

2026年度

誰もが、いきいきと暮らすための能力を磨くエンパワーメント講座

もりぐちeセミナー



第1回 9月29日(火) 10:30~12:00

「自然と共に ～心も身体も元気になろう～」

大阪国際大学 経営経済学部 経営学科 教授 横山 誠 氏



第2回 10月6日(火) 10:30~12:00

「ジェンダー格差を維持する心の仕組み～平等に向けてできることとは?～」

神戸松蔭大学 人間科学部 心理学科 教授 土肥 伊都子 氏



第3回 10月16日(金) 10:30~12:00

「『男はかくあるべし』を緩めて、心の健康をめざす」

京都橘大学 総合心理学部 准教授・カウンセリングオフィス天満橋 代表 濱田 智崇 氏



第4回 10月20日(火) 10:00~11:30

「“自分ごと”として考えるアンコンシャス・バイアス」

大阪公立大学 ダイバーシティ研究環境研究所 客員准教授 巽 真理子 氏



第5回 10月27日(火) 10:30~12:00

「人はいつまでも変わり続ける
～生涯発達の視点から考える自分らしい人生～」

大阪国際大学短期大学部 幼児保育学科 講師 大塚 穂波 氏

○ところ 中部エリアコミュニティセンター (第5回のみ市役所1階 104・105)

守口市京阪本通2-5-5 守口市役所地下1階

○定員 40名

○申込先 守口市人権市民相談課 電話 06-6992-1512

jinken@city.moriguchi.lg.jp

○参加費 無料

○備考 手話通訳は各講座の14日前までに申込が必要



共催 守口市 守口市人権協会

大阪国際大学・大阪国際大学短期大学部 国際関係研究所



第1回 9月29日(火) 10:30~12:00

「自然と共に ～心も身体も 元気になろう～」

大阪国際大学 経営経済学部
経営学科 教授 横山 誠 氏

自然には様々な効果があります。その自然とは、高い山に登らなくても深い森に入らなくても、身近な自然でも同様の効果が期待できます。身近な自然に目を向ける「心」と体験できる「身体」を日常生活の中で意識できるといいですね！身近な自然を感じて心も身体も元気になれば、他にもいろいろな相乗効果が生まれるはずです！



第2回 10月6日(火) 10:30~12:00

「ジェンダー格差を維持する 心の仕組み～平等に向けて できることとは？～」

神戸松蔭大学 人間科学部 心理学科
教授 土肥 伊都子 氏

社会は人の集まりである以上、その社会のあり方は私たちの心とも関係しています。今回の講座では心理学の立場から、「女は～であるはずだ」「男なら～すべきだ」などの男女の思いこみ、すなわちジェンダー・ステレオタイプを取り上げます。そして、この男女の思いこみが、ジェンダー格差社会を維持していく「からくり」について、お話しします。



第3回 10月16日(金) 10:30~12:00

「『男はかくあるべし』を緩めて、 心の健康をめざす」

京都橘大学 総合心理学部 准教授・
カウンセリングオフィス天満橋
代表 濱田 智崇 氏

日本で初めての男性専用電話相談を開設してから30年以上、男性が語る悩みに向き合ってきた臨床心理士がお話しします。今の社会における男性の生きづらさと、心をより健康にしながら生きるにはどうすればよいか解説します。男性とのコミュニケーションについて考えたい女性にも、参考にしていただける内容です。



第4回 10月20日(火) 10:00~11:30

「“自分ごと”として考える アンコンシャス・バイアス」

大阪公立大学 ダイバーシティ研究環境
研究所 客員准教授 巽 真理子 氏

DEIや女性活躍推進が叫ばれる中、日本のジェンダー・ギャップ指数はG7で最下位に留まったまま。その要因の一つが、誰もがもっているアンコンシャス・バイアス（無意識のバイアス）です。バイアスについて知り、自分のアンコンシャス・バイアスに気づくために、「自分ごと」として一緒に考えていきましょう。



第5回 10月27日(火) 10:30~12:00

「人はいつまでも変わり続ける ～生涯発達の視点から考える 自分らしい人生～」

大阪国際大学短期大学部
幼児保育学科 講師 大塚 穂波 氏

性別や年齢にとらわれず、誰もが自分らしく生きることが大切にされています。発達心理学における「生涯発達」の視点から、さまざまなライフイベントを経験する中で私たちの心がどのように変化していくのかをたどります。これからの人生をより自分らしく過ごすためのヒントを見つけながら、人が発達するとはどういうことか、一緒に考えましょう。

誰もがいきいき暮らすために
一緒に学んでみませんか？

