

いきいき通信



性別により制約されることなく、男女が対等な立場であらゆる分野に参画し、責任を共に担う男女共同参画社会の実現を目指します。



【事例紹介】

キラキラぱ~くの活動発表
地域に広げる読み聞かせ活動
「豊かな心の実りを祈って」



講師 有吉美知子さん

弁護士、元長野県男女共同参画審議会委員
「知っていて損はない!あなたの身近な法制度」



須坂市男女共同参画推進市民会議の様子
2025.10.25



パネル展示と啓発



須坂市男女共同参画推進市民会議では、男女共同参画意識の向上のため
男女共同参画いきいきフォーラムや輝く女と男セミナーなどを開催し
身近な地域から、市民の皆さんとともに学び活動しています

●須坂市男女共同参画推進市民会議の構成団体（順不同）●

退職公務員連盟須高支部女性部・須坂市民生児童委員協議会・須坂市PTA連合会・JAながの女性部須高ブロック・須坂商工会議所女性会・須坂青年会議所・須坂市保育園保護者会連合会・須坂市女性団体連絡協議会・共同参画をめざす会須高支部・須坂市連合婦人会・須坂市消費者の会・須坂市食生活改善推進協議会・連合長野高水地域協議会須高地区連合会・長野県農村生活マイスター協議会・須坂地区・須坂市保健補導員会・信州須坂風土舎・ファミリーサポート稚児百合・環境を守る会・長野県在宅看護職信濃の会・須坂市区長会・長野人権擁護委員協議会須高部会・すこう未来ラボ「らしく」・須坂市男女共同参画推進委員会 ほか個人会員

みんな笑顔で

地域の活動を紹介します

地域の居場所づくり

◆《こども食堂》

6年前埼玉県から移住し、須坂市で地域おこし協力隊として活動した鎌倉美恵子さんが、今年の9月から旧上高井郡役所で毎週水曜日にこども食堂を開いています。



視察に見えた認定 NPO 法人 キッズドアの方と鎌倉さん

らいので
す。決め
られた時
間の中で
栄養を取
るために
残さない
ように食
べる『決
まりごと



家庭の食事等支援事業』で行つて いるため、対象は子育て世代だけです。フレドロスを避けるためにも予約制でやつています。学習支援や不登校相談、フレードパントリーなどを行う事業で、補助金を申請してやっています。食事は無料。毎回50人ほどの利用がありま

やつてよかつたことは？

「こども食堂にきて、フリースクールのことを知り、引きこもっていた子が、通り出しました。学校には行かれなければ、友達ができた。中学生の子が下の子の面倒を見てくれます。

A classroom setting with several students seated at their desks, facing forward. A teacher stands near the front of the room, visible through a glass partition. The overall atmosphere is that of a typical school classroom.

然の流れで
まずこども
同士が慣れ



◆
『若者のための
「まちの保健室』

須坂Aile（エール）で、毎月第4水曜日15時から19時助産師であり公認心理士である川内野千代さんが「まちの保健室」を開設しています。気軽に訪れて性の正しい情報を得たりすることができます。からだのこと・体型やジエンダーについて、友人・パートナーのことなどを専門家に相談できます。

家族や友人には言いにくいい、相談しにくいことを安心して話せる場所です。相談無料、もちろん秘密厳守です。もともと産婦人科で助産師さんとして働いていた川内

生の居場所を紹介されたからだそうです。

川内野さんは、高校生たちの居場所で、お互いに知り合い、お互いの距離を縮めていく中で、自然に相談でくる形を作りたいと願つて、活動しています。



てくる。すると、親同士も話せるようになる。やがて、親同士が本当の悩みを言い出せるようになるのです。ここへ来たら、最後（20時受付終了）まで残る方が多く、片づけを手伝ってくれるんです。」

「こども食堂の雰囲気が1つの輪のようであり、鎌倉さんの、『このこども食堂は「もしなくては、いけない。』』という流れで、できたわけではなく、人が人を呼び、人とのつながりでできている。」という言葉が印象的でした。

地域食堂

「地域の方、どなたでもご利用できます。」

山があり、水や空気がおいしい長野県に憧れて、移住してきた辻祥衣さん。その辻さ

Aile（エール）
域の有志が、
で開催してい
るのが、地域
食堂です。
あつかけは
高校生の集ま
るCoto²（コ
トコト）と地
域交流拠点
Aile（エール）



思います。心があたたかくなりますね。」と辻さん。

また、「乾物や調味料はフードバンクから調達できますが、新鮮な野菜が足りません地元でたくさんとれたからと声をかけてくださるとありがたいです。」と言つていきました

最後に、「どなたでも行つてみようかなと顔を出してもらえると、うれしいです。また、料理の好きな方は、是非一緒に作る側でご協力いただけたらと思います。」

突然の取材でしたが、若々しく明るい声でお話いただきました。

も訪れてくれます。「おいしかった。ありがとう。」と言われると、やつてよかつたと思ひます。心があたたかくなりますね。」と辻さん。

また、「乾物や調味料はフードバンクから調達できますが、新鮮な野菜が足りません地元でたくさんとれたからと声をかけてくださいとあります。」と言つていました

最後に、「どなたでも行つてみようかなと顔を出してもらえると、うれしいです。また、料理の好きな方は、是非一緒に作る側でご協力いただけたらと思います。」

突然の取材でしたが、若々しく明るい声でお話いただきました。

民法の一部を改正する法律が、令和8年4月1日施行されます。

父母が離婚後も適切な形で子どもの養育に関わりその責任を果たすことは、子どもの利益を確保するために重要です。2024年（令和6年）5月に成立した民法等改正法は、**父母が離婚した後も子どもの利益を確保することを目的**として、子どもも養育する親の責務を明確にするとともに、親権、養育費、親子交流などに関するルールを見直しています。

改正のポイント（一部抜粋）

- ◇父母が、親権や婚姻関係の有無にかかわらず、子どもを養育する責務を負うことなどの明確化。

- ◇父母の離婚後の定めの選択肢が広がり、離婚後の父母双方を親権者と定めることができます。

- ◇父母双方が親権者である場合の親権の行使方法のルールの明確化。

- ◇父母の離婚後のこととの監護に関するルールの明確化。

- ◇養育費の取決めの実効性の向上。法定養育費の請求権の新設。養育費に関する裁判手続の利便性の向上。

◇家庭裁判所の手続中、親子交流の試行的実施。婚姻中の父母が別居している場面での親子交流や、父母以外の親族と子どもとの交流に関するルールの設置。

◇財産分与請求期間が2年から5年に伸長。財産分与において考慮すべき要素の明確化と裁判手続の利便性向上。

☆参考 法務省民事局

[https://www.moj.go.jp/MINJI/
minji07_00357.html](https://www.moj.go.jp/MINJI/minji07_00357.html)

問合せTEL 03-3580-4111

男女共同参画社会をめざして

「持続可能なまちづくり」

講師..白戸洋教授

輝く女と男セミナー

10月25日(土)開催



●地域で経済を回すというお話を、先生には、一次計画から三次計画まで学識経験者として計画策定にご尽力をいただきました。その先生から地域に根差したまちづくりのお話を聞きました。

●地域で経済を回すというお話を、先生には、一次計画から三次計画まで学識経験者として計画策定にご尽力をいただきました。その先生から地域に根差したまちづくりのお話を聞きました。



●家族みんなで積極的に家事や子育て、介護などを行っています。

●進学や就職などにおいて、性別にかかわらず個人の意思や能力を尊重した進路選択ができます。

家庭では…

学校では…

地域では…

職場では…

男女共同参画社会が実現すると



●ボランティア活動などに男性も女性も主体的に関わり、住みよい地域づくりに参画しています。

●男性も女性も、家庭、地域生活と両立ができ、働きやすい職場環境になっています。

男女共同参画いきいきフォーラム

【講演】



の取材で見たこと

講師：信濃毎日新聞社報道部取材班

【事例紹介】

ハートランド（心に響くアカペラボイス）



山越悌治さん 青木信之さん

2026年2/7(土)

午後1時30分～3時30分
須坂市文化会館
メセナホール（小ホール）

※託児所あります。（事前に申込ください。）

問合せ：須坂市社会共創部人権同和・男女共同参画課

Tel 026-245-0909 FAX 026-245-1045

E-mail : jinken@city.suzaka.nagano.jp

主催：須坂市男女共同参画推進市民会議・須坂市

相談無料秘密厳守

ドメスティックバイオレンス (DV)

DV相談ナビ #8008 (はれれば)
(最寄りの配偶者暴力相談支援センターにつながります)

DV24時間ホットライン (毎日24時間)
026-219-2413

女性相談センター (月～金 8:30～17:15)
026-235-5710

女性の一般相談

長野県男女共同参画センター "あいとぴあ"
0266-22-8822
一般相談 火～土 9:00～12:00、13:00～16:30
法律相談（要予約）第1、3木曜日
カウンセリング（要予約）第2土曜、第4金曜日

須坂市人権同和・男女共同参画課
026-245-0909

※来庁される場合は、事前にお電話をください。

編集・発行

須坂市男女共同参画推進市民会議

須坂市社会共創部人権同和・

男女共同参画課

このパンフレットは、19,500部作成し、1部13.75円です。