

## 第9回 男女平等推進センター パリテまつり

女と男 ともに輝く平和な未来

パリテとはフランス語で「平等な」という意味です。

時 1月23日(月)～2月3日(金)

場 住吉会館ルピナス

「一人ひとりが自分らしく自立し、いきいきと個性と能力を発揮できる社会」を目指して、市民の皆さんや市民団体の協力を得て、パリテまつりを開催します。この機会に男女平等について一緒に考えてみませんか。



### 講演会

#### 世界・東北の子どもたち

保育あり 手話通訳あり

時 1月29日(日)午後2時～4時(1時30分開場)

場 4階大広間

定 80人

講 安田菜津紀さん

(フォトジャーナリスト)

<講師紹介> 1987年神奈川県生まれ。16歳で「国境なき子どもたち」の「友情のレポーター」としてカンボジアで貧困にさらされる子どもたちを取材。現在は各国の貧困や災害の取材、東日本大震災の記録など意欲的に活動を続けている。



©Rie Nagata

### 講座

#### 国際社会と幸福論 ～新しい価値を求める第一歩～

保育あり

時 1月28日(土)午前10時～正午

内 多様化・不安定化した世界情勢から未来に残すべきものとは何か

講 大内俊さん(国際経済学研究者)

#### どう迎えたいか自分の終末

保育あり

「自分の終末をどのように迎えたいか?」家族のことも一緒に考えてみましょう。

時 1月29日(日)午前10時～正午

講 相模直子さん(ケアマネージャー)

#### 美しく二胡の調べを知るつどい

中国の伝統楽器「二胡」を紹介。実演もあります。

時 1月29日(日)午前10時～正午

講 楊智さん(二胡講師)

**要申込** の表記されているイベントの申込は、1月10日(火)～20日(金)に各申込先へ

**保育あり** の申込は、1月10日(火)～20日(金)の平日にファクスまたは下記窓口へ

◆第9回パリテまつり実行委員会・男女平等推進センターパリテ  
(住吉町6-15-6住吉会館ルピナス内・☎042-439-0075・FAX042-422-5375)

### 上映会

#### わたしはマララ

保育あり

2014年に17歳でノーベル平和賞に輝いたパキスタン女性「マララ・ユスフザイ」のドキュメンタリー映画です。(90分)

時 1月28日(土)午前10時～正午

定 50人(先着順) ※当日、直接会場へ

#### 女性参政70周年「八十七歳の青春～市川房枝 生涯を語る～」

保育あり

女性の参政権獲得や地位向上を求めて闘い抜いた市川房枝が自ら語り残した熱いメッセージ。現在も迫力をもって人々に感動を与え続けている長編記録映画です。(121分)

時 1月28日(土)午後2時～4時10分

定 50人(先着順) ※当日、直接会場へ

### 体験会

#### iPad体験会 レシートで簡単家計簿

要申込

iPadを使って家計簿をつけてみましょう。レシートの写真を撮ることで、金額などを簡単に記録できます。

時 1月28日(土)午前10時～正午

講 河村幹夫さん(シニア情報生活アドバイザー)

定 10人(申込順)

¥500円(テキスト代)

#### パソコン体験会 立体モデルの作成を体験しよう

要申込

丸や四角の組み合わせで簡単に立体モデルが作れます。

時 1月29日(日)午前10時～正午

講 木村由美さん(マイクロソフトMOSスペシャリスト)

定 10人(申込順)

¥500円(テキスト代)

申 上記体験会は共にNPO法人西東京NPO推進センターセプロス(☎・FAX042-425-6090・✉ceproce@kch.biglobe.ne.jp)へ

受付:平日午前10時30分～午後4時30分

#### パパの初めての バルーンアート講座

要申込

子どもに大人気のバルーンアートができるパパになろう! 「パパ」でなくてもOK。子ども(小学生<sup>まで</sup>)も一緒に参加できます。

時 1月28日(土)午後2時～4時30分

講 ことばばさん(バルーンアーティスト)

定 20人(申込順・親子参加可)

申 HP <http://kokucheese.com/event/index/438357>から

#### はじめての自力整体

保育あり 要申込

自分でツボ・経絡を刺激しながら呼吸と気持ちをリラックスさせる運動です。

時 1月28日(土)午後2時～4時

講 森崎文字さん(自力整体ナビゲーター)

定 40人(申込順)

申 NPO法人ワーカーズ・コレクティブちろりん村(✉chirorinmura@mbn.nifty.com)

#### カフェコーナー

時 1月28日(土)・29日(日)午前10時～午後4時30分

場 1階オープンスペース

内 喫茶・軽食、雑貨、生花販売

#### 簡単! てづくり「鬼の面」

まもなく節分ですね。「鬼の面」を作ってみませんか。

時 1月28日(土)午前10時30分～午後2時30分

場 1階交流ホール

対 子どもと保護者

#### 「終活」なんでも相談

遺言から葬儀まで、「終活」についての疑問をお気軽にご相談ください。

時 1月28日(土)・29日(日)午前10時～午後4時30分

場 2階交流ホール

#### パネル・作品展示コーナー

パリテ登録団体による活動内容紹介、作品・啓発パネルなどの展示をします。

時 開催期間中の午前9時～午後10時(初日は1時から)

場 1階交流ホール<sup>ほか</sup>

## 多摩六都科学館ナビ

### 昔あそび広場

体を動かし、頭も使って、昔ながらの遊びを楽しみましょう。ベーゴマやあやとりなど、世代交流を通して、遊びの技も磨けます!

時 1月14日(土)・15日(日)

午前10時～午後4時

¥入館料のみ(大人500円・子ども200円)

※当日、直接会場へ

□協力 多摩六都科学館ボランティア会

問 多摩六都科学館(☎042-469-6100)

1月休館日: 1日(祝)～3日(火)・10日(火)・16日(月)・23日(月)～26日(木)・30日(月)



### ロフト・サイエンス・コラム<sup>32</sup>

#### 新年! はじめるカラダづくり

お正月になると、おいしいおせちにとたつでみかんと、ゆっくり過ごすことが多くなりますね。寒い冬、運動していますか?

普段あまり運動していないという方には、無理せず自分に合った適切な運動になる「スロージョギング」がおすすめです。スロージョギングとは、走らないジョギング・隣の方と話ができるくらいの運動の強さで行うジョギングです。話をしながらお友達や家族と楽しんで行うことがで

きます。ランニングは生活習慣病予防やメタボ予防、減量などに効果的といわれています。

清瀬市にある明治薬科大学と連携した「楽しい! 嬉しい! 健やかカラダづくり」というプログラムをとおり、科学館スタッフもスロージョギングに取り組んでいます。3カ月ごとの測定データを展示室で紹介していますので、実際にどのような効果があるのか注目してみてください。