

男女共同参画推進センター講座

●家事を一人で頑張りすぎない講座

子育てや介護、食事の準備やご近所付き合いなど一人で抱え込んで悩んでいる人を対象に、家事を家族全員で分担して行う方法など、家庭での役割分担について考えます。

時11月27日④午前10時～正午 所市民プラザ 定35人(申込順) 講清水心澄さん(仏画師) 申11月5日④～前日まで
 保育ルーム有り 対6カ月以上～就学前 定5人 申11月12日④まで

●結婚観に迷っている人向けの講座

子育てや介護、食事の準備やご近所付き合いなどは妻の仕事と考え結婚に不安を感じている人を対象に、家事は家族で助け合って分担して行うものということについて考え、結婚観について理解を深めます。

時11月27日④午後1時30分～3時30分 所市民プラザ 定35人(申込順) 講清水心澄さん(仏画師) 申11月5日④～前日まで
 保育ルーム有り 対6カ月以上～就学前 定5人 申11月12日④まで

●もしもパートナーが倒れたら

～いつ起こっても困らないために～

急な病気やケガでパートナーが不在となる事態に備え、普段からどのようなことを話し合えば良いのか、男性も女性も共に備えることの大切さについて考えます。

時12月4日④午後1時30分～3時30分 所市民プラザ 定35人(申込順) 講横山郁代さん(植物療法士) 申11

月5日④～前日まで

保育ルーム有り 対6カ月以上～就学前 定5人 申11月19日④まで

●(公財)新潟県女性財団 地域セミナーin上越

ワーク・ライフ・バランス充実セミナー
 ～家庭と仕事のタイムマネジメント～

家庭と仕事、時間に追われる日々を見つめ直し、ちょうどいいバランスで充実した毎日を送るためのタイムマネジメントについて学びます。

時12月8日④午後1時30分～3時30分 所市民プラザ 定30人(申込順) 講高野真規さん(㈱ワーク・ライフバランス 認定上級コンサルタント) 申11月5日④～前日まで

保育ルーム有り 対6カ月以上～就学前 定5人 申11月24日④まで

●女性活躍応援セミナー

働き方改革とワーク・ライフ・バランス
 ～女性が働きやすい環境づくりを考える～

県内企業の身近な取組事例の紹介や、経営者・労働者それぞれの立場からの提案など、より良い職場環境づくりについて考えます。

時12月21日④午後2時～4時 所市民プラザ 定30人(申込順) 講今井進太郎さん(グローバルマーケティング㈱ 代表取締役) 申11月5日④～前日まで

保育ルーム有り 対6カ月以上～就学前 定5人 申12月7日④まで

▶ 申し込み・問合せ…男女共同参画推進センター(☎025-527-3624)

そばに関するイベント

地場産のそば粉を使用した各地域の特色ある「手打ちそば」をご賞味ください。

●桑取谷 新そば日和

一日30食限定で桑取谷産のそば粉「とよむすめ」を使った十割手打ちそばを味わえます。

時11月5日④、6日④、12日④、13日④、19日④、20日④、26日④、27日④ 各日午前11時～午後4時 所古民家カフェ平左衛門 問NPO法人かみえちご山里ファン倶楽部(☎025-541-2602または080-6558-1728)

●清里新そばまつり

清里自慢のおいしい自然薯そばを味わえます。地域の農



産物や自然薯などの販売も行います。

時11月7日④午前11時～午後2時 所ビュー京ヶ岳 問ビュー京ヶ岳 (☎025-528-4100)

●新そばの日

清里産のそば粉を自然薯でつないだ新そば(天ぷら付き)を味わえます。

時11月13日④、14日④、20日④、21日④午前11時～午後2時 所問ビュー京ヶ岳 (☎025-528-4100)