令和７年度 第２回

さんかくダイアログ

「さんかくダイアログ」とは？

働き方、学び方、ワーク・ライフ・バランス、キャリア、ダイバーシティ、介護、子育てなど、ジェンダー平等にかかわるさまざまなテーマについて、考えるきっかけを得たり、対話【ダイアログ】したりすることのできる場です。年度に数回開催されています。弘前大学の教職員・学生なら、どなたでもご参加いただけます。

今回のテーマ
一緒に考えよう、こころを守る方法

日々の生活や対人関係の中で、知らず知らずのうちにストレスが溜まっていた…だれもがそのような経験をしているのではないでしょうか。ストレスが大きくなりすぎる前に、自分の気持ちに気づいたり、ちょっとした対処をしたりすることがとても大切です。日常の中でできる「こころを守る方法」について、ぜひ一緒に考えてみませんか？

話題提供を受けて、こころを守るためにできそうな工夫やアイディアについて、自由な情報・意見交換を行いたいと思います。こころを守るためのヒントを、みなさんで考えていきましょう。参加にあたってはグラウンドルールが設定され、参加者の安全、プライバシーは守られます。おひとりでも多くの方のご参加を心よりお待ちしております。

日時

10/14（火）14:30～16:00

※ 途中からの参加、途中での退席自由です。

対面・オンライン併用開催

日時

保健学研究科 大会議室

Microsoft Teams(対面でのご参加が難しい場合)

※ Teamsで参加される方は、遠隔会議ブース(コラボ弘大・ 医学部コミュニケーションセンター)や貸出用卓上防音パーティションもご利用いただけます。
利用を希望される場合は、当室へお気軽にご一報ください。

話題提供者

櫛引夏歩 先生(保健学研究科)

対象・定員

本学の教職員、学生　**２０名**　程度

※オンラインでの参加に定員はございません。

参加方法

事前のお申込は不要です。直接会場へお越しください。
Teamsで参加なさる方は「コードでチームに参加する」から「**2cb75n6**」を入力してご参加ください。

Teams QRコード

１２月の「さんかくダイアログ」の企画テーマを募集中です　※応募期間１０月１０日まで

今年12月の「さんかくダイアログ」の企画テーマを募集中です。企画テーマの条件は、ワーク・ライフ・バランス、キャリア、ダイバーシティ、ライフステージ、ライフイベントなど、ジェンダー平等に関するものであること。弘前大学の学生、教職員でしたら、どなたでもご応募できます。ご応募は、男女共同参画推進室からのHPやご案内メールのオンラインフォームから。積極的なご応募をお待ちしております。

主催・お問合せ　男女共同参画推進室
Email：jm3888@hirosaki-u.ac.jp　電話：0172-39-3888(内線 3888)　X(旧Twitter)：@Gequality_HU
HP: https://www.equ.hirosaki-u.ac.jp/

弘前大学 男女共同参画推進室