

# 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】

キラキラば〜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



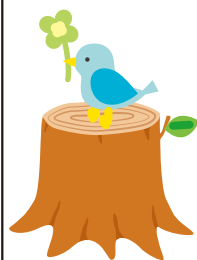
パネル展示と啓発

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<sup>ひと</sup>と男<sup>ひと</sup>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会上高井支部須坂地区・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

地域の活動を紹介します



◆ 《こども食堂》

他にもフリースクール結

躍されて  
いる鎌倉  
さんです  
が、今回  
はこども  
食堂につ  
いてお聞  
きしまし  
た。



祖察に見えた認定 NPO 法人



視察に見えた認定 NPO 法人  
キッズドアの方と鎌倉さん

「楽しくご飯を食べてほしい。その一言だけです。」

鎌倉さんによると、「不登校のこども達と関わって気づいたのは、給食が苦手な子が多いこと。親は、学校が嫌でも給食だけでも食べて帰ってきてほしいという願いがあつが、こどもにとつてそれがつ

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



まりごと』が苦手な子、一人なら食べられるけれど、口元を隠していなければならぬ子。人の咀嚼の音が気になる子など、様々な理由で給食が嫌な子が多いんです。」

「フリースクールでは、夏

休みにお昼を用意しました。食事の時間は、個人のペースで自由です。がやがやしている中で、勉強している子、遊んでいる子、食べている子などそれぞれです。すると、自分から食べるようになります。楽しく食べられると、苦手なものも食べられるようになってのです。それで、9月から親も参加できるようにこども食堂（こどもカフェ 結キツチン）をスタートしました。」

どんな人たちが来るの？

「こども家庭庁の『一人親

『家庭の食事等支援事業』で行っているため、対象は子育て世代だけです。フードロスを避けるためにも予約制でやっています。学習支援や不登校相談、フ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す。」

やっ  
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、通い出しました。学校には行かれないけれど、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。」

日を楽しみにして  
いる。』とい  
う声が耳に  
入ると、う  
れしいです  
ね。」

「この規模だと、自然の流れで、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  
ジェンダーについて、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、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

野さん、生理のこと、タイムミ  
ングの遅れ、性感感染症などつ  
らい状況で医院に訪れる高校  
生を見ていて、「婦人科はハ  
ードルが高い場所、勇気が要  
る。たった一人で来院する子  
やと来れたという状況を目  
の当たりにしていたので、そ  
の一手手前で、相談に乗りた  
い」と思ったそうです。

Aileで始めたきつかけは、  
須坂に住んでいる人から高校

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、自然に相談できるように作りたいと願って、活動しています。

先日、中野立志館高校定時制生徒に、性教育の講演を行いました。自分を大切に行うこと、男女の体を知ることなど基本的な話だったそうですが、「生徒たちはしつかり聞いていた。そして、その一歩先を目指していきたい。自分だけでなく、しんどい若者が誰かにつながるが一番の願い。」とおっしゃっていました。



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は1つの輪のようであり、鎌倉さんの、「このこども食堂は「くしなくては、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、移住してきた辻衣さん。その辻さんを代表に地域の有志が、Aile（エール）で開催しているのが、地域食堂です。



きっかけは、高校生の集まるCoto（コトコト）と地域交流拠点Aile（エール）

を運営している井上陽介さんと、「お腹がすく年頃の高校生に、健康的で温かいものを食べさせてあげたいね。」という話をしたことでした。高校生を含めた子どもたち、さらには地域の方々に、自分たちが好きな料理をすることで役立つことができると、始めたそうです。

メンバーの皆さんには本業があるため、今年は月1回土曜日不定期に行われていましたが、来年1月からは毎月第4土曜日に開かれる予定です。（AileのInstagramで、お知らせします。）

なんとこの1月で、地域食堂はちょうど1周年を迎えます。

中学生以下は無料、高校生100円、大人300円を、協力金としていただいています。

地域の方ならどなたでも利用することが出来ます。1回に50人〜100人ほどの利用があるそうです。

いつも、ご飯と具だくさんの汁物がつきます。

「一人でも、家族連れで



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、やってよかったと思います。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が、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。」と言っていました。最後に、「どなたでも行っ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こどもの養育に関わりその責任を果たすことは、こ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こどもの利益を確保すること**を目的として、こ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、こ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を選択肢が広がり、離婚後の父母双方を親権者と定めることができる。

◇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。

◇父母の離婚後のこども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合での親子交流や、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。

◇養子縁組後、誰が親権者になるかを明確化。養子縁組についての父母の意見対立を調整する裁判手続の新設。

☆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



現在は、須坂市男女共同参画第六次計画の中間年ですが、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。

### 参加者の感想から

●地域で経済を回すというお話が、興味深かったです。まちづくりの考え方のヒントをいただけて良かったです。

(70代女性)

●興味深く楽しく聞かせていただきました。地域の中で自分がどうありたいか、無関心でなく関心を持ち、困ったことを皆で考えていくことが大切だと思った。

(70代女性)



●地域の事を気にしてみようと思った。地元のを買おうにしたい。

(50代女性)

●とても分かりやすくなるほどと思いました。

(60代女性)

●大変参考になりました。新たな視点で考えることができた。まちづくりの大切さと進め方を考えて活動していきます。

(70代男性)

●地域づくり、男女の働き方の基本がわかりました。まちづくり、人の心を変えること

(80代女性)

●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。

家庭では…

地域では…

●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。

●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ています。

学校では…

職場では…

●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。

男女共同参画社会が実現すると



## 男女共同参画いきいきフォーラム

【講演】

ともあたらしく  
もに ジェンダー 地域から

の取材で見えたこと

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)

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)



山越悌治さん



青木信之さん

※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。