

ハツラツ人生を送ろう！

～男性も厨房に～

日本の平均寿命は、女性86歳、男性80歳で世界一位ですが、日常生活を一人で送れる期間（健康寿命）は、それよりそれぞれ12および9年間短いとのデータがあります。つまり、約10年間寝たきりやそれに伴う介護が必要となる可能性があるということです。ハツラツ人生を送るために、健康な今の時期から食の大切さを考えてみませんか。

- ◎ 毎日の食をどう考えていますか？
- ◎ 食と健康の関係は？
- ◎ 食事を作る人は誰ですか？
- ◎ 男性も厨房に？



講師の講演を通して、日頃感じている疑問を紐解いていきましょう。講演後、グループ討論を通して、講師にさらなる疑問にお答えいただきます。ハツラツ人生を送りたいあなた、講演会およびグループ討論にご参加ください。お待ちしております。

6月19日(日) 10:30～12:30

※対面式・要事前申込

会場：男女共同参画センターえーる
(石神井町8-1-10)

定員：20名（申込先着順）

講師：国広 陽子 さん
(武蔵大学名誉教授、
元東京女子大学教授)



申込方法

電話、ファクス、電子メール、申込フォームより、下記①～④を明記しお申込みください。

- ①「ワークショップグループC」と書いてください
- ②氏名（ふりがな）
- ③電話番号
- ④電子メールアドレス を 男女共同参画センターえーる 宛

TEL 3996-9007 FAX 3996-9010 メール oubu@nerima-yell.com



ホームページ



申込フォーム

※メールでお申込みの際、5日以内に返信がない場合は、電話でお問い合わせください。

開催にあたって

えーるフェスティバルは、男女共同参画週間がある6月に、練馬区の男女共同参画推進の拠点である「えーる」で毎年開催している最も大きなイベントです。

区民の皆様が男女共同参画の意識を深める機会となるよう、実行委員会が中心となり、特別講演会やワークショップ、ステージ発表、作品展示と盛りだくさんの催し物を用意しています。今年は若い世代の声が聴ける催し物もあり、より一層興味深く楽しいフェスティバルになっております。

フェスティバルを通じて、「家事の分担考え直そう」「無意識の差別、友だちにも教えよう」「地域の仲間を作りたい」など、それぞれの暮らしの中で男女共同参画について考えるきっかけになれば幸いです。

昨年同様、えーる会場の他、ホームページなどの活用もできますので、多くの皆様のご参加を期待しております。

最後に、このフェスティバルを企画運営して下さった実行委員の皆様や関係機関の方々へ心より感謝申し上げます。

練馬区人権・男女共同参画課

2022えーるフェスティバルのテーマは、実行委員会で検討を重ね、「誰もが自分らしく暮らせる社会へ」とし、様々な催しを行ってまいります。

まず、特別講演会では上野千鶴子先生をお招きし、若い世代である学生の方々とジェンダーについて自由に語り合ってください。

また、ワークショップでは、「人権尊重と男女平等の推進」「女性への暴力・DVの防止」「女性の健康推進」「高齢者の健康支援」の4つのテーマに沿った企画をそれぞれ実施します。

えーるを利用して活動している団体による日頃の成果の発表もあります。動画によるステージ発表や作品展示は、それぞれ、「自分らしさ」が表現されている素晴らしいものです。

開催方法も、会場での参加型だけでなく、オンライン配信などを行い、多様な方法を取り入れて実施します。

ぜひ、多くの方々にご参加いただき、多様な社会について共に考える機会になることを願っております。

終わりに、家事や育児、仕事など多忙な中、フェスティバルの開催にご尽力いただいた実行委員の皆様及びご協力をいただいた関係団体などの方々に深く感謝申し上げます。

2022男女共同参画センターえーるフェスティバル
実行委員会委員長 田村 初恵

～ご参加の皆様へ～

新型コロナウイルス感染症予防のため

- ①ご自宅での検温
(37.5℃以上の発熱の場合は、ご参加をお控え願います。)
 - ②マスク着用
 - ③手指消毒(館内、会場内に消毒用のジェルがあります。)
- 以上のご協力をお願いいたします。



主催：フェスティバル実行委員会・練馬区

問合せ先：実行委員会事務局（練馬区立男女共同参画センターえーる）

TEL 03-3996-9007 / E-mail oubo@nerima-yell.com / 練馬区石神井町8-1-10