

# エスポワール通信 NO145 号(令和7年3月号)毎月発行



## 【イベント情報】

### ◆1◆ワークライフバランス講座を YouTube で公開

【テーマ】 マルチステージを見据えたワークライフマネジメント

【期間】 令和7年2月1日(土)～3月31日(月)

【内容】 100年ライフのキャリアビジョン／見えない資産の積み上げ方など

【講師】 棚多里美さん(キャリアフォーカス代表)

【問合せ】 東広島市人権男女共同参画課 TEL:082-420-0927

### ◆2◆オトナ女子のおしゃべりセルフケア部(参加費無料)

～わたしに起きるからだココロのイロイロについて語り合う会～

【日時】 3月20日(木・祝) 10:00～11:30

【場所】 東広島芸術文化ホールくらら 301・302 会議室(東広島市西条栄町7番19号)

【内容】 医師のミニ講話／医師や助産師、保健師とのフリートーク／椅子に座ったままできる体操と呼吸法の体験など

【講師】 舩本法生医師(ますもと乳腺クリニック院長)

【定員】 30人(女性限定)

【問合せ】 東広島市医療保健課 [TEL:082-420-0936](tel:082-420-0936)

### ◆3◆働く女性の相談室(無料・要予約)

働いている人、これから働きたい人、仕事に関する悩みを産業カウンセラーがお聞きします。  
お子さん連れでもどうぞ。

【日時】 4月19日(土)13:30～15:30(相談時間50分)

【場所】 市民文化センター2階(東広島市西条西本町28-6)

【申込】 開催日の1週間前までに電話・FAXまたはメールで申込。

【問合せ】 エスポワール(東広島市男女共同参画推進室)

TEL/FAX:082-424-3833/E-mail:hgh243833@city.higashihiroshima.hiroshima.jp

## ◆情報◆

○DV や性暴力で悩んでいる方へ、年齢・性別をとわず、相談いただけます。

DV相談ナビ「#8008」/性犯罪・性暴力「#8891」「#8103」短縮ダイヤルで最初の一步を。

○「男女共同参画統計リーフレット2024」(政府統計を基に、各分野における男女の状況。学習版有。)  
が国立女性教育会館ホームページで閲覧できます。 <https://www.nwec.go.jp>

○女性の政治参画マップ2024が内閣府男女共同参画局ホームページで閲覧できます。  
<https://www.genderc.go.jp>

○エスポワール通信に関する問い合わせは、生活環境部人権男女共同参画課

TEL:082-420-0927/FAX:082-422-2040/E-mail:hgh200927@city.higashihiroshima.lg.jp

