

# カダール通信



2026.1.23  
No.153

## 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

青森市男女共同参画プラザ「カダール」

## カダールフェスタ

1/24(土)~2/1(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(1F)

51団体 & 73企画が参加♪ ぜひご参加ください!

カダールの開館(2001.1.26)を記念して毎年9日間開催されている冬の一大イベントです!

ステージ発表や講演会、展示、販売など…男女共同参画の視点で活動する51団体が日頃の取り組みや活動の成果を発表します! 多彩な企画にぜひご参加ください♪

詳細なスケジュールは館内配布中のプログラム(ホームページにも掲載中)をチェック!



カダールフェスタ  
はこちゅら  
←



PR動画はこちゅら  
←

カダールフェスタ参加ラリー企画も開催!  
交換期間:2/2(月)~2/22(日)

開催企画3つ以上に参加し、展示を観覧、アンケートに記入していただいた先着100名様に景品をプレゼント!  
詳細は配布中のチラシやホームページをご覧ください。



CHECK!



中面にてカダールフェスタ中の  
開催講座についてご紹介!

★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](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。

## カダールYoutubeセミナー

YouTube「カダール」公式チャンネル  
にてセミナーを配信中!

期間中であれば何度でも無料で視聴が  
できます。



二次元コードを読み込みカダール公式  
チャンネルからお好きな動画をご覧ください! ↑  
視聴後はぜひアンケートフォームにてご意見をお聞か  
せください。

公開中

〈全4回+総集編〉  
「蓮尾 豊先生にきく!  
女性のライフステージと健康」



月経や更年期、人に相談しづらい身体の不調など、  
女性の特有の健康課題についてライフステージ(思春期~老年期)にそって気軽に学べる動画を配信中で  
す。お悩み相談もあります!

公開期間:公開中 ~ 1/31(土)まで

講師:蓮尾 豊さん(あおもり女性ヘルスケア研究所所長)

まもなく  
公開

〈4回シリーズ〉  
「性的マイノリティの現在(いま)」  
第4回「性的マイノリティと〈暮らし〉」



職場、住宅、トイレなどLGBTQ+  
当事者の〈暮らし〉に関わる諸問  
題や老後に向けたキャリアプラン  
について考えます。

公開期間:2/1(日)~2/22(日)

講師:永易 至文さん(NPO法人パープル・ハンズ事務局長)

★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](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)



X(Twitter)



Facebook



Instagram

## カダールフェスタでの主催&共催講座 をご紹介 !

### 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:1/26(月) 10:00~16:00

場所:アウガ1F 駅前スクエア



### 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

日時:1/28(水) 13:30~15:45

場所:AV多機能ホール、研修室 定員:150人(申込順)

上映後(15:50~16:30)は研修室でシネマカフェを開催。感想や思いを語り合います。

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

### 青森VIVID!!

～LGBTQ+ユースが集う場所です～

日時:1/25(日) 14:00~17:00

場所:多目的室 定員:10人(先着順)

対象:中学生～23歳までのLGBTQ+当事者、

当事者かもしれない人

申込:当日参加もできます、事前申し込みはこちらから 

主催:カダール、一般社団法人にじいろほっかいどう



### 男女共同参画トピックス

将棋の福間 香奈 女流六冠は、昨年12月、妊娠中に2つのタイトル戦において不戦敗を余儀なくされたとして、日本将棋連盟に規定の見直しを求める意見書を提出しました。

昨年4月に整備した日本将棋連盟の規定では妊娠・出産を控えた女流棋士は一定期間タイトル戦に出られず不戦敗となります。タイトル保持者は戦わずに失冠する可能性もあります。

福間女流六冠は8つのタイトルのうち6タイトルを保持しているトップ女流棋士で、昨年12月に子どもを出産しました。

医師から長距離の移動は控えるように言われていたため対局場所の変更等を要望しましたが認められず、2つのタイトル戦で不戦敗となりました。

日本将棋連盟は謝罪するとともに規定を削除し、さらに検討会を立ち上げて新ルールを策定する方針です。

福間女流六冠は、「対局か出産か二者択一を迫られている状況」と指摘し、「女流棋士を目指す少女が安心して対局と妊娠・出産を両立できる将棋界になってほしい」と語りました。

【参考】テレ朝NEWS「女流棋士『妊娠中に不戦敗』日本将棋連盟に見直し要請 福間香奈女流六冠が会見へ」、産経新聞「福間香奈女流六冠『対局か出産 選択せざるを得ない』女流棋士の妊娠『不戦敗』規定巡り」

### 夫婦のチーム力★アップ講座

ふたりでシェア!

家事も育児もハッピーも♥



妊娠・育児期の心の変化や夫婦のコミュニケーション、見えない家事の大切さを学びます。妊婦疑似体験もあります。

日時:2/23(月・祝) 10:30~12:30

場所:研修室 定員: 30人(申込順)

対象:夫婦またはパートナー、お一人でもどうぞ

講師:新藤 潤一さん

(NPO法人ファザーリング・ジャパン東北青森県理事)

新藤 幸子さん

(青森県教育委員会委員／民生・児童委員)

無料託児:あり(対象:0歳から未就学児)、先着5名まで

2/15(日)まで要予約

### 上野千鶴子さんと語ろう再び!

～青森女子に関するワークショップ分析報告会～

昨年開催の「上野千鶴子さんと語ろう! 青森女子がつくるわたしの未来」でおおいに盛り上がったグループワークの結果を深掘り分析。

今回も上野千鶴子さんと一緒に楽しく刺激的なひと時を!

日時:3/1(日) 17:00~19:00

場所:カダール 研修室 定員: 60人(申込順)

対象:どなたでもご参加いただけます

講師:上野 千鶴子さん(東京大学名誉教授・社会学博士)

申込開始:2/9(月) 10時より

(電話・FAX・メール、来館で受付)



### カダール映画の日2025 vol.6

『レッドシューズ』無料上映会

日時:3/13(金) ①10:30~12:35(上映:121分)

②13:30~ ③18:30~

場所:AV多機能ホール

娘と慎ましく暮らす真名美は失業や事故に苦しみ、娘を守るため女子ボクシング世界王者に挑む。母娘の絆と人間模様を描く感動作。(2022年／日本)

### 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:2/20(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



# アコール通信



2026.1.23  
No.111

## 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

### 講師デビュー応援講座 「エメラルド式耳つぼリフレクソロジー」 ～耳を整え健やかに生きるセルフケアをお伝えします～

「耳つぼリフレクソロジー」は、耳に触れメンテナンスすることで体の不調のサインに気づくことができます。講座では、耳つぼの紹介と、朝の目覚めと夜のお休み前のマッサージの方法をお伝えします。

日時:3/14(土) 10:00~11:30

場所:談話室(2F) 定員:20人(申込順)

材料費:2,000円

講師:MIKIさん

(エメラルド式耳つぼリフレクソロジー

認定講師・セラピスト)

申込受付:2/25(水)9時から。

電話もしくはメール。



### 事業 報告

### 「医学ガールズ～外科医の先生と学ぼう～」 を開催しました

開催日時:12/27(土) 13:30~15:30

対象:小学5年生～中学3年生の女の子 参加人数:21名

この講座は、若い女の子たちに「女性だから～」という固定概念にとらわれず、自らの個性や能力を発揮し、将来の夢や進路を自由に選択できるようになって欲しいと開催したものです。

講師には、女性の割合がまだ少ない「外科医」として活躍されている、弘前大学大学院医学研究科 泌尿器科学講座の先生方4名(うち女性医師3名)をお招きしました。



〈講師に「細胞」について質問する参加者〉



〈縫合する際の糸の結び方に挑戦〉

★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)

\*「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

## カダール事業予定一覧

開催日	講座名	時間	場所	講師等
カダールフェスタ関連イベント				
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！
1/26(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ピ～	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ピです。
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」無料上映会 &シネマカフェ	<映画> 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)
2/2(月) ～ 2/22(日)	カダールフェスタ参加ラリー企画 景品交換期間	9:00～22:00	カダール カウンター	カダールフェスタでの開催企画に3つ以上に参加し、展示企画を観覧し、アンケートにご記入いただくと、先着100名様にタオルベアをプレゼントします。
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 定員:先着10人
1/31(土)まで	〈カダールYouTubeセミナー〉 「蓮尾 豊先生にきく！女性のライフステージと健康」 ①～④、総集編	各動画 約20～40分	YouTube配信	女性特有の健康課題について、ライフステージにそって気楽に学ぶ動画です。 お悩み相談コーナーもあります。 講師:蓮尾 豊さん(あおもり女性ヘルスケア研究所所長)
2/1(日) ～2/22(日)	〈カダールYouTubeセミナー〉 「性的マイノリティの現在(いま)」(4回シリーズ) 第4回「性的マイノリティと<暮らし>」	約40分	YouTube配信	職場、住宅、トイレなどLGBTQ+当事者の<暮らし>に関わる諸問題や老後に向けたキャリアプランについて考えます。 講師:永易至文さん(NPO法人バーブルハンズ事務局長)
2/18(水)	カダールフェスタふりかえり会	13:30～15:30	カダール 研修室	令和7年度カダールフェスタを参加団体みんなでふりかえります。 対象:カダールフェスタ参加団体
2/20(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、気軽にお話しできる座談会です。予約不要、直接会場へ。聴くだけでもOK！
2/23(月・祝)	夫婦のチーム力★アップ講座 ふたりでシェア！家事も育児もハッピーも	10:30～12:30	研修室	対象/定員:夫婦またはパートナー、お一人でもどうぞ／30名 無料託児あり(対象:0歳から未就学児)、先着5名まで、2/15まで要予約
3/1(日)	上野千鶴子さんと語ろう 再び！ ～青森女子に関するワークショップ分析報告会～	17:00～19:00	研修室	定員:どなたでも/60名(先着順) 申込開始:2月9日(月)10時より、電話・FAX・メールまたはご来館にて
3/13(金)	カダール映画の日 vol.6 「レッドシユーズ」無料上映会	①10:30 ②13:30 ③18:30	カダール ホール	一日3回上映。お好きな時間にどうぞ。 定員:各回150人

## アコール事業予定一覧

開催日	講座名	時間	場所	講師等
1/28(水)まで	アコール階段ギャラリー 「『マンホールのふた絵』に魅せられて」	9:00～18:00	アコール 階段、1階ロビー	青森県内外の「マンホールのふた」の写真を約200点展示。
2/2(月)～ 2/26(木)まで	アコール階段ギャラリー 「青森の山の恵み『和ハーブ・クロモジ&ふるさと山菜レシピ展』」	9:00～18:00	アコール 階段、1階ロビー	和ハーブ・クロモジの魅力と「ふるさと山菜レシピ」を紹介します。 ※2月8日(日)休館日
3/6(金)～ 3/26(木)まで	アコール階段ギャラリー 「バネル展『国際女性デー』と津田梅子～女性の一歩が未来を変える～」	9:00～18:00	アコール 階段、1階ロビー	3月8日は「国際女性デー」。「国際女性デー」を記念し、女性教育の先駆者・津田梅子の生涯を紹介するバネル展示です。 ※3月8日(日)休館日
3/14(土)	講師デビュー応援講座 「エメラルド式耳つぼリフレクソロジー」 ～耳を整え健やかに生きる セルフケアをお伝えします～	10:00～11:30	アコール 談話室	講師:MIKIさん(エメラルド式耳つぼリフレクソロジー認定講師・セラピスト) 定員:20人、材料費:2000円 受付開始:2/25(水) 9時～から

### ■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2水曜日、年末年始の休館日を除く)

電  
力  
話  
相  
談  
ル

### ■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。

