

女性限定  
連続講座  
(参加無料)

# わたしが始める!



わたしたちが暮らしの中で感じる  
モヤモヤを声にして、  
社会や地域、わたしたちの未来を  
変えるアクション(行動)につなげましょう!  
多彩な方々を講師にお迎えし、  
**わたしサイズ**で始める政治参画の方法を  
みんなで学びます。

## わたしサイズの

## 政治参画

①  
12/18(日)  
13:30~16:00  
美術工芸室

### 『モヤモヤ』の解決方法を考える

暮らしの中の課題や「モヤモヤ」を見える化し、解決する方法について考えます。

- 講師 高崎 恵さん  
(オフィスビューア・男女共同参画政策アドバイザー)



②  
1/15(日)  
13:30~16:00  
第4研修室

### 「わたしの思いを伝える話し方」

わたしの思いに共感する人を増やすための伝わる声と話し方を学びます。

- 講師 藤重 知子さん  
(合同会社ふじこカンパニー代表・声と話し方コンサルタント)



③  
1/21(土)  
13:30~16:00  
第3研修室

### 「わたしの思いを届けるプレゼンテーション」

暮らしの中の課題や「モヤモヤ」を変えるために、わたしサイズでできる解決方法をプレゼンで伝えます。

- 講師 高崎 恵さん  
(オフィスビューア・男女共同参画政策アドバイザー)

### 【公開講座のご案内】 \*別途、要申込み

11/3(木・祝)13:30~16:00 第1研修室

### 「わたしが始める!わたしサイズの政治参画」

政治分野におけるジェンダー平等や暮らしの中の課題や「モヤモヤ」に気づき、わたしサイズでできる政治参画について学びます。

- 講師 能條 桃子さん  
(一般社団法人NO YOUTH NO JAPAN代表理事・FIFTYS PROJECTS代表)



- 【会場】アバンセ 研修室(佐賀市天神三丁目2-11)
- 【対象】関心のある女性(原則、全講座参加できる方)
- 【定員】15名程度(定員になり次第締切)
- 【一時保育】生後6か月から就学前まで・若干名、12/9(金)までに要申込み・無料

【申込方法】  
右下の2次元コードの申込フォーム、  
または、電話・メール・FAX・アバンセ窓口  
裏面の申込書をご利用ください。



(申込フォーム)

- 11/3(木・祝)の公開講座は、どなたでも参加できます。(定員40名程度、定員になり次第締切)
- 公開講座の一部をYouTubeで録画配信します。申し込み方法などの詳細については、アバンセホームページをご覧ください。

申込・問い合わせ  
佐賀県立男女共同参画センター(アバンセ)  
〒840-0815 佐賀市天神三丁目2-11  
TEL 0952-26-0011 FAX 0952-25-5591  
メール danjo@avance.or.jp 参加申込書は裏面です→

講師  
プロフィール

①③

高崎 恵さん

オフィスピュア  
男女共同参画政策アドバイザー



ワークショップデザイナー/多様性トレーナー  
メディアで働く中で、多様性を尊重できない社会の  
在り方に疑問を感じ、2002年よりオフィスピュ  
アに所属。男女共同参画関連講座におけるワーク  
ショップという学びのスタイルの有用性を実感し、  
学校、地域、自治体、企業等においてワークショッ  
プで男女共同参画を学ぶ講座を実施。平成25年  
度～鹿児島県「子どもたちの男女共同参画学びの  
広場推進事業」コーディネーター。平成28年～令和  
元年独立行政法人国立女性教育会館主催「教職員  
を対象とした男女共同参画研修」講師。

②

藤重 知子さん

合同会社ふじこカンパニー代表  
声と話し方コンサルタント



専業主婦から地域情報番組キャスター、ナレーター  
を経て、講師として独立。一人一人の魅力や強みを  
引き出し、行動につなげる各種研修・講演を延べ  
18,000人以上に実施。「自信がたった」「声や話し  
方は今まで意識していなかったが、一瞬で空気が  
変わること驚いた」などの声多数。  
40代で福岡教育大学大学院に進学、国家資格キャ  
リアコンサルタント資格取得など、学び続ける姿勢  
を実践しながら人材育成をライフワークに活動中。  
プライベートでは父の介護、娘の里帰り出産などで  
四世代同居も経験。好きな言葉は「和顔愛語」。

【 公開講座のご案内 】

\* 別途、要申込み

●11/3(木・祝)公開講座の申し込み方法などの

詳細については、アバンセホームページをご覧ください→→→



【 新型コロナウイルス感染拡大防止に関するお知らせとお願い 】

- ・講座当日は検温をし、マスクを着用の上、ご来場ください。受付での手指消毒をお願いします。
  - ・発熱、咳等の症状がみられる場合は、参加をご遠慮ください。
  - ・講座中は定期的に換気を行います。各自衣服にて調節をお願いします。
- ※今後の感染拡大の状況等により、プログラム内容の変更等を行う場合があります。



送信先:アバンセ事業部 FAX 0952-25-5591

※FAXの場合は切り取らずにそのまま送信してください

令和4年度政治参画セミナー 連続講座「わたしが始める！わたしサイズの政治参画」参加申込書

（ふりがな） 氏名		年代	歳代
メールアドレス <small>※danjo@avance.or.jpから受信でき るように受信設定をお願いします。</small>		電話番号	
住所	〒		
所属団体(グループ)が ある場合、名称・主な活動			
一時保育(12/9締切) (6カ月～就学前、若干名)	不要	お子さんの名前(ふりがな)・年齢  ( 歳 か月)	お子さんの名前(ふりがな)・年齢  ( 歳 か月)
	申込(右欄も記入)		
受講動機をご記入ください			

※この受講者募集に伴い収集した個人情報は、セミナー運営のためにのみ使用し、それ以外の目的に使用することはありません。  
※本セミナーの様子を撮影した写真等は、アバンセのホームページ等に掲載させていただく場合がありますので、予めご了承ください。  
※この事業は、佐賀県からの委託を受け、公益財団法人佐賀県女性と生涯学習財団が実施します。

【アバンセからのお知らせ】

- 開館時間:火～土 8:30～22:00/日・祝 8:30～17:00
- 休館日:毎週月曜日、12/29～1/3
- アバンセの研修室やホールなど有料施設の  
予約状況は右の二次元コードから検索できます。

