

令和7年度

# フレアキャンパス講座

内容・日程等、  
変更する場合  
があります。

～多様な生き方、働き方を実現し、  
一人ひとりが自分らしく輝ける社会をつくりましょう～

## 女性の視点で考えよう

**子どもがネット上で受けているデジタル性暴力について** 6月22日(日)  
デジタル性暴力被害の現状と、子どもへの被害を未然に防  
ぐためにできることを学びます。

講師：永守 すみれ さん (ひいらぎネット代表)

**モラハラ夫と食洗機** 10月18日(土)

日常のモヤモヤが「モラハラ」だと気づいたら、お互いの関  
係を見直すチャンスです。

講師：堀井 亜生 さん (弁護士)

**護身術講座** 12月14日(日)

古武道を使った、簡単で楽しい護身術講座

講師：神月円心流古武道 山室 裕香 さん

**ときわプラザジェンダーカフェ** 令和8年1月25日(日)

講師：河野 和代 さん

(ウィメンズカウンセリング徳島代表・公認心理師)

男女共同参画社会は、一人ひとりが性別に関わり  
なく個性と能力を十分に発揮し、喜びや責任を分  
かち合い誰もが輝くことができる社会です。「とき  
わプラザ」は男女共同参画を推進するための拠点  
施設として、フレアキャンパス講座を実施してい  
ます。誰のものでもない、あなたの人生を「あなた  
らしく」生きていくための応援をしています。

## 理工系女子を応援しよう

理系女子応援セミナー

・企業訪問 8月4日(月)日亜化学工業(株)

・理工系分野で活躍する女性に学ぼう 12月

徳島大学大学院社会産業理工学研究部



## 子育ても自分の時間も楽しもう

**お子さまシネマ劇場**:4月3日(木)

**くらし no すてつが あつが 教室**:8月2日(土)

**ネイチャーゲーム**:11月16日(日) 講師:福良 洋子 さん

**おかね教室**:12月6日(土)

**人形劇団がやってくる**:令和8年3月1日(日)

～人形劇団とらまる座公演～

「りょう太と鬼の子キバ」



## 生涯にわたる健康づくり

**心の元気 UP 講座** 6月28日(土)

生き生きと輝き続ける秘訣や、体を癒やすストレッチを  
学びます。

講師：瀬戸内 美八 さん (元宝塚歌劇団員、  
「ダンススタジオひまわり」主催)



**心とからだの健康講座** 9月7日(日)

落語と笑いヨガ。笑いの力でこころとからだを元気  
に！そして人と人をつなげます。

講師：花の家 こなつ さん(落語もできる笑いヨガ講師)

## 男女共同参画の視点に立った防災

**防災講座** 7月26日(土)

地震・津波の基本的なお話や、避難リュック作り  
から防災の備えを学びます。

講師：県防災センター活動推進員



## 誰もがいきいきと輝く社会に

**元気を鍛える簡単トレーニング講座** 5月17日(土)

運動習慣を取り入れ、健康寿命を延ばしましょう。

講師：鶯 春夫 さん

(徳島文理大学保健福祉学部  
理学療法学科教授)



**男らしさにとらわれない子育て** 令和8年2月21日(土)

「〇〇らしさ」ととらわれない子育てや、性暴力の加害者  
にも被害者にもならないための子育てを学びます。

講師：太田 啓子さん (弁護士)



**カラーフリー文化祭** 令和8年3月頃



## 法律を学ぼう

**知っておきたい法律講座**

9月6日(土)

講師：上地 大三郎 さん (弁護士)

11月29日(土)

講師：嶋田 碧 さん (弁護士)

**弁護士による無料法律相談会**

令和8年2月7日(土)



講座やイベントに参加される際には  
こども室(無料託児)をご利用ください。  
\*申込は講座等の2日前(休館日を除く)まで。