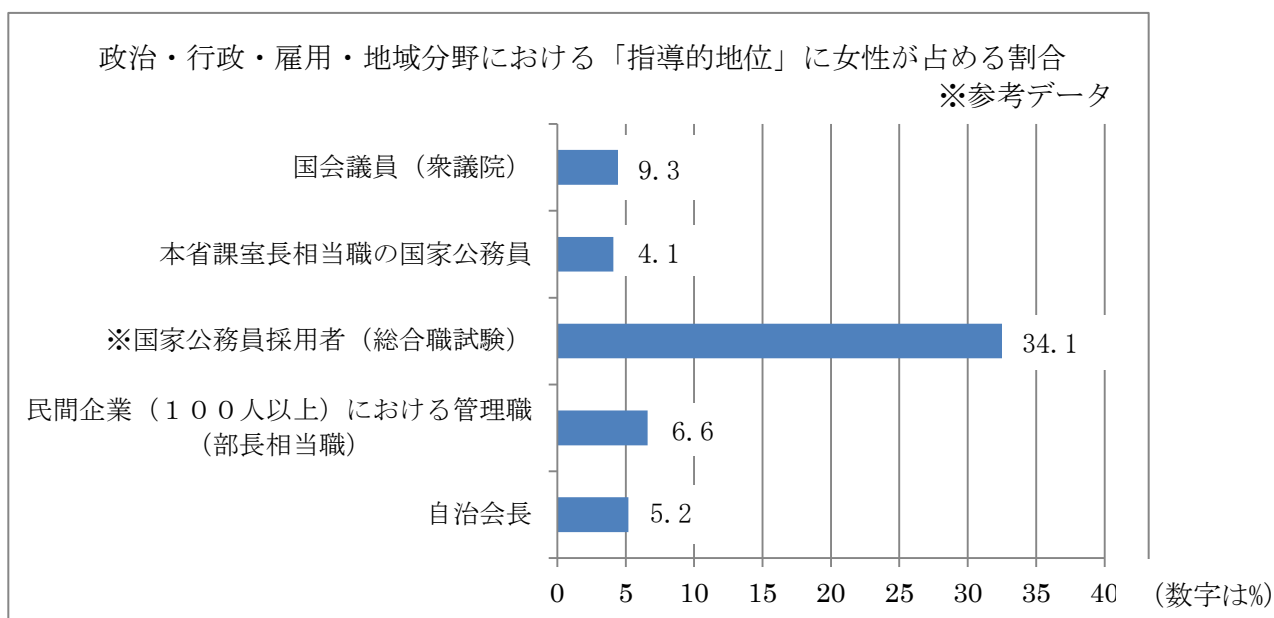


# クレオ・ニュース



## 数字が映す「女性活躍の今」

平成 27 年 8 月に「女性の職業生活における活躍の推進に関する法律」が成立しました。この女性活躍促進法では、働きたいと思いつながら、育児や介護等を理由に仕事に就いていない約 300 万人の女性たちの就業をめざし、男女を通じた働き方改革への取組みなどを基本方針の柱として、様々な取組みが行われてきました。約 2 年半が経過した現状を最新の数字 (%) で映してみましょう。



出典：内閣府男女共同参画局「平成 29 年度男女共同参画白書」

政治・行政・雇用・地域の各分野では、いずれも一桁の割合が見られるように、まだまだ少ないのが現状です。「働き方改革」とともに「暮らし方改革」が必要で、職場だけでなく、家庭や地域での過ごし方も「活躍」のカギになります。クレオ大阪中央では「地域でデビュー応援講座」で、地域での参画に関心や意欲のある女性等のチャレンジをサポートするため、専門のコーディネーターが講師となり、地域活動や地域に根ざした働き方について考えます。

### ☆ 地域デビュー応援講座 ～公園猫・地域猫とともに暮らす地域づくり～ ☆

日時：平成 30 年 1 月 17 日 (水)・24 日 (水) 10 時～12 時 全 2 回

講師：パーソナル・アシスタント・ギャラリー LEE 'S 代表 リー・ヤマネ・清実ほか

定員：20 名 (申込先着順) 手話通訳・一時保育あり (締切 1 月 6 日) 受講料無料

申込方法は裏面をご覧ください。



# ◆◇平成30年1月からはじまるオススメ講座◆◇



## ゆったりルーシー ～タイ式ヨガ～

タイで古くから伝わるルーシーダットン。独自のポーズをとることで体が軽くなりリラックスできます。骨盤のゆがみや女性特有の体の悩みの改善にも効果が期待でき、子育て中の気分転換やお仕事帰りのリフレッシュにもぴったりです。

日程：1/16～3/13 毎週火曜日 全8回 休講日：2/13  
時間：朝①初級クラス 10時～11時  
朝②入門クラス 11時15分～12時15分  
夜クラス 19時～20時

対象：女性  
講師：MEGUMI (R I R Aスタジオインストラクター)  
受講料：各 9,500円 (初回体験料 1,200円)  
定員：各 20名 (応募者多数の場合、抽選)  
締切日：1/6 (土)  
一時保育：あり (夜クラスを除く)

## 女性に優しいインド健康法 アーユルヴェーダ講座

インドの伝統的な健康法(アーユルヴェーダ)を生活に活かし、楽しみながらアンチエイジングをめざしませんか？  
老化や疲労の原理を知り、自分の体質に合った方法で心とからだのバランスをとりましょう。

日程：①1/9、②2/2、③2/16、④3/16  
各金曜日 18時30分～20時 全4回

対象：女性  
講師：南 想子 (管理栄養士・アーユルヴェーダセラピスト)  
受講料：6,500円 (資料代・材料費込)  
定員：20名 (応募者多数の場合、抽選)  
締切日：1/10 (水)  
内容：①アーユルヴェーダって何？ ②私の体質を知る  
③インドの医食同源  
④心とからだの毒素アーマとデトックス

## 自分でできる！ 養育費・婚姻費用の 差押さえ手続き講座

離婚後の養育費や別居時の婚姻費用は支払ってもらえていない女性も多いです。「もう話もしたくない」「手間やお金がかかるのは無理…」とあきらめていませんか？ 法律のプロが書き方や申し立ての流れとポイントを分かり易く解説。自分でできる申し立てを学びます。養育費の貯め方や増やし方のアドバイスも。※受講案内(返信)には、講座のタイトルは記載しません。

日程：1/27(土)10時～12時

対象：女性  
講師：池田 咲子 (まこと法律事務所 弁護士)  
坂 記世香 (パラリーガル)  
角野 好子 (ファイナンシャルプランナー)

受講料：500円 (資料代込)  
定員：40名 (応募者多数の場合、抽選)  
締切日：1/17 (水) 一時保育：あり

## 体の中から健康づくり 手作りみそ講座

発酵食品である味噌は、体の中から健康を維持するための日本の伝統食です。大豆を茹で、つぶし、塩や麴をまぜる作業は全身を使う運動となります。味噌をつくり、食べることで健康をめざしましょう！

日程：金曜クラス 1/26 13時～15時30分  
土曜クラス 1/27 10時～12時30分

対象：どなたでも  
講師：石田 孝子 (みそ作り講師) ほか  
受講料：各 1,500円 (材料費別途 2,000円)  
定員：各 20名 (応募者多数の場合、抽選)  
締切日：1/16 (火)  
備考：約3kgのみそを作ります。

 一時保育について 1歳～就学前 (1・2歳 800円 / 3歳以上 500円 1人1回あたり) 要事前申込み

◆申込み ホームページ、電話、FAX、窓口にて。FAXの場合必要事項を明記  
◇必要事項 住所、名前、年齢、電話番号、FAXで申込みの場合はFAX番号 一時保育(名前と生年月を明記)希望の有無

### ■□編集後記□■

平成20年代も残り1ヶ月、思い起こせば10年前「平成くらし時評」というセミナーを企画しました。あつという間の10年でした。「時が早く過ぎるのは日々充実している証し」とまわりから言われます。どのような事を成し遂げたか等、自分の年表をしっかりと綴っていきたいと思っている今日この頃です。

発行 大阪市立男女共同参画センター中央館  
発行日 平成29年12月1日  
〒543-0002 大阪市天王寺区上汐5-6-25  
TEL 06-6770-7200 FAX 06-6770-7705  
<http://www.creo-osaka.or.jp>  
開館時間 9:30～21:30  
休館日 月曜日・祝休日の翌日  
年末年始(12/29～1/3)

《個人情報の取り扱いについて》

取得した個人情報は、クレオ大阪の指定管理者がクレオ大阪で実施する事業に使用し、「大阪市個人情報保護条例」に基づき、適正に管理します。