

カダール通信



2024.12.13
No.146

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

女性アスリートの健康支援 ～月経への正しい対処法を 知って競技力を高めよう!～



月経にまつわる知識を学んで、女性ならではの身体の不調の対処法を習得し女性アスリートの競技力向上や健康支援につなげます。



日時:12/23(月) 14:30～16:30
場所:研修室 対象:スポーツ指導者及びアスリート
定員:50人(申込順)
講師:蓮尾 豊さん(あおもり女性ヘルスケア研究所 所長)

カ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:12/20(金) 10:00～11:30
場所:カダール 企画ワーク室2
定員:10人(当日先着順)
申込不要
直接会場へお越しください



青森市男女共同参画プラザ「カダール」

カダールフェスタ

R7. 1/25(土)～2/2(日)開催!!
場所:青森市男女共同参画プラザ「カダール」/駅前スクエア

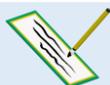
今年度は51団体・69企画が参加♪
ぜひお越しください!

カダール登録団体や市内で活動するサークルなどによる、個性あふれる企画がいっぱい! 冬のカダール最大のイベントです。詳細はプログラム&ホームページをチェック!

カダールフェスタ プレイベント d-iZeトークショー 「隣の客は、よく何食う客?」 ～知らんけど。の積み重ねで、もっと生きやすく～

今年度のカダールフェスタは、TV・ラジオに出演中のタレントd-iZeさんをゲストにお迎えしてスタート! d-iZeさんのトークで「自分らしく生きる」ことについて考えましょう!

日時:R7. 1/18(土) 13:00～15:00
場所:AV多機能ホール 定員:150人(申込順)
ゲスト:d-iZeさん(タレント)



カダール「ジェンダー川柳」の優秀作品発表、
「カダールフェスタ参加団体PR動画」の紹介も!

カダール de シネマ 「アルジャーノンに花束を」 無料上映会 & シネマカフェ



日時:R7. 1/29(水) 13:30～15:45
場所:AV多機能ホール、研修室
定員:150人(申込順)

知的障がいゆえに母親から疎んじられ、施設で育ったシャルル。新しく開発された薬によって、驚くべき速度で高い知能を獲得したが・・・。(2006年/95分/スイス＝フランス合作作品) 上映後(15:15～15:45)は研修室で、シネマカフェあり。

カダールマルシェ ～プチ起業をめざす女性たちによるショップ～



「プチ起業」をめざす女性たちによる魅力あふれるショップが駅前スクエアにオープンします♪

日時:R7. 1/27(月)
10:00～16:00
場所:アウガ1F 駅前スクエア



and.U
ボディクリーニング



まるゆPHOTO
♡バレンタイン撮影会♡



アロマ クラブルーム
Quartetto
～かてと～

★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
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)



X(Twitter)



Facebook



Instagram

*「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。

アコール通信



2024.12.13
No.104

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。

数学ガールズが挑む！ ～あなたは折り紙に隠された謎を 見つけることができるか～



数学が得意なアナタも苦手なアナタもきっと誰かに教えてく
なる新しい数学ワールドを覗いてみよう！
折り紙と数学の意外な関係を再発見♪

日時:12/27(金) 13:00～15:30

場所:アコール 会議室(3F)

対象:女子中学生

定員:20名(申込順)

講師:江居 宏美さん(弘前大学大学院理工学研究科 准教授)

持ち物:筆記用具、定規、分度器

申込:電話(申込受付は午前9時から)またはメール

おひとりでも
友達同士の
参加も大歓迎♪



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:アコール 階段、ロビー

“グズグズで有耶無耶”な日々の手仕事展

日時:12/1(日)～27(金)

※12/8休館日

日々のモヤモヤした出来事
を、いろいろな鬼に例え表現
した作品を展示します。



昭和の広告“マッチ箱”ラベルコレクション

日時:R7. 1/7(火)～29(水) ※1/12休館日



当時の世相が反映されたデザ
インや懐かしのお店等、レトロでノ
スタルジックな世界をお楽しみく
ださい♪

予告

パッチワークキルトハウス布遊 蝦名嘉代子 特別展

日時:R7. 2月 開催予定

昭和60年に開店した「パッチワークキルトハ
ウス布遊」故・蝦名嘉代子の作品を展示します。
パッチワークキルトで作成
したアート作品などを多数
展示します。

ぜひ、足をお運びください。



「おもちゃで遊ぼう」

時間:10:30～11:30

講師:青森県子ども家庭支援センター

穴倉 千鶴子さん、葛西 幸子さん

内容:身近にある材料で手作りおもちゃの作成と
グッド・トイアワードに選ばれたおもちゃも
紹介します♪



★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

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。



たくさんのご来場
ありがとうございました



報告
アコールフェスタ2024

開催日:9/28(土)~29(日)

今年度もたくさんの皆さまのご協力のおかげで無事にアコールフェスタ2024を開催することができました。アコールで活動されているサークル17団体が作品販売やサークル展示、体験、喫茶など、日々の活動を活かしてフェスタを盛り上げてくださいました！2日間で790名の方にご来館いただきました！ありがとうございました♪



買い物、通院、習い事、リフレッシュ・・・育児には気持ちのゆとりも大切。時には安心して自分だけの時間を！

■カダール託児室をご利用ください！

【時間】 午前9時から午後9時30分まで(休館日を除く)

➔ 2日前までの予約制です！

【対象】 1歳6か月から就学前までのお子さま

【定員】 7人

【料金】 1時間620円

(1日最大3時間まで・・・1時間未満の端数は1時間といたします)

【持ち物】 保険証・運転免許証・マイナンバーカードなど保護者の本人確認ができるもの、紙おむつ(必要なお子さま)、おやつ、飲み物、着替え

【料金支払】 利用当日にカウンターにてお支払いいただきます。その際、申請書にご記入いただきます。

【問合せ】 青森市男女共同参画プラザ「カダール」 Tel:017-776-8800



■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。



カダール
電話相談

カダール事業予定一覧



開催日	講座名	時間	場所	講師等
12/20(金)	カダール なんでも座談会	10:00 ～ 11:30	企画ワーク 室2	その日に集まったメンバーで、悩みや疑問について気軽に話してみませんか？聴くだけでもOKです！
12/23(月)	女性アスリートの健康支援 ～月経への正しい対処法を知って競技力を高めよう！～	14:30 ～ 16:30	カダール 研修室	女性アスリートの競技力向上のために、女性の月経に起因するトラブルと対策について学びます。
R7.1/18(土)	カダールフェスタイベント d-iZeトークショー「隣の客は、よく何食う客？」～知らんけど。の積み重ねで、もっと生きやすく～	13:00 ～ 15:00	カダール ホール	ゲスト:d-iZeさん(タレント) 「自分らしく生きる」ことについて考えます♪ジェンダー・川柳の表彰式、参加団体PR動画もあります。
R7.1/25(土) ～2/2(日)	令和6年度カダールフェスタ(市民活動企画展)	9:00 ～ 22:00	カダール 全館 駅前スク エア	23回目のカダールフェスタ！年に一度の団体・グループが活動発表を行います～お楽しみに！ スケジュールはホームページのプログラムをご確認ください♪
R7.1/27(月)	【カダールフェスタ参加企画】 カダールマルシェ ～プチ起業をめざす女性たちによるショッパ～	10:00 ～ 16:00	駅前スク エア	「プチ起業」をめざす女性たちによる魅力あふれるショッパです。
R7.1/29(水)	【カダールフェスタ参加企画】 カダールdeシネマ「アルジャーノンに花束を」無料上映& シネマカフェ	13:30 ～ 15:45	カダール ホール、 研修室	映画の無料上映会。上映後は映画について語り合うシネマカフェを開催。 (NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会 シネマ部会共催)
R7.2/21(金)	カダール なんでも座談会	10:00 ～ 11:30	企画ワーク 室2	その日に集まったメンバーで、悩みや疑問について気軽に話してみませんか？聴くだけでもOKです！
R7.2月以降 開催予定	映画「グリーンブック」鑑賞会&シネマカフェ ～シネマから考えるマイノリティ～	13:00 ～ 16:00	カダール ホール、 研修室	映画の鑑賞会。上映後はシネマカフェで感想をシェアしましょう。
R7.3月上旬 開催予定	2回講座「精神疾患の理解」 ① 正しい基礎知識と理解について ② 精神疾患を抱える方とのかかわり方	①10:00 ②13:00	カダール 研修室	精神疾患について、基礎知識とかかわり方について学ぶ講座です。
R7.3/13(木)	カダール映画の日2024 vol.6「マーガレット・サッチャー 鉄の女の涙」無料上映会	①10:30 ②13:30 ③18:30	カダール ホール	英国女性首相マーガレット・サッチャーの政治家としての栄光と挫折、妻として、母として、国のリーダーとして力の限り闘い続けたひとりの女性の物語。
R7.3月 開催予定	働きやすい職場づくりへの第一歩 最新のハラスメント事情と対応方法について	未定	カダール 研修室	ハラスメントについて学ぶ講座。 対象:管理職、職場のリーダー ほか
R7.3月 開催予定	わたしの頼れる仕事のパートナー「チャットGPT」初心者向け講座～使い方だけで作業効率アップ！誰でも簡単に使えるAIツール～	未定	カダール 研修室	対象:働く女性 仕事にチャットGPTを活用する方法を学びます。

アコール事業予定一覧

開催日	講座名	時間	場所	講師等
12/1(日) ～27(金)	アコール階段ギャラリー「“グズグズで有耶無耶”な日々 の手仕事展」	9:00 ～ 18:00	アコール 階段 ロビー	日々のモヤモヤした出来事を、いろいろな鬼に例え表現した作品を展示します。※12/8(日)は休館日
12/27(金)	数学ガールズが挑む！～あなたは折り紙に隠された謎 を見つけることができるか～	13:00 ～ 15:30	アコール 会議室	折り紙と数学の意外な関係を再発見できる講座です。 講師:江居 宏美さん(弘前大学大学院理工学研究科 准教授)
12/10(火)、 12/24(火)、 R7.1/14(火) 【全3回】	サークル体験講座「つるし飾り」	9:00 ～ 18:00	アコール ロビー	いろいろな願いが込められた布製の細工小物を作成し、つるし飾りを作ります。 材料費:3800円
R7.1/7(火) ～1/29(水)	アコール階段ギャラリー 「昭和の広告“マッチ箱”ラベルコレクション」	9:00 ～ 18:00	アコール 階段 ロビー	当時の世相が反映されたデザインや懐かしのお店等、レトロでノスタルジックな世界をお楽しみください♪ ※1/12(日)は休館日
R7.1/11(土)	親子で一緒にいらっや～い ～アコール託児室開放デー！～第5弾	10:00 ～ 14:00	アコール 託児室	アコール託児室を開放します！ 【同時開催】「おもちゃで遊ぼう」 講師:青森県子ども家庭支援センター(穴倉千鶴子さん、葛西幸子さん)
R7.2月～	アコール階段ギャラリー 「パッチワークキルトハウス布遊 蝦名嘉代子 特別展」	9:00 ～ 18:00	アコール 階段 ロビー	パッチワーク作品を展示します。 ※2/9(日)は休館日
R7.3月～	アコール階段ギャラリー「国際女性デーについて」	9:00 ～ 18:00	アコール 階段 ロビー	3月8日は国際女性デーです。 国際女性デーについて展示します。 ※3/9(日)は休館日
R7.3/8(土)	親子で一緒にいらっや～い ～アコール託児室開放デー！～第6弾	10:00 ～ 14:00	アコール 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お茶をご用意してお待ちしています♪
R7.3月	アコール映画鑑賞会②「梅切らぬバカ」 (2021年/77分/日本)	①10:30 ②13:30	アコール 会議室	大きな梅の木に見守られ、母と息子は今日も生きる。ゆっくりと、丁寧に。人と人がつながり、共に生きることの喜びを描く。

上記内容は予定のため、今後の社会情勢によっては中止や変更させていただく場合もあります。

広報あおもりやホームページなどで必ずご確認ください。

カダール ☎776-8800 FAX776-8828 アコール ☎FAXとも 723-1700