

# カダール通信



2023.5.16  
No.137

カダール事業のお知らせ 【参加無料・要申込】 電話・FAX・メール・直接来館にてお申込みください。

## カダール映画の日2023 Vol.2 「国際市場で逢いましょう」無料上映会

日時:6/22(木)

- ①10:00~12:10
- ②13:30~15:40
- ③18:30~20:40

場所:AV多機能ホール  
申込:お名前、電話番号、  
希望時間(①~③)  
をお知らせください。



《あらすじ》  
釜山の国際市場を主舞台に、激動の時代を家族のために生きた一人の男の生涯を描いた大河ドラマ。  
(2014年/127分/韓国)

(C)2014 CJ E&M CORPORATION.ALL RIGHTS RESERVED

## あなたらしく輝くための ビューティートレーニング ~ヨガ解剖学&分子栄養学の視点から



日時:7/8(土) 13:30~15:30

「ヨガ解剖学を学びカラダの使い方や  
姿勢改善でスタイルアップ+ヨガレッスン」

7/15(土) 13:30~15:30

「分子栄養学から自分に必要な  
栄養素を知る+ヨガレッスン」

場所:AV多機能ホール  
講師:成田 眞望 (YOGA STUDIO oNeself 主宰)  
対象:女性 定員:50人(先着順)  
持ち物:筆記用具、ヨガマットまたは厚手のバスタオル  
水分補給用の飲み物

※ホール内は飲食ができません。水分補給は会場の外でお願いします。  
申込:6/1(木)より受付開始

## 男女共同参画講座 「日本を変えた女性たち これから変えるわたしたち」



「政治」はわたしたちの生活を大きく  
左右するものです。『女性の参政権』  
獲得のために尽力した市川房枝をはじめとする女性た  
ちの信念や想いを知ること、現代に生きるわたした  
ちに何ができるのか考えてみる講座です。

日時:6/24(土) 13:30~15:30

場所:研修室  
講師:国広 陽子 (武蔵大学 名誉教授)  
対象:どなたでも参加できます、学生さんもOK  
定員:50人(先着順)  
申込:6/1(木)より申込受付開始

## 【青森市議会を傍聴してみませんか!】

講座の一環として、身近な政治の場である「青森市議  
会」の傍聴を予定しています。

日程:6月下旬以降に開会予定の青森市議会  
詳細:講座にてお伝えします。市議会傍聴のみ参加希  
望の方はカダールまでお問合せください。

## 実験ガールズ2023 ~大学生の「センセイ」と理科実験を楽しもう!~

小学生女子向けの大人気講座です♪弘前大学の「おね  
えさん先生」と理科実験を楽しみませんか?  
今回は『カメレオンパンづくり』と『人工イクラづくり』  
です!(全員2種類の実験ができます)

日時:7/23(日) 10:00~12:30

対象:小学生女子 定員:20人(先着順)  
※「広報あおり7/1号」またはチラシを  
ご覧のうえ、お申し込みください。



# アコール通信



2023.5.16  
No.95

アコール事業のお知らせ 【参加無料・要申込】 電話・FAX・メールにてお申込みください。

## パパ・ママおでかけチルりんTIME ~おしゃべりしながら、ゆったりベビーマッサージ~

※『チル』・・・「くつろぐ」「ゆったり過ごす」など心身のリラックス  
した状態を示す俗語。

日時:7/4(火) ①10:30~12:30

②13:30~15:30

※①②は同じ内容です



場所:和室

講師:澤野 真希  
(ABM認定ベビーマッサージインストラクター)

対象:生後3カ月~生後11カ月までの乳児と  
その母親または父親

定員:各回10組(抽選) 材料費:500円(当日持参)  
持ち物:大判タオル1枚、水分補給のための飲み物  
赤ちゃんの必需品

申込開始:6/2(金) 午前9:00~より

申込締切:6/16(金) まで受付 ※11日(日)は休館日  
(申込多数の場合は抽選にて決定)

## アコール階段ギャラリー-今後の予定

時間:9:00~18:00 場所:アコール 階段、ロビー

### アコール階段ギャラリー 写真展「懐かしの青森~昭和の青森市~」

日時:5/3(水)~5/29(月)まで

### アコール階段ギャラリー 「オリジナル・バックの会 作品展」

日時:6/2(金)~6/25(日)まで ※6/11(日)は休館日  
裂き織り・こぎん・藍染のバッグとアイディア小物を展示

## サークル体験 「メッシュで作るポシェット」【全2回】

沢山ものを入れることができる、軽くて夏にピッタリ  
なバッグを作製します!

日時:7/11(火) 9:30~12:30

7/25(火) 9:30~12:30

※全2回の連続講座となります

場所:会議室  
講師:大谷 真知子 (おしゃれな手芸 代表)  
対象:どなたでも参加できます  
定員:10名(抽選)  
材料費:3,000円(事前支払)  
持ち物:裁縫道具、ものさし、筆記用具  
申込締切:6/13(火)まで受付

(申込多数の場合は抽選にて決定)



▲写真と同じメッシュのポシェットを作ります!



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 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) 開館時間/9:00~22:00  
\*「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。

facebook 青森市男女共同参画プラザ「カダール」 Twitter @kadarnakama Instagram aomori.kadar

青森市働く女性の家「アコール」(指定管理者:NPO法人あお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 URL:http://www.kadar-acor.jp/ メール acor-kouza@kadar-acor.jp  
TEL・FAX 017-723-1700 休館日/毎月第2日曜日、年末年始(12/29~1/3) 開館時間/9:00~22:00  
\*「アコール(L'accord)」とは、フランス語で「調和」や「和音」の意味です。

facebook 青森市働く女性の家「アコール」 Twitter @akouruakouru Instagram akouruakouru

～10月は青森市男女共同参画推進月間です～

今年度も記念イベント、表彰式を開催予定です!

青森市は平成30年4月1日に「青森市男女共同参画推進条例」を施行しました。また平成8年10月22日には全国で8番目に「男女共同参画都市」を宣言しています。それを記念し、毎年10月は青森市男女共同参画推進月間として1か月間さまざまな事業を展開しています。

昨年度は、記念イベントとしてタレントの ryuchell(りゅうちえる)さんのトークショーを開催しました。元りんご娘のジョナゴールドさんがMCを担当し、自分らしい生き方や人との関わり方、しあわせについてなどユーモアをまじえつつ、一つひとつ言葉を選びながら、とても丁寧に答えてくださいました。



なお、講演会に先立ち、男女共同参画を推進する個人団体の部と事業者の部の2団体の表彰式が開催されています。今年度も素敵なゲストをお招きする予定です～！お楽しみに！



アウェアネスリボンを楽しく知ろう

カラフルリボンイベント

乳がん検診啓発のピンクリボンや女性に対する暴力の根絶を訴えるパープルリボンなど、支援や啓発活動の意思を示すためにつけるリボンを『アウェアネスリボン』と言います。



5色のリボンラリーや講座、ワークショップ、展示などを通して、楽しみながら『アウェアネスリボン』に込められた意味を学べるイベントです！

11月18日(土)開催予定

起業をめざす女性のはじめの一步

プチ起業塾

プチ起業をめざす女性を応援する講座です！グループ形式で楽しく情報や意見を交換しながら必要な考え方やスキルを2日間で学びます。修了後はカダールマルシェ(出店体験)を予定！



8～9月開催予定

団体・グループ活動 & 市民活動を支援します!

第22回 市民活動企画展 ～カダールフェスタ～

来年1月20日(土)～28日(日)開催予定

カダール登録団体や市民団体&グループがそれぞれ『男女共同参画の視点』で活動発表を行い、9日間にわたって開催されるイベントです！会場や機材を無料で使用することができます。



▲ 昨年度のカダールフェスタの様子

今年度も皆さまのアツい企画をお待ちしています！8月にカダールフェスタの参加説明会が開催されますのでご興味のある方はぜひご参加ください。

カダールフェスタ参加説明会	8月23日(水)
団体スキルアップ講座	9月中旬を予定
直前説明会(対象:参加団体)	11月16日(木)
カダールフェスタ反省会	来年2月を予定



LGBTQについて みんなで考える

映画『チョコレートドーナツ』鑑賞会&ワールドカフェ

～みんなで考えよう 誰もが自分らしく生きられる社会～

7月29日(土) 13:00～16:00



人気講座が4年ぶりに復活!

うたごえおやじ喫茶

共催:男塾ROCKの会

9月25日(月) 開催予定



女性のスキルアップを応援します!

女性のための仕事で役立つ エクセル時短ワザ【全2回】

8月24日(木)、25日(金)開催予定



ジェンダー平等について ここで一句!

(仮)男&女らしさにとらわれない 男女共同参画 川柳コンテスト

Coming soon

ワーク・ライフ・バランス講座

(仮)外国から学ぶジェンダー & 自分らしい生き方

今秋(9～10月)開催予定



そのほか カダールでは...

- ・チラシの作り方
- ・無料映画上映
- ・パパの絵本読み聞かせ
- ・デートDV
- ・マネーカアップ
- ・女性のエンパワーメント
- ・月経&包括的性教育
- ほか

そのほか アコールでは...

- ・階段ギャラリー
- ・サークル体験講座
- ・映画鑑賞会
- ・介護しゃべり場
- ほか



アコール秋のお楽しみイベント アコールフェスタ



例年9月に開催しているアコール最大のイベントです。登録団体の展示やショップなど楽しい2日間をお楽しみに！

9月16日(土)～17日(日)開催予定  
場所:アコール

青森で楽しく過ごすための情報交換&メイク術

転勤・移住者女性のしゃべり場 「青森で自分らしい生き方を」

9月28日(木)開催予定 場所:アコール

親子で安全にスマートフォンを使うために

(仮)わたしを守るスマホ術 ～おやこでたのしくルールづくり～

10月14日(土)開催予定 場所:アコール



(仮)上野千鶴子講演会

11月11日(土)開催予定



6月23日～29日  
男女共同参画週間

10月  
青森市男女共同参画推進月間/乳がん検診啓発月間

10月11日  
国際ガールズデー

11月12日～25日  
女性に対する暴力をなくす運動期間

3月8日  
国際女性デー

カダール  
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。



カダールなんでも座談会

その日集まったメンバーで、「これって私だけ?」「こんな時どうしてる?」など悩みや疑問について気軽に話して、耳を傾けてみませんか? 聴くだけでもOK!



日時:6/16(金) 10:00～11:30  
※偶数月の第三金曜日、同時刻に開催予定  
場所:カダール 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。  
【今後の開催スケジュール】  
8/18(金)、10/20(金)ほか

最新情報は「広報あおもり」& ホームページ・SNSをチェック!



カダール・アコール  
ホームページ

- ◆ Twitter/Facebook  
施設名で検索
- ◆ Instagram  
#カダール  
#アコールで検索