高岡市男女平等推進センターだより
ありーて mate
2026,10,1　No.125



男女平等推進センターネットワーク会議メンバー
男女平等 EXPO 高岡実行委員会副実行委員長
富山県男女共同参画推進員高岡連絡会副会長

宮田（みやた）　隼（じゅん）　さん

この度、男女平等 EXPO 高岡実行委員会副実行委員長となりました宮田と申します。普段は瑞龍寺の参道沿いにて「コミュニティハウスひとのま」という名前で一軒家を開放し、「誰でも来ていいよ」という活動をしています。

「ひとのま」には本当に多種多様な人が訪れます。性別も違えば年齢も過ごしてきた環境も背景も違う。中には深刻な困りごとを抱えた人も少なくはないのですが、そんな多種多様な人たちが同じ空間で時に支えられながら、日々を過ごしています。そんな日々を過ごしていると、いろんな違いがあるからこそ「いいこと」がたくさんあることや、いろんな「違い」があれども、やっぱりわたしたちは「同じ人間」なんだなと感じることが多いです。そして、「同じ人間同士なんだし仲良くやっていこうぜ」そんな考えになっていきます。

そんな日常を過ごしながら、一方で男女平等 EXPO 高岡実行委員会や富山県男女共同参画推進員高岡連絡会などの役割の中で「男女平等・共同参画」「共生社会」を考え、それが社会にどう根付くかをみなさんと考えます。講座を開いたり講演会を企画したりといろいろと考えるのですが、これがまた難しい！やはり多くの価値観があります。中には「男女平等は昔と比べたら随分と進んどるねか」「共生社会っていうけど、昔の方がよかったんじゃないがけ」そんな声もあります。そんな声も「一理あるかもな」と排除することなく、立ち止まって考えます。

そんな価値観もある一方、「ひとのま」の日々の活動の中で、いろんな「違い」から排除された経験によって生きづらさを抱えた人が多くいることも知っています。そこで、今一度「共生とは何か」ということを考える場にすべく、男女平等 EXPO 高岡 2026 にて「富山型デイサービスこのゆびとーまれ」の惣万 佳代子理事長をお招きし、講演会を行います。厚生労働省が、高齢者と障がい者が共に利用できる仕組みを「共生型サービス」として位置付けて 10 年が経ちますが、いまだに「共生型サービス」よりも、「富山型デイサービス」の呼び名の方が浸透しています。そんな仕組みを作り上げてきたお話や、その「富山型デイサービス」で繰り広げられている日常の話を聞いて、今一度「みんなで生きる」ということを考える機会になればと思います。ぜひお越しくださいませ。



案 内

男女平等 EXPO 高岡 2026

日時：10 月 23 日（金）～24 日（土）
会場：高岡市生涯学習センター（ウイング・ウイング高岡）

男女平等・共同参画パネル展

「高岡市男女平等推進プラン（第２次）後期事業計画」の概要や、「高岡市ワーク・ライフ・バランス推進事業所取組一覧」などのパネルを展示します。

日時：10 月 23 日（金）～24 日（土）
9:00～17:00（24 日は 15:30 まで）
会場：１階 交流スペースＡ


昨年度のパネル展示の様子

男女平等 EXPO 高岡 2026 講演会



日　時：10 月 24 日（土）13:00～16:00（開場は 12:30）
演　題：「あったか地域の大家族
～私が歩んだ介護の道～」

子どもからお年寄り、障がい者など、多様な人々が支え合いながら家族のように共に過ごす「このゆびとーまれ」。
講演では、開所のきっかけや運営の苦労、日々の喜びなど、これまでの人生の歩みをお話しいただきます。
お互いを尊重し、誰もが自分らしく暮らせる社会について一緒に考えてみませんか。

講　師：惣万（そうまん） 佳代子（かよこ） さん
（NPO 法人デイサービス「このゆびとーまれ」理事長）
会　場：４階ホール
定　員：100 名（要申込）
託児申込：10 月 14 日（水）まで

申込フォーム

高岡市 HP

13:00～　オープニング

13:30～　講演会

「あったか地域の大家族～私が歩んだ介護の道～」

15:00～　Eフェスタ 2026 プラス1（主催：Eネット）

「わたしたちがつくる すごしやすい避難所
～災害から「いのちを守る」さらに
「生活・尊厳を守る」をめざして～」
誰もが安心して過ごすことができる避難所について、
参加者の皆さまから声を集めるミニワークショップを行います。



「みんなでI・KA・S（育児・家事・介護・参加促進）粋メンプロジェクト」の開催

令和８年度は、11月15日（日）に第１回「夫婦・パートナーとのコミュニケーション講座」を開催します。その他、父子（祖父と孫）のお料理講座、魚のさばき方実践講座などを開催する予定です。詳しくは、高岡市公式LINE、ホームページに掲載しお知らせいたします。

案 内　女性に対する暴力をなくす運動



内閣府では、毎年 11 月 25 日の「女性に対する暴力撤廃国際日」にあわせて、11 月 12 日～25 日までの２週間を「女性に対する暴力をなくす運動」期間と定め、全国規模で暴力根絶に向けた様々な取組を行うこととしています。高岡市では、市役所１階ロビー及びウイング・ウイング高岡１階市民ラウンジ、６階男女平等推進センターサロンにおいてＤＶ防止の啓発パネルの展示を行います。また、「ひとりで悩まず、まずは相談してください」というメッセージを込めて、紫色のリボンの配布や掲示、富山銀行本店ビル（高岡駅前）を紫色にライトアップするなどのパープルリボン運動を実施いたします。

案 内　第２回 女性のための お話サロン＆絵本の読み聞かせ会 ～私の気持ちを話したい～



申込不要

ひとりで悩みごとなど抱えていませんか。「忙しい日常から離れてホッと一息つきたい」「気持ちを聞いてほしい…誰かと話したい」など、女性の方が気軽に集い安心してお話できる場を開きます。

テーマに合わせた絵本の読み聞かせやおしゃべりをして楽しみます。

日　時：11 月 14 日（土）10：00～11：30　テーマ：「地域の中にある？ある！思い込み？」
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）

報 告　Ｅフェスタ 2026（主催：Ｅネット） ～みんな集まれ！Ｅぃぃまちつくろ！～

と　き：８月29日（土）～９月5日（土）
ところ：男女平等推進センター会議室など

１階市民ラウンジでは、星槎国際高校富山の演奏を聴きながら、登録団体の活動を紹介するパネル展示や「つながりマルシェ」が行われました。各団体がそれぞれの特性を活かした催しを展開し、来場者との対話を大切にしながら、賑やかで温かい交流の場となりました。また、開催期間中には 17 団体がそれぞれ企画した男女平等・共同参画を推進する講座やセミナー、お話し会などのワークショップが行われ、参加者の皆さまとともに学びを深めました。


星槎国際高校富山の演奏


パネル展示


つながりマルシェ


ワークショップ

高岡市企画講座　働く女性のためのメンタルヘルスセミナー ～自分の感情と向き合う大切さ～

キャリアコンサルタント・企業研修講師の礒田あいさんをお招きし、自分が大切にしている価値観や感情のニーズを、ワークを通じて整理しました。ワークでは、人間が本能的に求めている基本的な「6つの感情」から自分自身の感情の傾向を知るプチ診断を行いました。自分の感情とうまく付き合っていくには、「自分は何が満たされると幸せを感じ、何が不足すると心が揺れるのか」を知ること、日常の中で自分の状態に気づく習慣を持つことが大切であるとお話しされました。

案 内　第３回 女性のためのスキルアップ研修 数字が苦手でもできる経理講座 ～はじめてでも安心の 90 分～

要申込

経理が初めての方や、数字に苦手意識がある方を対象に、経理の仕事内容や基本的な考え方、実際の仕事でよく使う知識などをやさしく解説します。

詳細は高岡市 HP をご覧ください。

高岡市 HP

日　時：10 月 13 日（火）10：30～12：00
会　場：TASU 高岡まちなかスタートアップ支援施設（高岡市御旅屋町 101 御旅屋セリオ４階）

センター活動登録団体リポート

アプローチ

団体紹介

男女共同参画推進員経験者が集い、経験を活かした活動を自主的に進めたいと考え設立した会です。愉快な仲間と楽しく活動しながら、ネットワークを広げ多様な展開をしていきたいと思っています。

主な活動

①高岡 DV 被害者自立支援基金バザー運営管理協力
②富山県男女共同参画推進員高岡連絡会との交流
③高岡市デート DV 予防啓発チームに参加
④Eフェスタ 2026 ワークショップに参加



Eフェスタ2026ワークショップ

NPO 法人 N プロジェクト ひと・みち・まち

団体紹介

女性のちからを活かし、自然・生態系を大切に、人がいきいきと暮らせる持続可能な社会をめざして活動する地域づくりの NPO 法人です。

主な活動

平和は男女平等の前提です。今年度は、富山大空襲展～高岡巡回展～の協力団体として、高岡市の共催実現をサポートし、約2,300人が来場しました。

また、大学生のインタビューワークや、高校生等へ男女平等の歴史を伝える交流を行いました。女性史BOOK3の執筆・制作を通じて、高岡・富山の女性たちの歩みを次世代につなぐ活動に力を入れています。



女性史BOOKワークショップ

特定非営利活動法人 アレッセ高岡

団体紹介

2010年から外国ルーツの生徒のための学習支援を始め、その後情報支援事業、市民性教育事業を柱として活動しています。2021年にNPO法人格を取得。2025年度は文科省が推奨している「言葉の力のものさし」研修会を開き、外国人の生徒のことばの力を包括的に捉え、個々の支援・指導に繋げられるよう教員支援者と共に学びを深めました。

主な活動

今年度は情報支援事業の中の相談事業の充実を図ります。困りごとの解決への一助となればと思います。



卒業・進学おめでとうパーティ集合写真

センター・登録団体等の活動や講座予定

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

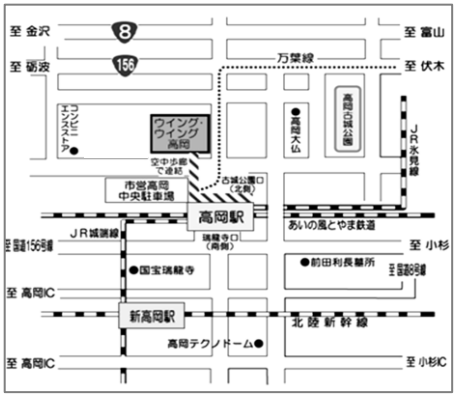
10月	9日（金）	話スペース「ぽこ あ ぽこ」
	15日（木）	男女平等推進プラン情報誌「ありーて」第６回編集会議
	20日（火）	Eネット定例会
	23日（金）～24日（土）	男女平等 EXPO 高岡 2026

11月	14日（土）	女性のためのお話サロン
	15日（日）	粋メンプロジェクト事業　第１回「コミュニケーション講座」
	17日（火）	Eネット定例会
	19日（木）	男女平等推進プラン情報誌「ありーて」第７回編集会議

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（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)
問合先　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