

相談事業

男女とも、自分らしく生きていくために
様々な悩みについて相談をお受けします。

無料 秘密厳守 匿名OK

女性のための相談 0266-22-8822(相談・予約)



女性が生活の中で抱えている問題、悩みについて、電話や面接相談、法律相談、カウンセリングを行っています。

一人で悩まないで、まずはお電話ください。一緒に解決の糸口をさがしましょう。
(法律相談、カウンセリングは電話・面接相談の状況により御案内します。)

○電話相談・面接相談(面接相談は予約制)
火曜日～土曜日 8:30～17:00

生き方、家族、人間関係、からだ、離婚、職場など
自分らしく生きるために、様々な悩みを女性相談員
がお受けします。

・法律相談(予約制)
毎月第1金曜日 岡谷会場 13:00～16:00
第3金曜日 長野会場 11:00～12:00

法律に関する問題について、女性弁護士が相談に応
じます。
時間はお一人30分です。

・女性のためのカウンセリング(予約制)
毎月第2土曜日・第4金曜日 10:00～15:50

こころの悩みを女性カウンセラーがお聴きします。
時間はお一人50分です。

男性のための相談 0266-22-7111 「男だから弱みは見せられない」
「相談できる友人がいない」

電話相談のみ 毎週金曜日 17:00～19:00
(5月3日、12月27日、1月3日、
3月20日はお休み)

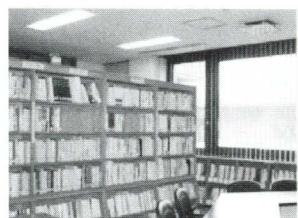
家庭、夫婦、人間関係、生き方などに
悩む男性からの相談に、男性相談員が
電話でお話をお聴きします。



図書室のご案内 火曜日～日曜日 9:00～17:00



女性や男性を取り巻くさまざまな問題を解決する
ために役立つ図書・DVDをそろえた専門図書室です。
一冊の本との出会いがあなたの人生を変えることも
あります。
女性、男性を問わずご利用ください。



啓発パネル・紙芝居・カルタ
などの貸出も行っています

参画ひろば 2019.3 No. 70

2019年度 事業計画
講座・イベントにご参加ください!



当センター主催の講座には託児
(無料)がついています。



託児室

長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”って?

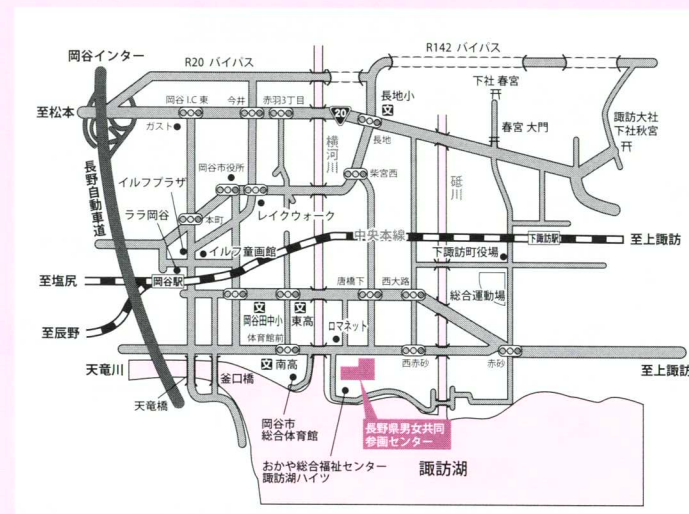
長野県の男女共同参画社会づくりを推進するための事業を実施しています。

- 講座・研修
- 出張講座
- 相談事業
- 交流支援
- 情報提供

長野県男女共同参画センター
“あいとぴあ”

〒394-0081 長野県岡谷市長地権現町4-11-51
TEL:0266-22-5781 FAX:0266-22-5783
<http://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/>
E-mail aitopia@pref.nagano.lg.jp

◆開館時間・・・9:00～21:00
◆休館日・・・毎週月曜日、年始年末(12/29～1/3)
◆交通案内・・・JR中央線 岡谷駅下車タクシー8分
シルキーバス・スワンバス
「岡谷駅南口」乗車～「諏訪湖ハイツ」下車
長野自動車道岡谷ICから10分



長野県男女共同参画センター

2019年度 事業計画

女性のエンパワーメントとチャレンジの促進

男女共同参画の理解促進

“あいとぴあ”男女共同参画フォーラム 9月11日(水)

「女性防災フォーラム ～災害関連死ゼロの避難所をめざして～」

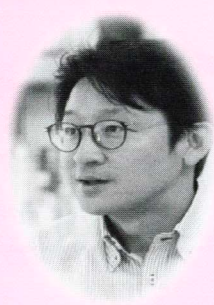
あいとぴあが毎年7月に開催しているフォーラムですが、今年度はホール工事のため9月の開催となります。

浅野幸子さん、加藤篤さんを講師に、男女共同参画の視点から地域防災への女性の参画や災害時のトイレの重要性について考えます。

(長野県危機管理防災課と共同開催)
※フードライブを今年も開催予定。



浅野 幸子さん
減災と男女共同参画
研修推進センター
共同代表



加藤 篤さん
NPO法人
日本トイレ研究所
代表理事

男性にとっての 男女共同参画推進

パパの子育てセミナー

6月22日(土) (安曇野市と共同開催)
講師：NPO法人ファザーリングジャパン
東海支部 橋本 淳邦さん

パパと子どもの料理教室(仮)

7月27日(土)
講師：おひさまキッチン 後藤 和美さん

男性のためのプチ家事セミナー

8月25日(日) (長野市と共同開催)
10月5日(土) (喬木村と共同開催)
講師：洗濯家 中村 祐一さん

意識改革と教育・ 学習の充実

学校向け キャリアデザイン講座

子ども達が社会に出たときに、性別に関わりなく個性と能力を十分に発揮できるように、男女共同参画の基礎を学びます。

出前講座

企業、団体、市町村等に男女共同参画センターの職員を派遣し、男女共同参画の現状、県の施策等を説明します。

その他「女性のキャリア形成と支援」の講座も企画中です。

困難を抱えた女性など多様な立場の 人が安心して暮らせる環境の整備

思春期の子どもを持つ保護者向け 子育て自信アップセミナー(仮)

8月24日(土)
講師：こどものミカタプロジェクト
代表 上間 春江さん

アサーショントレーニング

10月19日(土) (中川村と共同開催)
講師：(株)コミュニケーションズ・アイ
代表取締役 伊藤 かおるさん

研 修

女性相談担当者研修

第1回 5月16日(木)
第2回 10月9日(水)
ブロック別 県下2地区で予定
11月1日(金)、12月13日(金)

男女共同参画行政職員研修

7月4日(木)

教員向けデートDV研修

高校等に講師を派遣し、デートDVの相談対応を学ぶ機会を提供します。



女性に対するあらゆる 暴力の根絶

デートDV防止セミナー

中学、高校、大学等に講師を派遣し、デートDVを学ぶ機会を提供します。



モラハラ防止講座

11月20日(水)
講師：NPO法人レジリエンス
代表 西山 さつきさん

あらゆる分野での 女性活躍推進

役立つ!使える!会議術～ホワイト ボード・ミーティング®を学ぼう～

6月15日(土)
講師：ホワイトボード・ミーティング®認定講師
永久 理恵さん

ちいさないのちを守る防災講座

10月11日(金) (駒ヶ根市と共同開催)
講師：アウトドア流防災ガイド
あんどう りすさん

その他「文章力・編集力向上セミナー」なども企画中です。

仕事と生活の調和

更年期女性向け メイクセミナー

5月11日(土) (箕輪町と共同開催)
7月18日(木) (佐久市と共同開催)
講師：リーディングメイクアップアーティスト
大野 裕美子さん

聴き上手、話し上手でうまくいく

8月31日(土) (小諸市と共同開催)
講師：コーチングアカデミー諏訪校
校長 土橋 桂子さん

家族ではじめるお片づけ講座

11月30日(土) (信濃町と共同開催)
講師：一級建築士・住宅収納スペシャリスト
齊藤 絵美さん

親世代、子世代、男女、みんなで 考える実家片づけ(仮)

12月11日(木) (予定)
講師：一般社団法人実家片づけ整理協会
代表理事 渡部 亜矢さん

様々な主体との協働

協働・連携

グループ企画協働事業

男女共同参画の課題解決のための講座を企画・運営するグループを募集し、事業を委託します。

あいとぴあウィズネット 事業

グループで登録会員となると、あいとぴあ内の専用の会議室Gテラスを無償で利用できます。

ボランティアとの協働

図書室の運営やイベントのお手伝いをしていただけるボランティアスタッフを募集します。

市町村共同開催事業

市町村に出向いて、共同で講座を開催します。(再掲)