

性的マイノリティの人たちが抱えるさまざまな困難

性的マイノリティの人たちは、周囲の理解不足や身近にはいないことを前提とした環境の中に置かれることで差別や偏見の影響を受け、生きづらさを感じたり、困難を抱えることがあります。具体的に、どのような生きづらさや困難があるのでしょうか。

学校

- 自認する性と異なる制服を着るのがつらかった
- 更衣室やトイレが男女別で使いづらかった
- 修学旅行でみんな一緒のお風呂がイヤだった

就職活動・職場

- 履歴書やエントリーシートに性別の記載や写真添付が求められるため、就職活動が不安
- 面接時、性的指向や性自認をカミングアウトすることで不利にならないか不安
- SOGI ハラスメントを受けないか不安

家族・友人

- ありのままの自分を認めてくれるか不安
- カミングアウトをしたあとに拒絶やアウティングをされないか不安
- 異性愛を前提とした恋愛や結婚、孫の話をされるとストレスを感じる

日常

- 同性パートナーとの賃貸住宅への入居が難しい
- 同性同士の婚姻が認められず、社会保障制度や福利厚生制度が利用できない
- 入院・手術の際の面会や立ち合いをさせてもらえなかった
- 身分証明書の性別と見た目の性が一致しないため、何度も本人確認されてつらかった

ここでの例はごく一部です。このほかにも周囲の何気ない言動に傷ついている人がいるかもしれません。性の多様性について正しい知識をもち、自分自身の認識や言動をふり返り、偏見や先入観に捉われていないか日頃から意識することが大切です。

生理用品を無料配布しています

宮古市では、コロナ禍で生活困窮の状態に陥り、経済的な理由で生理用品を購入することが困難な方を支援するため、生理用品を無料で配布します。

対象者 経済的な理由などにより、生理用品を購入できない女性

配布場所 市民生活部生活課窓口
(市役所本庁舎1階)

受付時間 8時30分～17時15分
(土・日・祝日を除く)

配布方法 配布窓口にお声かけください。

また、市生活課窓口などに配布カードを設置しておりますのでご提示ください。



女性・一般相談

～ひとりで悩まず、ご相談ください～

女性だから、男性だからということで、生きづらさを感じていませんか？

性別や社会の概念にとらわれないあなたらしい生き方を支援します。

月～金 9:00～17:00
※祝日・年末年始を除く

相談方法 電話 または 面接 (要予約)

相談料金 無料

相談専用電話 0193-64-5066
※通信料は相談者さま負担となります。

秘密は厳守します。匿名でも相談いただけます。

発行：2023年3月
 編集：宮古市市民生活部生活課 男女参画・協働推進係
 所在地：〒027-8501 岩手県宮古市宮町一丁目1番30号
 TEL：0193-68-9080 FAX：0193-63-9110
 E-mail：sekatsu@city.miyako.iwate.jp



ふらっと



性別にかかわらず
個人として尊重される社会へ

介護に向き合う男性むけ料理教室

～簡単手作りお惣菜～

日時：1月28日(土)14:00～16:00

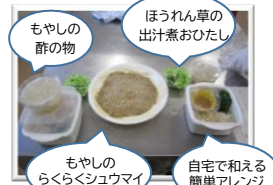
講師：岩手県栄養士会沿岸地区宮古地域会員



1つの食材から2～3品できる料理や、すのこ付きタッパーの便利な使い方など、身近な食材を使った簡単・時短料理を教わりました。

ご飯が炊きあがるまでの時間に「バランスの良い食生活と介護生活」についての講話や参加者同士の情報交換などもあり、あっという間の2時間でした。

【参加者の声】●今後の生活に役立つ講座でした●盛りだくさんの内容であったという間でした●炊飯器ひとつで色々調理できることを知ることができて良かったです



防災講座 (岩手県男女共同参画センター出前講座)

～みんなで参画、みんなで高める地域防災力～

日時：3月4日(土)10:30～12:00

講師：山屋 理恵さん(岩手県男女共同参画センター長)

地域自治組織や自主防災組織に所属する方、民生委員、防災士や高校生など、多くの方に参加していただきました。

講義では、男性と女性が災害から受ける影響の違いや異なるニーズ、女性が抱える困難と社会の課題についてお話しいただき、あらゆる防災・復興施策において男女共同参画の視点が重要であることを教わりました。

【参加者の声】●男女共同参画の視点からの防災について理解できました●男性と女性では、災害から受ける影響の違いがこんなにも多いのかと勉強になりました●災害対応や防災の中心には男性が多く、女性の抱える困難や被害が見えづらく、想像以上に女性の参画が必要だということがよく分かりました



講義の中で紹介された内閣府男女共同参画局発行「災害対応力を強化する女性の視点～男女共同参画の視点からの防災・復興ガイドライン～」“避難所チェックシート”の一部。このガイドラインでは、平常時の備え、初動段階、避難生活、復旧・復興の各段階において取り組むべき事項が示されています。

就業支援事業

仕事の効率UP! 仕事で役立つ整理収納術

日時：7月12日(火), 19日(火) 18:30～20:30

講師：金田 玲子さん(整理収納アドバイザー)

内容：働きやすい環境づくりや業務の効率化、生産性の向上のための整理収納のコツを学びました。



再就職準備セミナー

第1回/9月2日(金) 10:00～12:00

講師：金田 玲子さん(整理収納アドバイザー)

内容：育児と仕事の両立のための整理収納術

第2回/9月16日(金) 10:00～12:00

講師：宮本 良雄さん(ファイナンシャルプランナー)

内容：子育て世代のライフプラン・マネープラン



働く人のための“怒りの感情”マネジメント術

日時：10月5日(水), 19日(水) 18:30～20:30

講師：藤村 七美さん(シニア産業カウンセラー)

内容：円滑な人間関係の構築やストレス軽減を図ることを目的に、怒りの感情との上手なつきあい方や伝え方を学びました。



男女共同参画事業

「男女共同参画週間」事業

男女共同参画展

期日：6月15日(水)～29日(水)

内容：男女共同参画に関するパネル展示と関連図書を紹介・貸出を行いました。



「ヘアテの贈りもの」上映会

日時：6月27日(月) 10:00～/18:30～

解説：菅井 ゆきえさん(シネマ・ナビゲーター)
内容：映画を通して、女性の人権とジェンダー平等について考える「意識醸成フォーラム」を開催しました。



講演会「性の多様性を知る」

一人ひとりの性大切にされる社会のために

日時：12月11日(日)10:00～12:00

講師：山下 梓さん(弘前大学男女共同参画推進室助教)

内容：一人ひとりの性のあり方、多様な生き方が尊重される社会への理解を深める講演会を開催しました。



「女性に対する暴力をなくす運動」事業

心とからだを守るために

～夫婦の関係を見つめなおす～

日時：11月11日(金) 10:00～12:00

講師：渡部 容子さん(盛岡さくら法律事務所弁護士)

内容：性別役割分担意識やジェンダーバイアスに捉われず、自分らしい生き方、夫婦のあり方についてお話しいただきました。



パープル&オレンジリボンプロジェクト

期日：11月1日(火)～30日(水)

内容：市内小児科や産婦人科、保育所等に協力いただき、紫色とオレンジ色のバレーンやツリーの展示、リボンやポケットティッシュを配布し、女性に対する暴力根絶と児童虐待防止を呼び掛けました。



介護に向き合う男性向け料理教室

日時：1月28日(土)14:00～16:00

防災講座

～みんなで参画、みんなで高める地域防災力～

日時：3月4日(土)10:30～12:00

避難所チェックシート

① 避難所のスペース

プライバシー	<input type="checkbox"/> 授乳室(椅子、授乳用の枕やクッション、おむつ替えスペース)がある <input type="checkbox"/> 男女別更衣室、男女別休養スペースがある <input type="checkbox"/> 男女別更衣室、男女別休養スペースが離れた場所にある <input type="checkbox"/> 間仕切り・パーティションがあり、その高さや大きさなどが、プライバシーの保護の観点から、十分である
要配慮者	<input type="checkbox"/> 適切な通路が確保され、段差が解消されている <input type="checkbox"/> 乳幼児のいる家庭用エリアがある <input type="checkbox"/> 介護・介助が必要な人のためのエリアがある <input type="checkbox"/> 単身女性や女性のための世帯用エリアがある <input type="checkbox"/> 女性専用スペース(女性用品の配置・女性相談)がある <input type="checkbox"/> キッズスペース(子供たちの遊び場・勉強・情報提供)や保育エリアがある <input type="checkbox"/> 足腰が悪い人のための寝具(段ボールベッド等)が提供されている

トイレ	<input type="checkbox"/> 安全で行きやすい場所に設置されている <input type="checkbox"/> 女性トイレと男性トイレは離れた場所にある <input type="checkbox"/> 女性トイレ：女性用品・防犯ブザーの配置、仮設トイレは女性用を多め <input type="checkbox"/> 男性トイレ：尿取りパット等の配置 <input type="checkbox"/> 多目的トイレが設置されている <input type="checkbox"/> 洋式トイレが設置されている <input type="checkbox"/> 屋外トイレは暗がりにならない場所に設置されている <input type="checkbox"/> トイレの個室内、トイレまでの経路に夜間照明が設置されている <input type="checkbox"/> トイレに鏡がある
入浴施設	<input type="checkbox"/> 安全で可能な限りバリアフリーに対応した入浴施設がある <input type="checkbox"/> 男女問わず一人で(又は付き添いを受けながら)入浴できる施設がある
安全	<input type="checkbox"/> 避難所の危険箇所や死角となる場所の把握・立入制限がされている <input type="checkbox"/> 間仕切り・パーティションが高い場合は個室の定期確認がされている
その他	<input type="checkbox"/> 各部屋に部屋札(ピクトグラム、やさしい日本語)が設置されている <input type="checkbox"/> 掲示板による情報提供(インターネットが使用できない人・情報が届きにくい人向け)がされている