

山形県男女共同参画センター

CHERIA チェリア

vol. 59
2020.Winter

蔵王の樹氷(山形市)

CONTENT

- 2-3 チェリア塾 基本コースin最上
- 4-5 チェリア塾 実践コースin置賜
- 6 令和2年度 山形県男女共同参画社会づくり
功労者等知事表彰
チェリア相談室からのお知らせ
- 7 チェリアの仲間になりませんか?
CHERIA登録団体紹介
- 8 高木館長のコラム「チェリア創設20周年を迎えて」

今よりきつと素敵なあなたになれる！

チェリア塾



基本コース in 最上

チェリア塾って？

性差に関する悩みや性別役割分担意識などの身近な課題に目を向けながら、男女共同参画の基礎知識と考え方を身に付けるとともに、女性活躍推進を実践するキーパーソンの育成を目的として平成16年度にスタートした学びの場がチェリア塾です。これまでに延べ450名を超える修了生が誕生しています。平成28年度からは、最上・村山・庄内・置賜の4地域を巡回しながら開催するスタイルとなり、1年目の「基本コース」、2年目の「実践コース」を経て、これらの学びを地域や企業等で実践的に活かせるようプログラムが構成されています。塾生同士が交流を深めネットワークを築くことで、男女ともに輝ける地域社会をつくる人材育成を目指しています。



チェリア塾基本コースin最上の様子
年齢も職業も異なる塾生たちが、共感しあい刺激しあいながら学びます。

性別や年齢によって、役割が固定されたりあきらめたり、「なぜ？」「どうして？」とモヤモヤした経験はありませんか？
身近なところに存在しているジェンダー問題に気づき、男女共同参画の考え方を学び身に付けることで、これまで見えてこなかった視点が広がっていきます。

チェリア塾では、
どんなことを
しているの？

男女共同参画社会とは、誰もが社会の対等な構成員として、自らの意思で社会のあらゆる活動に参画できることを意味しています。これは人権意識に深く根ざした考え方であり、チェリア塾では、男女の違いだけでなく、国籍や人種、年齢、障害の有無などにも敏感な視点で物事を考え、自他共に尊重する行動や発言ができるよう学んでいきます。お互いの共通点や個々の違いへの気づき、そこから生まれる発見や学びの芽を育てていくのがチェリア塾です。毎回、全員参加型のワークに取り組み、

人ひとりが発言しやすい雰囲気づくりも大切にしています。講師陣だけでなく、地域の修了生らがプログラムづくりや進行に積極的に関わっていることも特徴の一つと言えます。修了生らの経験を参考にしながら、それぞれが抱える悩みや課題を掘り起こし共有し合うことで、互いに励まし合う心強い仲間ができます。こうした繋がりが多方面で根付いていき、更なる一歩を踏み出せるようサポートしています。



【第1回】9月5日
自分の中にある「強さ」「弱さ」とは？



【講師】
備ティップス取締役社長
尾形 恵子 氏

自分らしくあるために、まずは自分を大切にすることが大切です。自らの強さや弱さと向き合い、自身が思い描く将来像や目指す目標を具体的に考えるワークを行いました。

【第2回】9月26日
「このモヤモヤ感はどこから？」



【講師】
東北公益文科大学教授
伊藤 真知子 氏

男女共同参画の基礎と身近なジェンダー問題を学びながら、これまでの生き方を見つめ自身の思い込みの深さや偏見と向き合いました。

【第3回】10月17日
思いに気づき言葉で伝えられる自分になろう



【講師】
国際コーチ連盟
プロフェッショナル認定コーチ
木須 八重子 氏

自分の中に湧き上がる思いに気づき、その気持ちに蓋をすることなく他者に伝えていくためのコミュニケーショントレーニングを行いました。

【第4回】11月7日
プラス思考の魔法をかけよう



【講師】
こころことば
ネットワーク代表
齋藤 理子 氏

同じ言葉でも受け止め方が変わればコミュニケーションにも変化が生じることに気づき、何事もプラス思考に切り替えていくワークを行いました。周囲との良好な関係づくりは思えばつくりから！

【第5回】12月5日
今日はゴールをスタートに変える日



【講師】
(一社)とちぎ市民
協働研究会 代表理事
廣瀬 隆人 氏

これまでの学びをふりかえり、次に活かすべきことを再認識するワークを行いました。第1ステージのゴールをそれぞれが輝く第2ステージのスタートにする具体的イメージを膨らませました。

参加者の声

周囲と関わる際、誰でも過去の経験や知識から勝手に判断する「無意識の偏見」があることを学びました。それが思わぬところでハラスメントと受け取られ、残念な関係に陥ってしまう原因のほとんどとしました。また、「〇〇だから無理」と自身に対して決めつけていたことも、それが絶対ではないと強いのことができました。自分の中にある「強さ・弱さ」と向き合ったことで、目標と現実とのギャップ意識することができました。なぜ今までできなかったのか、その理由が自分にあったのかも…と気づきました。

修了生からのメッセージ

チェリア塾に参加した当時、子育てと仕事の両立などで悩むことも多かったです。でも、「ふりかえりシート」に書き込まれた学びの記録と想いや発見、そして「変だなと気付いたら声を上げよう」「小さな行動が積み重なり社会も変わっていく」というアドバイスを読み返し、修了生として今ここにいることを少し誇りに思えます。ジェンダーや人権について学んだことで「女らしさは十人十色」「自分らしさは誰かに決められるものではない」と思うことができました。一歩踏み出した塾生の背中を押せるよう、これからも近くで見守ってまいります。

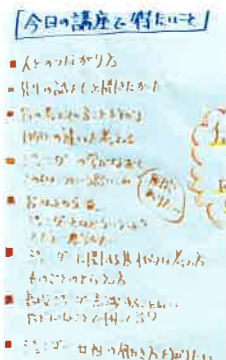
先生からの言葉

「自分の言動を否定されない」という信頼できる関係の中でパートナーシップを行うことで、自己肯定感も増し、苦手意識も薄れていきます。コミュニケーションスキル向上は、テクニック磨きだけでなく、声のトーンやスピード、表情など、聞き手への配慮も必要です。そして、「何を伝えたい」「誰に伝えたい」「伝えることのできる話し方」を意識することが重要です。



参加者の声

うまくいかないことや欠けていることについて目がいくなのは自分だけじゃないんだと気づきました。言い換えのワークを行うことで、出来事には必ず違う側面があると実感でき、「引込み思考」という性格を「用意周到」「計画性がある」「リスク管理の達人」と言ってもらうことができました。偏った思い込みの枠を外し、別の視点で枠を掛け替えるリフレーミングのワークを一緒に絡した方々、明日から自己紹介はこれで行こうと励まされ、自信が湧きました。本当にありがとうございました。



修了生からのメッセージ

4年前に学んだ10期生が中心となり「もがみチェリアの会」を立ち上げたのも、今日のゴールを次のスタートに変えた結果です。基本コースから実践コースを経て、更に一歩踏み出しているよう応援しています。



チエリア塾



実践コース in 置賜

昨年度、置賜を会場に男女共同参画の基礎を学ぶ全5回の講座を終えたチエリア塾13期生が更なる実践力を培うために企画されたのが「チエリア塾 実践コース in 置賜」です。
自主企画講座を含む全部で4回のプログラムが開催されました。

令和2年度 チエリア塾へ実践コースプログラム

実践コースって？

チエリア塾基本コースの修了生を対象に、受講生自ら自主企画講座を企画・運営することを通して、実践する力を身につけるとともに受講生同士のネットワークを確固たるものにしていきます。今年度は、置賜地域で基本コースの学びを終えたメンバー6名全員で1つの自主講座に取り組みました。新型コロナウイルス感染症拡大の影響もあり、講座の内容や運営方法も例年通りとはいかない中での準備作業。10月3日の講座本番では、置賜の女性たちにインタビュー調査をした結果をフォーラム形式で発表、そして11月に講座をふりかえり、全4回の講座を終えました。

【第1回】7月11日(土)
会場：米沢市すこやかセンター
事業企画運営の基礎／講座の企画・立案

例年であれば自主企画講座のテーマを決定することから始めるものの、参加人数が少ないこともあり講師側から講座テーマが提案。進めるにあたり必要となる具体的な日時や内容について話し合いました。

【第2回】8月1日(土)
会場：米沢市すこやかセンター
講座の企画を深める

自主企画講座は置賜の女性にインタビュー調査を行った結果を発表することから、調査の進捗状況の確認および、聞き取り(インタビュー)調査の実演・練習を行ったほか、講座の実施に向けた役割分担や会場予約等の準備を進めました。

【自主企画講座】10月3日(土)
会場：アクトイー米沢

【自主企画講座】11月8日(日)
会場：アクトイー米沢

「コロナ禍で自粛生活が続く中、置賜の女性たち25名が何を感じてきたかを聞き取り調査した結果を報告。スライドを使用しながら5名の発表者が各自の考察も交えて発表し、コロナ時代の女性の生き方について考えさせられる内容となりました。

【第3回】11月8日(日)
会場：アクトイー米沢
自主企画講座をふりかえる

フォーラムを行って初めての反省と感想を受講生が発表し、講師より良かった点や反省点をあげてもらい、次に繋げるために、話し合いを行い、次に繋がる有意義な実践コースの最後の講座でした。

【自主企画講座】10月3日(土)
フォーラム「2020春・コロナ・置賜の女性たちが見たもの考えたこと」

38名の来場者を前に、受講生5名が身近な友人や知人5名に聞き取り調査をした結果を、プロジェクトを使用し発表していきまし。これまで経験したことのない自粛生活の中で生じたリアルな女性たちの声を受け、来場者から質問も飛び出し、発表者との意見交換がなされます。



フォーラムで発表した受講生グループ「2020置賜チエリア」メンバーと講師や事務局。

【第3回】11月8日(日)
自主企画講座をふりかえる

受講生より一人ずつ、フォーラムの反省と感想を発表した後、講師より総評がありました。良かった点：ラジオや市役所と連携した広報活動

反省点：フォーラム内の時間配分、同じ環境下でのリハーサルをすべきだった
また、今回の聞き取り調査をした事例を改



“次”につなげるために、何をしたいかを話し合う受講者たち。

自主企画講座 詳細レポート

7月中旬から身近な知人や友人5名にインタビューを行った受講生たち。聞き取り調査したのは、60歳代が11名と番多く、次いで40歳・50歳・70歳代が4名ずつと続き、20歳・10歳代が1名ずつの計25名でした。新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、自粛生活を余儀なくされている現状で、置賜の女性たちが感じていることを丁寧に聞き取り、受講者の視点を変えて発表。



発表の中で、印象的だったのは、「家族に高齢者がいるから絶対にうつせない」、「ステイホームで気持ちが晴れない、楽しみがなくなった」、「どれが正しい情報か判断する力が大切」などでした。また、医療従事者や現役の学生に対する聞き取り調査もあり、メディアで取り上げられなんとなく大変そうと思っていたけども、それぞれの立場で直面している課題について声を聴くことができました。25名の聞き取り調査から、友達との会話や趣味を楽しむこと

【第1回】7月11日(土)
事業企画運営の基礎／講座の企画・立案

第1回講座の流れ

自主企画講座について「コロナ禍の自粛生活の中でどう過したか、感じ、気がついたものは何かを聞き取り調査し、発表する旨が講師より提案。受講生と事務局が「対一」になり、聞き取り調査の練習を行ったあとに、自主企画講座に向けて具体的な日時や内容、聞き取り調査の仕方などを話し合いました。



受講生が相手役に対して、コロナ禍での気づきなど質問して聞き取り調査の練習をしました。

【第2回】8月1日(土)
講座の企画を深める

第2回講座の流れ

受講生1人につき5人の友人や知人に聞き取り調査を行うにあたり、やってみたいの感想や進捗の報告からスタート。従来の実践コースでは、事業計画案やグループ名、チラシ作成などは自ら立案・企画します。今回は、聞き取り調査と自分たちの発表に重きを置いてほしいという講師の考えから、具体的な聞き取り調査の解説を受け、学びを深めました。



具体的な聞き取りのコツを学ぶため、講師が受講生にインタビュー。

最後に

全4回の実践コースを終えて、受講生たちは「新たな団体を結成し、チエリアの登録団体になること」、「実践コースのメンバーで来年2月に男性セミナーを開催すること」を決定し、動き出しました。ここで学んだ仲間達とともに、女性リーダーとして活躍して行ってくれることでしょう。



金澤麗子さん 吉原ゆみ子さん 田村芳子さん 横山陽子さん 井上恭子さん



高木館長の講評 質疑応答の様子 発表のようす

CHERIA登録団体紹介



山形ママコミュニティ mama*jam

山形ママコミュニティ mama*jam(ママジャム)は、2019年4月から活動を始めた

*山形でママになったあなた*を皆で応援し、1人の女性として成長することを目指すためのオンラインコミュニティです。

現在、Facebookの非公開グループとInstagramで、オンライン交流をしており、参加者は560名ほどです。不定期ですが、様々なイベントや他団体などのコラボ企画なども実施中です。

山形で子育てするときの疑問、先輩ママに聞きたいことありませんか？

妊娠中の喜び、不安、出産の感動、育児の楽しさ、悩み…。

1人の女性からママになり、葛藤すること…。産育休から復職までの気持ちも…県内のママたちで共有しま

しょう。参加対象は山形に縁のある妊娠、出産経験のある方ならどなたでも無料でご参加いただけます。

今年度は「若者未来創造事業フロンティアプロジェクト」を受託し、「mama*jamオンラインフェス2020」と題し、5回のオンラインイベントを実施しています。最新情報は、ホームページで更新していますので、ぜひご覧ください。

今はとても便利な時代です。スマートフォンやパソコンなどを使って、いつでもどこでも、繋がっていきましょう。皆さんのご参加お待ちしております。



山形ママコミュニティ mama*jam
<https://mama-jam.com/>

～ 無料カウンセリングを行っています ～

山形こころ塾

山形こころ塾は日本産業カウンセラー協会会員で構成し、無料カウンセリングをメインに活動するグループです。

メンバーは、良好なカウンセリングおよびメンタルヘルスの維持やメンタル不全の改善に応えるために、学習会を開催し研鑽を積んでいます。

「コロナ疲れしていませんか」

「職場の問題で悩んでいませんか」

「介護や子育てでイライラしていませんか」

「ひとりで悩んでいませんか」

話すことでこころが軽くなるかもしれません。より楽な生き方を一緒に探してみませんか。



無料カウンセリングのご案内

◆ 相談日 毎月第2日曜日

◆ 時間 13:00～

14:15～

15:30～

※予約優先です

◆ 会場 チェリア2階学習室

◆ 予約

○受付時間 9:00～19:00

○受付方法

・TEL 080-9630-8877

・メール soudan.yamagata@gmail.com

※守秘義務に基づき、クライアントのカウンセリング内容は厳守されます。

チェリアでは団体・グループの登録制度を設けています。随時受付中!詳しくはチェリアまで!

令和2年度 山形県男女共同参画社会づくり功労者等知事表彰

功労者表彰

多年にわたり男女共同参画社会づくりに特に顕著な功績のあった個人・団体を山形県知事が表彰している賞です。

佐藤 茂枝 氏(酒田市)

長年、会社経営及び商工会議所活動に携わり、酒田商工会議所では女性初の副会頭を務め、各種方針決定に意見を反映させるなど、女性の社会参画の促進に大きく貢献してきた。

平成3年には、情報誌「月刊SPOON(スプーン)」を創刊。発行人として、女性スタッフから成る編集部を率い、女性の人材育成に取り組むとともに、情報誌に様々な分野で活躍している女性を掲載し、男女共同参画社会基本法の制定以前から、男女共同参画社会づくりと、女性活躍の気運醸成に大きく貢献している。

青柳フデ子 氏(村山市)

本県に国際結婚で来日した女性が、家庭・地域内で孤立化する課題に対し、村山市で日本語教室を設立(共同設立)、教室で学んだ女性の就職、開業に結びつくなど、地域における女性の社会参画促進に大きく貢献してきた。

村山市連合婦人会長、市で初の女性市民センター長等を務め、女性リーダーとして活躍。現在は、市老人クラブ連合会副会長兼女性部長として、高齢者組織での女性の地位向上に向けて活動するなど、男女共同参画社会づくりに大きく貢献している。



県知事と受賞者のみなさん

チャレンジ賞

仕事や地域活動など様々な分野でチャレンジし活躍している個人・団体を山形県知事が表彰している賞です。

チェリア塾ネットワーク

平成27年に、山形県男女共同参画センターの地域女性リーダー養成事業であるチェリア塾の修了生が、地域での連携や男女共同参画社会の実現を目指し、県内4地域に「チェリア塾ネットワーク村山」、「チェリア塾ネットワーク最上」、「チェリア塾ネットワーク置賜」、「チェリア塾ネットワーク庄内」を設立。4つのネットワークを総称し「チェリア塾ネットワーク」として活動している。

会員の相互啓発の場となるのみならず、独自の活動として、イベントの企画・運営や、男性の男女共同参画に関する意識啓発のためのセミナー、ワークショップの開催を行っている。

また、男女共同参画社会づくりを担う次世代の人材を育成するため、メンバーが講師としてチェリア塾を支援し、受講生の指導を行う他、身近な相談窓口になっている。

これらの取り組みが、人材育成の好循環を生み出しており、活動に取り組むメンバーの姿が、男女共同参画社会づくりの推進を目指すものにとって、身近なロールモデルとなっている。

メンバーには、市町村の男女共同参画計画づくりに携わるなど、各地域における男女共同参画の推進の中心的な役割を担っているものも少なくない。

今後は、各地域における他の団体(NPO等)との連携などをとおして、ネットワークの充実や活動が広がっていくことが期待される。



チェリア相談室からのお知らせ

令和2年度「実務者研修会」を開催しました

～ソリューション・フォーカスト・アプローチの考え方を軸に～

開催日 令和2年10月29日(木)

講師 東北文教大学教授 花屋道子 氏

タイトル 役に立つ会話

相談内容の多様化が進む中、山形県男女共同参画センターでは、相談機関担当者がより多くのことを学び、男女共同参画の視点に対応できるよう、毎年研修会を実施しています。

講師の花屋先生には、ソリューション・フォーカスト・アプローチの概要と面接の流れ、関係づくりに役立つ面接周辺の技について、演習を交えながらお話していただきました。

ソリューション・フォーカスト・アプローチ(SFA)とは、「解決志向アプローチ」と訳され、問題を掘り下げることで治療法とマッチングするやり方ではなく、面接において解決を掘り下げることが非常に効果的であること、解決モードで考えるための質問リストと質問する際の留意点の説明がありました。

面接周辺の技については、①情報収集で優先する感覚を理解する②話す言葉と目の動きを観察する③気質を素早く見立てるについての説明がありました。

今回の研修では、問題を抱えている人は、問題だけに目を奪われがちだが、問題以外の部分に焦点をあてることで新たな解決の可能性がひらけることがわかりました。演習は、コロナ禍のためグループワークはできませんでしたが、参加者は積極的に取り組んでいました。参加者からも、具体的な例が多く盛り込まれていてわかりやすかった、新たな面接のやり方、心構え等がわかり、参考になった、今後の面接に活かしたいという感想を多くいただきました。





チェリア創設20周年を迎えて

山形県男女共同参画センター・チェリア
館長 高木 直

山形県男女共同参画センター・チェリアが2001(平成13)年に開設されて今年で20年となりました。1999年に「男女共同参画社会基本法」が制定・施行され、2000年には国の「男女共同参画基本計画」策定と共に本県においても「山形県男女共同参画基本計画」が策定されました。そして翌年に、県民のための男女共同参画活動拠点としてチェリアが誕生し、多くの皆さまに支えられ、鍛えられて今日を迎えることができました。

チェリアの主力事業である学習講座「チェリア塾」は、2004(平成16)年の第1期から今年の14期までに多くの方が男女共同参画を学ばれ、修了生は450人(延べ人数)を超えるまでになりました。修了生の中には市町村議会議員や企業の管理職になられたり、各地域でさまざまな活動を展開されたりしています。このように活躍されている姿を拝見するたびに嬉しく思うと共に敬意を表したいと思います。

昨年、全国女性会館協議会第63回全国大会において『2019年度事業企画大賞』の奨励賞をいただきました。受賞



理由として、「県内4地域をカバーしたチェリア塾「基本コース」「実践コース」の展開と地域のネットワーク形成が、地方における普及啓発事業として特色がある」と評され、全国を見渡しても誇れる活動であることが確認できました。さらに、今年度の山形県男女共同参画社会づくり功労者等知事表彰のチャレンジ賞を「チェリア塾ネットワーク」が受賞されました。誠にありがとうございます。

なお、数年前から山形県で「男女共同参画推進員」制度ができ、多くのチェリア塾修了生が推進員に任命され、市町村や企業、団体などからの要請を受けてワークショップや講演に出かけられる人が多く出現しています。チェリアのこれまでの地道な活動が形になって表れてきている一つであると感じています。

今後も山形県の男女共同参画社会の推進を目指して県民の皆様と共に歩んでいきたいと思っておりますのでよろしくお願いいたします。



令和2年度 男性セミナーのお知らせ

日ごる仕事優先のライフスタイルになりがちな男性に、地域社会での仲間作りや家庭でのコミュニケーションを深めるための意識啓発を目的に「男性セミナー」を開催します。県内4地域のチェリア塾ネットワークと連携して、様々な企画を準備中です。

来年1月から、随時開催予定です。詳しくは、チェリアHPをご覧ください。



昨年度は、「ちがいがわかる男のコーヒー座談会」を開催しました。プロから美味しいコーヒーの淹れ方を学び、家族や仲間と美味しいコーヒーを楽しむためのヒントを探りました。また、家庭円満を意味するクリスマスリースを作りました。リボンのかけ方に苦労しながらステキなリースが出来上がりました。家庭円満の秘訣についても考えてみました。

編集後記

取材で講座等に参加すると、時として自分にも使えそうなヒントを得ることがあり、嬉しくなります。今年もそんな瞬間がありました。(直子)

今回、チェリア塾基本コースの記事を担当し、改めてこのプログラムの重要性を感じることができました。(恵子)

チェリアフェスティバルの中止で、広報誌の内容を見直す作業を通して、改めてチェリア塾のことを学ぶ良い機会となりました。(弘美)

山形県男女共同参画センター チェリア

〒990-0041 山形市緑町1-2-36遊学館2階
TEL.023-629-7751 FAX.023-629-7752
相談専用電話 023-629-8007

ホームページ <https://yamagata-cheria.org/>

利用時間 9:00~21:00

※夜間利用の申し込みがない場合は20:00まで

休館日 第1・3・5月曜日、第3日曜日、年末年始

令和2年12月発行

編集発行 / (公財) 山形県生涯学習文化財団



【アクセス】

- JR山形駅から
バス / 市役所経由路線バスで市役所前下車、徒歩5分
タクシー / 約10分 徒歩 / 約25分
- 自動車

山形自動車道山形蔵王ICから約10分。
県営駐車場、遊学館駐車場をご利用下さい。
入退館時に駐車券を遊学館1階の総合案内へお出し下さい。
ご利用時間に応じて駐車料金が別になります。

