

カダール通信



2025.11.13

No.152

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

カラフルリボンイベント2025 ～アウェアネスリボンに込められた意味を知ろう～

ピンクやパープルなど色ごとに意味を持つ「アウェアネスリボン」を楽しく学べる1日！景品付きリボンラリー、誰もが参加できるモルックなどのスポーツ、健康チェック、工作、フラワーアレンジメントやバルーン教室など内容盛りだくさん♪

SNS投稿で景品GET！パンやスイーツも販売！
日時: 11/15(土) 10:00～16:00

※バルーン教室は12:30～14:30

場所: カダール全館

◆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

参加無料
(一部材料費あり)

【カラフルリボンイベント2025 同時開催】

「楽しく知ろう！ じぶんのからだ・月経・こころのこと」

「大人になるってどういうこと？」「月経(生理)ってなに？」「心や身体が不調になるのは月経の影響？」

月経(生理)やこころとからだの変化などを迎える女の子たちの不安や疑問に専門の先生がやさしく答えてくれます。

開催時間: 11:00～12:00

対象: 小学校3～6年生の女の子

保護者の見学OK(原則おひとりのみ)

【おやこでモルック体験タイム】 12:00～12:30



オトコのしゃべり場



入退室は
自由です

仕事、人間関係、家庭、健康、ジェンダーに関することなど、普段なんとなく感じている“モヤモヤ”について話し合ってみませんか。無理に話さなくても、聴くだけでもOK。

日時: 11/28(金) 18:00～20:30

場所: 企画ワーク室1 対象: 青森市在住・在勤の男性

定員: 10人(当日先着順) 申し込み不要、直接会場へ

★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)

*「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。

「市川房枝から学ぶ 行動力・実践力・未来を見据える力」(全2回)

映像や検定クイズ作りを通して、今を生きる私たちに必要な「チカラ」を身につけましょう。

※第1回はDVD鑑賞、第2回は「市川房枝」検定クイズ作りを行います。



日時: 第1回 11/16(日)

第2回 11/30(日) 両日とも13:30～15:30

場所: 研修室 定員: 40人(申込順)

対象: どなたでも参加OK、学生さんもお気軽にどうぞ

初心者
向け

仕事・家事・趣味をもっとスムーズに!
デジタル×AIで自分らしく生きる
タスク管理入門講座

デジタルツールを活用したタスク管理のメリットやコツを学びます。作業を効率化し、自分らしいライフスタイルの実現を目指してみませんか！



日時: 11/23(日・祝) 10:30～12:30

場所: 研修室 定員: 40人

講師: 野宮 元気さん



(ジェネレーティブAIコーディネーター/クリエイティブディレクター)

紹介するツール: jooto(ジョートー)、Notion(ノーション) 他

★スマートフォン、タブレットの持ち込み可(必須ではありません)

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です！

今年度も偶数月・第3金曜日に開催します♪



日時: 12/19(金) 10:00～11:30

場所: 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



X(Twitter)



Facebook



Instagram

アコール通信



2025.11.13

No.110

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・メールでお申込み

男性の料理講座

「中国料理『広州』のオーナーが教える!
家庭で味わう中華三品」

アコール開催講座の人気シリーズ第3弾!
おなじみの中国料理店「広州」のオーナーから、家庭でもできる本格料理『油淋鶏(ユーリンチー)、焼壳(シュウマイ)、杏仁豆腐』を学びます!

日時:11/24(月・祝) 10:00~13:00

場所:料理室(2F)

対象:男性(初心者大歓迎)

定員:12人(抽選)

講師:伊川 佳孝さん(中国料理 広州 オーナー)

材料費:1,000円※支払方法については別途ご連絡いたします

申込締切:11/14(金)まで

申込:電話もしくはメール。抽選結果は後日全員へ連絡。



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!~

アコールの託児室で親子で楽しく遊びませんか!

今回は「わが家のオリジナルクリスマスリース作り」を同時開催。いろいろな色で色づけした世界に一つだけのオリジナルのクリスマスリースを作ります。

子育ての悩みごとを相談したり、参加者同士で情報交換ができます!お菓子やお茶もご用意しています。

日時:12/13(土) 10:00~14:00

※【クリスマスリース作り】

10:30~11:30



場所:アコール 記念館(1F)

定員:当日先着8組 申込不要

対象:お子さまと保護者(保護者の方とご来館ください)

持ち物:水分補給の飲み物、お子様の必需品

※床が滑りやすいので、滑り止め付きの靴下をお勧めします。

★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。

当館は靴を脱いでお入りいただく施設となっております。備え付けのスリッパをご用意していますが、必要な方は内履きをご持参ください。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)



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



X (Twitter)



Facebook



Instagram

アコール映画鑑賞会&シネマカフェ

「ぼけますから、よろしくお願ひします。」



ドキュメンタリー監督の信友直子さんが、娘である「私」の視点から、認知症の母親と耳の遠い父親と共に暮らす家族の日々を丹念に描いたドキュメンタリー。(2018年/102分/日本)

午後は、映画鑑賞終了後、シネマカフェを開催します。映画を見た感想を語り合いましょう!

日時:12/8(月) 場所:会議室(3F)

①10:30~12:20 ②13:30~15:15

シネマカフェ 15:20~15:50

対象/定員:各30名(申込順)

申込開始:11/1(土)9時より、電話・メールまたは直接来館で受付。

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

パネル展「STOP!DV・児童虐待!

声をあげよう、あなたのために、誰かのために



期間:11/28(金)まで ※11/9(日)休館日

DVや児童虐待についての資料を展示し、相談先も紹介します。また、DV・児童虐待撲滅の願いを込めて、パープル・オレンジWリボンをツリーに飾りましょう!

「青森和文化の会 作品展」



期間:12/2(火)~25(木)まで ※12/14(日)休館日

書道作品や、生け花・茶道の活動風景写真など約20点を展示します。気持ちがやわらぐ和の空間へ、お気軽にお越しください。

11/1(土)～11/30(日)「女性に対する暴力をなくす運動」 関連イベントを開催します♪

11/12(水)～25(火)は「女性に対する暴力をなくす運動」の実施期間です。「配偶者やパートナーなど、お互いににとってよりよい関係」とは何かを考えてみませんか？
カダール・アコールでは11月「女性に対する暴力をなくす運動」に関連するイベントを開催します！



「パープル・オレンジWリボン 手作りガーランド」作品展 ～暴力や虐待のない未来へ願いを込めて～

アコールを利用するサークルの皆さん、想いを込めて製作した手作りガーランドを展示します。

日時:11/1(土)～28(金) 9:00～18:00

※11/9(日)休館日

場所:青森市働く女性の家「アコール」

「パープル&オレンジWリボンねぶた」展示 「願いをかたちに ～パープルリボン・フレンドシップキルト」展示

日時:11/5(水)～30(日) 9:00～22:00

※11/12(水)休館日

場所:青森市男女共同参画プラザ「カダール」
インナーパーク(アウガ5階)

パープルリボン街頭キャンペーン

関係機関や関係団体・企業と連携し、女性に対する暴力防止の啓発活動として、パンフレット・チラシ・ティッシュなどを配布します。

日時:11/19(水) 12:00～12:30

場所:アウガ 正面出入口前

共催:(順不同)

- ・青森警察署
- ・青森県男女共同参画センター
- ・青森県女性相談支援センター
- ・NPO法人ウイメンズネット青森
- ・有限会社ビックジャパン カースーパー
- ・国際ソロプロミスト青森
- ・パープルリボンまゆら
- ・青森商工会議所女性会
- ・明治安田生命保険相互会社 青森支社
- ・青森市
- ・NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会

青森観光通営業所

11月 館長のキーワード「DVのない社会へ」

DV(ドメスティックバイオレンス)は「家庭内のケンカ」ではなく、経済力、社会的地位、腕力など「力」を持つほうが持たないほうを支配しコントロールする社会的課題です。身体的暴力はもとより、精神的暴力、経済的暴力、性的暴力、社会的暴力など、すべて人権侵害にあたり許されるものではありません。正しい知識と最新の情報を得て、「これってDV?」と思ったら、ひとりで悩まず「相談」しましょう。そして、誰も加害者にも被害者にも傍観者にもならない社会をつくりましょう。

カダールフェスタイベント 「みんなで青森の冬を 盛り上げよう!」

予告



1/24は「カダールフェスタ」に向けて、みんなでお祭り気分を盛り上げましょう。「第3回カダールジェンダー川柳」の表彰式も行います。

日時:R8.1/17(土) 13:30～15:45

場所:AV多機能ホール

定員:250名(申込順)

カダールdeシネマ 「ベイビーブローカー」 無料上映会 & シネマカフェ



古びたクリーニング店を営む男と児童施設職員が、赤ちゃんポストから子を連れ去り養父母探しの旅へ。母親、刑事も加わり、奇妙な“家族”的物語が動き出す。【日本語字幕上映】
上映後(15:50～16:30)はシネマカフェで感想を語り合いましょう。

共催:NPO法人あおもり男女共同参画をすすめる会 シネマ部会

日時:R8.1/28(水) 13:30～15:45 (上映:130分)

場所:AV多機能ホール、研修室(シネマカフェ15:50～16:30)

定員:250名

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。



カダール事業予定一覧



開催日	講座名	時間	場所	講師等
12/5(金)まで	第3回「カダールジェンダー川柳」募集中！		カダール	対象:小学生以上の市内在住・在勤・在学のかた、未発表作品1人5句以内
11/15(土)	カラフルリボンイベント	10:00~16:00	カダール全館	「アウェアネスリボン」について楽しく学ぶイベントです。カラフルリボンラリー、ワークショップ、販売 ほか 申込不要、直接会場へ。
	楽しく知ろう！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3~6年生の女の子、保護者の見学可 ★おやこでモルック体験もあり
	おやこでモルック体験タイム	12:00~12:30	カダールホール	北欧の気質なスポーツ「モルック」や日本生まれのニュースポーツ「カローリング」、フランス発祥「二チレクボール」などを体験
11/16(日)	【2回連続講座】市川房枝から学ぶ、行動力・実践力・未来を見据える力 1回目	13:30~15:30	カダール研修室	映像や検定クイズづくりを通して、今を生きる私たちに必要な「チカラ」を身につけます！
11/20(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に直前説明会を開催。PR動画撮影もあります。
11/23(日)	仕事・家庭・趣味をもっとスマーズに！ デジタル×AIで自分らしく生きるタスク管理入門講座	10:30~12:30	カダール研修室	講師:野宮 元気さん (ジェネレーティブAIコーディネーター/クリエイティブディレクター)
11/28(金)	オトコのしゃべり場	18:00~20:30	カダール企画ワーク室1	普段なんとなく感じている"モヤモヤ"について話し合ってみませんか。 予約不要、聴くだけでもOK！
11/30(日)	【2回連続講座】市川房枝から学ぶ、行動力・実践力・未来を見据える力 2回目	13:30~15:30	カダール研修室	映像や検定クイズづくりを通して、今を生きる私たちに必要な「チカラ」を身につけます！
12/15(月)~ 1/31(土)	蓮尾先生にきく！女性のライフステージと健康	全4回	YouTube配信	講師:蓮尾 豊さん(あおもり女性ヘルスケア研究所 所長)
R8.1/25(日)	青森VIVID!! ~LGBTQ+ユースが集う場所です～ (主催:カダール、一般社団法人にじいろほっかいどう)	14:00~17:00	カダール多目的室	対象:中学生～23歳までのLGBTQ+当事者、当事者かもしれない人 先着10人

カダールフェスタ関連イベント

R8.1/17(土)	カダールフェスタプレイベント	13:30~15:45	カダールホール	カダールジェンダー川柳の表彰式、参加団体PR動画の紹介もあります。
R8.1/24(土) ~2/1(日)	令和7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	今年度で開催24回目、カダール冬の一大イベントです！青森市で活動する団体・グループが集い、活動発表を行う9日間です。お楽しみに！
R8.1/27(木)	【カダールフェスタ参加企画】 カダールマルシェ ～ブチ起業をめざす女性たちによるショップ～	10:00~16:00	駅前スクエア	「ブチ起業」をめざす女性たちによる魅力あふれるショップです。
R8.1/28(水)	【カダールフェスタ参加企画】 カダールdeシネマ「ベイビー・ブローカー」無料上映&シネマカフェ	上映 13:30~15:45 シネマカフェ 15:50~16:30	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シネマカフェを開催。 (NPO法人あおもり男女共同参画をすめる会 シネマ部会共催)



アコール事業予定一覧

開催日	講座名	時間	場所	講師等
11/1(土)~ 11/28(金)	アコール階段ギャラリー パネル展「STOP！DV・児童虐待！ 声をあげよう、あなたのために、誰かのために」	9:00~18:00	アコール階段	DVや児童虐待についての資料を展示し、相談先も紹介します。また、DV・児童虐待撲滅の願いを込めて、パープル・オレンジWリボンをツリーに飾りましょう！ ※11/9(日)は休館日
11/24(月・祝)	男性の料理講座「中国料理『広州』のオーナーが教える！家庭で味わう中華三品」	10:00~13:00	アコール料理室、談話室	対象/定員:男性12人(抽選) 申込受付:11/14(金)まで、電話・メールにて受付
12/2(火)~ 12/25(木)	アコール階段ギャラリー 「青森と文化の会 作品展」	9:00~18:00	アコール階段	書道作品や、生け花・茶道の茶道の活動風景写真など約20点を展示します。 ※12/14(日)は休館日
12/8(月)	アコール映画鑑賞会&シネマカフェ 「ほけますから、よろしくお願ひします。」	上映 ①10:30~ ②13:30~ シネマカフェ 15:20~15:50	アコール会議室	午後は、映画鑑賞終了後、シネマカフェを開催します。映画を見た感想を語り合いましょう！
12/13(土)	「親子で一緒にいらっしゃ～い ～アコール託児室開放デー！～第3弾」	10:00~14:00	アコール託児室	【同時開催】「わがやのオリジナルクリスマスリース作り」10:30~11:30 子育ての悩みごとを相談したり、参加者同士で情報交換ができます。