



ワークショップ

要申込、先着順 (定員に達しない場合、当日参加可)

託児 : 無料、要事前予約
※1/31までに要予約
6カ月～小学3年生程度



子育て・介護支援

自分磨き

男女共同参画

健康

2月7日(金)

時間	内容	場所	定員	料金
13:30～15:30	今、語り伝えておきたいこと 激動の終戦を乗り越えて 講師 <small>らしん</small> 羅津若草会三重代表 太田久和子さん 主催 シーズネット三重	2階 会議室	60人	無料
13:30～15:10	男女が共に考えるこれからの地域の防災・減災 報告者 防災・減災女性セミナー受講者 主催 四日市市	6階 会議室	60人	無料
14:30～16:30	男女共同参画の視点からみた メディア・リテラシー 講師 中日新聞編集委員 安藤明夫さん 主催 四日市市	1階 ホール	100人	無料
19:00～20:30	楽に 楽しく ストレッチヨガ 講師 楽ヨガ代表 伊藤爾己枝さん 主催 楽ヨガ	2階 和室	20人	無料

2月9日(日)

時間	内容	場所	定員	料金
10:00～12:00	『今昔物語集』を読む ～究極の人生を追い求めて～ 日本文学研究家 河原徳子さん 主催 よっかいち朗読文学の会、こすもすの会	2階第1 会議室	70人	無料
10:00～12:00	親子でウオーラリーinほんまちプラザ ほんまちプラザをゲームでたんけんしよう! 主催 Happyよかパパ	3階ミーティングフロア	当日、参加自由	無料
10:00～13:00	お父さんの料理教室 ぎょうざを作ろう! 主催 四日市友の会	3階 調理室	12人	500円
10:30～12:30	“ヤマアラシ世代” (小学生+思春期)の育て方 講師 <small>えみ</small> 堀田恵弥さん 主催 NPOこころネットワーク	5階 会議室	20人	無料

問い合わせ・申し込みはTEL・FAX・Eメールで!

1月15日(水) から受付開始

日・月・祝日は
休館です

☆住所・名前・電話番号・託児希望の場合はお子さんの名前(ふりがな)・年齢をお知らせください。

はもりあ四日市 (本町9-8 本町プラザ3階)
TEL: 059-354-8331 FAX: 059-354-8339
Eメール: kyoudousankaku@city.yokkaichi.mie.jp

2月8日(土)

時間	内容	場所	定員	料金
9:45～12:00	目の錯覚の不思議 立体メガネをかけなくても、写真が立体に見えるよ 講師 <small>もりと</small> 遠藤守人さん、他 主催 おもちゃ病院	2階第1 会議室	30人	無料
10:00～12:00	本音でおしゃべり「男女共同参画井戸端会議」 ～あなたが変われば地域が社会が変わる～ 講師 三重大学学長アドバイザー 鈴山雅子さん 主催 モンブラン会	2階第2 会議室	20人	無料
10:00～12:00	色を使って イキイキ元気に年を重ねませんか! 講師 カラーセラピスト 西岡千恵美さん、 カラーアナリスト 今仁さとみさん 主催 ぐらしの夢プラン	3階 会議室	20人	無料
10:00～12:00	外国人からみた日本の教育と子育て 講師 <small>ひろふみ</small> 四日市大学准教授 柴田啓文さん 主催 常磐男女共同参画をすすめる会	5階 会議室	30人	無料
10:00～12:00	女性と憲法 平和と女性の人権を守ることを考えましょう! 講師 弁護士 木村夏美さん 主催 新日本婦人の会 四日市支部	6階 会議室	40人	無料
10:00～15:00	子どもと絵本のひろば ※子どもさんも参加していた くため託児はありません。 絵本のよみかかせを中心にしたおはなし会 主催 Can (キャン)	3階図書 コーナ	当日、 参加 自由	無料
13:00～15:00	傾聴を通して成長する 講師 <small>おくやま けいこ</small> 奥山恵子さん 主催 傾聴同好会	2階第1 会議室	70人	無料
13:00～15:00	「シングルマザー」Oneday つどい場 講師 しんぐるまざあず・ふおーらむ・関西 <small>かんぼら ふみこ</small> 神原文子さん 主催 NPO法人四日市男女共同参画研究所	3階 会議室	30人	無料
13:00～16:00	流産・死産経験者のための講演・交流会 講師 奈良女子大学院教授・臨床心理士 伊藤美奈子さん 主催 ポコズママの会	5階 会議室	20人	無料

チャレンジショップ 1階ホール

2月8日(土) 10:00～15:00

起業やネットワークづくりを考えている女性たちを応援する「チャレンジショップ」を開催します。(出店者募集は締め切りました)



- 手作り品の販売
- プリザーブドフラワー
- マッサージ
- パン・焼き菓子の販売 など

チャレンジ相談

仕事だけでなく、色々な活動へのチャレンジをサポートします。コンピューターによる適職診断もあります。

…皆様のご来店をお待ちしています。

グループ紹介展示 3階・他

2月7日(金)～2月9日(日)

はもりあ四日市の登録グループがどんな活動をしているのか、普段の活動の様子をパネル展示で紹介しています。

グループ活動紹介



男女共同参画センターの活動紹介

三重県内の5つのセンターの活動を紹介します。

三重県(フレンテみえ)、鈴鹿市(ジェフリーすずか)
名張市、伊賀市、四日市市(はもりあ四日市)

ランチサービス 2月8日(土)

3階ミーティングフロア

- おでんセット
- クリームシチューセット
- ケーキセット



※メニューは当日変更になる場合があります。