

社会保障・セルフケア講座

～心おきなく芸術文化領域で働くために～

あらためて知っておきたい社会保障や、持続的な活動につながるセルフケアの基本を学ぶ講座です。

本講座では、社会保障制度・労務・健康管理など、大切だけれど見過ごされがちな、もしものときに活用できる仕組みや、実践的な取組について解説します。現場で活躍する実践者が聞き手役として受講生と共に学ぶ回もあります。

持続的な活動のための知識としてぜひご利用ください。

【こんな方にオススメ】

- 万が一のときに活用できる仕組みについて関心のある方
- 社会保障やセルフケアについて知りたい方
- 気持ちよく働ける環境づくりに取り組みたい方
- 心も体も健やかに芸術文化領域で働きたい方

◎開催場所 オンライン／手話通訳・文字支援付き

実施日時

2024年10月9日（水）18:30～20:00（講義・質疑応答）

社会保障制度の基本を知ろう

2024年10月29日（火）18:30～20:00（講義・質疑応答）

もしものときにフリーランスが活用できる仕組みを知ろう

2024年11月12日（火）18:30～20:00（講義・質疑応答）

“雇う”ときに必要な手続きや労務管理を知ろう

2024年11月26日（火）18:30～20:30（講義・質疑応答）

創造活動を続けるために、心と身体のセルフケアを知ろう

講座内容

社会保障制度の基本を知ろう

講師：山下慎一 聞き手：桂 鷹治

フリーランスと会社員・公務員（被用者・労働者）とで異なる社会保険（医療保険、年金保険）と労働保険（労働者災害補償保険、雇用保険）の全体像について、どのような保障が受けられるのか、あるいは受けられないのか、想定される事例に合わせて解説します。

もしものときにフリーランスが活用できる仕組みを知ろう

講師：横山北斗 聞き手：桂 鷹治

労災保険特別加入制度や小規模企業共済等の、もしものときのために任意で備えられる制度や、社会福祉や生活保護等の、社会保険・労働保険以外のセーフティネットについて、具体例とともに解説します。

“雇う”ときに必要な手続きや労務管理を知ろう

講師：正木啓明 聞き手：山口佳子

芸術文化の業界では、雇われたり仕事を受注したりするだけでなく、雇用したり発注したりする側になる人も多くいます。人を“雇う”ときに必要な労働社会保険手続や安全管理などの基本を、業界独自の取組も紹介しながら、解説します。

創造活動を続けるために、心と身体のセルフケアを知ろう

講師：高倉理利子、手島将彦

心と身体は密接につながっています。心身両方へのケアは、分野によって特性や程度の差はあれど、創造活動をする上で欠かせない視点です。ベストな状態で長く創造活動を続けるための心と身体のセルフケアの基礎について紹介します。

講師・聞き手 (敬称略)

社会保障制度の基本を知ろう

【講師】



山下慎一【福岡大学法学部教授】

1984年長崎県西彼杵郡（現・諫早市）生まれ。九州大学法学部卒業。九州大学大学院法学府公法・社会法学専攻博士後期課程単位取得退学。博士（法学）。社会保障法学を専攻し、「利用者にとって使いやすい社会保障」をテーマに研究・教育に取り組んでいる。主著に、『社会保障のトリセツ——医療・年金・介護・労災・失業・障がい・子育て・生活保護 困ったときに役所の窓口を持っていく本』（弘文堂）。動画として、夢ナビ：福岡大学法学部教員によるミニ講義「社会保障法とスポーツ選手 -2つの引退って?-」。

【聞き手】



桂鷹治【落語家】

愛知県岡崎市出身、岐阜大学卒。2012年3月桂平治（現11代文治）に入門し「たか治」。2016年6月二ツ目昇進「鷹治」。落ち着いた風貌と師匠譲りの骨太の芸風で、都内はもちろん、出身地の愛知・岐阜をはじめ仙台、大阪でも定期的に独演会を開催。他にも特殊詐欺防止落語や、小中高大学生を対象とした学校公演で全国を回っている。趣味は野球観戦、音楽鑑賞、楽器演奏（金管木管、弦楽器も少々）、芝居見物、食べ歩き、献血。学生時代は主に法律学を修学（日本国憲法専攻）。

もしものときにフリーランスが活用できる仕組みを知ろう

【講師】



横山北斗 [NPO法人Social Change Agency 代表理事、社会福祉士]

大学卒業後、社会福祉士として医療機関に勤務したのち、2015年にNPO法人を設立。内閣府孤独・孤立対策担当室HP企画委員会委員（2021年～）。こども家庭庁幼児期までのこどもの育ち部会 委員（2023年～）。厚生労働省 社会保障教育の推進に関する検討会 委員（2023年～）。著書に「15歳からの社会保障」（日本評論社）など。

【聞き手】



桂鷹治 [落語家]

“雇う”ときに必要な手続きや労務管理を知ろう

【講師】



正木啓明 [東京都社会保険労務士会所属 正木社会保険労務士事務所、特定社会保険労務士]

愛知県出身、大阪大学卒業。様々な業種を経て社労士事務所に5年間勤務した後、2017年に独力で現事務所を独立開業。自身が音楽・映画・美術・舞台などの文化を愛することからクリエイティブ系事業所の顧問社労士を積極的に受任している。労働法となじみにくいクリエイティブ系業務をどう法律に合わせていくか日々研鑽を重ねている。高校生の頃から始めた曲作りは現在も日々続けている。

【聞き手】



山口佳子 [特定非営利活動法人アルファルファ 代表理事、アートマネージャー]

立教大学大学院文学研究科 比較文明学コース 博士前期課程修了。アートマネジメントの持続可能性を目指して、フリーランスのアートマネージャーのゆるやかなネットワークであるアルファルファを2006年にスタート。ダンサー・振付家の平山素子をはじめ、クオリティの高い芸術創造活動を続けるアーティストらと協働し、広く社会に良質なアートを提供する。2008年より法政大学キャリアデザイン学部非常勤講師。2010年～2016年アサヒ・アートスクエア運営委員。<https://alfalfalfa.net/>

創造活動を続けるために、心と身体のセルフケアを知ろう

【講師】



高倉理利子 [Lilly's Sports Clinic 院長、NPO法人芸術家のくすり箱 理事]

小学生の頃、オリンピックが大好きで器械体操を始める。高校生の時にクラシックバレエの基礎を学び、学生時代はモダン、ジャズ、タップダンス、バンド、和道流空手を行う。医師になってからは体操、レスリング、ペアダンス、ブレیکنの強化スタッフとして選手を応援。17年前、NPO法人芸術家のくすり箱の立ち上げからアーティストのケアに関わり、アーティストを支援している。



手島将彦 [産業カウンセラー、専門学校ミューズ音楽院講師]

ミュージシャンとして活動後、音楽事務所にてマネジメント・スタッフを経て、音楽専門学校で新人育成および講師を担当。産業カウンセラーとして、音楽・芸能の分野でのメンタルヘルスに対する理解の重要性について発信し続けている。著書『なぜアーティストは生きづらいのか？～個性的すぎる才能の活かし方』（リットーミュージック・精神科医・本田秀夫氏との共著）、『なぜアーティストは壊れやすいのか？～音楽業界から学ぶカウンセリング入門』（SW）、『アーティスト・クリエイターの心の相談室～創作活動の不安とつきあう』（福村出版）。

申込方法・注意事項

講座ごとに下記のPeatixイベントページからお申込みください。

お申込みいただいた方へZoomウェビナーでの配信視聴URLをご案内します。お申込には事前にPeatixのアカウント登録が必要です。

※アートノトLINE公式アカウントを友だち追加いただくと、講座情報等を定期的にお知らせいたします。

【申込先】 申込締切：各講座実施日の20:00まで

- ・ 2024年10月9日（水）社会保障制度の基本を知ろう
<https://social-security-self-care202401.peatix.com/>
- ・ 2024年10月29日（火）もしものときにフリーランスが活用できる仕組みを知ろう
<https://social-security-self-care202402.peatix.com/>
- ・ 2024年11月12日（火）“雇う”ときに必要な手続きや労務管理を知ろう
<https://social-security-self-care202403.peatix.com/>
- ・ 2024年11月26日（火）創造活動を続けるために、心と身体のセルフケアを知ろう
<https://social-security-self-care202404.peatix.com/>

【受講料】 無料

【受講時の注意事項】

※Zoomウェビナー機能を使ったオンライン講座です。受講者ご自身が画面に表示されることはございません。また、オンライン上での受講者間のディスカッションやワークショップはございません。

※講座はすべて1回完結型。ご希望の回ごとにお申込みください。

※手話通訳、UDトークによる日本語字幕配信も予定しています。

※アートノト公式YouTubeチャンネルにて後日アーカイブ動画を公開します。

※お申込時に提供いただいた個人情報については、公益財団法人東京都歴史文化財団のプライバシーポリシーに基づき、本事業の運営及びご案内のためにのみアーツカウンシル東京及び運営事務局が利用いたします。

※プログラムは都合により変更になる可能性があります。

主催：東京都、公益財団法人東京都歴史文化財団 アーツカウンシル東京
企画・運営：公益社団法人 日本芸能実演家団体協議会

制作協力：特定非営利活動法人 舞台芸術制作者オープンネットワーク
手話通訳：瀬戸口裕子、新田彩子、山田泰伸、加藤裕子
文字支援：文織工房 株式会社
配信・映像制作：土田祐介、古屋和臣

お問合せ

【講座詳細・情報保障について】

公益社団法人 日本芸能実演家団体協議会

TEL：03-5909-3060（平日11:00～17:00）

E-mail：safety@geidankyo.or.jp

URL：<https://geidankyo.or.jp/business/safety.html>

【お申込について】

公益財団法人東京都歴史文化財団 アーツカウンシル東京

活動支援部 相談・サポート課 講座事業係

TEL：03-6256-9237（平日10:00～18:00）

E-mail：learning@artscouncil-tokyo.jp