

あなたの企画が講座になる！？

募集！

西宮市男女共同参画 市民企画講座

性別にとらわれずに、
自分らしくいきいきと生きるために役立つ、
講座の企画を募集します！

テーマ例

学生・若年層向けの企画

(キャリアデザイン、働き方、リコチャレ、性教育など)

男性向けの企画

(子育てや介護への参画支援、地域参画支援など)

心とからだの健康支援

(性別やライフステージに応じた健康・セルフケアなど)

女性のチャレンジ支援

(女性の起業支援につながる企画・政治参画など)

裏面に、過去に実施した講座の一部を紹介しています！

☆市が講師費用や参加者募集などの支援を行います。

ご応募をお待ちしております！

応募〆切 2022年7月8日(金) 必着

実施期間 2022年9月 ~ 2023年3月

※応募条件など、詳細は中面をご覧ください。

お問合せ
応募先

西宮市男女共同参画センター ウェーブ

〒663-8204 西宮市高松町4-8 プレラにしのみや4階
TEL:0798-64-9495 FAX:0798-64-9496
e-mail: vo_jyosei@nishi.or.jp



※2022年市民企画講座募集ホームページへ→

応募条件

- (1) 主に西宮市内を活動の拠点とし、市民(在住、在勤、在学)を代表者とする、3名以上で構成されたグループであること。
- (2) 企画、準備、実施、報告まで責任を持って遂行できること。
- (3) 営利、政治、宗教活動などを目的としないこと。

募集する講座の内容

次の要件をすべて満たす企画

- (1) 男女共同参画に関する講座であること。
- (2) 広く一般に公開されること。
- (3) 男女共同参画センターウェーブ(411～415 学習室)を会場とすること。
- (4) 講座の参加費は無料とすること。※材料費の徴収は可

支援内容

- (1) 講師への謝金(上限:1回講座 30,000円、連続講座 60,000円)
※グループ内の講師に対する謝金の支援はありません。
- (2) 広報
市政ニュース・ホームページ・facebook 等による広報、市関係施設へのチラシ配架
※チラシの用紙・印刷の費用は市が負担します。(モノクロ・2000枚まで)
- (3) 打ち合せ等、準備のための学習室の提供(2回まで無料)

スケジュール

応募用紙の提出

2022年7月8日(金) 必着

※応募用紙の書き方など、応募についてのご相談を受け付けています。

一次選考(書類審査)

2022年7月中旬

二次選考(プレゼン)

2022年7月21日(木) 14:00～

※企画内容に関するプレゼンテーション及び質疑応答を行います。

採用決定

2022年7月下旬

開催&実績報告

2022年9月～2023年3月

※講座終了後1ヶ月以内に実績報告を提出してください。

応募方法

応募用紙に必要事項をご記入のうえ、郵送、FAX、Eメール、またはご持参ください。

なお、応募用紙は市ホームページからもダウンロードできます。

ホームページ <https://www.nishi.or.jp/bunka/danjokyodosankaku/shiminkyodo/shiminkikaku.html>

応募用紙の記入方法などご不明な点があればお問い合わせください。

※応募書類は返却できませんので、あらかじめご了承ください。

※応募時に得た個人情報は、本事業の実施にのみ使用し、その他の目的で利用することはありません。

提出期限 2022年7月8日(金) 必着

2022年度

企画応募用紙

受理番号

提出日

年 月 日 ()

グループ名					
代表者	名前		住所	〒	
グループの活動内容 (HPの記載も可)					
連絡責任者	名前		住所	〒	
	TEL		携帯		
	FAX		PC メール		
グループ構成人数	人		講座のスタッフ人数	人	
企画講座名					
講座のねらい					
実施時期	●2022.9月～2023.3月の期間 年 月 頃		回数	回 講座	
対象者			定員	人	
講師・監修者など (簡単な肩書)			●どちらかに○をつけてください 外部講師 ・ グループ内講師		
講座の内容	●タイムスケジュールや講座の内容、役割分担など具体的にご記入ください。				



実施した市民企画講座(例)

女性の社会参画を拒むものを乗り越えるために

①女性の参画を拒むもの

男性中心社会を覆す可能性を考えました。女性の参画を進める「女性活躍」の中身、そしてなんのための「女性活躍」なのかについて考えました。

②リモート講座 自分ごとから始める

LGBTQの当事者の日常から地方自治体を動かして、全国への流れをつくった市民活動の例から「パートナーシップ宣誓制度」に至るまでをお話頂きました。

企画：ベアテの会



ヨガと心でトータルなセルフケアを学ぶ ～女性が自分らしく、自分を大切に生きる方法

①ストレス軽減のための呼吸法

仕事や子育てなど女性の様々な役割やストレスからくる不調に対して、ヨガを活用したセルフコンディションからアプローチしました。

②基礎体力向上編

人生100年時代に向けて体力低下や更年期などの不調が伴っても安全、快適に日常生活を送ることを目指し、基礎体力の向上を狙いとしたヨガの運動により講座を実施しました。

企画：ヨガを通して女性のライフステージを考える会

CAP-子どもへの暴力防止プログラム

子どもワークショップと、おとなワークショップを実施しました。

子どもワークショップでは「安心・自信・自由」の権利と心とからだを守る方法を学びました。

おとなワークショップでは、子どもが受けやすい暴力を知り、大人として子どもをどう支援していくかを考えました。

企画：子どもの生きる力を考える会

産前のカップル向け講座～出産準備を二人でしよう～

①パートナーシップと男性の育児

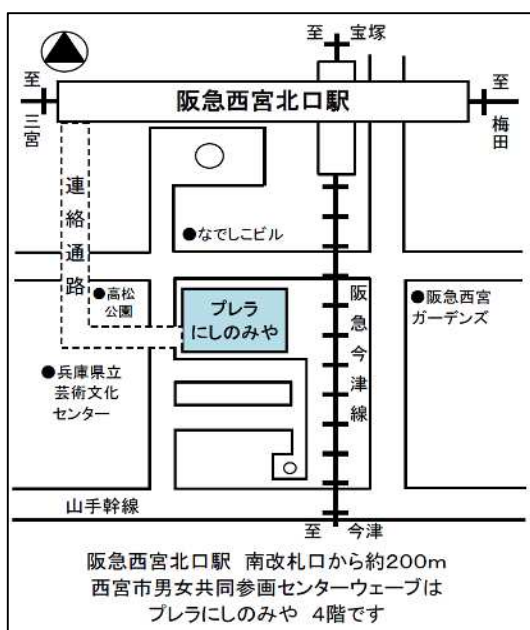
父親の視点から産前産後のパートナーシップと男性の育児についてお話いただきました。男性に人気の講座です。

②産褥期の過ごし方

訪問助産師として産前産後の多くの家庭を支えてきた講師に、産褥期の健やかな過ごし方についてお話いただきました。

企画：NPO 法人 a little

周辺地図 (その他)



西宮市男女共同参画センターウェーブ

〒663-8204

西宮市高松町 4-8 プレラにしのみや 4階

TEL:0798-64-9495 FAX:0798-64-9496

e-mail: vo_jyosei@nishi.or.jp



フェイスブックでも
情報発信しています。

<https://www.facebook.com/nishi.wave/>

阪急西宮北口駅 南改札口から約200m
西宮市男女共同参画センターウェーブは
プレラにしのみや 4階です