

女性議員って必要？

女性のための政治入門

出そう 出よう そして支えよう

政治と聞くと堅苦しいとか、自分には関係ないとか…

そんな風に思っている人が多いのでは？

でも、身近な暮らしを良くするために、誰かが「声をあげていくこと」

それが政治のはじまりです。

三木市で声をあげる人が増えると、未来が変わっていきます。

政治を「自分ごと」に変える一歩、

まずはこの「みきウィメンズすてっぷあっぷ塾」から始めてみませんか？

- 活動期間：令和 7 年 8 月～令和 8 年 3 月（内容は裏面へ）
- 応募締切：7 月 14 日（月）
- 募集人数：10 名程度（最低開催人数 8 名）
- 対 象：概ね 50 代以下の女性
（全 8 回のうち、6 回以上出席できる方）
- 会 場：三木市立教育センター他
- 託 児：あり/要申込（生後 3 か月～未就学のお子さん）

すてっぷあっぷサポーター（講師）紹介



中村和子さん

オフィス EEE
男女共同参画アドバイザー

小学校教諭を 22 年勤務後、1999 年から兵庫県立嬉野台生涯教育センター及び小野市で男女共同参画推進、子育て支援、ひまわりほっとライン相談、DV 関連事業を担当。2015 年、小学校長退職後は教職員や市町職の研修のほか、女性リーダー育成や子育て支援を中心に活動。



松尾やよいさん

夢ころば主宰

兵庫県生涯学習情報プラザ生涯学習アドバイザーを経て現在は、夢ころば主宰として子育て講座、まちづくり講座、恋愛力 UP 講座、高齢者大学など子どもからシニアまで幅広くユニークな講演や研修会を開催。
好きな言葉は『人は人と出会って人となる』



喜田菜穂子さん

(有)OFFICE HARMO
代表取締役

上場企業を含む民間企業、自治体、医療・介護法人などで年間 120 回以上実施。
相手の自立を促す関わり方（自立型支援法）を開発し、それを基本に、組織を構成する全ての人の「当事者意識」を引き出し、働きやすく結果が出る組織への関わり方を伝える。



横山由紀子さん

兵庫県立大学
国際商経学部教授

専門は労働経済学および社会保障論。女性の就業と経済的自立が主な研究テーマ。
西脇市男女共同参画審議会委員、小野市男女共同参画推進市民会議員の他「西脇市みらい笑顔塾」等、女性のチャレンジを応援するためのセミナーを多数開催。

主催：三木市男女共同参画センター こらぼーよ

令和 7 年度 みきウィメンズすてっぷあっぷ塾 講座日程表

回	開催日時	開催場所	メイン講師	テーマ・内容
1	8月30日（土）	教育センター 中研修室	喜田菜穂子	自己肯定感を高め、コミュニケーション能力を身につけよう①(※)
2	9月20日（土）	三木南交流 センター 講座室	喜田菜穂子	自己肯定感を高め、コミュニケーション能力を身につけよう②
3	10月18日（土）	教育センター 中研修室	横山由紀子	思いが伝わるプレゼンテーション力を身につけよう①
4	11月22日（土）	三木南交流 センター 講座室	横山由紀子	思いが伝わるプレゼンテーション力を身につけよう②
5	12月13日（土）	三木南交流 センター 講座室	松尾やよい	議会や選挙の仕組みを知ろう
番外編	12月定例議会 開催日	三木市議会議場 (三木市役所内)	——	議会を傍聴しよう
6	1月24日（土）	教育センター 中研修室	松尾やよい	女性議員さんに 聞きたいことをまとめよう
7	2月14日（土）	教育センター 中研修室	松尾やよい	女性議員さんと話そう
8	3月14日（土）	教育センター 中研修室	松尾やよい	模擬選挙をしよう ～マニフェスト・ポスターの 作成～

【コーディネーター 中村和子】

(※)第 1 回目の講座ではオリエンテーション(自己紹介)も行います。

- 下記の方法にて7月 14 日(月)までに三木市男女共同参画センターへお申込みください。
- 塾生が 8 名に満たない場合、本事業は中止といたします。
- 開催時間は毎回 14 時から 17 時です。

申込方法 電話または申込フォームにて受付(先着順)
 パソコンの方は三木市 HP から
主催：問合せ先 三木市男女共同参画センター こらぼーよ
 〒673-0433 三木市福井 1933-12（教育センター 3 階）
開館時間 月～金曜の 9 時～17 時(祝日・年末年始を除く)
 TEL：0794-89-2331

申込フォーム2次元コード

