

令和5年8月10日
 京都市文化市民局
 〔共生社会推進室〕
 男女共同参画推進担当
 TEL: 075-222-3091

男性の語り合い講座「生きるのが今よりちょっとラクになる？」

男性のための“がんばらない”コミュニケーション」の開催について

この度、京都市では男女共同参画推進事業の一環として、初めての試みである男性の語り合い講座を開催しますので、お知らせします。

男女共同参画社会を実現するためには、男女がともに自分らしく生きられる社会を作ることが求められます。特にコミュニケーションにおいて男性は、「男ならはっきり喋るべき」、「男なら会話をリードすべき」など“男らしさ”による縛りを受けやすく、それにしんどさを抱える男性も多いと言われています。

本講座は、コミュニケーションに苦手意識やしんどさを感じている男性が、ゲストのトークと参加者同士の語り合いを通じて、肩の力を抜いた、自分らしい“がんばらない”コミュニケーションを探すワークショップです。

銭湯を活用した語り合いや、コーヒーショップ店主によるコーヒーのふるまいなど、リラックスできる対話の場づくりにもご注目ください。

記

1 日時・内容

【全3回連続講座】(各回単発参加も可能)

日 時	内 容
<p>第1回 《ワークショップ》 10月8日(日) ※ 源湯 湯上りスペース開催</p>	<p>ゆるゆる話そう 人間関係=『しんどい』? 人間関係やコミュニケーションをめぐるしんどさや、モヤモヤを、リラックスの聖地(?) 銭湯の畳スペースでごろごろしながら話しませんか。普段は言いにくいネガティブな気持ちも、誰かと分かち合えば少し楽になる…かも ※ <u>入浴を伴うワークはありません。</u> ファシリテーターのコメント 「コミュカを鍛えよう!」「雑談力 UP!」的な講座はいっぱいありますが...この講座では“脱力して人と話すための関係の作り方”を学びます。たぶん他にはあんまりないのでおススメです! 特典 京都市内で使える銭湯チケットつき</p>

<p>第2回 《ワークショップ》 10月22日（日） ※ 京都男女共同参画センター ウイングス京都開催</p>	<p>13:30 ～15:30</p>	<p><u>“がんばりすぎ”なコミュニケーションに 潜むジェンダーとは？</u> 会話や人間関係を“がんばりすぎ”てしまうのは どうして？「男は/女はこうあるべき」といったジ ェンダーは、私たちのコミュニケーションのかたち を縛り、狭めているらしい。ジェンダーの視点で、 関わり方の“こうあるべき”のほぐし方を探ります。 特典 大山崎COFFEE ROASTERSの店主のふるまいコーヒーつき</p>
<p>第3回 《ワークショップ》 12月3日（日） ※ 京都男女共同参画センター ウイングス京都開催</p>	<p>13:30 ～15:30</p>	<p><u>生きるのがラクになる！？</u> <u>職場や家庭でのコミュニケーションの秘訣</u> 職場や家庭などで、身近な人との日々のコミュニ ケーションで悩んでいませんか？自分の感情を我 慢してしまったり、相手を傷つけてしまったり。自 分も相手も大切に「対話のコツ」を身につけれ ば、毎日が今より少しラクになるはず。 特典 大山崎COFFEE ROASTERSの店主のふるまいコーヒーつき</p>

2 登壇者

【ファシリテーター（全3回）】

足達 龍彦 氏（場づくりカレッジ えすけーぷ。）

立命館大学院応用人間科学研究科を修了。高校生を対象に対人援助をテーマにした連続ワーク講座の運営などを通して、ワークショップと対話に関する哲学と手法について学ぶ。現在は生きづらさ界限を中心に、対話や自己肯定感をテーマにした場づくりを多数開催。

【第2回ゲスト】

福島 充人 氏（一般社団法人日本男性相談フォーラム代表理事・臨床心理士・公認心理師）

男性相談や、父親同士で子育てについて語る『パパの子育てカフェ』に携わる。結婚目前の30歳、白血病で職を失ったことで男性としての生きづらさに気づき「自分らしく生きたい」と強く願うように。著書に濱田智崇他『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』（ミネルヴァ書房、2018年）。

【第3回ゲスト】

あつた ゆか 氏（株式会社すきだよ）

『仕事も家庭もうまくいく！共働きのすごい対話術』（クロスメディア・パブリッシング、2022年）著者。学生時代、米国留学しカップル間のコミュニケーションを研究。自身の結婚をきっかけにパートナーシップや家族の社会問題を解決したいと思い、2019年に株式会社すきだよを創業。新婚～子育て前のカップルの対話支援アプリ「ふたり会議」を運営し、メディア掲載多数。

3 定員・対象

定員：第1回 15名（先着順）
第2回・第3回 各20名（先着順）
※各回単発参加も可
対象：テーマに関心がある男性

4 参加費

無料

5 会場

【第1回】

源湯（みなもとゆ） 湯上りスペース
（〒602-8368 京都市上京区北町 580-6）

【第2回・第3回】

京都市男女共同参画センター ウィングス京都2F セミナー室
（〒604-8147 京都市中京区東洞院通六角下る御射山町262番地）

6 申込期間

令和5年8月12日（土）～

7 申込み・問合せ

ホームページの申込フォームにてお申し込みください。

必要事項：① 講座名 ②氏名（ふりがな）③年齢 ④電話番号
⑤ 保育の有無とお子様の氏名・年齢（月齢まで）
※ 保育対象：4か月～就学前

<申込・問合せ先>

公益財団法人京都市男女共同参画推進協会 事業企画課

【ホームページの申込フォーム】

<https://www.wings-kyoto.jp/event/event-all/mentalk2310.html>

【TEL】

075-212-8013

8 その他

- ・ お越しの際は、地下鉄・市バスなど公共交通機関を御利用ください。
- ・ 第1回は子ども同伴可、第2回・第3回は無料保育あり
※ 第2回・第3回の無料保育は4か月～就学前までのお子さま
（要申し込み：各開催日の2週間前まで締め切り）

9 主催等

主催：京都市

企画・運営：公益財団法人京都市男女共同参画推進協会