

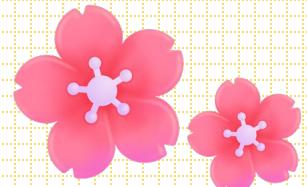


# 多摩市TAMA女性センター

TAMA女性センターでは、学習・啓発講座の開催や、女性を取り巻くさまざまな悩みの解決に向けた相談、男女平等関連情報の収集・提供、女性の再就職支援など、さまざまな事業を行っています。

TAMA女性センターの講座・各種事業にもお気軽にご参加ください！

京王線の  
**聖蹟桜ヶ丘駅**  
目の前！  
この建物の  
7階です♪





# 多摩市TAMA女性センター

＼お気軽にご利用ください／

女性を取り巻く  
悩みなんでも相談

女性のための法律相談

LGBT電話相談

## 市民向け相談事業

- ✿ 電話相談(毎週木曜日・予約不要)
- ✿ 面接相談(事前予約が必要・1人につき50分間)  
相談者が女性であれば相談内容はなんでもOK
  
- ✿ 事前に予約が必要  
女性の弁護士による法律相談
  
- ✿ 月1で実施(毎月第3火曜日)  
当事者だけでなく、ご家族やご友人もOK



# 多摩市TAMA女性センター

多摩市男女平等・男女共同参画情報誌

## 「たまの女性」

年に2回発行しています！

「たまの女性」は、多摩市が発行している男女平等に関する情報誌です。市内施設等で無料で配布しています。年に2回、秋号と春号を発行しています。関係者インタビューやイベントレポート、専門家によるコラムなどを掲載しています。



多摩市の公式HPでは、「たまの女性」バックナンバーも公開していますので、ぜひご覧ください！





# 多摩市TAMA女性センター

すべての人がともに生きるフェスティバル  
**ともフェス**  
—じぶんらしく生きられるTAMA—  
**2025/1/18(土)**  
**10:30~16:30**

関戸公民館(ヴィータ・コミュニティ7・8階)  
京王線『聖蹟桜ヶ丘駅』西口改札出て左へ徒歩2分 OPAの入ったビル

「ともフェス」は、さまざまな世代や立場の人がともに理解し、尊重し合える交流と気ききの場となることを目的としたフェスティバルです。  
すべての人が「じぶんらしく生きられるTAMA」を作るために、自分とは違う他者の関係を築いてみませんか？

主催 多摩市男女平等参画推進フェスティバル2024実行委員会  
共催 TAMA女性センター：多摩市関戸4-72 ヴィータ・コミュニティ7階  
申し込み・問い合わせは公式ホームページのインターネット手続き。電話またはファクシミリでTAMA女性センター（TEL.042(355)2110 / FAX.042(339)0491）へ。  
保育 定員4人（1歳以上未就学児対象）1月8日(水) 午後5時までの申し込み(先着順)

**ヴィータホール**

講演会 10:30~12:00  
定員250人会場先着順  
「終活」とは～人生100年時代をよりよく楽しく生きる～  
「終活」は、人生の終焉を考えることを通じて、自分をみつめ、今をよりよく自分らしく生きる活動のことです。「死に支度」であるとともに、「生き支度」でもあります。「何から始めて良いかわからない」という方にも分かりやすくお話しします。  
講師 武藤 賴胡 氏  
一般社団法人終活カウンセラー協会代表理事

講演会 14:00~14:50  
定員200人会場先着順  
「LGBTQ+について」性の多様性と家族のカタチ～誰もが幸せな家庭を築ける社会へ～  
映画上映（裏面参照）に先立ち、レズビアン当事者である講師がLGBTQ+についての基礎知識をお話しします。  
講師 長屋 友美 氏  
LGBTIサポート協会認定講師  
裏面もご覧ください

**ヴィータホール**

映画 15:00~16:35  
定員200人会場先着順  
『おいしい家族』  
LGBTQ ヒューマンドrama  
銀座で働く橙花は、夫と別居中。仕事もうまくいかず都会での生活に疲れ気味。ちょうど母の三回忌を迎へ、船にゆられて故郷の離島へ帰ってきた。すると、死家では父が、亡き母の服を着ておいしいご飯を作っていた！さらに見知らぬ居候たちと食卓を囲むことに…

和室2  
【要事前申し込み】婚活相談会  
相談会  
各1名  
10:30~11:00 12:00~12:30  
プロの婚活アドバイザーと一緒に婚活相談ができます。婚活で悩んでいる方はもちろん、何をしたらいいかわからないなどどんな相談でもお受けします。  
講師 小野原 愛 氏  
IBJ加盟店婚活相談所愛結びの丘代表

大会議室  
座談会 11:15~11:45  
定員10人会場先着順  
自分らしさを大切にする婚活座談会  
元自衛官ナースのプロの婚活アドバイザーと一緒に婚活をしたいことをざっくばらんにお話しましょう。  
講師 小野原 愛 氏  
IBJ加盟店婚活相談所愛結びの丘代表

ブチセミナー  
13:00~13:30  
夫婦間のすれ違い解消  
コミュニケーション  
定員50人会場先着順  
パートナーと良好な関係を築くための日々の会話のヒントなど家庭内のすれ違いを防ぐコミュニケーション方法についてお話しします。  
講師 飯野 肇巳 氏  
リボーンコンシェルジュ

ブチセミナー  
13:40~14:10  
いざというときのため  
住宅問題  
定員50人会場先着順  
賃貸住宅に関する身近な不安に、不動産のプロが答えます。  
講師 石田 栄一氏  
JKAS相談窓口代表/宅地建物取引士/相談診断士

ブチセミナー  
14:20~15:00  
DVってなんだろう?  
定員50人会場先着順  
DV（家庭内暴力）は身体的暴力だけではありません。DV被害や加害の当事者になってしまった場合の対応について弁護士がお話しします。  
講師 山崎 新氏  
弁護士・アリス法律事務所

第3学習室  
【要事前申し込み】親子で楽しく一緒に運動&脳トレ遊び「ベビートレヨガ」  
対象：生後2カ月以降のお子さんです  
10:30~11:20 14:30~15:20  
大人はヨガで身体のケアを行い、お子さんもヨガや遊びを通してバランス感覚や脳機能の発達を養うことができます。親子のふれあいが多く愛着形成に役立ちます。  
講師 蔵光 あけみ 氏 ヨガインストラクター  
人数 8組(祖父母の方も参加大歓迎)  
持ち物 ヨガマットまたはパスタオル、飲み物、フェイスタオル

ギャラリー  
“じぶん”ってなにいろ？  
アクリル板アート  
10:30~16:30  
不要になったアクリル板に、環境にも体にも優しい画材「キットバス」を使って自由に絵を描けるおえかきスペースです。

※このチラシは、2024年度開催のものです。

今年は2025年12月7日(日)

ともフェス

に遊びに行こう！

「すべての人がともに生きるフェスティバル」通称・ともフェスは、TAMA女性センターの年に1度の大イベントです。

ありとあらゆる人が、取り残されず、自分らしく生きられる多摩市を目指し、有志の市民で構成された実行委員会が、毎年様々な講演会や映画上映、ワークショップを企画し、すべてを1日にぎゅっと詰め込んだ盛りだくさんのイベントです！