

令和8年度 北海道女性協会講師リスト

*講師によっては、職務上の事情などにより、旅行日程に制約をとまなう場合がありますので、予め御了承ください。

区分	番号	氏名	所属団体(勤務先)・職名等	主な講演内容(演題・テーマ)
男女平等参画に関する概論・女性学・一般教養	1	あおき ゆうこ 青木 優子	整活サロン One to One 代表	予防医療を活用してセルフケアを学ぶ 心とからだのバランスを整えて生き活きと活動できる自分作り 自分のからだを知り認めることで未然に防ぐことができる予防医療 意識するストレッチと体幹トレーニングで実感体感運動 整活体操レッスン 健康の入口はここから、整活体操をしてみませんか
	2	あべ よしこ 阿部 美子	ラプラスキッチン 代表	家族の笑顔を育む家事シェア講座— キッチンから始める男女共同参画 — ※小さな暮らしの工夫が家族関係を調和へ導き、やがて社会を温かく変えていく。 キッチンを入口にした具体的な家事シェア提案を通じ、男女の思考の違いを活かす会話術や、家庭内ワークライフバランスの整え方を実践的に紹介します。 理念にとどまらず、「今日からできる行動」に落とし込む参加型ワークが特長です。
	3	ありさか みき 有坂 美紀	RCE北海道道央圏協議会 事務局長 Co.DESIGN(コデザイン) 代表	持続可能な開発～多様性と協働の重要性～ SDGsってなに？～特に“ジェンダー”の視点から～ SDGs経営のすすめ～持続可能な経営～ フェアトレード～誰もが暮らしやすい社会のキーワード～ 生物多様性とSDGs 「海洋プラスチック汚染」とわたしたちの暮らし 気候変動対策を考える～国内外で注目される「持続可能な開発」から～ 科学コミュニケーションが促す市民の対話
	4	しみず こう 志水 幸	北海道医療大学 教授	社会保障(年金・医療・福祉)政策の動向 地域を基盤とする持続可能な福祉社会の創出 ※その他、上記に関連するテーマであれば、応相談
	5	せなは えいじゅん 瀬名波 栄潤	北海道大学名誉教授 専門(英米文学、ジェンダー・セク シュアリティ論)	男のいない世界 映画で学ぶ女性の生き方 男性学入門(概論、映画、文学作品等を扱って) 女性学入門(") ジェンダー入門(") セクシュアリティ入門(") DEIの世界
	6	つじ ともこ 辻 智子	北海道大学 教授	女性の学習・運動の歴史 青年期教育・大人への移行とジェンダー 生活記録実践と女性
	7	なかぞの きりよ 中園 桐代	北海学園大学 教授	女性の労働やジェンダーギャップ シングルマザーの労働と生活の実態と支援 育児休業等の両立支援や企業での女性活躍推進
	8	はせがわ さとし 長谷川 聡	北海道医療大学 非常勤講師	地域コミュニケーションとボランティア活動 みんなの居場所づくり 地域情報化または町内会DX化 定年後・高齢期の健康生きがいづくり セルフプロデュースと地域貢献 人生会議(ACP)のすすめ方
	9	はまの まさひろ 濱野まさひろ	オフィスAZM 代表	温泉の楽しみ方・選び方 お風呂・温泉で免疫力を高める健康入浴法 毎日のおうちお風呂で上手に疲労回復
	10	はやし みえこ 林 美枝子	日本医療大学 教授	医療におけるジェンダー問題 看取りの介護人類学 家族論とジェンダー
	11	まつもと まゆみ 松本 真由美	日本医療大学 教授	身近な精神疾患とその支援 精神医療におけるアドボカシー(権利擁護)
	12	あべ ゆい 阿部 由衣	北海道科学大学 講師	女性の尿失禁と骨盤底筋について 産前産後の身体の変化について 更年期に起こりやすい婦人科疾患とケアについて ※講演に関する条件:札幌から日帰り可能な地域。遠方については応相談。
	13	おにつか みれい 鬼塚 美鈴	札幌市立大学 准教授	厳冬の地震災害で私たちに起こること 厳冬の地震災害から「命」と「健康を守るリスクマネジメント」 厳冬期における災害対策 防災の冬支度—積雪寒冷期の災害の備えについて— 災害に備える! 避難生活での健康リスクと正しい体調管理 夏の避難生活における健康リスクと健康管理 夏の災害から命を守るために「避難所生活を体験してみよう!」 女性の視点による避難所開設・運営
	14	みずぐち あやか 水口 綾香	特定非営利活動法人防災したつけ 代表理事	災害とジェンダー
DV	15	しけんばる いくこ 志堅原 郁子	北海道大学 非常勤講師 一般社団法人アウェア副代表	DV加害者プログラム(被害者支援の視点から) デートDV防止教育 ジェンダーとデートDV ジェンダー規範とアンコンシャス・バイアス DVと児童虐待 性的同意
	16	すが ともこ 須賀 朋子	酪農学園大学 教授	DV・暴力・体罰が愛着と脳に与える影響 中学生・高校生・大学生へのデートDV予防教育 保育士・教員向けのDV家庭で育った子どもへのケア
	17	やまざき きくの 山崎 菊乃	NPO法人女のスペース・おん 代表理事	DV被害当事者支援現場に関する講演 若年層へのDV予防啓発 DV被害者としての経験談

区分	番号	氏名	所属団体(勤務先)・職名等	主な講演内容(演題・テーマ)
女性の就業	18	おかもと まなみ 岡本 真なみ	office エトス 代表	今日からできる！怒りの対処術～アンガーマネジメント 「おもてなし北海道」をはじめよう(プロトコール、ホスピタリティ) 無意識の思い込みにとらわれない自分づくり・組織づくり
	19	ごとう ますみ 後藤 真澄	(有)プロ・アシスト 代表取締役	若者(学生)のためのキャリアデザイン 女性のためのキャリアデザイン(働く女性向け) 組織を活性化する「インターンシップ」の導入 「採用活動」を活用し、組織力をアップ 「私」を活かして働こう 今ドキの採用活動と若手社員の人材育成
	20	こまがわ ともこ 駒川 智子	北海道大学 教授	企業組織の人事労務管理とキャリア形成 ワーク・イン・ライフ(ワーク・ライフ・バランス) 無意識のジェンダーバイアス 女性活躍推進 ジェンダーの視点でみる労働の世界
	21	ササキ ミサト (佐々木 美里)	Vomy-C 代表	社員間コミュニケーション クレーム対応 ビジネス電話対応 話し方・伝え方・聞き方 自己紹介・自社PR 講師養成 美顔ボイストレーニング®
	22	しげとみ なつこ 繁富 奈津子	一般社団法人North-Woman 代表理事	私の想いをカタチにするはじめての起業セミナー 得意を活かして社会とつながる女性のためのセミナー 専業主婦から夢を叶えた女性たちのストーリー
	23	ふりはた みふゆ 降幡 美冬	美冬キャリア 代表	自分らしい生き方とは？わたし色のみつけ方(自己分析・自己理解) 落ち込みからの素早い回復！今こそ逆境力を鍛えよう(レジリエンス) 1日5分から！脳を休めるマインドフルネスで集中力アップ 資格、資金、人脈ゼロからの女性の起業 ワークライフ充実を目指すからこそ女性のキャリアアップ 話すのが苦手な人でもできる営業の仕方
人権・法律	24	あずま さやか 東 明香	あさひかわ法律事務所 弁護士	高齢者・障害のある人の権利 成年後見制度 ドメスティック・バイオレンス 離婚に関する法律問題 生活の中で覚えておきたい法律問題
	25	かとう たけはる 加藤 丈晴	北海道合同法律事務所 弁護士	LGBTなど性的マイノリティの権利 セクシュアルハラスメント、パワーハラスメント 夫婦や親子関係に関する法律問題
	26	すだ ふみこ 須田 布美子	須田布美子法律事務所 弁護士	女性の権利に関する法律問題 ドメスティック・バイオレンス セクシュアルハラスメント、パワーハラスメント等ハラスメント全般 性犯罪被害者支援 LGBT支援
	27	たかさき とおる 高崎 暢	たかさき・渡部法律事務所 弁護士	労働者の働く権利とメンタルヘルス(過労死・過労自死の現場から) 働く女性の権利(ワーク・ライフ・バランス) 身近な憲法の話 老後の法律問題(財産を正しく使う、守る術) 日常生活と法律問題(賢く生きるために) 憲法9条と平和主義 原発問題
	28	たばた あやこ 田端 綾子	ラベンダー法律事務所 弁護士	しない、させない ハラスメント 職場のトラブル、ハラスメント セクハラ、パワハラ、LGBTって何？
	29	ひでしま ゆかり 秀嶋 ゆかり	秀嶋法律事務所 弁護士	家事事件(離婚・遺産分割等) 女性の人権 女性の権利 女性学 暴力のない共生社会をめざして 子どもの権利 子どもへの虐待
	30	まんじ かなえ 万宇 香苗	弁護士法人 神戸・万宇・福田法律事務所 弁護士	女性の権利に関する諸問題 子どもの権利に関する諸問題 憲法改正 ※講演に関する条件:札幌から日帰り可能な地域のみ。

区分	番号	氏名	所属団体(勤務先)・職名等	主な講演内容(演題・テーマ)
高齢社会・介護	31	おおしま やすお 大島 康雄	さっぽろ社会福祉士事務所 代表 (社会福祉士・精神保健福祉士)	高齢者虐待 男性介護者の現状と課題 介護保険制度 地域づくり 地域福祉 地域包括ケアシステム スーパービジョン
	32	おくだ たつと 奥田 龍人	NPO法人シーズネット 理事長	地域での支え合い 介護保険 ケアマネジメント 高齢者向け住宅 高齢者虐待対応
	33	ささに はるみ 笹谷 春美	(公財)北海道女性協会理事長 北海道立女性プラザ館長 北海道教育大学名誉教授	高齢社会と介護の社会化/日本の介護“危機”とは？ 介護役割の男女共同化をめざして 少子化と男女平等参画 仕事と家事・介護(子育て・高齢者介護)の両立 ジェンダーとは何か？ ケアの私事化とジェンダー化の限界 「ジェンダー平等社会」の実現をめざして ※講演に関する条件:札幌から日帰り可能な地域のみ。
	34	すずき ひでき 鈴木 英樹	北海道医療大学 教授	介護予防・転倒骨折予防 寝たきりにならないための工夫 生活を支える様々な福祉用具 健康づくり バリアフリー改修 介護・介助方法の実技指導 ロコモティブ症候群 健康寿命と介護予防
	35	にった まさこ 新田 雅子	札幌学院大学 准教授	女も男も、だれもが介護する時代に向けて 孤立死・孤独死をめぐる現状と対策 本気で「人生100年時代」を考える
	36	みやざき なおと 宮崎 直人	(有)グッドライフ 代表取締役	「認知症」に関するテーマ全般 コミュニケーション 人材育成～専門スタッフ 笑う門にはケア来る 人と認知症の見方、捉え方 人と認知症
ワーク・ライフ・バランス	37	ひらおか よしゆき 平岡 祥孝	稚内大谷高等学校 校長	高齢社会を生きる 男女共同参画の推進に向けて 仕事と家庭を考える 生き方多様化の時代を迎えて 女子学生の職業意識 女性リーダーに期待する ナイス・ミドルの生き方とは 仕事を通して成長する ワーク・ライフ・バランス 企業の社会的貢献 学びの大切さと生涯学習
	38	ふじむら きみひと 藤村 侯仁	榊ネクスト・ワークスタイル 代表取締役	男性の育児休業と家庭活躍 父親の育児と働き方 ワークライフバランス 誰もが幸せに働ける職場づくり ※講演に関する条件:札幌近郊や半日程度で移動可能な圏内。
子育て	39	なかや みちえ 中谷 通恵	NPO法人お助けネット 代表	子育て支援でまちづくり 男女共同参画で子育てを 孫育てのコツとヒント 子どもの生きる力と大人の社会力 女性のチャレンジを支援する 子どもとメディアのよい関係 パパカUP!! お父さんの子育て講座 ネット依存を予防しよう～大人も子どもも～ 「どならない」「たたかない」子育てのコツとヒント ママ・パパ・じいじ・ばあばもみんなで学ぼう！今どき子育てのコツとヒント