



日置市男女共同参画センター

# 『さんかくのぼ』からのお知らせ

日置市男女共同参画  
キャッチフレーズ

「わたしの気づきが第一歩」

回覧

令和8年6月号  
(第124号)



7月は日置市の男女共同参画推進月間です。

## 講座

### 『折り紙アート』

7月3日(金) 午前10時～午前11時30分

講師 平井 美紀 先生

指先と脳を使ってきれいな紙で作る折り紙アート。季節を感じる作品を作りませんか。

持参するもの:  
はさみ、スティックのみ

材料費:300円  
定員:15人

### 『ダンボール工作教室』

7月19日(日) 午前10時～午前11時30分

講師 大塚 美保子 先生

吹上浜の砂や貝殻などを使い、ダンボールに飾りつけ、壁飾りなどの作品を作ります。

持参するもの:  
木工用ボンド、ボタン・毛糸・布など。(砂、貝殻、ビーズは準備あり)

定員:20人  
対象者:幼児～一般  
※低学年以下は保護者同伴

## 連続講座 計4回

### 『アサーティブコミュニケーション』

講師 高崎 恵 先生

7月5日(日)

午前10時～正午 ・ 午後1時30分～午後3時

7月12日(日)

午前10時～正午 ・ 午後1時30分～午後3時



性別にかかわらず誰もが個人として、自分も他者も大切にするアサーティブコミュニケーションのワークショップ講座です。

※アサーティブとは、自分も相手も大切にしたい自己表現のことです。

定員:30人 ※両日とも各自昼食をご準備ください。

予約方法: 開催日の10日前までに電話またはメールでご予約ください。申込者多数の場合は、抽選を行い、外れた方のみ1週間前までにご連絡します。

## 催し

### 赤ちゃんの遊びとおはなしの会

助産師による赤ちゃんの発達に関するお話とわらべ歌遊び、絵本の読み聞かせをします。

7月17日(金)

午前10時30分～午前11時30分  
※当日までに要予約

### おはなし会

東市来の“こけけ読み聞かせ隊”によるおはなし会です。読み聞かせやわらべ歌遊びをします。

7月15日(水)

午前10時30分～午前11時

### つくってあそぼう

センタースタッフと一緒にたのしい工作をしませんか。

7月22日(水)

午前10時30分～午前11時

### さんかく△ひろば

“みんな主役あったかい居場所”  
講師: 松下晃子氏  
(鹿児島県男女共同参画地域推進員) 場所: 東市来町 田の湯公民館

7月24日(金)

午後19時～午後20時半

## 相談



### 健康相談(保健師)

7月1日(水)  
午前10時～正午



### 健康相談(助産師)

7月17日(金)  
午前10時～正午



### 心のモヤモヤ相談

7/3(金)、7/8(水)、7/17(金)



【時間】午前10時～午後4時

※一部を除き「催し」・「相談」は予約不要です。

※上記「講座」・「催し」はさんかくひろば以外、日置市男女共同参画センター(日日nova)で開催します。


※上記「講座」・「催し」・「相談」はすべて無料です。


### 日置市「市民のための相談室」


相談ダイヤル: 099-273-2160

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後4時30分  
(祝日を除く) <相談無料・秘密厳守>

# 7月行事予定カレンダー

健康相談  
(助産師) 

健康相談  
(保健師) 

心のモヤモヤ相談  
(男女共同参画専門員) 

日	月	火	水	木	金	土	
			1		2	3 【講座】折り紙アート 	4
5 【講座】 アサーティブコミュニケーション	6	7	8		9	10	11
12 【講座】 アサーティブコミュニケーション	13	14	15 【催し】おはなし会	16	17 【催し】 赤ちゃんの遊びとお話の会  	18	
19 【講座】 ダンボール工作教室	20	21	22 【催し】つくってあそぼう	23	24	25	
26	27	28	29	30	31		

## アサーティブコミュニケーションについて

アジサイが色づき、初夏の風が心地よい季節になりました。

日常生活の中で「うまく気持ちが伝わらない」「別の言い方をすればよかった」とモヤモヤした経験はありませんか？

そんな時におすすめしたいのが「アサーティブコミュニケーション」です。自分の気持ちも相手の心も、どちらも大切に伝えることなのです。

例えば、相手に「どうして分かってくれないの？」と言うと、相手は責められたように感じてしまいます（Youメッセージ）。

これを「私はこういう理由で、こうしてもらえると嬉しいな。あなたはどう思う？」と、自分(I)を主語にして伝えてみる。これだけで、相手を傷つけずに自分の思いを届けることができます。

自分も相手も笑顔になれるコミュニケーションを、一緒に学んでみませんか？

7月の講座でも体験できますので、ぜひお気軽にご参加ください。（専門員コラム）



日置市男女共同参画センター

日置市男女共同参画センター(さんかくのば) Instagram ↓

【住所】 日置市日吉町日置493番地(日日nova 1階)  
 【電話】 090-3194-8466  
 【メール】 hiokisankaku@gmail.com  
 【開館日】 日、水、金(祝日の場合は休館) 午前10時～午後4時



※ 保育士(育児相談)および、モヤモヤ相談(例:自分自身、家庭、地域、職場、人間関係の悩みなど)は、いつでも受け付けています。お気軽にご利用ください。