



昨年の様子

10月
4(土)・5(日)
入場・参加無料



明日の自分が変わるかも

アマランスフェスタ2014

いろんな講座や、体験などを通じて自分磨きをしてみませんか。
いざ！新たな興味を探しに！！お友達同士やご家族でおこしください。

10/4(土) 講座・体験

場 所：アマランス
申込方法：下冊み

男性諸君！ これからは育ボスがカッコよい

「イクメン」を、女性も男性も働きやすい職場を作る「イクボス」に進化させ、仕事・家事・育児がしやすい環境にしましょう。時午後1時～3時
講 早稲田大学名誉教授・加納貞彦氏 定50人

なりたい自分になる方法

一人ひとりが自分の中にある考え方の枠を突破して、軽やかに行動できる明日のあなたへのアドバイス。時午後1時～3時 定25人

ホッとひととき、息抜きヨガ

忙しい毎日に「息抜き」のひとときを。時午後1時～3時 定15人 ※女性限定 他動きやすい服装、ヨガマットまたはバスタオル持参。

10/5(日) 基調講演

場 所：メルカつきまち5階
申込方法：下冊み

思いのままから あるがまま ～心の荷物、おろしてみませんか～

一人ひとりが互いを尊重して向き合う、そんな心の使い方にふれてみませんか。

時午後2時～3時30分 ※午後1時開場 定200人

男女共同参画サミット inアマランス～With you～

イマドキの夫婦・親子の姿を通じて、家族づくりや、あり方を一緒に考えてみませんか。時午後3時30分～5時30分 定50人

憲法と女性の人権

憲法のあり方が話題になる昨今、現憲法における女性の人権に改めて着目してみませんか。

時午後3時30分～5時30分 講 活水女子大学准教授・渡邊弘氏 定25人

講師 川村 妙慶さん
(僧侶 / アナウンサー)

15年前からホームページで心の問題に取り組み、2007年ヤフー人名検索1位となり話題に。



●申し込み・問い合わせ●
男女共同参画推進センターアマランス
〒850-0874 魚の町5-1
(市民会館1階)
☎ 826-0018

申9月26日(金)までに電話か窓口、市ホームページからお申し込みください。定員になり次第、締め切ります。一時保育(1歳～就学前)を希望する場合は、申し込みの際にお申し出ください。

<p>介護福祉士 実務者研修 通信制</p> <p>教育訓練給付金制度対象講座</p> <p>受講料：88,000円 (会員施設・ヘルパー2級資格者の場合)</p> <p>※ 詳細はお問合せ下さい。</p> <p>毎月開講</p>	<p>各定員 20名 (先着順受付)</p>	<p>同行援護従事者養成研修</p> <p>平成26年10月より同行援護サービスを行うにはこの資格が必要となります。</p> <p>一般課程：10月18・25・26日(3日間) 【受講料：18,000円】 応用課程：9月27・28日(2日間) 【受講料：13,000円】</p>
<p>ご利用者のゆたかに、安らかに、自分らしい生活を支援します。 社会福祉法人救護会 介護のサンハイツ 〒852-8035 長崎市油木町65番地14 ☎ 095-843-3812 お問い合わせ 担当/山田・本田 介護のサンハイツ 検索</p>		

対=対象 日=日時 期=期日・期間 時=時間 曜=曜日 所=場所 内=内容 テ=テーマ 講=講師
 定=定員 費=参加費・受講料 持=持ってくるもの 抽=抽選 申=申し込み 選=選考 他=その他 問=問い合わせ

特集

市政

長崎市民

プレゼンテーション

生活情報

健康

子育て

福祉

被爆者援護

講演・講座

もよおし

おしらせ

募集

アマランス パソコン講座

男女共同参画推進センターアマランス
☎ 826-0018

仕事や就職に生かしたいかた向けの講座です。いずれも **所**市立図書館 **定**各20人(抽選) **他**昨年度・今年度受講した講座には申し込みできません。

エクセル初級 女性限定

対市内にお住まいか通勤・通学しているかたでパソコンの基本操作ができる50歳未満の女性 **期**11月6日～12月11日の毎週木曜日 ※全6回 **時**午前11時～午後1時 **費**2,900円(テキスト代別途2,160円) **申**(期限)10月10日(金)必着

ワード初級 女性限定

対市内にお住まいか通勤・通学しているかたでパソコンの基本操作ができる50歳未満の女性 **期**11月6日～12月11日の毎週木曜日 ※全6回 **時**午後2時～4時 **費**2,900円(テキスト代別途2,160円) **申**(期限)10月10日(金)必着

パワーポイント初級

対市内にお住まいか通勤・通学しているかたでワードの基本操作ができる60歳未満の男女 **期**10月18日～11月15日の毎週土曜日 ※11月1日除く。全4回 **時**午後1時～4時 **費**3,600円(テキスト代別途2,160円) **申**(期限)9月29日(月)必着

申込方法 往復はがきに、住所・氏名(返信用にも記入)、年齢、電話番号(昼間に連絡がとれる所)、一時保育(1歳～就学前)の有無(有の場合は、人数と年齢も)を書き、「○○」係へ。
 ※○○は講座名。はがきは、1人1枚。「パワーポイント初級」の一時保育はありません。

10/4(土)

場 所：アマランス

フェスタではその他にも さまざまなイベントがありますよ♪



● 特設人権相談

時午前10時～正午

● 行政相談

時午前10時～正午

● 長崎の元気な女性団体によるバザー

時午前10時～正午

● はあと屋によるお菓子などの販売

障害のあるかたが心を込めて作ったおいしいパンやお菓子などを販売します。 **時**午前10時～午後4時

● 講座「自己実現と男女の対等な生き方」

時午前10時30分～正午

● おりがみ体験～あなたの脳が活性化する～

時午後1時～3時

● 健康づくり推進員のいきいき健康体験

血圧や骨密度の測定など。 **時**午後1時～4時30分

● お手軽ウォーキング(中島川コース5.3キロ)

時午後1時30分～3時30分 ※要申し込み(長崎市コールセンター「あじさいコール」☎822-8888)

● アマラちゃんぬり絵コーナー

時午後1時～4時30分

● 展示「イコール・ペイ・デイを知っていますか？」

～男女の賃金格差解消を目指して～

時午後1時～4時30分

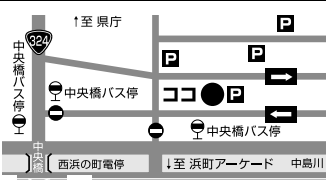
● 講座「高齢者のセクハラ、ストーカー被害を考える」

時午後1時30分～3時30分

● 講座「ブックトークカフェ～本から始まるわたしの物語～」

時午後2時～4時

受診困難(経済的問題などで病院にかかれぬ悩み)相談会



日時 9月16日(火)、10月27日(月) 各14～16時

場所 メルカツきまち 5階 会議室

長崎県民主医療機関連合会(長崎民医連)

●大浦診療所☎821-1367 ●上戸町病院☎879-0705 ●香焼民主診療所☎871-0265 ●花丘診療所☎848-9171

左記相談会以外でも、
随時ご相談に対応しています
一人で悩まず、お電話を