

# “いつか”ではなく、『いま』＝行動の時。だれもが生きやすい社会に向けて

5月9日(木)、7月11日(木)、9月8日(日)、11月14日(木)  
2025年1月9日(木)、3月20日(木・祝) 13:15~15:30 全6回

## パートナーとの関係で悩んでいる女性のためのグループ

「優しいところもあるし…」「私が怒らせたから…」「DVってほどじゃないよね…」そんなふうにも悩みながら傷つき、モヤモヤを抱えていますか。でも、そうになっているのはあなただけではありません。大事な存在であるはずのパートナーと一緒にいるのが辛いのはどうしてなのでしょう。その仕組みについて学び、2人の関係について考え、同じ悩みを持つ女性同士で語り合い、自分本来の力を取り戻しましょう。1回のみ参加も大歓迎です。

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・元夫・交際相手等との関係で辛い思いを抱えている女性、DVに悩む女性  
ファシリテーター：フレンデみえ職員

5月11日(土) 13:30~15:00

## 三重県総合文化センター開館30周年記念 ファンファーレ事業 緒方恵美講演会 声優 一オンナとかオトコとかって、境界線に立って考えてみた

30周年の節目を記念して、30年以上「声優」として第一線を走り続ける緒方恵美さんに、ご登壇いただきます。

一昨年、声優アワードで主演女優賞を受賞された緒方さんは、セレモニエの壇上で「女優賞で良いんですか？」と発言されました。「幽☆遊☆白書」蔵馬役、「エヴァンゲリオン」碇シンジ役、「呪術廻戦」乙骨憂太役など男性キャラクターを多数演じるなかで、「自分が女優だと思っていたことがあまりない」という緒方さん。では、緒方さんの考える、男性/女性とは？これまでのご経験や思いなど、たっぷりとお伺いしながら、性別や年齢に縛られずに生きるためのヒントを探してみましょう。

会場：三重県文化会館 中ホール 参加費：無料 定員：500名  
対象：すべての方 講師：緒方恵美さん(声優・歌手)

6月初旬頃～

## 三重県男女共同参画連携映画祭2024

内閣府の男女共同参画週間(6/23～6/29)にちなんで毎年開催し、今年で18年目の「三重県内男女共同参画連携映画祭」。今年も三重県内23市町と連携し、18会場で予定しています。「映画でみつけよう！男女が共に生きるヒント」をテーマに会場ごとに選定する上映作品をご覧ください。皆さまのご参加をお待ちしています！

会場：県内18会場(予定) 対象：県内すべての方  
※各会場により日程は異なります。詳細はホームページ等で順次お知らせします。

7月20日(土)、21日(日) 10:00~16:00

## 自分にOK 自分にYES! 女性のための自己尊重トレーニング

社会構造的にも自己尊重感を持ちづらくなっている女性が自分のことを「よし」と思えるようになること、他者との適切な関係を築くためのコミュニケーションスキルを学ぶこと等を目的に実施しています。「自己尊重感」とは何かと一緒に考え、学び、自分を大切に、自分を信頼する力を育てていきましょう。

会場：フレンデみえ2階 セミナー室A 参加費：無料  
定員：24名 対象：県内在住・在勤・在学の女性  
講師：増井さとみさん(ウィメンズカウンセリング名古屋YWCA フェミニストカウンセラー)

8月31日(土)～9月23日(月・祝) ※休館日を除く  
10:00~17:00 9/14、9/21(土)は～19:00まで

三重県総合文化センター 開館30周年記念事業

## ニキド・サンファル展

Niki de Saint Phalle 展

ニキ・ド・サンファル(飛び跳ねるナナ)、「ナナパワー」より ©2023 Niki Charitable Art Foundation/ADAGP, Paris&JASPAR,Tokyo, C4450



開館以来ずっと知識の広場でセンターを見守り続ける「LA GRANDE TEMPERANCE(中庸)」＝通称ナナ像。その作者であるニキ・ド・サンファルの絵画や版画を中心にあつめた作品展です。ニキ作品の世界的コレクターであるヨーコ増田静江が創設したニキ美術館(現在閉館中)に協力を得て、ニキとヨーコとの間で交わされた書簡も展示します。ニキとヨーコのように年齢・性別に囚われず、やりたいことを実現していく未来を見つけに来てください。あなたの心がうごく作品に、きっと出会えますよ。

会場：三重県文化会館2階 第1ギャラリー 観覧料：800円、高校生以下無料  
助成：(公財)岡田文化財団 協力：(株)スペースニキ、三重県立美術館、三重県総合博物館(MieMu)

9月14日(土) 13:00~14:30

## 三重県総合文化センター開館30周年記念事業 ニキ・ド・サンファル展 特別企画 フォーカスみえ 上野千鶴子講演会「ニキと私」

ニキ・ド・サンファルの作品展に合わせて、ニキの作品の大ファンだという上野千鶴子さんをお迎えし、作品についてのお話やニキが上野さんの人生にどのような影響を与えたのかなど、たっぷりとお話いただけます。生前のニキともお会いしたことがある上野さんならではのエピソードもお聞きできるまたとない機会です。ニキ・ド・サンファル展をよりお楽しみいただくためにも、ぜひご参加ください。また、本講演会へご参加された方はニキ・ド・サンファル展を無料でご観覧いただけます。

会場：三重県文化会館 中ホール 参加費：500円  
定員：500名 対象：すべての方  
講師：上野千鶴子さん(社会学者・東京大学名誉教授・認定NPO法人ウィメンズアクションネットワーク(WAN)理事長)  
※本講演会に参加された方は、ニキ・ド・サンファル展を無料でご観覧いただけます。

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

全ての講座に託児サービスがあります(有料・2週間前までに要予約)  
※手話通訳や要約筆記をご希望の方は1か月前までにご相談ください。  
ただし、調整の結果ご希望にお応えできないこともあります。

11月9日(土)～12月1日(日) ※休館日を除く 17:00~21:00

## 内閣府「女性に対する暴力をなくす運動」(パープルリボン運動) 総文パープル・ライトアップ2024

内閣府「女性に対する暴力をなくす運動」期間(毎年11/12～25)にあわせて、この活動のシンボル「パープルリボン」にちなんでパープル・ライトアップを三重県総合文化センター知識の広場で実施します。今年も、「女性に対するあらゆる暴力をなくしていこう」「あなたはひとりではありません。どうぞ相談してください。」とのメッセージを込めて、竹あかり作家・演出家の川瀬皓平さん率いるcanaarea(カナエリア)の創り出す優しいあかりが総文に灯ります。毎年好評の「そうぶんの竹あかり」と同時開催を予定しています。どうぞお立ち寄りください。

会場：三重県総合文化センター 知識の広場 ほか

11月23日(土・祝) 13:30~15:00

## 女性に対する暴力防止セミナー 『モラハラ夫と食洗機』～実例から得る“気づき”と“対策”～

自身の道徳観や倫理観で相手を支配しようとする「モラル・ハラスメント」は、人の尊厳を傷つける精神的暴力としても大きな社会問題となっており、早急な対応が必要です。家庭でも職場でも起こりうるモラハラの防止には、性別に関わらず、気づきを得るための知識と具体的な対処法を学ぶ必要があります。令和6年度の「女性に対する暴力防止セミナー」では、弁護士として2,000件を超える離婚・恋愛トラブルを扱うなかモラハラに関する著書も出版されている本テーマの第一人者、堀井亜生さんをお迎えし、家族のあり方が多様化する今、パートナーとの関係を見直し自分の力で生きるうえで必要な意識、知識と対策などについて、その豊富な実例を基にお話をうかがいます。(講師はオンラインでの出演です)

会場：三重県文化会館1階 レセプションルーム(オンライン参加可)  
参加費：無料 定員：40名(会場) 対象：テーマに関心のある方  
主催：三重県・三重県男女共同参画センター「フレンデみえ」  
講師：堀井亜生さん(弁護士/堀井亜生法律事務所代表) ※オンライン出演  
※本講座はオンラインシステム(Zoomなど)を使用して実施します。  
会場またはオンラインいずれかでご参加ください。

12月14日(土) 13:30~15:00

## 男性講座 おとうさんセミナー ～安心できる家族を作るおとうさんになるために～

家族にとって「安心できる父親」ってどんな姿？  
自分では家族を大切にしているつもりだし、愛しているつもり。でもなんだかうまくいっていない気がするもやもや…。これから父親になるけど、どうやって家族を作っていくのか分からない…。そんなことを感じている方はいませんか？この講座では「家族が安心できる父親」になるためにはどうすればよいのか、家族と父親との関わり方について皆さんと一緒に考えます。男性だけでなくすべての方にご参加いただけます。ご夫婦等での参加も大歓迎です。

会場：フレンデみえ2階 セミナー室A 参加費：無料 定員：30名程度  
対象：テーマに関心のある方 講師：高橋郁絵さん(原宿カウンセリングセンター)

2025年3月8日(土)

## 三重県総合文化センター開館30周年記念事業 男女共同参画フォーラム ～みえの男女2025～

毎年3月8日は国連が定める「国際女性デー」。フレンデみえではこの日に向けて、女性はもちろん男性も、みんなが「自分らしく生きていくために」に「できるのか」を考えるきっかけの場として「男女共同参画フォーラム」を開催します。分科会やホールイベント、パネル展示などを通して、あなたも自分自身の生き方考えるヒントを見つけてみませんか。テーマやゲストは12月ごろ発表予定です！どうぞお楽しみに！

会場：フレンデみえ1階 多目的ホールほか 参加費：無料  
対象：テーマに関心のある方  
主催：三重県・三重県男女共同参画センター「フレンデみえ」

講座へのご参加には、事前申込が必要です(一部をのぞく)  
申込開始は、それぞれ2か月前頃を予定しています。  
フレンデみえホームページをぜひチェックしてみてください。



働く場、地域や家庭、意思決定の場などで活躍するこれからの男女共同参画社会づくりに必要な人“財”を育成するプロジェクトです。「地域編」「働く編」「社会の課題編」それぞれのテーマで“種まき”し、それぞれが自分らしい「花」を咲かせるためのお手伝いをします。

I “地域”編

2024年7月20日(土)・8月18日(日)13:00~16:30  
9月7日(土)10:00~16:30

## わたしも地域ももっとよくなる! ～マインドチェンジ! やってみたい、わたしができるコト～

あなたが感じている「自分も地域も、もっとこうならいいのに」という想いを叶えるために、必要な意識や手法を仲間と学ぶ本講座。今年は鳥羽市で開催! 「自分ができる! 大丈夫! 」と自信をつけるワークをしたり、地域で物事が決定されていく仕組みなどを学んだり。仲間と一緒に楽しく交流を重ねながら、できる自分にマインドチェンジ!

会場：鳥羽市 参加費：無料 定員：10名  
対象：開催地域に在住の方を中心とする、テーマに関心のある女性  
講師：水谷香織さん(名古屋学院大学現代社会学部准教授、パブリック・ハーツ副代表取締役)

II “働く”編

## 2025年1～2月 近未来リーダー☆育成プロジェクト STEP5

フレンデみえが企画する、働く女性のための人“財”育成講座。いよいよ最終年となる今回は「指導育成スキルアップのためのレクチャー」として、「ダイバーシティ」の意識や「コーチング」のスキルを学んでいただくプログラムを予定しています。従来のリーダー像にとらわれる必要はありません。あなたらしいキャリアを進み、望む未来を叶えるため、「近未来リーダー」としてのチカラを磨きましょう。

会場：オンラインおよび三重県総合文化センター内 参加費：無料  
定員：各回15名程度 対象：働く女性とその同僚・上司

III “社会の課題”編

2024年10月12日(土)10:00~15:00

## 「政治に関心がない」「全然分からない」って言っているままでいいの? ～女性限定:政治とワタシのかかわり方～

「政治って、毎日の生活とかけ離れていてイマイチよく分かんない」そうやって政治とのかかわりを持ってこなかったあなたのための講座を企画しました。この講座で学んで、分からないことだらけの政治についてちょっと詳しくなってみましょう。

初回は日本のU30世代の政治参加を促進する「NO YOUTH NO JAPAN」[FIFTYS PROJECT]を設立し、代表理事を務める能條桃子さんをお迎えする講座です。「そもそも投票したい人がいない…」「候補者がどんな人なのか、どうやったら分かる？」などの素朴な疑問から、選挙の裏事情まで教えてもらっちゃいましょう。講義の後に政治についての疑問を語り合う時間も設けます。 ※この講座は連続講座です。2回目以降の日程等は夏頃お知らせします。

会場：フレンデみえ3階 セミナー室C 参加費：無料  
定員：30名 対象：女性  
講師：能條桃子さん(NO YOUTH NO JAPAN代表 FIFTYS PROJECT代表)

