく真剣に夫婦で話し合ってみませんか?

会場:情報コーナーレクチャースペース 参加費:無料 定員:夫婦4組  
対象:20~40代の夫婦

6月23日~29日 男女共同参画週間

10月 乳がん啓発月間

10月11日 国連 国際ガールズ・デー

11月12日~25日 「女性に対する暴力をなくす運動」期間

3月8日 国際女性デー