

はままつ 女性カレッジ



※写真はイメージです

「私」をアップデートする、新しい一歩

家庭や職場で感じる「納得できない」「なんでだろう？」そのモヤモヤ、
実は社会全体の課題とつながっているかもしれません。
講座の学びから今まで気が付かなかったコトが見えて世界が広がります。
自分の気持ちを言えるようになりたい、みんなで何かしてみたい！
「私」をアップデートできるチャンスがここにあります。

全12回
講座

ひとまわり成長して
自信が持てる！

スキルアップが
できる！

今年で12期目
90人以上が受講！

日程

2025年 9/6(土) ~ 2026年 2/20(金)

時間 / 10:00 ~ 12:30

対象

20~40代の女性（浜松市在住、在勤の方）
育休中の方も子育て中の方も仕事をしている方も
いろんな方が受講しています！

定員

8~10人程度（先着順）

会場

あいホール 203利用室

第1回 公開講座

【講師】犬塚 協太さん
（静岡県立大学 国際関係学部 教授）

日程 2025年 9/6(土) 10:00 ~ 12:30

対象 どなたでも参加できます

定員 25人程度（講座受講生を含む）

会場 あいホール 302 利用室

受講生の声

大人になってからの
学びは貴重でした！

時間も頭も使いますが、
他ではできないことを
学ばせてもらえました。

ファシリテーションや話し方
などグループワークや
発表に役立つ内容で非常に
満足度が高かったです。



去年のカレッジの
様子はこちら



お申込みは
こちら

< 詳細は裏面へ！ >

第1回 9/6(土) 【公開講座】

オリエンテーション・講義
「男女共同参画って何だろう？」

暮らしの中の小さなギモンやモヤモヤはあなただけではなく、みんなの問題でもあることも。モヤモヤの正体や身近にあるアンコンシャス・バイアスに気が付くとモノゴトが違って見えます！

講師 犬塚 協太さん
(静岡県立大学 国際関係学部 教授)

第4回 10/3(金)

「しなやかファシリテーション」講座

相手と自分の両方の気持ちを大切に、仲間の意見をまとめることはグループワークを進めるうえで重要な能力です。ファシリテーションの基礎、ポイントを学びリーダーシップを発揮し、活動をよりスムーズに進める力を身につけることを目指します。

講師 鈴木 まり子さん
(NPO法人日本ファシリテーション協会 フェロー)

オープンルーム

第7回 11/7(金)

「ココロに響く
プレゼンテーションのコツ」講座

成果発表会に向けて「伝わる」プレゼンテーションのコツを学び、伝わりやすい声の出し方、話のまとめ方や組み立て方も学びます。相手のココロに響く、わかりやすく伝えられる力を身につけることを目指します。

講師 原田 裕見子さん(フリーアナウンサー)

オープンルーム

グループワーク

第4・7回以外の講座

「課題やその解決方法について考える」

「自分のこと」を「自分たちのこと」として考え、女性学の視点やジェンダー視点も学びながらグループワークを行います。みんなといろいろなことを話してみませんか。興味のある分野から社会的課題を見つけ自分たちでテーマを決めて調査をしてみましょう！

講師 笹原 恵さん(静岡大学学術院 情報学領域 教授)

第2回 9/12(金)

<自己紹介&講義>グループワークの進め方～発表までの流れ(アドバイザー)、昨年度の取り組み(第11期カレッジ修生)

第3回 9/26(金)

<講義>関心のあることからテーマを話しあおう

オープンルーム

第5回 10/17(金)

<講義>インタビューの目的や誰に何を聞くのか考えよう

オープンルーム

第6回 10/24(金)

<講義>調べるとは？既存資料で実態を知ろう

オープンルーム

第8回 11/14(金)

<講義>調査の進め方・ノートの取り方

オープンルーム

第9回 12/5(金)

<講義>インタビュー記録のまとめ方

オープンルーム

オープンルームday 12/12(金) 10:00～12:00

第10回 12/19(金) 発表に向けての相談

オープンルーム

2026年

オープンルームday 1/16(金) 10:00～12:00

第11回 1/23(金)

成果発表会リハーサル

講師 笹原 恵さん(静岡大学学術院 情報学領域 教授)

オープンルーム

オープンルームday 2/6(金) 10:00～12:00

オープンルームday 2/13(金) 10:00～12:00

第12回 2/20(金)

成果発表会&交流会

講師 笹原 恵さん(静岡大学学術院 情報学領域 教授)

成果発表会では
パワーポイントを使用します。
(パワーポイントの作成も学べます)

● 講座(全12回)以外にも「オープンルームday」があります。必要に応じて皆で集まってワークを行うことが可能です。(希望者のみ) ●

※グループワークや発表準備のためにパソコンなどを使います(パソコンが使えなくてもできる範囲で作業をしていただければ大丈夫です)。
※カレッジの時間帯以外にインタビュー調査の実施、グループごとの作業を行っていただきます。

お申込み

7月15日(火) 午前10時より受付開始
あいホールホームページ(<https://ai-hall.com>)の
「講座・イベント情報」から、
または電話(053-412-0351)で申込み

お申込はコチラ



お問合せ

あいホール
男女共同参画推進事業担当
〒433-8123
浜松市中央区幸三丁目3番1号
☎ 053-412-0351 (9:00～17:00)
✉ info@ai-hall.com
1週間以内にメール返信のない場合は、電話でお問合せ下さい。

託児

6か月以上就学前まで(8月28日(木)締切/無料/定員あり)

主催：浜松市

企画運営：NPO法人 浜松男女共同参画推進協会