

年間計画番号	事業名	実施日時	定員	申込者数 (人)	参加者数 (人)	保育 (人)	主な年代	概要	アンケート評価・主な感想
I 認め合い自由に生きる意識を育む									
1	LGBTQを理解する								
2	ジェンダー平等講座								
3	えーるシネマサロン	11月9日(日) 10:00~12:00	30						
4	子育て中のわたしをみつめる 「子育てママのポレポレ塾2025」 【5回連続講座】	① 9月5日(金) ② 9月19日(金) ③ 10月3日(金) ④ 10月24日(金) ⑤ 11月7日(金) 全回 10:00~12:00	30	8	(延) 5 内訳 ① 5 ② - ③ - ④ - ⑤ -	(延) 2 内訳 ① 2 ② - ③ - ④ - ⑤ -		①「オリエンテーション」 講座概要・自己紹介 進行：えーる職員 ②「アンコンシャス・バイアスについてみんなで語ろう！」 進行：えーる職員 ③「笑顔ママで過ごそう！～これから迎える更年期～」 講師：知久朋美／ちえぶら更年期ライフデザインファシリテーター ④「イスを使ったヨガでリフレッシュ！」 講師：Miho／チェアヨガインストラクター ⑤「明日のわたし宣言」 進行：えーる職員	※満足度は最終回 ①・自己紹介は大切だと改めて思った。相手のことを知るの は、自分自身のことも見つめ直すきっかけになると感じ
5	区民企画講座① セカンドライフに向けた①生前整理講座 ②健康講座	① 11月23日(日) ② 12月7日(日) 全回 10:00~12:00	30 (各回)					・企画団体：これからとらボin練馬 ・① セカンドライフに向けた生前整理講座「リアル終活とAIを活用した終活」 講師：西岡恭史／終活アドバイザー ② セカンドライフに向けた健康講座「健康寿命を延ばす片付け習慣」 講師：田口陽子／ソーシャルワーカー	
6	区民企画講座② 「やめる」から始める 私らしいライフキャリア講座	10月26日(日) 10:00~12:00	30					・企画団体：自分らしいアクティブライフを考える会 ・講師：後藤悦子／NPO法人Mブラグ ライフキャリアファシリテーター	
7	区民企画講座③ これから生きていくための断捨離® 式エンディングノートセミナー	10月5日(日) 14:00~16:00	30					・企画団体：東京練馬断捨離会 ・講師：木村さちこ／やましたひでこ公認断捨離トレーナー	
8	父子参加の事業	R8年1月予定							
9	えーるシネマサロン夏休み親子上映会 僕のワンダフルライフ	8月22日(金) ① 10:00~12:00 ② 13:30~15:30	30 (各回)	(計) 86 内訳 ① 40 ② 46	(計) 60 内訳 ① 33 ② 27	(計) 1 内訳 ① - ② 1	10代以下: 38.6% 40代: 21.1% 70代以上: 12.3%	・「僕のワンダフル・ライフ」2010年／日本／日本語吹替上映 ・対象：小学生以上（大人のみ、子どものみの参加可） ・AM回は、未就学児同伴も可とした。	・満足：94.7% おおむね満足：5.3% ・子連れ（特に乳児）だと映画を観る機会をつくれないので、乳児を同伴できることがありがたかった。 ・子ども（7カ月）を預かっていただき、1人で映画を観ると、 いうことが久しぶりに出来てリフレッシュになった。 ・（子ども）今を楽しむということがわかった。感動した。
10	出前講座等啓発事業 ①南町小学校 ②区立中学校教育研究会 （性教育部会） ③石神友和会	① 10月16日(木) 10:45~11:30 ② 11月5日(水) PM ③ 11月10日(月) 10:00~12:00	— — —	— — —				① 対象：小学6年生	

年間計画番号	事業名	実施日時	定員	申込者数 (人)	参加者数 (人)	保育 (人)	主な年代	概要	アンケート評価・主な感想
II 困難な問題を抱える女性等を支援する									
11	区民企画講座④ こころのケア講座 【2回開催】	① 9月7日(日) ② 9月28日(日) 全回 14:00~15:10	20 (各回)	(延) 0  内訳 ① ②	(延) 0  内訳 ① ②	(延) 0  内訳 ① 0 ② 0		<ul style="list-style-type: none"> <li>企画団体：WSY</li> <li>①「DV・モラハラのはげしき被害者とは？」 講師：加藤万里子/レジリエンス・ファシリテーター</li> <li>②「DV・トラウマの理解と立ち直りのヒント」 講師：高橋かずえ/キャリアコンサルタント、レジリエンス・ファシリテーター</li> <li>各回、講座終了後にピアサポートグループ（女性限定）実施</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>① 満足：%</li> <li>② 満足：% ぶつう：%</li> </ul>
12	デートDV防止出前講座 「デートDVを学ぼう ～自分も相手も大事にできる 関係づくりのために～」 ①開進第四中学校（1年生のみ）	① 6月11日(水) 13:30~14:20	—	—	(計) 153  内訳 ①生徒 146 教職員 7	—	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：NPO法人女性ネットSaya-Saya 事務局</li> <li>①開進第四中</li> </ul>	<p>講座事後アンケート感想より</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>DVや暴力などの良くないところがよく分かりました。(1年生)</li> <li>デートDVの範囲をもっと詳しく知りたい。(1年生)</li> <li>スライドにイラストなどがあつたりして見やすかった。「DV」という言葉は少しだけ知っていたが、その言葉の重みをしっかり知れた(1年生)</li> </ul>
13	生と性を学ぶ								
14	区民企画講座⑤ 親子で学ぶ 男のからだ・女のからだ ～ゆっくり育つ子どものために～	5月31日(土) ① 13:30~14:30 ② 15:00~16:00	10 (5組) (各回)	(延) 34  内訳 ① 14 ② 20	(計) 27  内訳 ① 11 ② 16	0  内訳 ① 0 ② 0	50代：46.2% 40代：30.8% 30代：23.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>企画団体：旭出学園でまえ教室</li> <li>講師：慶野直美/旭出学園校長</li> <li>対象：①は5歳児から小学3年生、②は小学4～6年生の子どもと保護者 保護者のみ、特別支援教育に携わる方の参加可</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>満足：31.7% おおむね満足：31.7%</li> <li>自分が小中学生の頃は詳しく学んでいないので、勉強になった。</li> <li>カルタ、人形、紙芝居などを使い、わかりやすかった。</li> <li>とても分かりやすく簡潔で、子どもたちも飽きずに話を聞いて良かった。</li> </ul>
15	ひきこもりがちなココロをつなぐ わたしの「これからライフ」2025 Part I 「ゆるヨガ女子会」 【3回開催】	① 4月22日(火) ② 5月20日(火) ③ 6月24日(火) 全回 10:00~12:00	30 (各回)	(延) 56  内訳 ① 17 ② 18 ③ 21	(延) 35  内訳 ① 12 ② 11 ③ 12	(延) 1  内訳 ① 0 ② 1 ③ 0	50代：47.1% 20代：20.6% 40代：20.6% 30代：5.9% 60代：5.8%	<ul style="list-style-type: none"> <li>①②③ ゆるヨガ女子会</li> <li>講師：滝沢菜穂/全米ヨガアライアンスRYT200</li> <li>「ヨガ」で体をほぐし、体調管理、体力回復の方法を学ぶ。</li> <li>約60分のヨガ終了以後、参加者同士の交流を行う。</li> <li>体を動かしながら参加者同士が交流することで、コミュニケーション力をアップし仲間づくりに繋げる。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>満足：76.5% おおむね満足：20.5%</li> <li>初めての参加、とても充実した時間を過ごせた。</li> <li>保育も利用させて頂いて本当に良かった。久しぶりにヨガもできて体も動かせた。</li> <li>ヨガと交流会、とても良かった。自分の気持ちを言えることができて良かった。</li> </ul>
16	ひきこもりがちなココロをつなぐ わたしの「これからライフ」2025 Part II								
17	ひきこもりUX女子会 for Youth @えーる	R8年2月予定						<ul style="list-style-type: none"> <li>一般社団法人ひきこもりUX会議との共催事業</li> </ul>	
III 男女が共に活躍できる道を広げる									
18	ワーク・ライフ・バランスセミナー								
19	子育て世代の就活講座 ～自分に合った働き方で就職！～	9月9日(火) 10:00~12:00	40	32	25	5		<ul style="list-style-type: none"> <li>ハローワーク池袋との共催事業</li> <li>講師：ハローワーク池袋マザーズコーナー就職支援ナビゲーター（子育て支援担当）</li> <li>対象：仕事と子育ての両立を考えている方で、就職活動中または就職活動をこれから始める方</li> <li>ワークを通して、自分が望む働き方、自分に合った働き方を考える。</li> </ul>	

年間計画番号	事業名	実施日時	定員	申込者数 (人)	参加者数 (人)	保育 (人)	主な年代	概要	アンケート評価・主な感想
20	子育て世代の就活講座 ～面接に役立つ ビジネスマナーセミナー～	10月17日(金) 10:00～12:30	30					<ul style="list-style-type: none"> <li>ハローワーク池袋との共催事業</li> <li>講師：坪田まり子／プロフェッショナル・キャリア・カウンセラー®</li> <li>対象：仕事と子育ての両立を考えている方で、就職活動中または就職活動をこれから始める方</li> <li>面接時に好感の持たれるノウハウをロールプレイを交えて学ぶ。</li> </ul>	
21	子育て世代の就活講座 ～社会保険や税金などの 基礎知識～	1月23日(金) 10:00～12:00	40					<ul style="list-style-type: none"> <li>ハローワーク池袋との共催事業</li> <li>講師：羽石乃理子／社会保険労務士</li> <li>対象：仕事と子育ての両立を考えている方で、就職活動中または就職活動をこれから始める方</li> <li>年金等の社会保険や税金の制度について理解を深め、将来を見据えた働き方を考える。</li> </ul>	
22	就職活動や地域活動をしている 女性のためのパソコン講座 ワード 【3回開催】	① 5月29日(木) 13:30～16:30 ② 10月1日(水) 14:00～17:00 ③ 12月予定	10 (各回)	(計) 43 内訳 ① 43 ② ③	(計) 10 内訳 ① 10 ② ③	(計) 0 内訳 ① 0 ② ③ 0	60代: 60.0% 50代: 20.0% 40代: 10.0% 80代: 10.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：後藤悦子／MOSインストラクター</li> <li>アシスタント：櫻井美穂</li> <li>対象：パソコンの基本操作ができる女性。過去に同講座受講者の再受講は不可。</li> <li>ワードの基本操作を学ぶ。</li> </ul>	① ・満足：90.0% おおむね満足：10.0% ・自己流からレベルアップできそう。新しい発見があり、受講してよかった ・何度も質問したが、気持ち良く答えて頂きありがたかった。
23	就職活動や地域活動をしている 女性のためのパソコン講座 エクセル基礎 【3回開催】	① 6月19日(木) 13:30～16:30 ② 10月16日(木) 13:30～16:30 ③ R8年1月予定	10 (各回)	(計) 49 内訳 ① 49 ② ③	(計) 10 内訳 ① 10 ② ③	(計) 0 内訳 ① 0 ② ③	60代: 70.0% 50代: 20.0% 40代: 10.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：後藤悦子／MOSインストラクター</li> <li>アシスタント：櫻井美穂</li> <li>対象：パソコンの基本操作ができる女性。過去に同講座受講者の再受講は不可。</li> <li>エクセルの基本操作を学ぶ。</li> </ul>	① ・満足：50.0% おおむね満足：50.0% ・ゆっくり丁寧に教えてくれるため、ノロマな私でもついていけ、わかりやすく楽しく学べた。
24	就職活動や地域活動をしている 女性のためのパソコン講座 エクセル実践 【3回開催】	① 6月26日(木) 13:30～16:30 ② 10月22日(水) 14:00～17:00 ③ R8年2月予定	10 (各回)	(計) 40 内訳 ① 40 ② ③	(計) 10 内訳 ① 10 ② ③	(計) 0 内訳 ① 0 ② ③	60代: 50.0% 50代: 30.0% 40代: 20.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：後藤悦子／MOSインストラクター</li> <li>アシスタント：櫻井美穂</li> <li>対象：パソコンの基本操作ができる女性。過去に同講座受講者の再受講は不可。</li> <li>エクセルの応用を学ぶ。</li> </ul>	① ・満足：50.0% おおむね満足：40.0% ・多くのエクセルの機能を教えてくださり楽しかった。忘れないうちに表作成したい。
25	就職活動や地域活動をしている 女性のためのパソコン講座 パワーポイント 【3回開催】	① 7月3日(木) 13:30～16:30 ② 11月13日(木) 13:30～16:30 ③ R8年2月予定	10 (各回)	(計) 43 内訳 ① 43 ② ③	(計) 10 内訳 ① 10 ② ③	(計) 0 内訳 ① 0 ② ③	60代: 50.0% 50代: 40.0% 40代: 10.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：後藤悦子／MOSインストラクター</li> <li>アシスタント：櫻井美穂</li> <li>対象：パソコンの基本操作ができる女性。過去に同講座受講者の再受講は不可。</li> <li>パワーポイントの基本操作を学ぶ。</li> </ul>	① ・満足：70.0% おおむね満足：20.0% 無回答：10.0% ・触ったことのないパワーポイントでプレゼン資料が作ることができ、参加でき良かった。
26	オンラインで学ぶ！ 女性向けデジタルスキルアップ塾 ① PCスキル実践コース ② Webマーケティングコース ③ 必要なスキルを学ぶeラーニング コース	7月中旬から来年3月 ① 7月～10月 ② 7月～R8年1月 ③ 7月～R8年3月		(計) 536 ① 63 ② 115 ③ 358	(計) 393 ① 30 ② 30 ③ 333	—	30代: 33.3% 40代: 33.3% 10代: 16.7% 50代: 16.7%	<ul style="list-style-type: none"> <li>委託業者：TRUNK株式会社</li> <li>申込受付、受講者選定に関しては、センターで行う。</li> <li>対象：就職（転職・再就職）やキャリアアップを目指す練馬区在住の女性</li> <li>①PCスキル実践コース（選考） パソコンの基礎とワード等の基本的な操作を学ぶ。</li> <li>②Webマーケティングコース（選考） Webマーケティングの基礎的な知識・技術を実践を交えながら習得</li> <li>③必要なスキルを学ぶeラーニング（申込順） ITパスポートやWeディレクターなど、様々なメニューから自分に必要なスキルを選び、eラーニングで学ぶ。</li> </ul>	

年間計画番号	事業名	実施日時	定員	申込者数 (人)	参加者数 (人)	保育 (人)	主な年代	概要	アンケート評価・主な感想
27	プチ起業講座 ～好きなこと、得意なことをビジネスに！～ 【3回連続講座】	① 10月2日(木) ② 10月23日(木) ③ 11月6日(木) 全回 10:00～12:00	30					<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：古屋由美子／中小企業診断士、アイエヌアールコンサルティング代表</li> <li>①「わたしだからできる起業を考える～準備編～」</li> <li>②「"想い"を"カタチ"にする～計画編～」</li> <li>③「先輩起業家のお話&amp;わたしの起業アイデア」 先輩起業家：小山綾子／ソーイングルームPALM主宰 東千恵美／マインドアップピラテス主宰</li> </ul>	
28	人生半ば世代からのキャリアデザイン ～エゴグラム診断で知る自分の強みを活かす！～ 【2回連続講座】	① 11月18日(火) ② 11月25日(火) 全回 10:00～12:00	30					<ul style="list-style-type: none"> <li>講師：井上訓子／1級キャリアコンサルティング技能士、株式会社i-Grow代表取締役</li> <li>①「エゴグラム診断を活用して 自分の強みを見つける！」</li> <li>②「私らしく活躍する未来をつくる～キャリアデザイン」</li> </ul>	
29	男性向け講座								
30	区民企画講座⑥ 大切な人の健康を守るために 知っておきたい～男性更年期講座	11月9日(日) 14:00～16:00	20					<ul style="list-style-type: none"> <li>企画団体：ハッピーメノポーズ</li> <li>講師：知久朋美／保健師・更年期ケアのちえぶら認定講師・産業カウンセラー</li> </ul>	
31	防災講座	R8年1月予定							
32	区民企画講座⑦ 女性のための即興アート体験 ～音楽と造形によるセルフケア～	7月27日(日) 10:00～12:00	20	31	25	1	60代: 36.0% 50代: 24.0% 70代: 20.0%	<ul style="list-style-type: none"> <li>企画団体：子どものための音楽治療サークル「音の輪」</li> <li>講師：倉石聡子／アートセラピスト・臨床心理士、牛田聖子／ノード・ロビンズ音楽療法士</li> <li>対象：18歳以上の女性</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>満足：100%</li> <li>集中する時間がとても楽しく、有意義だった。</li> <li>参加者の作品やその紹介も充実した時間だった。</li> <li>音とアートを安全安心な空間で楽しみ、皆さんと交流できた充実の時間だった。</li> </ul>
33	区民企画講座⑧ 「即実践！ちょっとしたコツで更年期を心地よく迎えよう！」 【2回開催】	① 6月11日(水) ② 7月9日(水) 全回 10:00～12:00	15	16	(延) 14	(延) —	40代: 52.1% 50代: 33.3% 30代: 14.6%	<ul style="list-style-type: none"> <li>企画団体：collet(コレット)</li> <li>講師：小宮知子／一般社団法人体力メンテナンス協会認定産後指導員</li> <li>対象：30代～50代の女性</li> <li>更年期の不定愁訴を解消し、自分らしく前向きに過ごせるための方法を講義と実技を通して学ぶ。</li> <li>会場を保育室で実施し、未就学児同伴の参加を可とした。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>満足：64.3% おおむね満足：21.5%</li> <li>バランスボール楽しかった。気分が上がった。</li> <li>自分の事を見つめ直せたり、同じ悩みの方と話せて良かった。</li> <li>呼吸や姿勢など生活に取り入れられるところから始めて、体力を向上させたい。</li> </ul>
	えーるフェスティバル2025 ～みんなで！ふれてみよう！～	6月7日(土) 10:00～17:00 6月8日(日) 10:00～16:30				特別講演会 1		<ul style="list-style-type: none"> <li>実行委員会、ならびに練馬区主催事業。</li> <li>特別講演会「挑戦する勇気～背中を押してくれた大切な人の言葉～」 講師：林家つる子／落語家</li> <li>実行委員企画ワークショップ A「わたしにもあるかも？アンコンシャスバイアス（無意識の思い込み）」</li> <li>B「在宅避難のススメ～よーいドン！備えと心構え～」 ①寸劇 ②避難所等でもできる気軽ストレッチ ③講義</li> <li>C「子どもと一緒に人権を考えよう！」 ①読み聞かせ「多様性について考える」 ②工作ワークショップ「キミの大好きを表現しよう」</li> <li>ミニステージ せんばジュニア（太鼓演奏） 上石神井北小学校金管バンドクラブ（金管楽器演奏）</li> </ul>	

年間計画番号	事業名	実施日時	定員	申込者数 (人)	参加者数 (人)	保育 (人)	主な年代	概要	アンケート評価・主な感想
								<ul style="list-style-type: none"> <li>・ステージ発表 参加団体：19団体</li> <li>・展示 参加団体：17団体</li> <li>・手づくり体験 参加団体：3団体</li> <li>・出店 9団体</li> </ul>	
	令和7年度 合計				777	11			

◆ 平成24年度～令和7年度 実績集計

	講座参加者 (人) (区民企画・出前講座含)	区民企画講座参加者 (人)	フェスティバル参加者 (人)	利用団体向け 出前ミニ講座 (人)	学校向け出前講座 ※教職員向講座含 (人)	他施設への 出前講座 (人)	保育数 (人)
平成24年度	1,038	175 (4団体)	1,386 (特別講演会106人含)	119 (5回)	—	—	55
平成25年度	1,271	156 (4団体)	1,946 (特別講演会110人含)	81 (6回)	—	—	40
平成26年度	1,534	181 (6団体)	2,004 (特別講演会118人含)	76 (5回)	—	—	172
平成27年度	1,579	324 (8団体)	1,896 (特別講演会92人含)	222 (9回)	—	—	156
平成28年度	1,490	220 (8団体)	2,018 (特別講演会101人含)	246 (15回)	—	—	184
平成29年度	1,628	201 (8団体)	1,952 (特別講演会118人含)	180 (9回)	—	—	181
平成30年度	1,266	311 (8団体)	2,260 (特別講演会103人含)	121 (5回)	—	—	69
令和元年度	1,658	203 (8団体)	1,353 (特別講演会104人含)	173 (7回)	—	—	198
令和2年度	838	95 (4団体)	0 ※開催中止	65 (6回)	—	—	72
令和3年度	1,028	194 (9団体)	1,090 来館者数+Zoomワークショップ参加者数	32 (3回)	—	—	35
			1,729 オンデマンド配信視聴回数				
令和4年度	1,335	284 (11団体)	520 来館者数+Zoomワークショップ参加者数	22 (1回)	389 (2校・3回)	—	114
			1,563 オンデマンド配信視聴回数				
令和5年度	2,277	360 (10団体)	425 来館者数	29 (1回)	1,175 (4校・6回)	8 (1回)	100
			1,318 オンデマンド配信視聴回数				
令和6年度	2,430	242 (10団体)	1,130 (特別講演会109人含)	34 (1回)	1,210 (3校・3回)		62
令和7年度	777	66 (3団体)	1,334 (特別講演会142人含)		153 (1校・1回)		11