

センターパリテでは、さまざまなイベントを開催しています。
2024年度に開催した事業をご紹介します。

#1 共働きのパパママ必見！ 成長期のお子さまの食事ポイントセミナー

開催日 2024年3月2日(土)



講師 | 佐藤彩香さん

スポーツ管理栄養士の佐藤さんに、ご出産間もない大変な時期でしたが講演していただきました。多くのジュニアアスリートと関わり、母親にもなられた佐藤さんの話を聞き、食事とは単に栄養の話だけではなく、子どもとのコミュニケーション、ひいては価値観や人生観にも影響する大切なことだと学ばせていただきました。

#2 FIRE父さんが子どもに贈りたい言葉 —限りある人生、どのように生きていくべきか—

開催日 2024年4月20日(土)



講師 | 寺澤伸洋さん

自分も2人の男子の父親なので、自分の子たちと自分の将来を思い浮かべながら聞かせていただきました。お金の話もありますが、それ以上にご自身の学んだことや教訓をどうお子さんたちに伝えるか、という話が主体でした。ご本人も自分語りになったとおっしゃってましたが、お子さんたちに対する真摯な姿勢を感じられました。

#3 カンタン!かわいい!癒しのハーバリウム ~好きなお花、好きな色で世界に一つだけのハーバリウムを作ろう!~

開催日 2024年6月5日(水)



講師 | 南雲みささん

ハンサムママ出身の講師によるハーバリウム講座。起業のきっかけのお話やハンサムママのお話を伺いました。その後、ハーバリウムの作り方を教わった後、各自で作成。作成後、それぞれの作品に対する想いを発表。皆の作品を見て、日常の忙しさを忘れることができ、リフレッシュできました。



#4 子育て世代の心も体もHAPPYにする ~リアルな子育て目線から『こんなカフェが欲しい!』を 本当に実現させちゃったオハナシ~

対面: 2024年6月20日(木) 配信: 7月1日(月)~31日(水)



講師 | 近岡夏海さん

子育て真っ最中のなっちゃんが忙しい日々の中でも理想のために多くの人と協力しながらカフェを開くお話。大切なことは、1人でがんばるのではなく、みんなと助け合うこと。誰かに助けてもらうことは躊躇してしまいがちですが、理想や目的があれば助ける人も嬉しく、みんながHAPPYになると知ることができました。



#5 女性がこれから更年期に向けて気をつけるべき 生活習慣・セルフケア ~更年期を一緒に考えよう!~

開催日 2024年7月6日(土)



講師 | 柏木由美さん

いつまでも自分らしく健康で幸せに年齢を重ねたい! 正しい知識とセルフケアの方法を学び前向きに更年期を迎えたい! そう思い柏木先生に来ていただきました。更年期が「幸年期」となるように気をつけるべき生活習慣、運動を学びました。まずは1人で抱え込まず気軽に病院に相談に行く大切さを知りました。



#6 それって“男性更年期”? ~明日からできる対策を知ろう~

開催日 2024年7月10日(水)~2025年3月31日(月)



講師 | 看護師マッキーさん

実はあまり知られていない「男性更年期」を看護師マッキーがわかりやすく解説。40・50代の男性やその家族に男性更年期の症状や対策について説明しています。この動画では、男性更年期の症状を軽減するための対策や改善方法についても紹介されています。3月までの配信ですので、ぜひご覧ください!



3月31日まで動画配信