

inclusive
2025年度 活動テーマ：インクルーシブ～多様性時代をともに生きぬくマスターキー

第56回 あごらシネマクラブ

あごら
No.53
News

参加費
無料

「アカデミー賞®の前哨戦とも言われるサンダンス映画祭で、
史上最多4冠に輝き、世界を沸かせた〈必見の一本〉。



(c) 2020 VENDOME PICTURES LLC, PATHE FILMS

2025年

10月18日(土)

開演 13:30 開場 13:00

定員：180名

※定員になり次第締め切ります

＜要事前申込＞

10月6日(月)～

電話or市ホームページにて受付

コーダ あいのうた

Coda

字幕／2021年製作／112分／PG12／アメリカ



上映後、感想などを語り合う
“ワイワイ 語らいタイム”を
行います
お時間・ご興味のある方、
ご参加お待ちしております

家族の中でたった独り 健聴者である少女は、「歌うこと」を夢みた。
聞こえない耳に届く最高にイカした歌声が、今日、世界の色を塗り替える。

お申込み
お問合せ

場所：河内長野市立市民交流センター〈キックス〉4Fイベントホール
市民交流センター内(キックス) 男女共同参画センター tel. 0721-54-0003



【河内長野市HP】

※体温調節できるものをご持参ください。※駐車場は有料。駐車場及び周辺道路は大変混雑します。会場へご来場の際は公共交通機関をご利用ください。



主催

team あごら

女男がともに輝く河内長野・河内長野市

〈河内長野市長託事業〉

活動報告 5/24(土)・31(土)

あごらpresents アップデート講座 第3弾

話し方講座 ストレス・フリーな伝え方

今回のチームあごらのアップデート講座は、約3年前にトーク&ライブにお越し頂き、コロナ禍の沈滞ムードに元気を吹き込んで下さった藤村麻紀さんによる、全2回の話し方講座でした。藤村さんは、11枚ものCDをリリースされているシンガーでありながらAuthentic Artist Academy(トリプルエー)というあらゆる表現者の為のスクールも主宰されています。また、心理学や脳科学の分野に精通されているとあって、開催前からどんなお話が聞けるのだろうと、とてもワクワクしていました。いざ、講座が開始すると瞬間に藤村さんのパワーに参加者全員が誘発され、その内容も相まって、双方向のとても活気のある雰囲気ですぐに進んで行きました。

第1回目の講座は「伝わる技術の基本」と「大切な人への心の伝え方」を中心とした内容でした。主に日常のコミュニケーションでは、言葉自体よりも表情や声のトーン等「非言語」の部分が大きく影響する事、相手の考えや立場を理解する事や自身の考えを論拠に相手を咎めてはいけない事、即ち「幸せになりたいのか」「相手に勝ちたいのか」に着目して行動をとりましようとの内容でした。また、その実践の為に、「I(アイ)メッセージ」(「私」を主語にして主張する方法)が大切であり、具体的にどのような表現が「伝わりやすい」のかを学びました。

第2回目の講座は、前回の「I(アイ)メッセージ」の実践の宿題の共有と、より詳しい解説がありました。その後、相手との信頼関係を築き、影響力を発揮する為に必要な「ペーシング」「ラポール」「リーディング」についての内容でした。

締めくくりとして、全2回の講座を通して学んだ事を、知識だけに終わらせるのではなく、より具体的に1日1日ささやかでも良いので実践して行く事が、肝要であるとお話がありました。今回の講座での学びを実践する事で、自身も周囲もストレスフリーな環境となるよう努めてみようと思える、背中を押された講座でした。(H記)

受講者

5/24・・・32名(女性:28名/男性:4名)

5/31・・・32名(女性:25名/男性:6名/未記入1名)



受講者アンケートより

●動機 ●感想

- 50代女性●伝えるときの話し方、表情、気もちの持ち方など解決の糸口をつかむ●希望していたような講座でした
60代女性●「ストレスフリーな話し方」に興味があったから●ものすごくよかったです。最近悩んでいる事が解消されそうです。
60代女性●相手を思いつつの行動意見のつもりが、完璧主義とか、こちらの都合なのか、なかなか伝わらず疲れていた。
●新たな気持ちで行動、成長していきたい。
70以上女性●対話のスキルを向上したい●楽しく学ぶことができた。相手を変わせさせるには自分が変わること、それが最速の方法
30代男性●講師の生徒●麻紀さんののに何度か参加させて頂いていますが回を重ねる毎に学びが深まる
70以上男性●相手に自分を理解してもらいたいから●毎日、0.01ずつやる。来年37.8になるから



第55回 あごらシネマクラブ

おいしい 家族

【シネマアンケート感想】

- * 性別・年齢を越えて、各自が出来る事。人のためになる事をすれば良いと思う。(70代・女性)
* 結婚も生き方も色々な形があって、受け入れられて幸せだな。幸せは自分が作って自分自身でなるものだ。私も息子と暮らす今が幸せです。(50代・女性)
* 多様性の現代にふさわしいとても心あたたまるストーリーでした。観て良かったです。(50代・男性)
* 自分の家族に置き換えたらどうかと思う。(60代・女性)
* 寛容さの大切さが良く、表現されていてよかったです。(60代・男性)
* 個の時代であれ、社会組織の秩序を守る点で個ばかり主張カバールされることにちょっと考えさせられます。(70代・女性)

活動report

2025年4月26日実施



(c)2019 おいしい家族 製作委員会

参加者数 176名
女性 132名
男性 41名
未記入 3名

宛先【お申込み・お問合せ】

編集/発行: teamあごら～女男(ひと)がともに輝く河内長野

発行部数: 1,000部(2025.6月号)

https://www.city.kawachinagano.lg.jp/soshiki/34/69941.html

〒586-0025 河内長野市昭栄町7番1号

河内長野市立市民交流センター内 男女共同参画センター

tel.0721-54-0003

2025.6.22～7.10

パネル展示&アンケート(於:キックス)



2012年平成版

未来の常識!? 今のあなたの中はこれって、あり? なし?

2012年の夏にキックスで実施したパネル展示アンケートの結果を展示します。

かわいい女子にキレイな男子、男性のピアスや女性のトラック運転手も珍しくなくなって「男だから、女だから」ととらわれず個性を表現できるようになり始めた頃。当時、でもまだ珍しいかもと思われる常識!?を10項目調査しました。

あれから13年後の未来が今。世の中の常識は、ずいぶん変わりましたよね。それとも思ったより変わってない?

みなさんの、今!を教えてください!!