

CREO

クレオ大阪中央

大阪市立男女共同参画センター中央館

女性総合相談センター/研究室
チャレンジカフェ/女性チャレンジ応援拠点

〒543-0002 大阪市天王寺区上汐 5-6-25
TEL06-6770-7200 FAX06-6770-7705



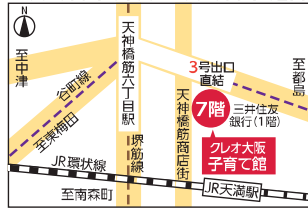
大阪メトロ谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘」駅
1・2号出口徒歩約3分

クレオ大阪子育て館

大阪市立男女共同参画センター子育て活動支援館

子育て相談 / 男性相談

〒530-0041 大阪市北区天神橋6-4-20(7階)
TEL06-6354-0106 FAX06-6354-0277



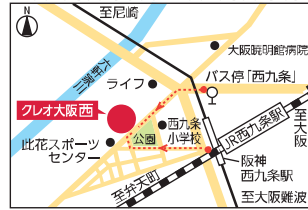
大阪メトロ谷町線・堺筋線「天神橋筋六丁目」駅
3号出口直結/JR大阪環状線「天満」駅徒歩約10分

クレオ大阪西

大阪市立男女共同参画センター西部館

こども文化センター
大阪市しごと情報ひろばクレオ大阪西・マザーズ

〒554-0012 大阪市此花区西九条 6-1-20
TEL06-6460-7800 FAX06-6460-9630



JR大阪環状線・阪神なんば線「西九条」駅徒歩約5分

クレオ大阪南

大阪市立男女共同参画センター南部館

〒547-0026 大阪市平野区喜連西 6-2-33
TEL06-6705-1100 FAX06-6705-1140



大阪メトロ谷町線「喜連瓜破」駅1号出口
徒歩約5分

クレオ大阪東

大阪市立男女共同参画センター東部館

チャレンジスタジオ

〒536-0014 大阪市城東区鶴野西 2-1-21
TEL06-6965-1200 FAX06-6965-1500



JR大阪環状線・東西線・学研都市線「京橋」駅
南口徒歩約7分 / 大阪メトロ長堀鶴見緑地線
「大阪ビジネスパーク」駅4号出口徒歩約9分 /
京阪本線「京橋」駅中央口徒歩約11分

開館時間・休館日

クレオ大阪中央・南・東

開館時間：9：30～21：30

休館日：月曜日(祝休日の場合開館)

祝休日の翌日(日曜日・祝休日の場合開館)

年末年始(12/29～1/3)

クレオ大阪西

開館時間：9：00～21：30

休館日：月曜日(祝休日の場合翌日)

年末年始(12/29～1/3)

クレオ大阪子育て館

開館時間：平日 10：00～21：00

土・日・祝休日 10：00～17：00

休館日：年末年始(12/29～1/3)

※臨時開館、臨時休館となる場合があります
ので、ホームページ等にてご確認ください。

クレオ大阪YouTubeチャンネル
YouTube ジャンプちゃん →

クレオ大阪ホームページ
<https://www.creo-osaka.or.jp>

情報誌クレオ
バックナンバー
<https://danjo.osaka.jp/wp>

女性の悩み相談

電話相談 **06-6770-7700**
火～土10:00～20:30 日・祝休10:00～16:00

面接相談予約 **06-6770-7730**
火～金10:00～20:30 土・日・祝休10:00～16:00
※メールによる相談も行っています

男性の悩み相談

電話相談 **06-6354-1055**
毎週(金)19:00～21:00 毎月第3(日)11:00～17:00

面接相談予約 **06-6770-7723**
火～金10:00～20:30 土・日・祝休10:00～16:00

子育て相談

電話相談 **06-6354-4152**
平日10:00～21:00 土・日・祝休10:00～17:00
面接相談予約

DV相談 (ドメスティック・バイオレンス)

大阪市配偶者暴力相談支援センター
電話相談 **06-4305-0100**
平日9:30～17:00
※メールによる相談も行っています

大阪市女性のつながりサポート LINE 相談

LINE相談
水14:00～20:00
日10:00～16:00
LINE上の登録名とアイコン画像
のみの匿名でご相談いただけます。

困難な問題を抱える女性の自立に向けたサポート

大阪市女性相談支援員
電話相談 **06-6208-7289**
平日9:00～17:00
※必要に応じて、関係機関への同行・緊急避難・自立支援等



大阪市中央公会堂

クレオ大阪
マスコットキャラクター
ジャンプちゃん

特集

私たちの暮らしを支える 新たな道しるべ ～第4次大阪市男女きらめき計画がめざす社会～

- 【連載まんが】
- ジャンプちゃんおしえて！男女共同参画ってなあに？
- ep.10「学ぶチャンスは、みんな同じ？」

- 【連載コラム】
- 男性相談から考える社会と私たち
- 若者とジェンダーバイアス

- 【男女共同参画TOPICS】
- 6月23日～29日は「男女共同参画週間」です。
- 令和8年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズが決定！！
- 令和7年度 大阪市女性活躍リーディングカンパニー
- 市長表彰企業の紹介

- 【研究室長コラム】
- もっと知りたい！クレオ大阪
- 男女共同参画センターと研究室
- 無料セミナー&イベント情報(6月～8月)

- 【女性チャレンジ応援拠点ロールモデル紹介】
- チャレンジの先輩に聞く！活動の始め方・続け方のヒント
- 川西 真寿美さん(ひといるプロジェクト 代表/ホスピタルアートプランナー・ディレクター)



ジャンプちゃんおしえて!

ep.10

みんな同じ? 学ぶチャンスは、

男女共同参画



クレオ大阪
マスコットキャラクター
ジャンプちゃん

男女共同参画について
かわいく、わかりやすくまんがで解説!
ジャンプちゃんと一緒に、学んでみましょう!

作者:あい
二児のママのコミック作家。
Instagram (@yui_dondon) などで
漫画を発信中。



解説コラム

かつて日本では、家庭科は女の子、技術科は男の子というように、男女で学ぶ科目が分かれていました。そのころは、「男は外で働き、女は家のことをする」という考え方が強くありました。でも、ごはんを作ったり、服を直したりすることも、ものをつくったり、しくみを理解したりすることも、だれの暮らしにも必要な力です。社会が変わり、共働きの家庭も増える中で、「生活に必要なことは、みんなが学んだほうがいい」という考えが広まりました。日本は昭和60(1985)年に「女性差別撤廃条約」という国どうしの約束を結び、男女平等の実現をめざすことになりました。そして1990年代から家庭科と技術科は、男女がいっしょに学ぶ科目になりました。家庭科や技術科では、生活に必要な知識や技術を身につけながら、自分たちの暮らしを工夫する力を育てます。学ぶチャンスが同じであることはとても大切です。そして学んだことは自分の力になります。だれかの役目ではなく、「みんなで支え合う力」にしていけるといいですね。

6月23日～29日は「男女共同参画週間」です。

男性も女性も、職場や学校、地域、家庭でそれぞれの個性や能力を十分に発揮できる「男女共同参画社会」を実現するには、一人ひとりの気づきと行動が欠かせません。性別による固定観念(ジェンダーバイアス)を見直し、私たちにできることを、この機会に考えてみませんか。

令和8年度「男女共同参画週間」キャッチフレーズが決定!!

令和8年度の男女共同参画キャッチフレーズは、こども家庭庁の意見募集サイト「こども若者★いけんぱらす」を活用し、中学生から20代の皆さんの意見をもとに検討され、決定されました。

あなたらしさが、
社会のチカラ



令和7年度
大阪市 女性活躍リーディングカンパニー

市長表彰企業の紹介

大阪市では、女性がいきいきと働ける職場づくりに力を入れている企業を「女性活躍リーディングカンパニー」として認証しています。認証企業の取組を広く発信し、よい事例がほかの企業にも広がることをめざしています。さらに、認証企業の中から特に優れた取組を行う企業を表彰する「市長表彰」を毎年実施しています。表彰企業は、外部有識者による審査結果を踏まえて市長が決定します。令和7年度は10社が表彰されました。



大規模企業部門 (各賞50音順)

最優秀賞

●株式会社朝日新聞社
「ジェンダー平等宣言」を策定し、女性のいない会議を作らない方針のもと、女性比率や賃金差を公表するなど独自性と透明性の高い取組を行う。

野村證券株式会社

男性の育休取得を促進し、早期引継ぎや業務効率化等を行うことで、人員減を成長機会に転換。大阪支店で開催する女性活躍委員会では、部門を横断した課題解決や学びの機会を提供している。

優秀賞

- 株式会社ザイマックス関西
- 株式会社ダイセル

特別賞

- Sky株式会社
- 西日本旅客鉄道株式会社

中小規模企業部門 (各賞50音順)

最優秀賞

●株式会社イベント・トゥエンティ・ワン
女性社員による職場環境の紹介や、女性ロールモデルの提示により、女性の採用を強化したことで女性比率50%、管理職比率は56%へと向上。社員の声を基にした休暇制度を導入するなど職場環境を整備している。

優秀賞

- 株式会社グリーンケア

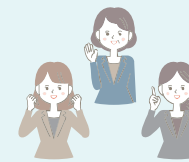
特別賞

- 株式会社KUL
- 豊開株式会社



大阪市 HP

受賞企業の取組内容などは
こちらをご覧ください。





チャレンジの先輩に聞く！ 活動の始め方・続け方のヒント

絵画などのアートを病院などの医療機関に取り入れ、患者や医療者の心を癒し活力を添える「ホスピタルアート」。医療の空間に癒しやコミュニケーションを届けるこの取組は、海外では広く知られるもので、近年は国内でも導入する機関が増えています。

今回は、色やアートの方で医療現場と関わる「ひとというプロジェクト」代表の川西真寿実さんにお話を伺いました。川西さんは平成30(2018)年にも「チャレンジの先輩に聞く！活動の始め方・続け方のヒント」に登場いただきました^(※)。平成29(2017)年の団体設立からもうすぐ10周年を迎える今、これからの活動の展開や目標について、改めてお話を伺いました。



令和8(2026)年3月22日～28日に開催されたパープルデー大阪2026の展示にて 主催:パープルデー大阪 協力:あべのハルカス近鉄本店「緑活」プロジェクト

アート活動で医療現場に笑顔を

前回の取材では、病気や見た目には特性のある方々に、色彩を活用したケアを行い自己肯定感を高める「リハビリカラー®」に取り組んでいた川西さん。患者さんたちの生の声を聞く中で、患者さん一人ひとりの個性や表現に、現代アートの活動でも寄り添いたいと考えようになり、現在はホスピタルアートを中心に活動されています。病院内で、患者さんやそのご家族、医療従事者がアーティストと共に一つの作品

を作り上げる過程は、立場を超えたフラットなコミュニケーションの場づくりだけでなく、「その人がその場にいる“今”の証し」となります。一人ひとりの存在を肯定し、その人自身が持つ自分らしい表現で時間を共有できるのが魅力だと話してくださいました。病気と向き合う方々に、アートや色に触れる体験を「大切にいいものだ」と感じてもらえることを願い活動を続けておられます。

「対話」でつむぐ信頼関係

これまで様々な医療機関で、約60件のホスピタルアートの企画と制作・展示を行ってきた川西さん。この3月、あべのハルカス近鉄本店などで行われた、てんかんの啓発イベント「パープルデー大阪2026」にも参画されました。イベントでは、患者さんやご家族、支援者、そして有志が集まってくださった中高生と共に作った作品が展示されました。多くの方が温かいメッセージを寄せてくださったことについて、「通りがかりでその作品を見た人も何かを感じて理解が広が

り、つながりが生まれたらいいな」と話してくださいました。活動を広げるために心がけていることを伺うと、「信頼関係を構築することが大切ですよ」と、すかさず答えてくださいました。丁寧に対話を重ねて、想いや考えを尊重しつつ作品を作っていくことで信頼関係を構築する。また、一緒に制作した内容を可能な範囲で公開することが第三者からの信頼や、新たな活動につながっていくとのことです。

想いを胸に次のステップへ！

「ひとというプロジェクト」の設立からもうすぐ10周年。川西さんは、この節目にこれまでの活動や想いを本にまとめたいと計画しています。本を通じて、より多くの人々の共感を呼び、想いが受け継がれるのではないのでしょうか。

「活動を続ける中で、一緒に作品を作り上げた人たちの笑顔が

自身の癒しでもあり、セルフケアになっている」とのこと。活動継続の何よりのコツは、“想い”なのではないでしょうか。ご自身の想いを胸に真摯に活動を続ける川西さん。次の10年に向けてますます羽ばたかれることでしょう。

川西 真寿実さん
(ひとというプロジェクト 代表/ホスピタルアート プランナー・ディレクター)

自身の看病や介護経験を通じて、アートや色彩が医療環境や心理に与える影響を実感。平成29(2017)年に「ひとというプロジェクト」を発足。アーティストと協働して患者様や家族との共同制作や院外での企画展を行う。様々な病院での制作は約60事例、入院中の患者様などの参加数は累計約4,500名。医療現場へアートを通じた関わりを届ける活動を継続中。

ひとというプロジェクト



ホームページ



Instagram

(※)平成30(2018)年掲載記事
「チャレンジの先輩に聞く！活動の始め方・続け方のヒント vol.13」



ホスピタルアートのワークショップの様子。アートと色に触れる楽しい時間です。

男性相談から考える 社会と私たち

若者とジェンダーバイアス



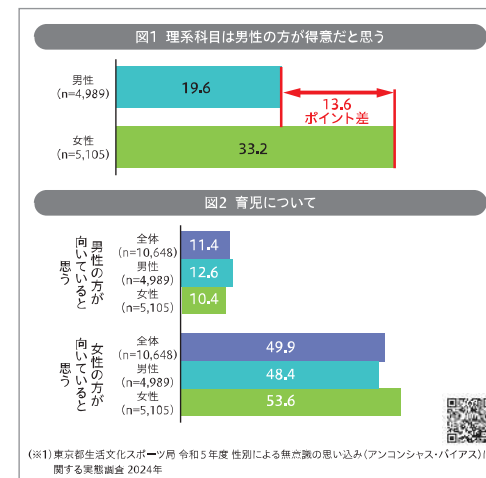
濱田 智崇さん
(京都橋大学総合心理学部准教授、臨床心理士・公認心理師)
平成7(1995)年、日本初の男性相談「男」悩みホットラインを開設し、各地の自治体での男性相談事業にも携わる。平成23(2011)年～男性専用のカウンセリングオフィス天満橋代表。令和元(2019)年～一般社団法人日本男性相談フォーラム理事。主著書「男性は何をどう悩むのか 男性専用相談窓口から見る心理と支援」(平成30(2018)年 ミネルヴァ書房)

若者たちの「性別による思い込み」

今回は若者をテーマに取り上げます。中学生や高校生の皆さんにも読んでもらえると嬉しいです。

「アンコンシャス・バイアス」という言葉を聞いたことがありますか？最近、ジェンダー(社会的・文化的に構築された性別や役割)に関する文脈で、よく使われるようになった言葉です。日本語では「無意識の思い込み」などと言います。アンコンシャス・バイアスは、ジェンダーに関するものだけでなく、様々な場面で生じ得るのですが、ここではジェンダーバイアス(性別による思い込み)を取り上げることにします。

東京都が行った意識調査^(※1)の結果から、一部をご紹介します。約1万人の高校生に尋ねたところ、「理系科目は男性の方が得意だと思う」に、男性の19.6%、女性の33.2%が「そう思う」と答えています(図1)。育児について女性の方が向いていると思う^(※2)では、男性の48.4%、女性の53.6%が「そう思う」と答えています(図2)。中高生の皆さんは、これを見てどう感じましたか？50代男性である私から見ると、この結果は2つの点で意外でした。1つは、若い世代でも「性別による差はある」と思っている人が少なくないこと、もう1つは、女性の方が男性よりもそう思っている割合が高いことです。



「無意識であること」の問題

だからといって、私が皆さんに、価値観を変えなさい! などと言うつもりは、まったくありません。個人がどんな価値観を持つかは、もっとも尊重されるはずのもので、誰から強制されることはあってはならないからです。ただ、皆さんに少し考えてみてほしいのは、「自分のその価値観が何を根拠にできたものなのか」ということです。

実は、全国学力・学習状況調査では、中学生の理数系学力において、数学は男女差がなく理科は女子がやや高いことが明らかになっています^(※2)。それなのに「男性の方が理系科目は得意」と感じるのはなぜでしょうか。まだ経験していないはずの「育児」を、女性の方が向いていると判断した材料は何でしょうか(親を見ていてそう思った、と言われてしまうと私たち親世代はぐうの音も出ないのです)。

「違和感」を大切に

無意識の思い込みを防ぐための方法のひとつは、自分の中の「違和感」を大切にすることです。「ちょっと変」とか「何だか嫌かも」といった感覚を、「親が気に入るなって言うから」「先生がこれだと言って言うから」「SNSでそう言われているから」といった理由で、なかったことにしてしまった経験はありませんか？

大人の言うことがすべて正しいとは限りません。大人がこれまで作ってきた社会にも、変えた方がいいところはたくさんあります。今

「アンコンシャス・バイアス」の何が問題かという、私は「アンコンシャス」つまり「無意識」であることだと考えています。無意識のうちに決めてしまうことで、気づかないうちに、将来の可能性を狭めてしまうことにもなり得ます。例えば、理数系が得意な女性がその道を諦めてしまったら、とても残念なことだと思います。自分の得意分野で活躍し、充実した人生を送れたかもしれないですし、もしかしら、その女性の開発した薬が人類を救ったかもしれません。そして、その女性をサポートする家事や育児が得意なパートナーと出会えたかもしれないのに。

(※2) 河野親子 九州大学男女共同参画推進室 中学生の学力とジェンダー: 「全国学力・学習状況調査」の男女別データ紹介 2025年





もっと知りたい！クレオ大阪 ～男女共同参画センターと研究室～

案内役
服部 良子
クレオ大阪中央 研究室長



クレオ大阪をもっと身近に感じていただく連載企画です。今号はクレオ大阪の成り立ちや機能などを紹介します。

クレオ大阪は何をする施設ですか？

クレオ大阪の説明の前に、男女共同参画社会について説明させていただきます。男女共同参画社会は、英語ではgender-equal societyといい、その意味は、男女が、互いにその人権を尊重しつつ責任も分かち合い、性別にかかわらず、その個性と能力を十分に発揮することができる社会です。クレオ大阪は愛称で、クレオはラテン語で「創造」を意味します。正式名称は大阪市立男女共

同参画センターといえます。

クレオ大阪は、男女共同参画社会を「創造」するために、大阪府が設置した拠点施設です。大阪市内に5か所あり、男女共同参画社会実現のための「場」として、市民同士あるいは市民と組織や情報、人と人とのつながりやネットワークを生み出す役割を果たしています。

「男女共同参画社会の実現をめざす活動」とはどういう活動ですか？

男女共同参画社会の実現をめざす活動とは、大きく「社会全体の仕組みづくり」と「一人ひとりの課題解決のための活動」に分けられると考えています。「社会全体の仕組みづくり」とは、性別による固定的な役割分担意識をなくし、誰もが活躍できる社会基盤を整えることです。

そして、「一人ひとりの課題解決のための活動」とは、個人の意欲と能力を十分に発揮できるように、スキルや経験を身につける学習機会を提供したり、困りごとや悩みを解決するための相談や情報提供をしつらする活動です。

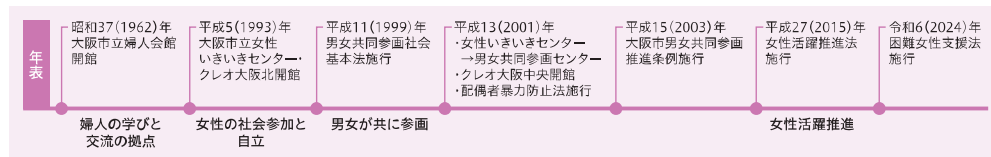
このような施設があるのは大阪市だけですか？

男女共同参画センターは、それぞれに規模や名称に違いはありますが、全国にあります。なぜなら、男女共同参画社会基本法(以下、基本法)に基づく施設だからです。基本法は平成11(1999)年に成立し、男女共同参画社会を実現するために、都道府県や市町村に対して計画^(※1)を立てることや、国民の理解を深める取組みを求めています。そして、令和7(2025)年に一部改正され、男女共同参画センターが「関係者相互間の連携と協働を促進するための拠点」として法的に位置づけられました。

さらに、令和8(2026)年4月に独立行政法人男女共同参画機構(JGEPA)が発足しました。JGEPAは、男女共同参画に関する施策を総合的に行う「ナショナルセンター」として、また、地域における諸課題の解決に取り組む各地の男女共同参画センター等を速やかにかつ強力に支援する「センターオブセンターズ」の役割をもち、国や自治体、男女共同参画促進施策に関する活動を行う地域の企業、経済団体など多様な関係者と連携し、中核的な機関として積極

的な役割を果たしていくこととされています。

大阪市では、昭和51(1976)年に始まる国連婦人の10年の間に婦人問題の施策がさらに進められ、平成元(1989)年には「女性いきいきセンター構想」として、女性センターの整備計画が整いました。つまり、大阪市では、国が基本法を制定する以前からとても活発に女性施策が進んでいたのです。そして平成5(1993)年にはクレオ大阪北として大阪市立女性いきいきセンター北部館が開館しました。その後、西部館、南部館、東部館が開館し、平成13(2001)年にクレオ大阪中央が開館し、今日の5館体制へつながりました。ところで、大阪市では基本法ができる30年以上前、昭和37(1962)年に大阪市立婦人会館が日本初の公立女性教育施設として設置されています。これは大阪市内の女性たちが学びと交流の拠点を求めて募金を行った活動が元になっています。クレオ大阪中央は、その婦人会館の跡地に立っています。先人の思いを引き継いで今のクレオ大阪があるとも言えますね。



※1「大阪市男女共同参画基本計画～第4次大阪市男女きらめき計画～」については、2～3ページをご覧ください。

具体的にどんなことをしている施設なのですか？

クレオ大阪は、男女共同参画に関連する学びや情報の提供、女性相談、調査研究など様々な事業を展開しています。また、こうした活動に関わる人たちのネットワークの拠点となる施設でもあります。具体的には、年間を通じて男女共同参画に関連するセミナーや講座などを開催し、学びや交流の場をもっています。こうした活動は、基本法や大阪市男女共同参画推進条例で定められた「学習や広報の機能」を果たしています。また、女性相談、男性相談、子育て相談の3つの相談窓口があります。さらに男女共同参画に関連する情報の収集や提供を目的に、研究室、情報・図書コーナーも設けています。

男女共同参画センターという名称のとおり、男女ともにご利用いただけるよう、事業を実施していますが、全体で見ると、女性を主な対象とする事業が多くなっていると思われるかもしれません。その

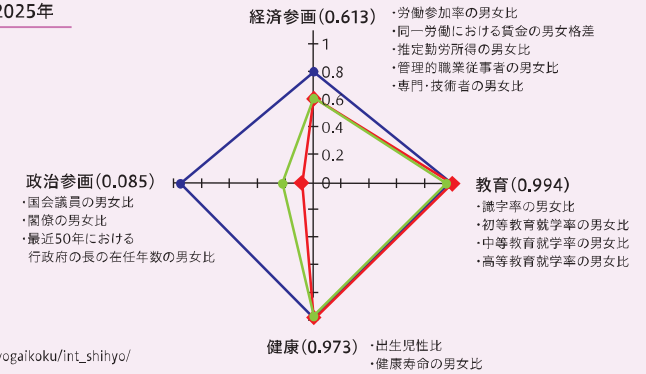
理由は、基本法では「男女間の格差を改善するために必要な範囲において、男女いずれか一方に対して当該機会を積極的に提供する」と規定されている中で社会の情勢を鑑みると、様々な機会への参画について男女格差の改善という点において、男性よりも女性に対する支援や機会の提供が必要と考えられているからです。実は、世界経済フォーラムは各国における男女格差を測るジェンダー・ギャップ指数をみると、日本は先進国のなかでも、アジア諸国のなかで韓国や中国、ASEAN諸国と比較しても男女格差が大きいのが現状です。これは、「健康、教育、経済、政治」の4つの分野で0が完全不平等、1が完全平等として数値化したもので、日本は148か国中118位(2025年発表)となっており、特に「経済」「政治」の分野での男女格差が大きいことが影響しています。

ジェンダー・ギャップ指数(GGI)2025年

アイスランド(0.926)
1位/148か国

日本(0.666)
118位/148か国

平均(0.688)



出典：内閣府男女共同参画局ホームページ
https://www.gender.go.jp/international/int_syogaikoku/int_shihyo/

研究室もあるんですね。どんなことをしているのですか？

国の基本法そして大阪市の条例でも、施策のために調査研究は推進されています。それに基づいてクレオ大阪の調査研究事業は、事業をよりニーズにあったものにするためや男女共同参画社会の実現のために、様々な社会課題を明らかにすることを目的としています。

また、調査研究のもう一つの目的は、みんなが「なんとなく不便だな」「生きづらいな」と感じていることが、どのような課題で、どのような規模で起きているのかなどの現状について分析することです。調査研究を行うことで、「どこを改善すればよいか」という具体的なアプローチが見えてきます。これは市民ニーズにあった事業展開のスタートラインともいえます。このような調査研究が、男女共同参画社会の実現に向けた市民ニーズを把握する基礎になっています。調査結果はクレオ大阪のホームページで公開していますので、ぜひご覧くださいね。



クレオ大阪HP
(調査研究)

調査研究テーマの一覧

年度	調査テーマ
令和7年度	性別役割分担意識と進路選択や社会人の学びに関する調査
令和6年度	男女共同参画に関する市民意識調査
令和5年度	男女共同参画の視点からの「防災」に関する市民意識・行動調査
令和4年度	男女共同参画の視点からの市民生活に関する調査
令和3年度	男女共同参画の視点からの新型コロナウイルス感染症影響下における仕事・生活に関する調査
令和2年度	職場におけるハラスメント実態調査
令和元年度	男女共同参画に関する市民意識調査
平成30年度	非正規雇用で働くシングル女性の実態調査
平成29年度	20～50代男性の男女共同参画および女性活躍推進に関する意識等調査
平成28年度	中小企業における女性の活躍の効果的な支援について～大阪市の新たな男女共同参画基本計画に向けた考察～

クレオ大阪 各館の無料セミナー&イベント情報

実施会場：クレオ大阪 中央

男女共同参画週間企画

「誇りを胸に、あなたと共に。」

大阪弁護士会新会長が語る、女性リーダーのいまとこれから
6/23(火) 19:00～20:30



これからの女性リーダーに求められる要素について、令和8年度大阪弁護士会の会長に就任された中井洋恵さんと大阪弁護士会初の女性会長で選ばれた石田法子さんにお話を伺います。

- 講師 中井 洋恵(弁護士)、石田 法子(弁護士)
- 定員 40名(申込先着順) ●対象 どなたでも

男女共同参画週間企画

パパだいきっぴ！～絵本読み聞かせライブ2026～

同じ絵本でも、ママに読んでもらうのとパパに読んでもらうのはひと味ちがう!? おはなしを聞いたり手あそびをしたり、後半は親子で体を使いながらわらべうたでもあそびます。日ごろ忙しいお父さん子どもと一緒に参加するチャンス! みんなで来てね。

- 日時 6/27(土) 11:00～12:00
- 講師 河野 京子(絵本講師)、野田 祐子(絵本セラピスト)
- 定員 35名(申込先着順) ●対象 男性保護者と就学前の子ども

実施会場：クレオ大阪 子育て館

男女共同参画週間企画

Z世代の“ルッキズム”を考える
～SNS時代の子どものリアル～
(会場・オンライン開催・見逃し配信あり)

6/27(土) 10:30～12:00



「ルッキズム」は、外見重視主義や外見至上主義といった、外見を重視する考え方のこと。メイク・ファッション・美容に高い関心を示す子どもたちが陥りやすいルッキズムについて学び、多様な考え方・時代と付き合う考え方を学びましょう。

- 講師 米澤 泉(甲南女子大学 社会学部総合社会学科 メディア社会学専攻 教授)
- 定員 会場50名、オンライン50名(申込先着順) ●対象 どなたでも

- 3か月～小3 申込締切 6/17(水)
- 会場のみ 申込締切 6/17(水)

育休後カフェ@クレオ大阪

～「子育てしながら働く」をゆるっと話そうしゃべり会～

仕事と育児、どう両立しよう? そんな思いや不安を気軽に話せる場が「育休後カフェ」です。働くパパママはもちろん、これから働きたい方も、モヤモヤを共有して、自分なりの答えを見つけるヒントを一緒に探してみませんか?

- 日時 7/5(日) 10:30～12:00
- 講師 育休後カフェ・ファシリテーター (関西)
- 定員 20名(申込先着順) ●対象 仕事と育児の両立を考えるパパ・ママ

- 3か月～小3 申込締切 6/25(木)

実施会場：クレオ大阪 西

シネマトーク「アフター・ミー・トゥー」
～「#Me Too」後の韓国で～

8/11(火・祝) 14:00～16:30



世界を席卷した「#MeToo」運動。その後、社会はどう変わったのか。性暴力の告発後(After)にある課題と、女性たちの連帯を温めたオムニバス・ドキュメンタリー。上映後のトークセッションでは、日本の映画業界における「その後」についてお話いただきます。

©2022 GRAM FILMS, ALL RIGHTS RESERVED

14:00～15:30 映画(DVD)上映

15:30～16:30 シネマトーク

- シネマトーク講師 江口 由美(映画ライター)
- 定員 60名(申込先着順) ●対象 どなたでも

- 1歳～就学前 申込締切 7/28(火)

男女共同参画週間企画

「好きなこと」で地域の魅力づくり
～わたしの「やりたい」が、地域の「ワクワク」に～

「男女共同参画」って、身近なことなんです。「好きなこと」を起点に、人と人がつながり、地域が動き出す。そんな新しいまちづくりのカタチを、一緒に考えてみませんか?

- 日時 ①6/27(土) ②7/18(土) 10:30～12:30
- 講師 中尾 猛(「俺のたまり場」設計士)、渡邊 芳枝(はたけもり管理人)ほか
- 定員 各40名(申込先着順) ●対象 どなたでも

- 1歳～就学前 申込締切 ①6/13(土)、②7/4(土)

実施会場：クレオ大阪 南

男女共同参画週間企画

怒りに振り回されない暮らし方
～シニア男性のための感情の整え方～

6/26(金) 14:00～16:00



定年後や生活の変化により、家庭や地域で過ごす時間が増えるシニア期。日常生活で、思わずイライラしてしまうことはありませんか。アンガーマネジメントの考え方をもとに、気持ちを上手に整えるコツを学びます。

- 講師 鷹取 敏昭(一社)日本アンガーマネジメント協会 チーフファシリテーター)
- 定員 50名(申込先着順) ●対象 男性

好きと得意を生かして働く!
～わたらしいキャリアの見つけ方～

これまでの仕事や経験から強みや得意を見つけ、自分らしい働き方を考えます。これからのキャリアのヒントを見つけてみましょう。

- 日時 7/4(土)、11(土)、18(土) 10:00～12:00
- 講師 増田 正子(大阪市女性起業家情報交流協会会長/司法書士)
- 定員 各40名(申込先着順) ●対象 働く女性

- 1歳～就学前 申込締切 各回10日前

実施会場：クレオ大阪 東

認知症の家族と共に歩むケアとは?
～「ケアニン2 ～こころに咲く花～」上映会&講演会～
7/26(日) 10:30～12:45



介護現場の取材を通して制作された映画「ケアニン」続編の上映と、若年性アルツハイマー症の親を長年介護している講師の体験を元に介護を支える家族へのアドバイス等、ケアをする立場の視点からの講演をお届けします。

10:30～12:15 映画上映会

12:15～12:45 講演会

- 講師 岩佐 まり(フリーアナウンサー)
- 定員 200名(申込先着順) ●対象 どなたでも

- 1歳～就学前 申込締切 7/16(木)

仕事と家庭の両立支援

～タイムマネジメントで自分時間をつくりましょう～

仕事や家庭における時間の使い方などを見直し、無理なく続けられる自分のために使える時間を見つけてみましょう。

- 日時 7/5(日) 10:30～12:00
- 講師 根本 千里(オフィスhint link 代表)
- 定員 40名(申込先着順) ●対象 どなたでも

- 1歳～就学前 申込締切 6/25(木)

「こんなん/読んでみた」
図書コーナースタッフが、
クレオ大阪 情報・図書コーナーで
見つけた気になる本をご紹介します!



スタッフN



スタッフK

- N 今号からKさんと一緒にこのコーナーを担当することになりました! また色々な本を紹介できそうで楽しみです。
- K はい、よろしくお願いします。では早速、この本から紹介します。『ドイツ人の戦略的休み方』です。
- N 戦略的に休み…すごく興味深いタイトルだね。
- K そうなんです。日本とドイツの「働き方」「休み方」を比較しながら、「しっかり働いて、しっかり休み」にはどうしたらいいかについて考えられる一冊です。有給休暇の取得率や平均睡眠時間のデータだけでなく、ドイツ人の1日のスケジュールを円グラフにして、解説しているのが面白かったです。
- N 「ワーク・ライフ・バランス」を考えるヒントになる内容だね。実践できることも具体的に書いてあって、わかりやすいし、日々の生活に取り入れやすい。暮らしを見直すきっかけとしてもおすすめです。私が紹介する本は、「世界の子育てくらべてみたら、心がふわっとラクになった」です。
- K 全編カラーのマンガなんですね。
- N そうそう。「雑乳食編」「女性の仕事と子育て編」など細かく分かれてい

セミナーの申込方法

■大阪市内在住・在学・在勤の方が対象です。
(その他の対象は各セミナーの詳細をご覧ください)

ホームページから申込

クレオ大阪(講座・イベント検索)からお申込みください。
※オンラインで受講の方は、ホームページからお申し込みください。



電話・FAX・来館で申込

実施会場のクレオ大阪各館にお申込みください。

一時保育マーク
(一時保育あり・事前申込:
子どもの名前(ふりがな)・
生年月(西暦〇年〇月〇日))

手話通訳マーク
(手話通訳あり・事前申込)

オンラインマーク
(インターネットでの受講)

子どもの年齢	保育料 (子ども1人1回あたり)
1歳～3歳未満	800円
3歳0か月～就学前	500円
子育て館のみ 3か月～小3	無料



「ドイツ人の戦略的休み方 有休取得率100%なのに平均年収が日本の1.7倍!」
サンドラ・ヘフェリン 著
大和出版



「世界の子育てを比べてみたら、心がふわっとラクになった」
織田 博子 著
WAVE出版

- て、色々な国のエピソードが載っているから、楽しみながら「世界にはいろいろなやり方があるんだ、もう少し力を抜いても大丈夫なんだ」と気づける一冊かも。
- K 「お風呂編」での「日本ほどお風呂に入る習慣は世界的には珍しいかも」という気づきも言われてみれば納得です。毎日きちんと入らなきゃ」と思っていたことも、実は当たり前でないと気づくと「大変なときは無理なくてもいいかな」と心が少し楽になりますね。
- N 全部ががんばらなくてもいいんだよね。そんな風に思えるのがいいよね。
- K 今号は男女共同参画週間(6月23日～29日)にあわせて、性別を問わず「仕事」や「子育て」を国際的な視点で考えられる本がそろいましたね。
- N 毎日を軽やかにするきっかけになったら嬉しいです。

【情報・図書コーナーからのご案内】
今回ご紹介した本を含む図書、雑誌、漫画、DVDは、1枚の図書カードで、クレオ大阪5館共通でご利用いただけます!



詳細はこちら