

# ほっかれ 講座一覧

全講座 参加無料  
※駐車場・駐輪場は有料

講座に出席して単位（スタンプ）を集めると  
20単位ごとにほっかれオリジナルグッズを進呈！

第1弾は ほっかれオリジナル手ぬぐい！

スタンプを集めるにはほっかれに入校（登録）が必要です。登録方法は裏面をご覧ください。




## 4回連続講座

### 令和6年度 私の好きなことで仕事を創る

- ① 8月29日（木）10:00～13:00 — 起業について考える、私はなにができる？
- ② 9月11日（水）10:00～13:00 — 私が本当にやりたいことを見つけよう
- ③ 9月26日（木）10:00～13:00 — 地域で活動している人と繋がろう
- ④ 10月9日（水）10:00～13:00 — 私の好きなことで仕事を創る

「自分の仕事」をはじめたいと思う女性のために、起業のイロハを仲間と楽しく学びあう人気の連続講座が今年も開講します。自分の好きなことを探求し、夢を形にしませんか？

講師  
いちば まりこ  
**市場 真理子さん**  
会社の現場監督合同会社 代表



開催方式	<input checked="" type="checkbox"/> 対面開催	会場	「ほっと越谷」 セミナールーム	定員	20人	保育	5人 要申込、 (8/21(水)締切)
	<input checked="" type="checkbox"/> オンライン開催		申込み		来所、電話、 「ほっと越谷」HP		
	<input type="checkbox"/> アーカイブ配信						

### 家事を『家族事』に ～見える化シートで家事／育児シェア～


10月26日（土）11:00～12:30

「私ばかり家事／育児やってる」「自分だって充分やってるよ」こういったやり取りに覚えはありませんか？「家事見える化シート」を使って、この機会に理想の家事／育児スタイルについて話し合しましょう。

参加者には1組につき1枚「家事見える化シート」をプレゼント。

※小学生以上のお子様は講座に同席可。

講師  
きむら ひでのり  
**木村 秀則さん**  
Kazi プロジェクト 代表



開催方式	<input checked="" type="checkbox"/> 対面開催	会場	「ほっと越谷」 セミナールーム	定員	20組	保育	5人 要申込、 (10/17(木)締切)
	<input type="checkbox"/> オンライン開催		申込み		来所、電話、 「ほっと越谷」HP		
	<input type="checkbox"/> アーカイブ配信						

※生活を共にする 事実婚、同棲／同性カップル、親子、友人も対象となります。

### これだけは知っておきたい！パートタイム・有期雇用労働法とハラスメント

10月31日（木）14:00～16:00

パートタイム・有期雇用労働法とハラスメントのポイントを解説。グループワークで悩みや疑問を解消しましょう。

埼玉労働局雇用環境・均等部職員、  
越谷公共職業安定所職員

※雇用保険受給者には受講証明書を発行予定。


開催方式	<input checked="" type="checkbox"/> 対面開催	会場	「ほっと越谷」 セミナールーム	定員	15人	保育	5人 要申込、 (10/23(水)締切)
	<input type="checkbox"/> オンライン開催		申込み		来所、電話、 「ほっと越谷」HP		
	<input type="checkbox"/> アーカイブ配信						

### あなたは悪くない —そのとき何を着ていても

11月24日（日）14:30～16:30

女性が性暴力被害に遭うと「挑発的な服装をしていた」という先入観で見られてしまい、被害者への二次被害が日常的に起きている現状があります。いわれなき非難をなくすために当時の服装を『見える化』し私たちに何ができるのかを考えましょう。同時開催：性暴力と服装について考える展示『あなたは、何を着ていたの？』

講師  
たなか まさこ  
**田中 雅子さん**  
上智大学  
総合グローバル学部 教授



開催方式	<input checked="" type="checkbox"/> 対面開催	会場	「ほっと越谷」 セミナールーム	定員	30人	保育	5人 要申込、 (11/14(木)締切)
	<input type="checkbox"/> オンライン開催		申込み		来所、電話、 「ほっと越谷」HP		
	<input type="checkbox"/> アーカイブ配信						

### 第3木曜の夜はさんもくナイト

- 8月15日（木）18:30～20:00 飛び出すカードを手作りしよう
- 9月19日（木）18:30～20:00 ヨガでスッキリ
- 10月17日（木）18:30～20:00 ドキュメンタリー映画「ぼくが性別『ゼロ』に戻るとき」
- 11月21日（木）18:30～20:00 クリスマスのオブジェを作ろう

「ほっと越谷」では第3木曜日の夜に、工作や手芸などの手仕事をしたり、映画を観たりと手ぶらで気軽に参加できる企画を年間を通して行っています。月に一度「ほっと越谷」で夜のひとときをお過ごしください。

※各回の詳細は「ほっと越谷」HPをご覧ください。

開催方式	<input checked="" type="checkbox"/> 対面開催	会場	「ほっと越谷」 セミナールーム	定員	※「ほっと越谷」 HPをご覧ください。	保育	なし
	<input type="checkbox"/> オンライン開催		申込み		※「ほっと越谷」 HPをご覧ください。		
	<input type="checkbox"/> アーカイブ配信						

### 保育について

保育は生後4ヵ月～未就学児が対象です。

保育には予約が必要です。講座申込みの際にお申し出ください。受付は先着順となります。締め切り日前でも定員に達し次第終了となります。

※2023年4月より、保育の受付が生後4ヵ月のお子様から可能になりました。

※講座内容等は変更の可能性があります。HPやチラシなどでご確認ください。