



女子高校生のためのサマースクール

# #GIRL UP

## ガールアップセミナー SEMINAR

# 2026

今年で9回目を迎える「ガールアップセミナー」は、  
女子高校生の皆さんが自分らしい未来を描くためのお手伝いをします。  
「自分に何が向いているのか、まだピンとこない。」  
「将来のことは分からないし、答えが出なくてモヤモヤする。」  
どんな不安があっても大丈夫です！  
“あなたらしさ”を一緒に探してみませんか。  
この夏、あなたの世界をちょっとだけ広げてみましょう。



“私らしいチャレンジ”を  
応援する2日間！  
**You Can Do It!**  
会場には、会社員や弁護士、自営業など  
様々な職業の社会人女性が  
ガールズサポーターとして  
参加するほか、スタッフとして  
大学生も参加します。  
他校の女子高校生とも出会い、  
交流するチャンスです。

**2026**  
**8/7(金)・8/8(土)** 両日 13:30-16:30  
※1日でも連続でも参加できます。

**ドーンセンター** (大阪府立男女共同参画・青少年センター)  
視聴覚スタジオ(5階)

〒540-0008 大阪市中央区大手前1-3-49

対象・定員 各回 **女子高校生30名程度** (先着順)

**参加費 / 無料** (※全2日参加者には修了書を発行します。)

申込  
方法

①名前(フリガナ)／②学校名／③学年／④お住いの市町村名／⑤電話番号／⑥連絡先メールアドレス／  
⑦参加動機／⑧参加希望日／⑨セミナーを知ったきっかけを記入し、ドーン財団のHP (<https://www.dawn-ogef.jp>)、  
またはメール ([jigy@ dawn-ogef.jp](mailto:jigy@ dawn-ogef.jp))、電話にてお申込みください。定員に達し次第、受付終了です。

8/7(金) **ライブ配信!**  
「オーストラリアのガールズを知ろう!  
～自分らしさって何だろう?～」

8/8(土) **ライブ配信!**  
「メキシコのガールズを知ろう!  
～自分らしい未来へのヒントについて考えてみよう～」

※プログラムは都合により変更する場合があります。予めご了承ください。

主催：ドーン財団(一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)

後援：大阪府、大阪府教育委員会

協力：国際ソロプチミスト大阪、国際ソロプチミスト枚方中央



申込専用サイト



明日につながる、何かヒントがつかめるかもしれない、  
そんな2日間です。

1

8月7日(金)  
13:30-16:30

- ワークショップ **ライブ配信**  
「オーストラリアのガールズを知ろう!  
～自分らしさって何だろう?～」

ゲストスピーカー

ローラ・デールズ (西オーストラリア州立大学准教授)

西オーストラリア州パース市生まれ。高校時代からジェンダーと日本に関心を持ち、日本研究の博士課程へ進学。2010年以降、日本の親密な関係性やコロナ禍におけるシングルスの生活を研究している。シングルマザーで、趣味は息子との公園遊び、読書、友人と話すこと。

- ワークショップ  
「私らしくいるための10のコト」

2

8月8日(土)  
13:30-16:30

- ワークショップ **ライブ配信**  
「メキシコのガールズを知ろう!  
～自分らしい未来へのヒントについて考えてみよう～」

ゲストスピーカー

滝石麻衣子 (メキシコ在住)

地方自治体の男女共同参画センターにて13年間勤務した後、2018年よりメキシコシティに在住。現地で2度の出産を経験。日本語を教える活動しながら、メキシコ人へのインタビューなどを通して、ジェンダーや多様な生き方について学びを深めている。異文化の中での暮らしを通して、「こうあるべき」とらわれない価値観や自分らしく選んでいくことの大切さを感じている。

- ワークショップ  
「思い描こう、私の未来」

※プログラムは都合により変更する場合があります。予めご了承ください。

※ファシリテーター(両日):乙倉恵子(公認心理師・キャリアコンサルタント)



「私が見るオーストラリアの女性の顔:さまざまで素敵」  
作:ローラ・デールズさん



サバティスタの女性の壁画(メキシコ)

壁画には「女性が前に進めば、どんな男性にも止められない」「男性が女性を後戻りさせることはできない」という力強いメッセージが書かれています。

アクセスマップ



## voice

### 2025年に参加した女子高校生の感想より

いろいろな女性のお話を聞くことができ、  
新しい価値観を知ることができました。

意見交換して、たくさんの  
話を聞けたことがよかった。

とにかく楽しめました!

文化の話や、自分らしさについて  
考え直せたことがすごくよかった。

興味を持ったものに  
何でも挑戦しようと思った。

これからの自分に  
もっと向き合おうと思いました。

貴重なお話をたくさん聴くことができ、  
将来のことを考える機会になりました。

### ガールズサポーターの感想より

ガールズだけでなく、  
自身も考えさせられる内容でした。

毎年参加者のカラーが違って  
非常に面白いです!

もっとたくさんの女子高校生に  
このセミナーのことを知ってほしいです。

ガールズサポーターとは、自営業、民間企業、行政機関など  
さまざまな職業に就く社会人女性です。

お申込み・問合せ先

ドーン財団 (一般財団法人大阪府男女共同参画推進財団)

〒530-0043 大阪市北区天満1-5-2 トリシマオフィスワンビル803号室

TEL 06-7494-3005 FAX 06-7494-3006

平日:9:15~17:30(土日祝休)

Eメール jigyo@dawn-ogef.jp

URL <https://www.dawn-ogef.jp>



ドーン財団とは

男女が対等な立場であらゆる分野に参加・参画できる社会づくりを目指す非営利法人です。1994年に開設されたドーンセンター(大阪府立男女共同参画・青少年センター)の管理運営を担う団体として発足しました。「ドーン」はセンター開設時に公募で選ばれた愛称で、「夜明け」「物事の始まり」を意味する英語DAWNと、大阪の女性たちの「ドーンといこう!」という心意気を表しています。財団は2010年、府からの支援のない財団として自立化しましたが、この言葉の意義を尊重し、現在も名称として継承しています。