



ルミナスの名称には「光り輝く」という意味が込められています。ルミナスに集い、ルミナスでつながるすべてのみなさんの生活に光輝く時間をプラスし、男女共同参画の和を広げていける施設でありたいと考えています。

## 薬膳料理～家族のための梅雨養生

梅雨は気分も身体も重く感じるため、余分な湿を取り除き胃腸の働きを活性化することが養生となります。そのような働きのある美味しい料理と、身体について学びます。

日時 5月25日(木) 10:00～13:00

講師 うつはらちよみ 宇津原知世美さん (国際中医師)

定員 20人

受講料 1,000円

材料費 1,200円

メニュー ・枝豆と豆腐の落とし揚げ  
・緑豆春雨と野菜の炒め物 ハト麦のせ  
・小豆ととうもろこしのご飯 他3品

締切 5月11日(木)必着



## 『男女共同参画セミナー③』報告

### 「笑っている父親になろう！」

講師 ばばよしゆき 馬場義之さん

(NPO 法人ファザ・リング・ジャパン九州理事)



「笑っている父親ってどんなイメージですか？自分自身は父親の笑っている顔を見たことがなく、父親は笑わないものだと思っていた。実は父親の事を嫌いだった。そんな父親が反面教師となって今の自分があります。」と、自身の家事育児と活動のきっかけから語り始められた。

ジェンダー平等を語るとき、必ずアンコンシャス・バイアス(無意識の偏見)があり、特に九州は「～すべき」という意識が強くある。ジェンダー平等は LGBTQ だけの問題でしょうか？ジェンダー平等とは男性と女性が等しく権利と機会を享受し、責任を分かち合い、意思決定にも対等に参画できる状態です。

ワークライフ・バランスは一人ひとりが主体的に生きていく理論と思考、実践。ワークとライフの天秤ではなく寄せ鍋へ。男性の WLB は、働くために働く調整をしている。男性・父親が人生の主人公になっていない。

男性の座談会を開催すると、ほんとにお父さんは真剣に悩んでいる。今まで男性の子育ては、仕事優先の社会の中で育児をしない事が合理化され、遠ざけられていた。父親としての当たり前の事が無視されてきた。パパ友を作っているんな話をしよう。相談や弱みを語る関係性をつくり、父親をすることが大事。意識ではなく経験することによって脳が変化を生じる。

「パートナーシップを理解し、家事育児分担ではなく、一緒にできる家事育児を目指しましょう。お互い無理なく思いやり寄り添い合い、質より量を目指しましょう。父親が笑うだけで人生が変わります。価値観が変わります。人生が楽しくなります。」と、子育て世代の男性だけでなく、異世代の老若男女どなたにでも受けとめやすい内容構成で、現代の父親の家庭生活の悩みと課題について、統計データや現状の話を変えながら、自身の経験や本の紹介など身近な話を、ゆったりとした口調でわかりやすくお話された。

## 心理カウンセラーから学ぶ！

### 『自分らしさ』を知って、自己表現に役立てる

『自分らしさ』を知る手段：自己理解シート等を通じて、自分のありのままを受容し、プラス面を大いに活用するヒントを学びます。

日時 5月27日(土) 10:00～12:00

講師 うえむらえみ 植村恵美さん  
(上級心理カウンセラー、行動心理士)

定員 15人

受講料 1,000円

締切 5月13日(土)必着



## 医療事務講座・歯科コース

就職に有利な歯科3級医療事務技能検定の資格取得を目指します。

※出席率8割で修了証、正解率7割で合格証を取得。

日時 6月7日～7月12日

毎週水曜日(全6回)

10:00～16:00 (1時間休憩含む)

定員 16人

受講料 19,800円

教材費 4,400円 (テキスト代・受験料含む)

締切 5月24日(水)必着



### カリキュラム

・医療事務概論 ・歯科用語 ・基本知識

・Cの解説～症例 ・Pulの解説～症例

・Perの解説～症例 ・レセプト手書き ・修了テスト

無料託児付き / 対象:就学前まで ※要事前申込

【申込方法】①～③いずれかの方法でお申し込みください。

① **ホームページ**…ルミナス HP から入力する。

② **直接窓口**…ルミナス(1階受付)に郵便ハガキ1枚を持参し、申込書を記入する。

③ **往復ハガキ**…住所・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号・講座名・託児の有無を記入し、ルミナスへ郵送する。

=太宰府市以外の人受講可=

※申込多数の場合は抽選になります。

※応募は1講座一人ずつでお願いします。

### 【問い合わせ・申込先】

太宰府市男女共同参画推進センタールミナス

〒818-0102 太宰府市白川2-2

TEL 092-925-5404 <http://dazaifu-ruminas.jp/>