

すべての人がともに生きるフェスティバル

ともフェス

—— じぶんらしく生きられるTAMA ——

2025/1/18(土)
10:30~16:30



関戸公民館(ヴィータ・コミュニネ7・8階)

京王線『聖蹟桜ヶ丘駅』西口改札出て左へ徒歩2分 OPAの入ったビル



「ともフェス」は、さまざまな世代や立場の人がともに理解し、尊重し合える交流と気づきの場となることを目的としたフェスティバルです。
すべての人が「じぶんらしく生きられるTAMA」を作るために、
自分とは違う他者との関係を築いてみませんか？



主催 多摩市男女平等参画推進フェスティバル2024実行委員会

共催 TAMA女性センター：多摩市関戸4-7-2 ヴィータ・コミュニネ7階
申し込み・問い合わせは公式ホームページのインターネット手続き。電話または
ファクシミリでTAMA女性センター (TEL.042(355)2110/ FAX.042(339)0491) へ。

保育 定員4人(1歳以上未就学児対象) 1月8日(水) 午後5時までの申し込み(先着順)

詳細・申し込みは
こちらから▼



ヴィータホール

講演会

10:30~12:00

定員250人会場先着順 保育無し

『終活とは～人生100年時代を よりよく楽しく生きる～』

「終活」は、人生の終焉を考えることを通じて、自分をみつめ、今をよりよく自分らしく生きる活動のことです。「死に支度」であるとともに、「生き支度」でもあります。「何から始めて良いかわからない」という方にも分かりやすくお話します。



【講師】 武藤 頼胡 氏

一般社団法人終活カウンセラー
協会代表理事

講演会

14:00~14:50

定員200人会場先着順 保育有り要事前申し込み

『LGBTQ+について』

性の多様性と家族のカタチ
～誰もが幸せな家庭を築ける社会へ～



映画上映(裏面参照)
に先立ち、レズビアン
当事者である講師が
LGBTQ+についての基
礎知識をお話ししま
す。

【講師】
長屋 友美 氏

LGBTサポート協会認定講師



裏面もご覧ください➡

ヴィータホール

映画

15:00~16:35

定員200人会場先着順

保育有り要事前申し込み



『おいしい家族』

LGBTQ

ヒューマンドラマ

銀座で働く橙花は、夫と別居中。仕事もうまくいかず都会での生活に疲れ気味。ちょうど母の三回忌を迎え、船にゆられて故郷の離島へ帰ってきた。すると、実家では父が、亡き母の服を着ておいしいご飯を作っていた！さらに見知らぬ居候たちと食卓を囲むことに...

©2019「おいしい家族」制作委員会

95分 日活 [出演] 松本穂香、浜野謙太、板尾創路

和室 2

相談会

[要事前申し込み] 婚活相談会

各1名

●10:30~11:00 ●12:00~12:30

プロの婚活アドバイザーと一対一で婚活相談ができます。婚活で悩んでいる方はもちろん、何をしたらいいかわからないなどどんな相談でもお请けします。

[講師] 小野原 愛 氏
IBJ加盟結婚相談所愛結びの丘代表



大会議室

座談会

11:15~11:45

定員10人会場先着順

保育無し

自分らしさを大切にする婚活座談会

元自衛官ナースのプロの婚活アドバイザーと婚活で大切にしたいことをざっくばらんにお話ししましょう。

[講師] 小野原 愛 氏

IBJ加盟結婚相談所愛結びの丘代表



プチセミナー

13:00~13:30

夫婦間のすれ違い解消 コミュニケーション

定員50人会場先着順



[講師] 飯野 馨巳 氏
リボンコンシェルジュ

パートナーと良好な関係を築くための日々の会話のヒントなど家庭内のすれ違いを防ぐコミュニケーション方法についてお話しします。

プチセミナー

大会議室

13:40~14:10

いざというときのため 住宅問題

定員50人会場先着順



[講師] 石田 栄一 氏
JKAS相談窓口代表/宅地建物取引士/相談診断士

賃貸住宅に関する身近な不安に、不動産のプロが答えます。

プチセミナー

14:20~15:00

DVってなんだろう？

定員50人会場先着順



[講師] 山崎 新 氏
弁護士・アイリス法律事務所

DV（家庭内暴力）は身体的暴力だけではなくありません。DV被害や加害の当事者になってしまった場合の対応について弁護士がお話しします。

第3学習室

[要事前申し込み] 親子で楽しく一緒に運動&

脳トレ遊び「ベビトレヨガ」

対象：生後2カ月以降のお子さんです

●10:30~11:20 ●14:30~15:20

大人はヨガで身体のケアを行い、お子さんもヨガや遊びを通してバランス感覚や脳機能の発達を養うことができます。親子のふれあいが多く愛着形成に役立ちます。

[講師] 藏光 あけみ 氏 ヨガインストラクター

[人数] 8組(祖父母の方も参加大歓迎)

[持ち物] ヨガマットまたはバスタオル、飲み物、フェイスタオル



ギャラリー

“じぶん”ってなにいろ？

アクリル板アート

10:30~16:30

不要になったアクリル板に、環境にも体にも優しい画材「キットパス」を使って自由に絵を描けるおえかきスペースです。

