

女性の活躍推進

1 参加型学習会
議会に女性をおくる会

2/15(土)
時間 15:30~17:30
場所 5階 大会議室
定員 70名

明るい未来を政治で創ろう
新鮮!女性国会議員に聞いてみよう

女性国会議員のキラリと光る話から未来に向かって希望を語ろう。

〈講師〉参議院議員 嘉田由紀子、ながえ孝子

地域防災

2 ワークショップ
女性と防災の会

2/16(日)
時間 10:00~12:30
場所 4階 視聴覚室
定員 30名

災害発生!避難ルートを考える
避難開始3分後が見える「逃げ地図」を体験しよう

地域の特性や避難ルートが見える逃げ地図に参加してみませんか。

〈講師〉公益社団法人高知県建築士会 女性・青年委員会 有志

参加費 300円

暮らし

12 ワークショップ
えひめ足の健康さばーと倶楽部

2/14(金)
時間 13:00~15:00
場所 3階 会議室2
定員 30名

自分で行う健康な足作り

爪のケア、マッサージの方法、靴選びから姿勢、歩き方など体験しながら学びます。

〈講師〉シューアウトフスアドバイザー 御堂正江

成人男女
持参物 タオル・飲み物
参加費 500円

生き方

3 えひめ障がい者スポーツ研究会
障がい者との共生社会づくりをみんなで考えてみませんか。

●パネルディスカッション

笑顔で障がい者スポーツを通じて
「だれもが地域で生きることのできる社会を目指して」

〈パネリスト〉(特非)タンDEM自転車NoNちゃん倶楽部 理事長 津賀薫
(特非)バラワク 理事長 川崎壽洋
パラアスリート(車いすテニス)清水克起
パラアスリート(陸上)菊池紗弥香
〈ファシリテーター〉NPO法人 School Green Japan 理事長 三上伸人

2/14(金)
時間 18:00~20:00
場所 4階 視聴覚室
定員 50名

●実技講座

体幹トレーニングの実技講座
～どんなスポーツにも共通する、体幹の鍛え方～

〈講師〉整形外科 尾形クリニック 西尾祐二

2/15(土)
時間 15:30~17:30
場所 4階 視聴覚室
定員 50名

●座談会

**タンDEM自転車に乗って
笑顔の花を咲かせよう**

〈講師〉(特非)タンDEM自転車NoNちゃん倶楽部 理事長 津賀薫
〈ゲスト〉タンDEM自転車愛好家 高田忠明・高田宗典

2/16(日)
時間 13:00~15:00
場所 3階 会議室2
定員 30名

女性の生き方

4 ワークショップ
ピアリンク in えひめ

2/16(日)
時間 10:00~12:00
場所 3階 調理室
定員 30名

わたしが選ぶ、セクシャルライフスタイル
～恋愛・結婚・妊娠出産・避妊の多様な選択を知ろう～

ショッピング感覚で性の健康と権利について楽しく学びましょう!

〈講師〉ピアリンク in えひめスタッフ

高校生～
40歳ぐらいの男女
参加費 200円

5 講演会
ウイメンズカウンセリング松山

2/16(日)
時間 13:30~15:30
場所 3階 会議室1
定員 40名

あなたはあなたを生きなさい
～知恵と勇気のフェミニズムを語る～

生き難さから希望へ
80歳のフェミニストカウンセラーが語る

〈講師〉元お茶の水女子大学教授 河野貴代美

若い世代歓迎!
参加費 500円

高齢社会

6 ワークショップ・トーク&トーク
ウエルエイジングクラブまつやま

2/12(水)
時間 10:00~12:30
場所 4階 視聴覚室
定員 40名

その時、わたしは…
～最終章の決断～

いつか必ず決断を迫られる「その時」をいっしょに考えてみませんか。

〈講師〉愛媛県介護支援専門員協会 会長 矢川ひとみ

一般市民

9 講演 & ミニワークショップ
一般社団法人HITキャラクター@心理学協会

2/13(木)
時間 (午後の部)14:00~16:00
(夜の部)18:30~20:30
場所 5階 大会議室
各回定員 60名

境界線(バウンダリー)の引き方
～しんどい人間関係が楽になるお話～

「親しき仲にも礼儀あり」とは? 尊重を保てる距離感の見極め方

〈講師〉一般社団法人HITキャラクター@心理学協会代表理事 山本美穂子

どなたでも
持参物 筆記用具
資料代 500円

7 講演と参加者意見交換
第40回高齢社会をよくなる女性の会全国大会in松山実行委員会

2/12(水)
時間 13:00~15:30
場所 4階 視聴覚室
定員 60名

「第40回高齢社会をよくなる女性の会全国大会in松山」開催にあたって
～すべての生命の尊厳と輝きを保持する社会をめざして～

2021年全国大会を松山で開催、人生100年時代を考えよう!

〈講師〉NPO法人高齢社会をよくなる女性の会理事長 樋口恵子

10 ワークショップ
特定非営利活動法人日本交流分析協会松山会

2/13(木)
時間 18:00~20:00
場所 3階 会議室2
定員 20名

働くママ、パパへ 交流分析による子育て支援
～制約された働き方スタイルからの脱出～

子育てを通して、心の自由がある親の働き方を考えてみましょう。

〈講師〉交流分析士准教授 門田聖子他
交流分析士インストラクター・子育て支援士数名

子育て中の母親、父親他

8 講演会+座談会
一般財団法人日本尊厳死協会四国支部・愛媛松山部会

2/14(金)
時間 13:00~15:00
場所 4階 視聴覚室
定員 60名

一人になる前に備えて生前整理を
～後見人制度や「人生会議」を知る～

自分の望む、そして遺された人のための準備をしていきませんか。

〈講師〉済生会今治病院 臨床研究センター長 (一財)日本尊厳死協会 副理事長 野元正弘
愛媛県行政書士 小西光子

成人男女

11 ワークショップ・座談会
松山市NPO登録団体アドラー心理学愛媛

2/15(土)
時間 10:00~12:00
場所 4階 視聴覚室
定員 40名

もっと幸せな私になるアドラー心理学
～自分を好きになる伝え方・聞き方～

ありのままの自分を受け入れて、対人関係をもっと軽やかにします。

〈講師〉アドラー心理学講師 中道宜子
〈進行〉アドラー心理学愛媛代表 清水さゆり

人間関係・夫婦関係・親子関係をより良くしたい方
持参物 筆記用具

13 ワークショップ
NPO団体ひめコレ

2/16(日)
時間 10:00~15:00
場所 3階 多目的室
定員 20名

大人のメイク&ショット

変身しましょット!!いつもと違う自分を発見してみませんか?

〈講師〉美容スタッフ 数名

50歳以上の方なら、どなたでも
参加費 1,000円

14 パネルディスカッション・個別相談会
NPO団体愛媛相続相談センター・相続の森

2/16(日)
時間 10:00~12:00
場所 3階 会議室2・3・4
定員 30名

早めの準備で円満相続

円満相続のための事前準備のポイントを知ろう!

〈講師〉宅地建物取引士 兼頭毅
司法書士 白川大介 相続コンサルタント 杉村洋介

一般市民
相談時間1人:40分まで

教育・子育て

15 ワークショップ
まつやま子ども料理応援団

2/15(土)
時間 10:00~13:00
場所 3階 調理室
定員 小学生~高校生 20名
見学希望 10名

まつやまワイワイ子どもキッチン

子どもたちがやってみたい、楽しい、できたと思える料理体験です。

※体験の見学も可能です。(食事・コーヒー付800円)

〈講師〉池田美恵 越智香織 米田明美 関谷珠妃

持参物 エプロン・タオル・水筒
食材費 500円

16 「第1部」体験型講演会
「第2部」ワークショップ ※途中退室可能
子育てまなび愛

2/16(日)
時間 (第1部)10:00~11:20
(第2部)11:30~14:00
場所 5階 大会議室
定員 50名

子育てフェス ~知って見て体験して「そだち」をサポート~

有名講師が集結!ご予約優先。
詳細はコムズHPをご覧ください。

バルーンアートワークショップ(g-kids) 小さな絵本づくり(松山おはなしの会)
安全(NPO法人日本ガーディアン・エンジェルズ松山支部) 針育(裁縫)(ゆずめろん。)
花育(パールフローラ) 英語(NPO Communication Network Sherry Yamamoto)
ダンス(ダンススタジオpep) 食育(まつやま子ども料理応援団) photo育(STORY-Photokeep labo-)
香育(Yuあるま) 色育(勇気づけのカラーサロンゆーり) 知育・学習相談(まなびの窓口)

17 講演会・ワークショップ
NPO法人みんなダイスキ松山冒険遊び場

2/16(日)
時間 14:00~16:30
場所 4階 視聴覚室
定員 50名

不登校支援フォーラム

松山のフリースクール4団体と不登校支援について考えよう!

〈講師〉一般社団法人フリースクール愛媛代表理事 孕石修也
体験学習スクール春夏秋冬 平田由紀子
一般社団法人フリースクール機代表 加藤美樹
NPO法人みんなダイスキ松山冒険遊び場
フリースクールたんぼほの綿毛 山内京子

〈コーディネーター〉NPO法人みんなダイスキ松山冒険遊び場
フリースクールたんぼほの綿毛理事長 山本良子

学校に行きにくい子どもを持つ保護者・学校関係者・不登校支援をする団体・個人等
参加費 500円

まつやまNPOサポートセンター

18 講座

2/14(金)
時間 10:00~12:00
場所 4階 視聴覚室
定員 15名

助成金講座
～あなたの活動を支えるために～

書類の作成が苦手でも、助成金に応募したい団体は、ぜひご参加ください。

〈講師〉まつやまNPOサポートセンター 白石悟 他愛媛県職員

助成金応募を考えている団体の方
持参物 筆記用具

まつやま国際交流センター

19 プレゼンテーションと調理体験

2/16(日)
時間 13:00~15:00
場所 3階 調理室
定員 30名

モザンビーク、丸ごといただきます!

ミラクルツリー・モリंगाを使ったおやつ作りとモザンビークのお話あれこれ。

〈講師〉えひめグローバルネットワーク代表 竹内よし子

高校生以上
持参物 エプロン・三角巾・布巾
参加費 500円

松山市新玉児童館

●映画上映会

2/15(土)
時間 13:30~15:00
場所 新玉児童館 2階 遊戯室

あらたまdeシネマ

映写機やプロジェクターを使った、ちょっぴり『レトロ』な上映会を行います。

自由参加(申込不要)
子どもとその保護者 ※幼児は保護者同伴

●お芝居とワークショップ

2/16(日)
時間 14:00~16:00
場所 新玉児童館 2階 遊戯室

お芝居&表現あそびワークショップ「マイフェア・レディ」

わがままな女の子とドジなゆうかい犯の不思議な友情のおはなし。

※ワークショップ参加の場合は動きやすい服装・飲み物をご持参ください。

〈講師〉劇団やっこサン代表 藤原奈々

自由参加(申込不要)
子どもとその保護者 ※幼児は保護者同伴

お申込方法

基調講演(応募多数の場合は抽選)

往復はがきに、下図のように記入しお送りください。

<p>63 790-0003</p> <p>往信面</p> <p>松山市三番町 6丁目4-20 コムズ フェスティバル係</p>	<p>※整理券としてお送りしますので、何も記入しないでください。</p>	<p>63 □□□□□□</p> <p>返信面</p> <p>ご自分の住所・氏名</p>	<p>①基調講演希望 ②干住所 ③氏名 ④年齢 ⑤電話番号 ⑥(託児希望の方) お子様の名前(ふりがな) 年齢・性別</p>
---	---	---	--

1~19のイベント(先着順) 電話、FAX、Eメール、はがきで、①郵便番号・住所②氏名③電話番号④参加希望のイベント番号を記入し、お申込先までお送りください。お電話の際は、必ず参加希望イベントの「番号」をお伝えください。

託児あり 要申込 1歳~就学前の子ども1人:200円
ご希望の方は、イベント申込時に子どもの名前(ふりがな)・年齢・性別を記入してください。
※定員に達し次第締め切ります。

〒790-0003 松山市三番町6丁目4-20

コムズフェスティバル係
TEL 089-943-5777
FAX 089-943-0460
e-mail event@coms.or.jp

コムズ 検索
http://www.coms.or.jp

※お寄せいただきました個人情報(公財)松山市男女共同参画推進財団が責任をもって管理します。個人情報第三者に提供することはありません。



お申込先