

今年もクレオ
大阪中央を宜しくお願いいたします。



令和3年度 大阪市男女共同参画普及啓発事業

男女共同参画

優秀作品には賞金も!

キャッチフレーズ募集!

左の3つのテーマの中から関心のあるものを選んで
ホームページを参考にキャッチフレーズを考えてください!

応募期間: 2021年11月1日~2022年2月27日

賞金: 最優秀賞1万円商品券(各テーマ1名)

優秀賞5千円商品券(各テーマ6名)

対象: 大阪市在住、在勤、在学の方

応募方法: ホームページの応募フォームからお申し込みください。
各テーマ1作品まで応募いただけます。

発表: ホームページで発表し、受賞者には個別にご連絡します。

いずれか
1テーマでOK

詳しくは
ホームページを
ご覧ください。



大阪市男女啓発



1
ジェンダー
平等実現

2
イクメン
カジダン
を応援!

3
児童虐待
防止

1月17日は、「防災とボランティアの日」、 1月15日~21日は、「防災とボランティア週間」です。

1995年1月に発生した阪神・淡路大震災では多くのボランティアの人たちが様々な活動を実施したことが、被災地の復興に大きな力となりました。これを契機に、災害時のボランティア活動や自主的な防災活動の充実と強化を目的として「防災とボランティアの日」と「防災とボランティア週間」が創設されました。自然災害から自分や家族の命を守るためには日頃の備えが大切です。この機会に自身の防災対策を見直しましょう。

備えて安心!

知る

- ・避難場所や避難経路
- ・地域の危険箇所



備える



- ・防災グッズの準備
- ・家具の固定

話す

- ・安否確認の方法
- ・災害時の集合場所



クレオで防災を学ぼう!

book

「あの日を忘れない! 防災とボランティア」
のブックフェアを開催します!



本でつながる
防災アクション!

Movie

クレオ大阪 YouTube チャンネル
で防災動画を配信中!



防災のヒント
がいっぱい



動画 QR コード





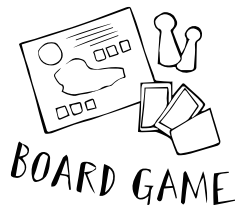
今月のおすすめイベント & 講座



ボードゲームで体験できる 未来の私の体と心

オリジナルのボードゲーム「Genie (ジニー)」で楽しく遊びながら、女性の人生で起こるいろいろなできごとを体験します。自分の心のこと、自分を守る方法、自分のからだのことを一緒に学びましょう！

日程：1/22(土)
時間：10：30～12：00
対象：10代の女性、
テーマに関心のある方
参加費：無料
定員：35名(申込先着順)
講師：株式会社 With Midwife 助産師



女性チャレンジ応援拠点イベント

広報・PR・SNSで使える！ ビジュアルで伝えるプレゼン術

SNS時代のコミュニケーションは「テキスト」から、直感で伝わる「ビジュアル」指向へ変わっています。仕事や活動で即役立つ、すっきり分かりやすいイラスト図解を通じた思考のレッスンや、相手に伝わるコミュニケーション術を身につけてみませんか？

日程：2/5(土)
時間：14：00～16：00
対象：テーマに関心のある女性
参加費：無料
定員：35名(申込先着順)
一時保育：あり(1/26 締切)
講師：湯本 理絵さん
(ecorazón 代表・日本図解協会マーケティング部)

シンプル図解、のいいところ

伝えたいことが
的確に伝わる！



- アイディアを目に見える形にできる
- や□で簡単にまとめられる
- すっきり分かりやすく説明できる

インド式健康法 アーユルヴェーダとインド薬膳

インド伝統医学アーユルヴェーダの
医食同源を学び、日常の健康とアン
チエイジングに活用しませんか。



日程：2/8、2/22、3/8 火曜日
時間：13：30～15：00 対象：女性
受講料：5,000円
定員：20名(応募者多数の場合、抽選)
締切日：1/29(土) 一時保育：あり
講師：南 想子さん(管理栄養士・アーユルヴェーダセラピスト)

簡単！気軽♪にできる / からだにやさしい 椅子ヨガ

運動や苦手な方や、高齢の方でも無理なくできる椅子ヨガ。
椅子に座ってできるヨガのポーズで柔軟性を高め、リラクゼーション効果
も期待できます。「運動不足」「膝や股関節に不安がある」「リフレ
ッシュしたい」といった方におススメです！

日程：2/18、2/25、3/4 金曜日
時間：13：00～14：00 対象：女性
受講料：3,800円
定員：15名(応募者多数の場合、抽選)
締切日：2/8(火) 一時保育：あり
講師：橋 千鶴さん (NPO 法人いきいきのびのび健康づくり協会)



一時保育について 1歳～就学前(1、2歳 800円/3歳以上 500円 1人1回あたり) 要事前申込み

申込：ホームページ、電話、FAX、窓口、FAXの場合必要事項を明記

必要事項：住所、名前、年齢、電話番号、FAXで申込みの場合は、FAX番号、一時保育(名前と生年月を明記)希望の有無。

一時保育について：1歳～就学前(1、2歳 800円/3歳以上 500円 1人1回あたり) 要事前申込み

編集後記

「予祝」という言葉をご存じですか。字の通り、「予め祝うこと」で、古代日本人はその年のお米の豊作を祈って、春はお花見、夏は盆踊りを行い、あたかも豊作であったかのように、先にお祝いしていたそうです。結果→お祝ではなく、お祝→結果という考え方。とても面白いなあと思い、今年はおみくじを自分で作ってみることに。おみくじの結果は、もちろん「大吉」(*^^*) 今年1年笑顔で過ごしている自分を思い描いて、「大吉おみくじ」作ってみませんか。

発行 大阪市立男女共同参画センター中央館

発行日 令和4年1月4日

〒543-0002 大阪市天王寺区上汐 5-6-25

TEL 06-6770-7200 FAX 06-6770-7705

<https://www.creo-osaka.or.jp>

開館時間 9:30～21:30

休館日 月曜日・祝休日の翌日



《個人情報の取り扱いについて》

取得した個人情報は、クレオ大阪の指定管理者がクレオ大阪で実施する事業に使用し、「大阪市個人情報保護条例」に基づき、適正に管理します。