

あり〜て mate

2026, 4, 1 No.122

4月は「若年層の性暴力被害予防月間」です

実施期間：令和8年4月1日から4月30日までの1か月間

性犯罪・性暴力は、重大な人権侵害であり、決して許されません。

国では、入学・就職等に伴い、若年層の生活環境が大きく変わり、被害に遭うリスクが高まる時期である4月を「若年層の性暴力被害予防月間」と定め、若年層に向けた広報啓発を集中的かつ効果的に実施することとしています。また、若年層の様々な性暴力被害について予防啓発や相談先の周知、被害者に対する周りの人からのサポートの必要性などの啓発を行っています。

相手の同意のない性的な行為は性暴力であり、許されるものではありません。もし、自分が同意していない性的な行為をされたら、それは性暴力です。ひとりで抱え込まずに相談してください。



高岡市男女平等推進センター相談室のご案内

相談室では、相談者の話をよく聴き、寄り添いながら問題に向き合い、ともに考えていくことを心がけています。悩んでいることがあればひとりで悩まず相談してください。

※面接相談は要予約



相談時間

月・火・水・金 9:30 ~ 16:30
木 14:00 ~ 20:00

休業日

土・日・祝日・
毎月第4月曜・年末年始

相談室専用電話

TEL: 0766-20-1811



市HP (相談室)

国等の相談機関

電話で相談

- ◆性犯罪・性暴力被害者のためのワンストップ支援センター
TEL: #8891 (はやくワンストップ)
- ◆性犯罪被害相談電話 (警察)
TEL: #8103 (ハートさん)

チャットで相談

- ◆SNS 相談
「Cure time (キュアタイム)」

その他の相談窓口

セクシュアルハラスメント、
ストーカー、デートDVなどの
相談窓口を紹介しています。



Cure time



相談窓口

案内 話スペース ~女性の語りあい~ 「ぽこ あ ぽこ」

参加
無料

申込
不要

自分の思いを誰かに話すことで気持ちが整理でき、新たな気づきにつながることもあります。「ぽこ あ ぽこ」では、グループでルールを守って自由に自分の体験や気持ちを語ることを通して、自身の問題に気づき、整理し、解決へ向かう力と意欲を引き出すことを目指します。

安心して話ができる場です。女性ならどなたでもご参加いただけます。

日時：原則 偶数月の第2金曜日 (4月は第3金曜日) 13:30~15:00

★4月17日 ★6月12日 ★8月14日

★10月9日 ★12月11日 ★2月12日

会場：男女平等推進センター会議室 (ウイング・ウイング高岡 6階)



市HP

高岡市男女平等推進プラン情報誌「ありて」25号を発行しました

「ありて」は、男女平等・共同参画の推進を目的に、公募による市民編集員が企画・編集し、毎年3月に発行しています。市の関係施設での配布のほか、市ホームページからご覧いただけます。

◆特集「ワーク・ライフ・バランスの実現に向けて」～一人ひとりが働きやすい職場づくりを考える～

国では、男女ともに仕事と育児・介護を両立できるようにするため、育児・介護休業法が改正され、働き続けるための措置の構築が事業主に義務付けられました。今回は、仕事と生活の調和を推進するための働きやすい職場環境づくりに積極的に取り組んでいる「高岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所」3社に、ワーク・ライフ・バランスの実現に向けた取組について取材しました。

◆高岡市の男女平等・共同参画推進の取組について

- ・高岡市男女平等推進プラン（第2次）後期事業計画
- ・高岡市DV対策基本計画（第3次）
- ・男女平等EXPO高岡2025
- ・ワーク・ライフ・バランス推進事業所の紹介

◆セピア色の写真から／小川 澄子さん

高岡市民病院をはじめとしたボランティア活動の推進や、地域福祉の増進に広く貢献しておられる小川澄子さんを紹介しています。

◆男女平等推進センター活動登録団体紹介

「オリーブの会」、「高岡地区広域圏のゴミ問題を考える会」を紹介しています。



市HP

報告

◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆ センター企画講座 ◆◆◆◆◆◆◆◆◆◆

女性たちによる無料相談会

と き：7月6日（日）、2月15日（日）
と ころ：男女平等推進センター

家庭の中がうまくいっていない、子どものことで心配なことがあるなどの悩みや困りごとを、誰に・どこで相談したらいいのかわからないという人たちが気軽に相談できる相談会を開催しました。多職種ネットワーク（男女平等推進センター活動登録団体）の社会福祉士や精神保健福祉士、司法書士、女性相談支援員など、専門職の女性が相談者に対応しました。

心と体の健康づくり～自分らしく健やかに過ごせるように～

と き：3月1日（日）
と ころ：男女平等推進センター

思春期・青年期・更年期・老年期における男性・女性特有の健康課題について、体の変化と不調などその症状や日常生活における対処法を教えてくださいました。自分の気持ちや考えを素直に過不足なく伝えること、気持ちを言葉に表現することが、良好な関係の構築やお互いが心地よく健やかに過ごせることに繋がるとお話しされました。参加者からは、「健康面について知らないことがあり役立った」「自分も相手も大事にするようにしたい」などの感想が寄せられました。



第3回 お話しサロン ～笑いヨガと語り合い～

と き：3月6日（金）
と ころ：男女平等推進センター

ボランティアグループ笑いヨガ「MAYOKO」の皆様を講師に、手拍子や掛け声、歌に合わせた笑いヨガを行い、声を出して笑うことで幸せホルモンが分泌され、ストレスが解消されるとお話しいただきました。

「語り合い」では参加者がグループになり、悩みごとや心の健康についてウィメンズカウンセリング富山の皆様とともに話し合いました。



令和7年度 第2回 男女平等推進センターネットワーク会議

高岡市の関係団体や市民等で構成する男女平等推進センターネットワーク会議を開催しました。令和7年度のセンター事業実施報告及び男女平等 EXPO 高岡 2025 事業実施報告を行い、事業の効果や課題などについて意見を交わしました。講座受講後のアンケート結果を報告し、講座に多くの参加者を募るための周知方法や開催方法、講座への関心を高める方法などを話し合いました。参加者からは、講座の開催を継続し回数を重ねて啓発し続けていくことが、意識の変化や実践に結びつき、男女平等・共同参画社会の実現にも繋がっていくなどの意見がありました。

と き: 2月24日 (火)
と ころ: 男女平等推進センター



令和7年度 第2回 男女平等推進センター活動登録団体懇談会



各登録団体の活動状況や課題の共有、Eフェスタ 2025 の開催報告、センター事業の取組を報告しました。男女平等・共同参画の推進に向けて、登録団体同士や登録団体とセンターとの協力・連携について考え、意見を交わしました。ワークショップでは、団体の活動目標を掲げたこいのぼりを作製し、それぞれの活動目標を共有しました。

と き: 3月18日 (水)
と ころ: 男女平等推進センター



募集 仕事と生活の調和に取り組んでいる事業所を認定します

高岡市では、仕事と生活の調和に配慮し、男女が共に活躍できる働きやすい職場環境づくりに積極的に取り組む事業所を「高岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所」として認定・支援しています。認定されることで優秀な人材の確保・定着や事業所のイメージ向上につながる事が期待されます。

認定のメリット

- ・ 認定証を授与します。
- ・ 事業所の名称や取組を市ホームページ・SNS や情報誌、イベントなどで積極的にPR します。
- ・ 高岡市建設工事等入札参加資格審査での加算対象になります。



市 HP

申請は随時受付けています。認定要件・申請方法等は、市ホームページでご覧いただけます。
問合せ先：男女平等・共同参画課 TEL：20-1812

富山県男女共同参画推進員高岡連絡会活動報告広報紙 「ともだち・共立」第32号を発行しました

「地域の男女共同参画」の実現をめざして、市内の推進員42名が令和7年度に実施した活動を掲載しています。各地区で実施したミニ地区懇談会での防災講座などの様子や自主研修会「落語で学ぶ男女共同参画」、定例会として参加した男女平等推進センター企画講座などを報告しています。市の関係施設での配布のほか、市ホームページからご覧いただけます。



市 HP

センター活動登録団体レポート

トークサロン・エンジェル会

団体紹介

日常生活の中での悩み・不都合・疑問に感じることを話し合い、前向きな考え方ができるような語り合いの場を提供しています。ピアカウンセリングと傾聴ボランティアを行うグループです。

主な活動

- ・ピアカウンセリングと傾聴の勉強会。
- ・ゲートキーパーネットとやま研修会やサンフォルテカレッジセミナーに参加。
- ・要望があれば随時、面談又は電話等にて個別に対応。



『傾聴』の勉強(エフェスタ 2025ワーク)

富山県男女共同参画推進員高岡連絡会

団体紹介

富山県知事から依頼を受けた推進員が、地域における男女共同参画の普及、啓発を推進するために活動しています。

主な活動

- ・高岡市の男女平等・共同参画に関する事業への参加・協力
- ・推進員の各地域で男女共同参画に関する講座等(ミニ地区懇談会)を開催
- ・広報紙「ともだち・共立(ともだち)」の発行など



男女共同参画週間の街頭啓発活動

ふぁん・ふぁしい・café

団体紹介

一人ひとりが多様な価値観、環境を持つ今日この頃、老若男女や立場を問わず、違いを認め、互いの良さを持ち寄り、共に歩いていくための場づくりや、対話の方法を学ぶ場や繋がりを広げる活動をしています。いろいろな話し合いをファシリテーションで良くしてみませんか?

主な活動

- 様々な場面でのファシリテーションや、対話や学びが深まり人々が繋がるワークショップの開催など(地域活動、各種コミュニティ向け)
- ①話し合いの見える化「ホワイトボード・ミーティング®」
 - ②対話型読書会 ABD「アクティブブックダイアログ」
 - ③「パターン・ランゲージ」を活用した行動実践につながる対話会
 - ④地域活動対話ゲーム「コミュニティ・コーピング」

センター・登録団体等の活動や講座予定

4月	14日(火)	Eネット定例会
	17日(金)	話スペース ～女性の語りあい～ 「ほこ あ ほこ」
	22日(水)	男女平等推進プラン情報誌 「ありて」第1回編集会議
5月	19日(火)	Eネット定例会・総会

相談室(配偶者暴力相談支援センター)

専任相談員が、DVや生き方、夫婦の問題等様々な相談を受けています。

※面接相談は要予約

相談室専用電話

(0766) 20-1811



高岡市男女平等推進センター

休館日 毎月第4月曜日、12月29日～翌年1月3日
所在地 〒933-0023 富山県高岡市末広町1-7(ウイング・ウイング高岡6階)
問合せ TEL:(0766)20-1810 FAX:(0766)20-1815
E-mail: gec@city.takaoka.lg.jp
HP: <https://www.city.takaoka.toyama.jp/gyosei/gyoseijoho/danjokyodosankaku/3/index.html>

