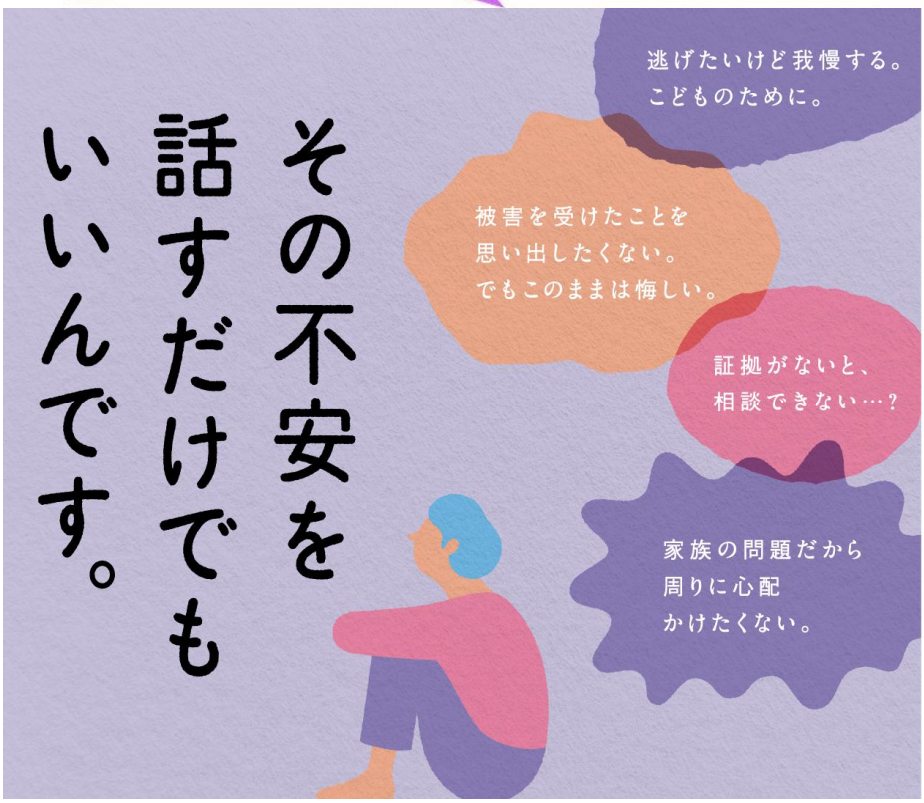
出雲市男女共同参画センターNEWS LETTER

くすのきプラーザ通信

2026
11
VOL.147

毎年11月12日～25日は「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。



内閣府
男女共同
参画局

専門の相談員が あなたのお話をうかがいます。

年齢・性別を問わず相談できます。

性犯罪・性暴力

電話で相談		SNS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 #8891 はやくワンストップ	性犯罪被害相談電話（警察） #8103 ハートさん	Cure time（キュアタイム） 多言語対応しています

配偶者・交際相手からの暴力

電話で相談	チャットで相談
DV相談ナビ #8008 はれれば	DV相談プラス 多言語対応しています

DVは「身体的暴力」だけに限りません。

身体的
殴る、蹴る
物を投げつける
髪を引っ張る
など

心理的
どなる、罵る
物を壊す
人格の否定
無視し続ける
など

社会的
外出の制限
電話・SNSの監視
社会との繋がり
を遮断
など

性的
性的行為の強要
ポルノグラフィック映像の強要
避妊に協力しない
中絶の強要
など

経済的
生活費を渡さない
デート費用などいつも相手に
支払わせる
お金を返さない
など

DVは一人で解決することは難しい複雑な問題です。
もしDVを相談されたら、話を聴き「あなたは悪くない」と伝えましょう。

身近な相談機関

※相談時間：月～金（8時半～17時）
土日祝、年末年始除く

出雲市市民活動支援課
0853-22-2085

出雲児童相談所 女性相談窓口
0853-21-8789

島根県女性相談センター
（土日の電話相談有り※12時～13時除く）
0852-25-8071

Contents

- 女性に対する暴力をなくす運動 ・・・・・P.1
- 講座報告（女性のための再就職支援講座/女性防災リーダー養成講座） ・・・・・P.2
- 参画NEWS（こども性暴力防止法施行） ・・・・・P.3
- 気になるワードをCheck! ・・・・・P.4

講座報告

令和8年度内閣府重点施策の一つに、“「誰一人取り残されない社会」の実現”が掲げられています。多様な価値観を持つ者がお互いに尊重し合い、国民一人一人が幸せを実感できる「誰一人取り残されない社会」を実現するための取組として開催した２つの講座を報告します。

男女共同参画企画講座

～自分らしい働き方をみつけよう～

女性のための再就職支援講座（２回シリーズ）



- 日　時：①令和８年７月２３日(木)　②９月２４日(木)１０：００～１２：００
- 会　場：くすのきプラーザ（出雲市男女共同参画センター）
- 参加者：①２０名　②１２名
- 講　師：今岡文香さん(キャリアコンサルタント/産業カウンセラー)
  藤原晶子さん(ハローワーク出雲マザーズコーナー就職支援ナビゲーター)

求職中の女性を対象に、自分に合った仕事の選び方や、ワーク・ライフ・バランスのとれた働き方を学ぶ講座を、ハローワーク出雲マザーズコーナーと共催で開催しました。

第１回　テーマ：「自分らしい仕事の選び方」

最近の雇用情勢、求人状況についての説明の後、「わたしの魅力発見マップ」を作成し、グループ内で発表しました。

自分を知り「好きなこと・できること・大切にしていること」が整理されていると、自分がこれからしたいことや、生活の中で優先したいことが明らかになることを学びました。



第２回　テーマ：「自分の魅力再発見～キャリアの棚卸し～」

「面接につながる履歴書の書き方」や「模擬面接」を行い、求人先に“この人と一緒に働きたい”と思ってもらえる自己アピールについて考えました。

バラバラに切り取られた新聞の切れ端をつなぎ合わせて元の通りに並べ直す「新聞紙ワーク」では、チームで協力して目標を達成するために必要な伝え方や関わり方を学びました。



参加者の感想

自分のことを知るマップを使って、自分が何をやりたいかを考える良い時間になりました。



男女共同参画講演会

～ワタシと地域の防災力をつなげよう～

女性防災リーダー養成講座



- 日　時：令和８年８月９日(日)１０：００～１２：００
- 会　場：出雲市役所くにびき大ホール
- 参加者：７１名
- 講　師：国崎信江さん(危機管理アドバイザー/株式会社危機管理教育研究所代表)

昨今、いつどこで起こるか分からない災害時に、女性が地域防災に主体的に関わることの必要性を再認識してもらうために、防災に関心のある女性と地区災害対策本部委員を対象に、男女共同参画講演会を開催しました。

女性の視点を取り入れることは、全員のための生存戦略



「災害時の避難所運営に女性の力を活かすには」をテーマに、講義とグループワークを行いました。

「女性ならではの“命を守る”意識や、並行処理能力、細やかな配慮は、避難所生活における心身の健康・安全・衛生面への配慮につながり、全ての人にとって優しい対策になる。」「女性の視点を取り入れることは、決して“女性優遇”ではなく、もっとも合理的で、もっとも温かい“全員のための生存戦略”」という講師の言葉がとても印象的でした。



参加者の感想

／ 防災の場に女性の視点を入れていくことは大切だと思った。
グループワークで「地域上女性参加が難しい、周囲の理解が大切」というお話もあったので、
＼ 地域全体で意識をそろえていくことが大切だと思った。

参画NEWS

こども性暴力防止法 2026年12月25日に施行されます！

“こども性暴力防止法”って何？

教育・保育などのこどもに接する場での、こどもへの性暴力を防ぎ、こどもの心と身体を守るための法律として、2024年6月「こども性暴力防止法」が成立しました。

児童等に教育・保育等を提供する事業者には、従事者の性犯罪歴の有無の確認／こどもたちが性暴力について相談しやすい仕組みの整備／性暴力の疑いが生じた際の調査／被害児童の保護・支援／従事者へ性暴力防止のための研修などが求められます。

法律の対象は？

義務対象

学校（幼稚園、小中高 など ）
認可保育所、認定こども園
児童養護施設、障がい児入所施設
など

認定対象

認可外保育所、学習塾
放課後児童クラブ
スポーツクラブ など

性犯罪歴があると、性暴力の恐れがあるとの判断の下、こどもと接する業務に就くことができなくなります。

“性暴力”って何？

ここで言う「性暴力」には、犯罪に該当するものだけでなく、「こどもを不快にさせる性的な言動」なども含まれます。

また、教育・保育などの場において、性暴力を防止していくためには、性暴力につながる可能性のある「不適切な行為」についても皆で注意し、防止していくことが必要です。



性暴力の例

- 性的部位への接触、性交など
- わいせつな言動
- ポルノ等を見せる
- のぞき、盗撮 など

「不適切な行為」の例

- こどもとSNS上で私的なやりとりを行う
- 私物スマートフォンでこどもの写真を業務外の目的で撮影する
- 放課後や休日に私的にこどもと二人きりで会う

など



こどもへの性暴力は、身近な人でも気付きにくいもの。
こどもの異変やSOSに、大人がいち早く気付くことが大切です。
社会全体で、こどもに対する性暴力の防止に取り組みましょう！

こんな様子が見られたら

どうしたの？ と声をかけてみましょう



- **不眠**（夜更かし、怖い夢を見る など ）
- **集中力の低下、ぼんやりする**
- **自信喪失**
- **人との距離感の変化**
（人との接触を避ける、過度に距離が近い など ）

日頃からこどもと話しておくこと

- ☑ 水着で隠れる部分（プライベートゾーン）は、自分も相手もお互いに**見せない・触らせない**
- ☑ イヤな触られ方をされそうなときは、**「イヤだ」、「やめて」**と言ってもいい
- ☑ 「イヤだ」、「やめて」と言えなかったとしても、**あなたは悪くない**
- ☑ イヤなことをされたら、**すぐに大人に相談する**



こどもから性被害の相談を受けた時の対応

・「話してくれてありがとう」「あなたは悪くないよ」と伝え、疑ったり否定したりせず寄り添いながら話を聴いてください。
・聴き取る内容は最小限（「誰が」「どうした」で十分）にし、こどもが自発的に話す内容のみ受け止めてください。詳しく尋ねると、記憶に影響するおそれがあります（記憶の汚染）。
・なるべく早く児童相談所／性犯罪・性暴力被害のためのワンストップ支援センター／警察等に相談してください。

児童相談所 虐待対応ダイヤル **＃189**（いちはやく）
性犯罪・性暴力被害のための ワンストップ支援センター **＃8891**（はやくワンストップ）
性犯罪被害 相談電話（警察） **＃8103**（シャープハートさん）

＜参考資料：こども家庭庁＞

気になるワードをCheck！

バウンダリー

「バウンダリー」とは

バウンダリー（boundary）は「境界」を意味します。心理学では、自分と他者との間に引く**心理的・物理的・感情的な限界線**を表し、「自分がどこまで責任を負い、どこからは相手の領域であるか」を明確にする概念として用いられます。

「バウンダリー」の線引きができていないと、どうなるの？



「私」と「私以外」を分ける目に見えない心の境界線であるバウンダリーを他者に踏み越えられたり、反対に誰かのバウンダリーを踏み越えてしまうと、「私」と「私以外」があいまいになります。

そうすると、自分の意見を言えず我慢し他者に振り回されることが多くなったり、逆に相手をコントロールしたくなったりします。

DVやハラスメント、人権侵害など、人間関係における深刻なトラブルを防止するためにも、バウンダリーを明確にすることはとても大切です。

<参考資料：「こころ」「あなたのミカタ（厚生労働省）>

バウンダリーのセルフチェック

以下の項目で自分のバウンダリーがあいまいになっていないかチェックしてみましょう。



- □ 頼まれると断れず、いつも自分がやってしまう
- □ 相手の機嫌が気になって、自分の意見を言えない
- □ 他者のために自分の予定を変えることが日常的
- □ 誰かの悩みを聴いた後、ぐったり疲れる
- □ 自分のお金や持ち物を簡単に貸してしまう
- □ 自分のための時間を取ることに罪悪感がある
- □ 相手に嫌われたくなくて本音を言えない
- □ パートナーの行動を監視してしまう
- □ 恋愛関係で自分を見失いがち
- □ 「自分さえ我慢すれば」と思うことが多い



チェックがある場合、バウンダリーが少しあいまいになっているかも。

自分が何を大切に思っているのか、何が自分にとって受け入れがたいのかを確認してみると良いかもしれません。

NOT OK NO！と言えていますか？OK NOを受けとめていますか？

「NOと言えない日本人」・・・諸外国から見た日本人の印象として耳にする言葉ですね。

社会的調和を大切にする日本文化では、“NO＝対立・摩擦を生じさせる言葉”と思われることがあり、「NO」と言うことをできるだけ避ける傾向があるようです。

しかし、「NO」は相手を傷付けるための言葉ではなく、バウンダリーを守り、お互いを尊重するための大切な意思表示です。

まずは自分のバウンダリーを理解し、意思表示すること。そして相手の意思表示を正しく受けとめることが、より良い男女共同参画社会につながるかもしれません。

くすのきプラーザ利用のご案内

- ◆ 利用時間　9：00 ～ 22：00
- ◆ 受付時間　9：00 ～ 17：00
- ◆ 休 館 日　年末年始（12月29日～1月3日）

ご利用料金

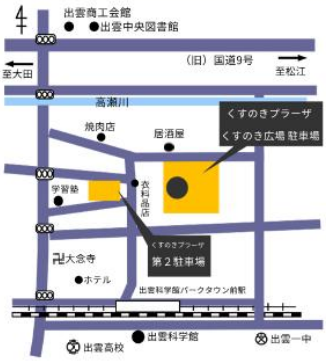
洋室（全面）・・1,500円／1時間
洋室１（北）・・・600円／1時間
洋室２（南）・・・900円／1時間
和室　・・・・・・700円／1時間

※営利目的でご利用の場合、上記の2倍です。
※冷暖房費は使用料の3割です。
※ご予約は2ヶ月前から受け付けます。

くすのきプラーザは、豊かな緑と四季折々の花々が楽しめる"くすのき広場"にあります。
どなたでも気軽にご利用頂けます。



詳細はHPをCheck してくださいね！



出雲市男女共同参画センター（くすのきプラーザ）
〒693-0011　出雲市大津町2096-3　0853-22-2055　women@local.city.izumo.shimane.jp