

クレオ・ニュース



「働き方改革」ってなあに？



連日メディア等で報道されている「働き方改革」。

キーワードに沿って、クレオ大阪の取り組みとともにご紹介します。将来人口統計では労働力人口は2060年にはピーク時の8000万人（1995年）の半分になる見込みです。（資料：内閣府）そこで実際の働き手が少なくなるので、多様な働き方で「働き手」を増やそうという取り組みです。

働き手を増やすには？



働き手を増やすには、「女性や高齢者など今働いていない人が働く」、「出生率を上げて将来の働き手を増やす」「労働生産性を上げる」ことなど、将来を見据えた施策が考えられます。

長時間労働の是正

日本の長時間労働は深刻で、働き盛りの30～40代の長時間労働の割合が多い状況です。特に男性の働き方・暮らし方の見直しが必要です。

クレオ大阪では「男のレシピコンテスト」「イクメン写真コンテスト」等を通じて男性にとってのワーク・ライフ・バランスの取り組みをおこなっています。



正規と非正規

今や働く人の約4割を占める「非正規」。課題となっているのが、賃金格差です。どのような雇用形態でも納得の得られる、公平な処遇の仕組みが望まれています。



クレオ大阪では、女性のキャリア形成をサポートする「ハッピーキャリアプログラム」の実施等で、各自のライフステージに合わせた働き方につながる取り組みをおこなっています。

女性の活躍ほか

「女性が活躍しやすい環境整備」も働き方改革の一つです。

育児や介護などとも両立できる「在宅勤務」「短時間勤務」や休業制度等、これらは女性だけでなく男性にとっても必要な環境です。

クレオ大阪には「女性相談」のほか「女性のためのライフプラン相談」「女性のためのキャリア・起業相談」もあります。お気軽にご相談ください。



クレオ大阪中央ご利用のみなさまへ お礼とご報告

クレオ大阪中央では、夕陽丘基金の活動を支援するため、窓口には募金箱を設置しています。

夕陽丘基金はドメスティック・バイオレンスをなくすために2004年に大阪市の女性団体などが共同で設立しました。大阪市の施策と連携して、現在の公的制度で十分な支援が受けられない状況にあるDV被害者やその同伴者（おもに子ども）に対して、経済的な援助を行い、心身の回復を図り、自立を支援することを目的とします。

平成29年度中にいただいたみなさまのご厚情は¥12,737でした。ご理解をご寄附をいただき、誠にありがとうございました。今年度も引き続きよろしく願いいたします。



◇◆今月のオススメ講座◆◇



カフェ開業チャレンジ講座

いつかはカフェを開きたいという夢を持つ女性を対象に、カフェ開業を実現するために必要なことを学びます。受講された方は、クレオ大阪中央のチャレンジカフェを運営するオーナー選考会に参加できます。

日程：5/16～6/20 毎週水曜日 全6回

※6/12のみ火曜日

時間：13：30～16：30

講師：中小企業診断士 東 純子ほか

受講料：16,000円（体験受講なし）

定員：30名（応募者多数の場合は抽選）

対象：カフェ開業に関心のある女性

締切日：5/5（土） 一時保育：あり



こころとからだをリフレッシュ！

ボイストレーニング

のびのびと発声するには、まず体をほぐすことが大切。からだ全体を意識しながら行うストレッチで筋肉をほぐして、腹式呼吸や発声の基本を学びます。

日程：5/17、5/31、6/14、6/21、
7/5、7/12 各木曜日 全6回

時間：朝クラス 10：30～12：00

夜クラス 19：00～20：30

講師：日本音楽療法学会認定 音楽療法士 朝野 典子

受講料：7,000円（教材費込、初回体験料1,300円）

定員：各30名（応募者多数の場合は抽選）

対象：どなたでも 一時保育：あり（朝クラスのみ）

締切日：5/8（火）



ゆったりルーシー～タイ式ヨガ～

朝①②クラス・夜クラス

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からだが軽くなり、リラックスできます。骨盤のゆがみや女性特有のからだの悩みの改善にも。子育て中の気分転換やお仕事帰りのリフレッシュにも♪

日程：5/8～7/10 毎週火曜日 全10回

時間：朝①クラス 10：00～11：00

朝②クラス 11：15～12：15

夜クラス 19：00～20：00

（朝①：初級、朝②：入門

夜：初級、入門とも）

対象：女性

講師：RIRA スタジオインストラクター

MEGUMI

受講料：各11,500円（初回体験料 1,200円）

定員：各20名（応募者多数の場合は抽選）

一時保育：あり（朝①②クラスのみ） 締切日：4/27（金）



バレエ・ストレッチ

～コアを鍛えて姿勢美人～

バレエの基本の動きとストレッチを組み合わせ、初心者にも無理なく心身ともに健康で美しい姿勢美人をめざします。体幹を鍛えることで腰痛の改善や代謝UPも期待できます。

日程：5/18～7/6 毎週金曜日 全8回

時間：10：30～12：00

対象：女性

講師：三宅輝子バレエ教室代表 三宅 輝子

受講料：11,000円（初回体験料1,400円）

定員：20名（応募多数の場合抽選）

一時保育：あり

締切日：5/9（水）

その他：衣装・シューズは不要です



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□■

先日「涙活セミナー」を体験してきました。ふだん涙を流す機会は限られていますが、「感情移入して定期的に泣く」ことはストレス解消になるそうです。新年度の事初めはこれで決まりです。



発行 大阪市立男女共同参画センター中央館

発行日 平成30年4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。