

困難な問題を抱える女性への支援に関する法律 「女性支援新法」

女性支援新法とは

生活困窮や性暴力被害、家庭関係の破綻など、複雑化・多様化・複合化する困難を抱える女性が、安心して支援を受け、自立した生活を目指すことができるよう制定された法律で、2024年4月に施行されました。

これまでの支援は、売春防止法に基づく「保護更生」が中心でしたが、現代の女性が直面する課題は、性暴力、DV、生活困窮、虐待、障害など多岐にわたり、従来の枠組みでは対応が難しくなっていました。こうした背景を受けて、新法では「寄り添い、支える」支援への転換が図られています。

基本理念

- 本人の意思の尊重と多様な支援の提供
- 関係機関と民間団体の協働による、早期からの切れ目のない支援
- 人権の擁護と男女平等の実現

これらの理念は、女性が安心して支援を受け、自立を目指せる社会の実現を目指すものです。



当事者中心の支援

この理念に基づき、本人の意思や選択を尊重し、寄り添いながら支援を行うことが重要です。

行政、関係機関、民間団体が協働し、生活支援や被害からの回復、地域での自立など、一人ひとりの背景や希望に応じた柔軟かつ包括的な支援を受けられる体制づくりが必要です。

生理用品の無料配布

宮古市では、経済的な理由などで生理用品を購入することが困難な方へ、生理用品を無料配布しています。

また、「急に必要になった…」という声にお応えするため、昼用が2個入った単品セットもご用意しています。

お気軽にご利用ください♪

対象	配布内容	配布窓口	受付時間
生理用品の購入が困難な方	昼用・夜用各1パック	宮古市役所市民協働課	8:30-17:15 (土日祝日、年末年始を除く)
急きよ、必要になった方	昼用2個	宮古市役所市民協働課 市民交流センター	8:30-17:15 (土日祝日、年末年始を除く) 9:00-21:00 (臨時休館日、年末年始を除く)



受取方法

引き換えカード または いまだけカードを配布窓口にご提示ください。

カード設置場所

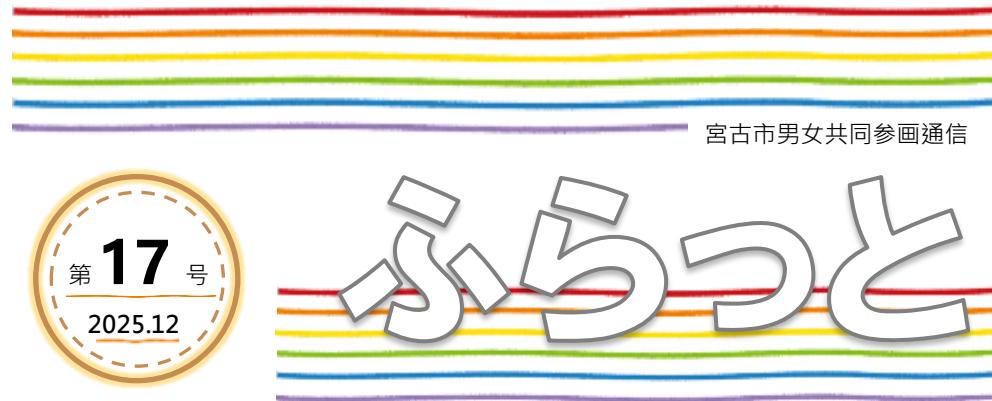
市民交流センター

- 女性トイレ（1階、2階）
- 男女共同参画情報コーナー（2階）

宮古市役所

- 市民協働課窓口（本庁舎1階）

発行：2025年12月
編集：宮古市市民生活部市民協働課 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



宮古市男女共同参画通信



性別にかかわらず、個人として尊重される社会へ

実施報告

宮古公共職業安定所・宮古市合同企画 再就職準備セミナー

第1回：9月12日(金) 知っておきたい「年収の壁」

講師：いわて働き方改革推進支援センター

「103万円や130万の壁ってよく聞くけど、実際はどういうこと？」という疑問に対し、働くうえで知っておきたい税金や社会保障制度の仕組みについてわかりやすく解説していただきました。



【参加者の声】

●メディアでよく耳にする「年収の壁」について詳しく知ることができて良かった。●今後の活動の目標につながりました。

第2回：10月3日(金) 知って役立つ「労働法」

講師：宮古労働基準監督署

安心して働くために必要な労働法の基本や労働契約のポイントについて学びました。就職活動の準備段階から働き始めた後のキャリアまで役立つ、大切な権利について理解を深める内容でした。

【参加者の声】●労働者の権利がよく分かったので参加して良かった。

●求人情報と労働条件がイコールではないことを初めて知った。しっかりと情報確認が必要であることを学んだ。



講師：河野暁子さん（宮古短期大学部准教授、臨床心理士）

第1回：10月29日(水) 僕く人のための ストレスマネジメント講座

自分も相手も大切にするアサーティブコミュニケーション



相手の気持ちを尊重しつつ、自分の意見や気持ちを率直に伝えるコミュニケーションを、ワークを交えながら学びました。

【参加者の声】●「自分もOK、相手もOK」を意識していこうと思った。●違う意見を知ることで自分の可能性や視野を広げられる、色々な意見があってよい、間違いではなく違いである等、たくさんの気づきをいただいた。

第2回：11月5日(水)

考え方の癖に気づき、心を軽くするストレス対処法

出来事を受け止めるときの「考え方の癖」が、感情の沸き方やストレスの感じ方に大きく影響することを学び、ストレスとの向き合い方について考えました。

【参加者の声】●書き出すことの大切さ、自分を肯定する・ほめること、小さなセルフケアをたくさん用意しておくことなど、勉強になった。●自分を俯瞰し、改善点をみつけることができた。



性の多様性を考える～『カラソコエの花』上映会&トーク～

日時：12月6日(土) 10:00～12:00

講師：山下 梓さん（弘前大学男女共同参画推進室専任教員）



映画とシェアタイムを通じて、社会や自分自身のなかにある無意識の偏見や差別に気づき、他者への配慮のあり方や一人ひとりの個性や生き方を尊重するために、私たちにできることは何か、みんなで考えました。

【参加者の声】●学生なので、恋愛に関する話題は耳に入ってきやすい。友達やクラスメイトで茶化して話す人もいて、もっと考える機会がないと、見えないところで苦しんでいる人もいると思う。普通という概念が世界からなくなってしまいたいと思えた上映会だった。●思いやりのつもりの優しさが、相手にとってはそうでないこともあるということに気づいた。思いやりではなく、認める、尊重することが大切だということを学んだ。



女性に対する暴力をなくす運動事業

これってモラハラ？弁護士から学ぶ 見えづらい精神的DVとは

日時：11月13日(木) 10:00～12:00

講師：花生 耕子さん（盛岡さくら法律事務所 弁護士）

モラルハラスメントの具体的な事例や、被害者に起こる心身の変化、加害者の心理的背景について理解を深めたほか、「もしかして被害にあっているかも」と気づくためのサインや、その対処法についても教わりました。また、被害から抜け出すために支援者が意識すべきことや、被害の渦中にいる方へのメッセージもいただきました。

【参加者の声】●講義を聞いて納得するところが多々あった。加害者の心理的背景や証拠の記録方法など、もても有益な情報を得ることができた。●モラハラは家庭内だけではなく、職場や自分の所属するコミュニティなどでも起こりうることを知ることができて良かった。●日常生活で何げなく使っていた言葉がモラハラだったと知った。以後、気をつけたい。

パープル&オレンジリボンプロジェクト 期間：11月12日(水)～25日(火)

女性や子どもの人権を尊重し、暴力のない社会の実現を目指して、啓発活動を実施しました。今年度は新たな取り組みとして、紫色やオレンジ色を基調とした写真を募集し、応募いただいた写真を展示会場に飾るとともに、市の公式SNSでも紹介しました。ご応募いただいた皆さん、ご協力ありがとうございました！



応募いただいた
写真☆



図書館では、関連図書の
紹介と貸出を行いました／

パープルリボンは
女性に対する暴力根絶の
シンボルマークです

オレンジリボンには
子ども虐待防止という
メッセージが込められています



今後の予定

いつもをもしもに！暮らしおつながる

防災ワークショップ

日時：令和8年2月11日(水・祝) 13:30～15:30

講師：武藏野 美和さん

(防災士、いわて男女共同参画センターの会長)

内容：【講話】みんなで考えよう！ジェンダーや多様な視点を取り入れた災害への備え

【WS】いつもの暮らしで“もしも”に備える
「フェーズフリー防災」を体験！

生涯を通じた女性の健康支援事業 更年期世代の上手な過ごし方講座

学び編／令和8年2月28日(土) 13:30～15:00

「更年期は我慢？女性ホルモンと上手につきあう暮らしへ」

講師：谷地 和加子さん

(県立大看護学部准教授、アドバンス助産師)

運動編／令和8年3月9日(月) 18:30～20:00

「ゆらぎ世代をやさしく整える、
やすらぎヨガ」

講師：makiさん（ヨガインストラクター）

