

# カダール通信



2024.9.12  
No.145

## カダール事業のお知らせ

【参加無料・要申込】・・・「カダール」に電話・FAX・メール・直接来館でお申込み

青森市は平成8年10月22日に「男女共同参画都市」を宣言し、平成30年4月1日には「男女共同参画推進条例」を施行しました。毎年10月は男女共同参画推進月間として、さまざまな事業を展開しています。



は青森市男女共同参画推進月間です

## 青森市男女共同参画推進月間記念イベント

### ジェーン・スー講演会

### 「自分にOK♪ 私らしく生きるためのヒント」

### 【同時開催】青森市男女共同参画推進表彰 表彰式

求められる役割やプレッシャーの「正体」は何？  
コラムニスト、ラジオパーソナリティとして大人気の  
ジェーン・スーさんからヒントをもらって、  
誰もがしあわせに生きていける青森に向けて一歩  
を踏み出しましょう！



日時:10/12(土) 13:30~15:30 (開場13:00)

場所:カダール AV多機能ホール

定員:250人(申込順)

申込:9/13(金) 午前10時から受付開始

電話・FAX・メール、もしくは来館

CHECK!



## 団体スキルアップ講座2024 プロから学ぶ広報力アップ講座 「はじめてのPR動画」

青森で活躍中のプロからPR動画の基本や伝える  
スキル、ポイントを学びます！

団体・グループの魅力を動画を使ってPRしてみ  
ませんか。

日時:9/19(木) 13:30~15:30

場所:研修室

対象:カダール登録団体や市内で活動している  
団体・グループなどに所属している方

定員:40人(申込順)

講師:村田 康明さん(デジタルハリウッドSTUDIO  
青森/動画クリエイター)



## パラリンピック正式種目「ボッチャ」 & 北欧の気軽なスポーツ 「モルック」を体験しよう!

～誰でも楽しくみんなでできるユニバーサルスポーツ～

ボールを使った頭脳戦「ボッチャ」と  
フィンランドのスポーツ「モルック」  
を体験！年齢や性別、障がい、体力  
に関係なく、誰でも楽しくプレーで  
きるスポーツです。



日時:10/19(土) 10:30~13:00

場所:AV多機能ホール

対象:どなたでも参加できます

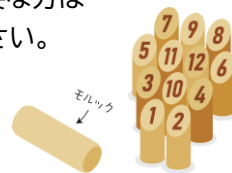
※小さなお子様やサポートが必要な方は  
付き添いの方とお申込みください。

定員:30人(申込順)

講師:青森市スポーツ推進委員

持ち物:タオル、飲み物(水分補給用)

動きやすい服装でお越しください。



★各講座の内容や申込についての詳細は、今後の「広報あおもり」、チラシ、当館ホームページ・SNS等をご確認ください。  
ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

ホームページ

青森市男女共同参画プラザ「カダール」(指定管理者:NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会)

〒030-0801青森市新町1丁目3-7 アウガ5.6F 開館時間/9:00~22:00

URL:<http://www.kadar-acor.jp/>

TEL 017-776-8800 FAX 017-776-8828

メール [kadar-kouza@kadar-acor.jp](mailto:kadar-kouza@kadar-acor.jp)

休館日:毎月第2水曜日(水曜日が祝日の場合はその翌日)、年末年始(12/29~1/3)



\*「カダール」は、津軽弁で仲間になるという意味の「カダル」と、ともに語り合うという意味です。

X(Twitter)

Facebook

Instagram

## ピンクリボンキャンペーン2024 ～知ろうじぶんのこと、乳がんのこと～



10月はピンクリボン(乳がんに対する理解と支援のシンボル)運動月間です。見て・聞いて・触って・話して、乳がんや乳がん検診について知るイベントです。

10/23(水) 10:00～16:00

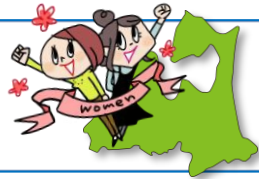
場所:アウガ1階 駅前スクエア

対象:どなたでもご参加いただけます。

申込不要  
直接会場へ

- ① リンパ体操 く 14:30～15:30
- ② 罹患者体験談 く ①10:30～ ②13:00～
- ③ おしゃべりカフェ(フリートークコーナー)
- ④ タオルで帽子づくりワークショップ
- ⑤ 触診モデル&セルフチェックのポイント
- ⑥ プレスト・アウェアネスのパネル展示 ほか

## 上野千鶴子講演会 「地方女子の生きる道」



講義とディスカッションによって、誰もが尊重され自分らしく生きていける青森にするために、「社会を変える力」をつけましょう。



日時:11/4(月・祝) 13:30～15:30

場所:研修室

定員:会場70名 / オンライン100名

講師:上野 千鶴子さん(東京大学名誉教授・社会学博士)

協力:特定非営利活動法人青森県男女共同参画研究所

申込:10月7日(月) 午前10時から受付開始

## かダールなんでも座談会

その日集まったメンバーで悩みや疑問など、何でも気軽に話す場です。聴くだけでもOK!

日時:10/18(金) 10:00～11:30

場所:かダール 企画ワーク室2

定員:6人

申込不要、直接会場へお越しください



## 第2回

## 「かダール ジェンダー川柳」作品募集中!

家庭・職場・学校などで求められる「男らしさ」「女らしさ」。ジェンダーに関する「日常のひとコマ」を川柳で表現してください!

優秀作品には図書カードをプレゼント。

応募締切:12月5日(木)まで

対象:青森市在住・在勤・在学の小学生～大人まで

作品:ひとり5句以内、自作・未発表の作品に限る

応募:作品、ペンネーム、氏名、年代、連絡先電話番号を記載

FAX・Eメール(件名は「川柳」)、または直接来館



## かダール映画さんまの日 無料上映会

「家族」をテーマにした映画を4作品上映します。気になる作品を何作品でもお楽しみください!



日時:10/30(水) 場所:AV多機能ホール

①10:30～ 『ぼけますから、よろしくお願ひします。』

～おかえりお母さん～』《邦画》

②13:30～ 『おじいさんと草原の小学校』《字幕》

③16:00～ 『共に歩く』《邦画》

④18:30～ 『ベイベー・ブローカー』《字幕》

## カラフルリボンイベント

## ～アウェアネスリボンに込められた意味を知ろう～

ピンクやオレンジリボンなど、色によって様々な意味をもつ「アウェアネスリボン」。子どもから大人まで色に込められた意味を楽しく学べるイベントです!

日時:11/16(土) 10:00～16:00

場所:かダール全館

申込不要  
直接会場へ

◆カラフルリボンラリー ◆フラワーアレンジメント

◆ワークショップ ◆飲食販売 ほか

## 【同日開催講座】

## 「楽しく知ろう!

## じぶんのからだ・月経・こころのこと」



開催時間 11:00～12:00

対象:小学校3～6年生の女の子、保護者見学可

★各講座の内容や申込についての詳細は、今後の「広報あおもり」、チラシ、当館ホームページ・SNS等をご確認ください。ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

かダール  
電話相談

### ■女性の悩み相談

毎週月曜日から土曜日、祝日

9:00～18:00

### ■男性の悩み相談

毎週土曜日 9:00～18:00

○ 専用ダイヤル:017-776-8858

\*面接相談は要予約。まずは電話でご相談ください。

(第二水曜日、年末年始の休館日を除く)

### ■性的マイノリティ

### にじいろ電話相談

毎週火曜日 9:00～21:00

(休館日を除く)

○ 専用ダイヤル:017-776-8803

\*性的マイノリティ:レズビアン(女性同性愛者)、ゲイ(男性同性愛者)、バイセクシュアル(両性愛者)、トランスジェンダー(こころとからだの性が一致していない人)の頭文字をとったLGBTQなど性的少数者のこと。



# アコール通信



2024.9.12  
No.103

男女共同参画都市あおもり

## アコール事業のお知らせ【参加無料】

アコールに電話・メールにてお申込みください。

### サークル展示・販売



編み物、絵画、生け花、  
絵手紙、手作り絵本、  
洋裁、七宝焼き、手芸、  
押し花、着付け など

### サークル体験・発表

お茶席、英会話、着付け、  
押し花のしおり、詩吟 ほか

### 喫茶

気まぐれゼリー、ワッフル、  
おやき、りんごジュース、  
ホット/アイスコーヒー ほか



# アコール フェスタ 2024

きてきて！みてみて！  
ふれてみて！



### チャリティー販売商品

小原さん家の朝採れ野菜、  
棒パン、洋菓子、干し椎茸、  
ポップコーン ほか



### リサイクル品販売コーナー

大人気コーナー！  
掘り出し物が見つかるかも

### 健康相談コーナー

協力：  
青森市中央地域包括支援センター  
ベジチェック  
協力：明治安田生命保険相互会社  
青森中央営業所



9/28(土)~29(日)  
10:00~15:00  
(29日は14:30まで)

詳細はチラシまたはホームページ  
をご覧ください。

### 講師デビュー応援講座

#### 「親子でスマホ撮影レッスン」



スマートフォンで撮影する際のコツや、プロの裏技を  
実際に撮影しながら学びませんか？



大切な瞬間を美しく、楽しく記録しましょう♪  
一眼レフ写真を1枚プレゼント！ハロウィン  
フォトブースを用意してお待ちしています。

日時:10/24(木) 10:00~11:30

場所:アコール 託児室(1F) 定員:20名(申込順)

対象:どなたでもご参加いただけます  
ぜひお子様を連れてどうぞ

講師:きくち ゆみさん(まるゆPHOTO フォトグラファー)

申込:電話またはメール

10/3(木)9時より受付開始(電話は午前9時~受付)

### 講師デビュー応援講座

#### 「紙で作るバラ「ロザフィ」で クリスマスの小物をつくろう」



ロザフィは、紙を使って作るバラのアートです。  
バラ一つひとつを作り、組み立て、自分だけのクリスマ  
スの小物を作成しましょう♪ ①「カードスタンド」と②  
「ブックマーカー(しおり)」から選べます。

日時:10/31(木) 10:00~12:00

場所:アコール 談話室(2F) 定員:10名(申込順)

講師:鈴木 むつみさん(ロザフィ認定講師、atelier和花葉)  
持ち物:必要な方はメガネ ※細かい作業があります

材料費:1,500円(当日徴収)

申込:電話またはメール

10/3(木)9時より受付開始(電話は午前9時~受付)

★各講座の内容や申込についての詳細は、今後の「広報あおもり」、チラシ、当館ホームページ・SNS等をご確認ください。  
ご不明な点はお気軽にお問い合わせください。

ホームページ



青森市働く女性の家「アコール」(指定管理者:NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会)

〒030-0821青森市勝田1丁目1-2 開館時間/9:00~22:00

URL:<http://www.kadar-acor.jp/>

TEL・FAX 017-723-1700

メール [acor-kouza@kadar-acor.jp](mailto:acor-kouza@kadar-acor.jp)

休館日:毎月第2日曜日、年末年始(12/29~1/3)



X(Twitter)



Facebook



Instagram

\*「アコール(L'accord)」とは、フランス語で「調和」や「和音」の意味です。



# カダール事業予定一覧

| 開催日              | 講座名   | 時間          | 場所             | 講師等   |
|------------------|---|-------------|----------------|---|
| 9/19(木)          | 団体スキルアップ講座「プロから学ぶ広報力アップ講座！はじめてのPR動画」                                | 13:30～15:30 | カダール研修室        | 講師：村田康明(デジタルハリウッドSTUDIO青森/動画クリエイター)   |
| 9/21(土)          | 川柳入門講座～17音で心のストレッチ～ 第2回   | 13:30～15:30 | カダール小会議室       | 講師：野沢省悟(川柳触光舎青森句会主宰)  |
| 9/30(月)          | 「カダールフェスタ」参加申し込み 締め切り日  | 必着          | 申込先:カダール       | カダールフェスタへの参加申し込みは9月30日必着をお願いします   |
| 10/10(木)～30(水)   | 併催事業「男女共同参画関連図書展示」  | 9:00～20:00  | 青森市民図書館        | テーマ「だれもがどれも選べる社会」に合わせて選んだ本の数々を展示  |
| 10/12(土)         | 青森市男女共同参画推進月間 記念イベント ジェーン・スー講演会 「自分にOK♪私らしく生きるためのヒント」               | 13:30～15:30 | カダールホール        | 同時開催：青森市男女共同参画推進表彰 表彰式  |
| 10/18(金)         | カダールなんでも座談会   | 10:00～11:30 | カダール企画ワーク室2    | 話したいことや悩みなど、気軽にお話できる座談会です。予約不要、直接会場へ。聴くだけでもOK!                                  |
| 10/19(土)         | パラリンピック正式種目「ボッチャ」&北欧の気軽なスポーツ「モルック」を体験しよう！～誰でも楽しく みんなでできるユニバーサルスポーツ～ | 10:30～13:00 | カダールホール        | ボールを使った頭脳戦「ボッチャ」とフィンランドのスポーツ「モルック」を体験します。                                       |
| 10/23(水)         | ピンクリボンキャンペーン2024 ～知ろうじぶんのこと、乳がんのこと～                                 | 10:00～16:00 | 駅前スクエア         | 共催：NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会<br>協力：アウガなかよし3Bサークル、乳がんピアサポートBECあおもり、乳がん患者会 スマイルあつがるの会 |
| 10/26(土)         | 川柳入門講座～17音で心のストレッチ～ 第3回   | 13:30～15:30 | カダール小会議室       | 講師：野沢省悟(川柳触光舎青森句会主宰)  |
| 10/30(水)         | カダール映画さんまの日2024 無料上映会   | 10:30～20:40 | カダールホール        | カダール選りすぐりの映画を4本上映します。   |
| 11/4(月・祝)        | 上野千鶴子講演会「地方女子の生きる道」   | 13:30～15:30 | カダール研修室、ZOOM配信 | 講師：上野千鶴子(東京大学名誉教授・社会学博士)<br>協力：特定非営利活動法人 青森県男女共同参画研究所                           |
| 11/7(木)          | カダールフェスタ直前説明会   | 13:30～15:30 | カダール研修室        | カダールフェスタ参加団体を対象とした説明会です。  |
| 11/16(土)         | カラフルリボンイベント   | 10:00～16:00 | カダール全館         | カラフルリボンラリー、ワークショップほか 申込不要、直接会場へ   |
|                  | 【同日開催講座】<br>「楽しく知ろう！<br>じぶんの からだ・月経・こころのこと」                         | 11:00～12:00 | カダール研修室        | 対象：小学校3～6年生の女の子<br>保護者見学可   |
| 12/23(月)         | 「女性ならではの身体の不調の対処法」～スポーツ女子の健康を守る！アスリートと月経トラブル～                       | 未定          | カダール研修室        | 講師：蓮尾豊(あおもり女性ヘルスケア研究所 所長)   |
| 来年1/25(土)～2/2(日) | 令和6年度 カダールフェスタ  | 9:00～22:00  | カダール全館         | 様々な団体が日頃の活動を発表するカダール 冬の一大イベントです。  |



男女共同参画の視点で、日頃の活動や取り組みをステージや講演会、展示、販売など、さまざまなカタチで発表する9日間のイベントです。会場や設備を無料で使用できます。ぜひ参加してみませんか？

開催期間：来年1/25(土)～2/2(日)

場所：カダール全館及び駅前スクエア(1F)

対象：カダール登録団体、青森市内で活動している団体・グループ、市内大学や高校のサークル・部活 ほか

応募締切：9/30(月)必着

カダールフェスタへ参加についての説明及び応募用紙はカダールカウンターにて配布中、またはホームページ(下記QRコード)からダウンロードください。そのほかご不明な点はお気軽にお問合せください。



# アコール事業予定一覧

| 開催日            | 講座名   | 時間          | 場所         | 講師等  |
|----------------|---|-------------|------------|--|
| 9/2(月)～9/22(日) | アコール階段ギャラリー 写真展「幸せをカタチに」                                      | 9:00～18:00  | アコール階段 ロビー | それぞれの家族揃っての写真、今みても、10年後にみても幸せを感じる写真を展示します。※9/8(日)は休館日                      |
| 9/14(土)        | 第3弾 親子で一緒にいらっしゃ～い ～アコール託児室開放デー！～                              | 10:00～14:00 | 託児室        | アコール託児室を開放します！おしゃべりタイムには飲み物を用意してお待ちしています♪                                  |
| 9/28(土)        | アコールフェスタ2024 ～きてきて！みてみて！ふれてみて！～                               | 10:00～15:00 | アコール全館     | アコールで活動するサークルによる作品の展示・販売、体験、発表や、軽食・喫茶、チャリティ販売、リサイクル販売など多数の催物を用意してお待ちしています♪ |
| 9/29(日)        |   | 10:00～14:30 |            |  |
| 10/2(水)～31(木)  | アコール階段ギャラリー 「本と映画から知る世界の少女たち～『国際ガールズ・デー』におすすめ！見ておきたい本と映画10選～」 | 9:00～18:00  | アコールロビー 階段 | 10/11「国際ガールズ・デー」にオススメの関連映画と本を紹介します。※10/13(日)は休館日                           |
| 10/24(木)       | 講師デビュー応援講座 「親子でスマホ撮影レッスン」                                     | 10:00～11:30 | アコール託児室    | 講師：さくちゆみ(まるゆPHOTO フォトグラファー)  |
| 10/31(木)       | 講師デビュー応援講座「紙で作るバラ『ロザフィ』でクリスマス的小物をつくろう」                        | 10:00～12:00 | アコール談話室    | 講師：鈴木むつみ(ロザフィ認定講師、atelier和花葉)  |
| 11月 開催予定       | (仮)男性の料理講座③「魚の手開き！」   | 10:00～13:00 | アコール料理室    | 男性の料理第3弾目！今回は和食の基本「魚の手開き！」を学び、和定食を作成します♪                                   |
| 来年3月 開催予定      | アコール映画鑑賞会 「梅切らぬバカ」無料上映会                                       | 未定          | アコール会議室    | 高齢の母親と自閉症を抱える息子が社会の中で生きていく様を、温かく誠実に描くヒューマンドラマ。                             |

## アコール階段ギャラリー スケジュール

時間：9:00～18:00 場所：階段、ロビー

写真展「幸せをカタチに」



日時：9/22(日)まで

それぞれの家族揃っての写真、お子さんの自然な笑顔、夫婦二人の写真など、今みても、10年後にみても幸せを感じる写真を展示します。

「本と映画から知る世界の少女たち～『国際ガールズ・デー』におすすめ！見ておきたい本と映画10選～」

日時：10/2(水)～31(木) ※10/13休館日

10/11は「国際ガールズ・デー」。ジェンダー不平等、女性差別の撤廃など、世界中の女の子たちが直面している問題を広く国際社会に訴えるために国際連合が決めました。オススメの関連映画と本を紹介し、女の子たちの人権などについて考えるきっかけにしてみませんか？