

新着図書



人権・男女共同参画課では、男女共同参画に関連した貸し出し用図書(約400冊)を市役所 本庁舎 西棟4階のレストスペース近くに備えています。身分証明書をご持参の上、ご利用ください。

貸出期間
2週間
以内

『50歳からの性教育』

村瀬 幸浩、太田 啓子 ほか(2023年)

人生の折り返し地点でもう一度「性」を学び直す!暮らしと人間関係をよりよくしたい50代のための「性教育」とは?第一線で活躍する専門家たちによる性の特別授業、始まります!

『元女子高生、パパになる』

杉山 文野(2020年)

セーラー服を着ていた。30歳で死のうと思っていた。そんな僕に、こんな未来が訪れるなんて。父として、LGBTQムーブメントのリーダーとして、仕事、家族、恋愛など、社会の「普通」を問い直す、フミノの奮闘記。

『仕事も人生もスーッと整う 幸せになる練習。』

前野 マトカ(2024年)

頑張ってるのに、私、ぜんぜん幸せじゃない!? そんなときこそ、凝り固まった思考をほぐし、「幸せ体質」に変わる73の行動リスト。心も体も、周囲の人とのつながりも、「良い状態(ウェルビーイング)」に整うヒントを紹介。

『60歳のトリセツ』

黒川 伊保子(2023年)

古い、親子、夫婦、孫、友人、職場…いろんな「気になる」をぜ〜んぶ捨てて自分史上最高の人生がスタート! 60歳は新しい人生の“新人”! 64歳の脳科学者が伝えたい脳の秘密。

『笑う四姉妹 ひとつの庭と四つのおうち』

金子 ユミ(2025年)

仕事に行き詰まる漫画家・亜子は、幼馴染・ゆずの母たち四姉妹の過去の話を聞く。父の失踪、巨額の借金、仕事と結婚、そして老い。人生はままたらないが、四姉妹はいつも笑っていた。70年以上の時をこえ描かれる家族の物語。

『マイノリティだと思っていたら マジョリティだった件』

松井 彰彦、塔島 ひろみ 編・著(2022年)

障害者、性的マイノリティ、家庭に問題を抱えた人、社会になじめず独自の生き方をしてきた人…。「フツウ」からはみ出した者たちのライフスタイルから見えてくるものとは?

『正々堂々 私が好きな私で生きていいんだ』

西村 宏堂(2020年)

ハイヒールをはいたお坊さんの自己啓発エッセイ! 自己肯定感を上げて、他人とは違うユニークな自分に自信を持てよう! と、背中をおしてもらえる一冊。

『ポンコツ一家2年目』

にしおか すみこ(2024年)

大黒柱だった働き者の母の異変に同居を決めたにしおかすみこが、暮らして1年経てみたのは、さらにパワーアップしたポンコツ度合いだった。笑って泣ける家族と介護「2年目」の姿。

『たてがみを捨てたライオンたち』

白岩 玄(2020年)

いつのまにか「大人の男」になってしまった3人、弱音も吐けない日々、モヤモヤは大きくなるばかり。幸せに生きるために、男の「たてがみ」は必要か? 「男のプライド」の新しいかたちを探る、問いかけの物語。

『夫のトリセツ』

黒川 伊保子(2019年)

「話が通じない」「わかってくれない」「思いやりがない」「とにかく気が利かない」…。腹立たしい夫を見捨てる前にこの一冊。今度は脳科学から男脳を解明。夫婦70年時代のバイブル。

『空き家と移住』

垣谷 美雨(2026年)

都内で堅実に働く史緒里と大河は、マンションすら買えない現実に憤る。空き家見学で出会った独居老婦人を手伝ううち「家を譲りたい」と言われ…。一方、田舎の実家を高値で売って優雅に暮らす夢を見る路代の計画も狂い始め、両者の思惑が思わぬ形で絡み合う。

『リカバリー・カバヒコ』

青山 美智子(2026年)

新築マンション近くの公園に「触れた部分が治る」という都市伝説があるカバの遊具・カバヒコ。住人たちは、成績不振や人間関係、嘘、休職、親子不和など悩みを打ち明け、少しずつ心を回復していく。心がじんわりほぐれる、再生の物語。

○この参画レターは、下関市立公民館をはじめとする社会教育施設(生涯学習プラザ・市立図書館等)に配布しています。

下関市男女共同参画レター 21

令和8年度 男女共同参画意識啓発事業

仲岡しゅん氏講演会

「性的マイノリティってなに?」を開催しました!

令和8年6月21日(日) 生涯学習プラザ 大ホール

6月23日から29日までの「男女共同参画週間」に合わせて、下関市と男女共同参画ネットワーク下関さんしゃいん21の主催で、仲岡しゅん氏講演会「性的マイノリティってなに?」を開催し、121人の市民の皆さんにご参加いただきました。

講演の前半では、LGBTQの基本的な考え方や用語について、分かりやすく解説していただきました。後半では、仲岡氏ご自身の経験を交えながら、さまざまな性のあり方についてお話いただきました。実体験に基づくお話により、参加者にとって具体的にイメージしやすく、理解が深まる内容となりました。仲岡氏は、性的マイノリティの人がいること、つまり個性や多様性があることこそ自然であると語られました。また、性的マイノリティの人々を特別視するのではなく、身近なこととして捉え、相手を一人の人間として尊重することの大切さが伝えられました。今回の講演会は、一人ひとりが多様性を理解し、互いを尊重し合うためにできることを考えるきっかけとなりました。

そのほか、市役所本庁舎西棟1階エントランスホールでは、本市の男女共同参画基本計画に関するパネル展示を行いました。



参加者の声

●自分の出来ること、得意なことで協力したり、補い合ったりしてステキな社会を作っていけたらいいですね。(60代、女性)

●偏見、心の壁について深く考えさせられました。一人ひとり個性を持った人間として、自分も含めて付き合っていくことの大切さを感じました。(70代、男性)

●一人ひとりの人間として尊重して理解し、補い合う世の中になって欲しいし、そういう一人になりたいと思います。(70代、女性)

令和7年度 男女共同参画講座 「生涯元気に歩くために ～血管・筋肉・骨を大切に～」

令和8年1月17日(土) 菊川ふれあい会館 2階 小・中ホール 令和8年2月28日(土) 川棚公民館 2階 研修室

独立行政法人 国立病院機構 関門医療センター 女性総合診療センター長の早野 智子氏を講師に迎え、男女がお互いの心身を理解し、尊重することを目的とした講座を開催しました。昨年度に好評をいただいたことから、今年度は会場を変更し、2か所で実施しました。

講座では、男性と女性では血管・循環・筋肉・骨・骨格などに違いがあることについて、分かりやすく説明していただきました。また、年齢に応じたバランスの良い食事の考え方や、歩く力を養うための運動についても解説があり、日常生活の中で健康づくりを進めるヒントを得られる内容となりました。

健康の観点から男女の性差について学ぶことができ、男女が互いの違いを理解し、尊重し合うことの大切さを改めて考える講座となりました。

参加者の声

●いつまでも健康で寿命が延ばせるように、今から気をつけていきたいことが多く学べて本当に良かったです。(50代、女性)

●女性ホルモンの影響が身体に与える症状がいろいろとわかりました。日頃から健康について、姿勢、食生活等、様々な方面からの予防を考える必要性を感じました。(60代、女性)

●健康について心臓の異常、高齢期に必要なことなど、大切なことを確認できました。できることは取り入れようと思います。(60代、女性)



【発行】下関市役所 本庁舎西棟4階 人権・男女共同参画課

〒750-8521 下関市南部町1番1号 TEL 083-231-7513 FAX 083-231-1437

E-MAIL smjinken@city.shimonoseki.yamaguchi.jp



キラりん☆TALK

今回は、イベント開催を通じて地域の未来につながる活動に取り組む、
なかむら みゆさんにインタビューをしました。

なかむら みゆさん



下関市出身

イベント企画運営業 me&you
バリュークリエイティブ代表

Q イベント企画運営業「me&you バリュークリエイティブ」を 立ち上げた理由(きっかけ)は？

大阪で19年間、中学校の英語教員として勤務した後、下関へ帰郷しました。帰郷後は、「自分にできること」を模索し、ふくふくこども館で小さなイベントを開催したところ、「何かしたいが、始め方が分からない」という声が多く寄せられました。そこで、「もっと自由な形で、人と人、地域と人やモノをつなが場を作りたい」と思うようになり、イベント企画運営業「me&you バリュークリエイティブ」を立ち上げました。これからも「やってみたい」を「できた!」に変えるきっかけ作りを続けていきたいと思っています。

Q 仕事のやりがい

イベントは「形のないもの」をゼロから作る仕事です。準備や調整など大変なことも多い一方で、参加者の笑顔や感動を間近に見られる瞬間があります。

「楽しかった」「元気をもらえた」「また参加したい」といった言葉をいただくたびに、この仕事をしていて良かったと実感します。

なかでも私がやりがいを感じるのは、「人が一歩踏み出すきっかけ」をつくれることです。イベントを通じて新しい挑戦を始めたり、人とつながったり、自分に自信を持てたりする。そうした一人ひとりの小さな変化が、やがて地域の未来につながっていくと考えています。

Q 街角ミモザプロジェクトを始めるきっかけや今後の展望

街角ミモザプロジェクトは、「女性の笑顔と元気を地域に広げたい」という想いから始まりました。国際女性デーの象徴であるミモザの花のように、一人ひとりが自分らしく輝ける社会の実現を目指しています。

家庭・仕事・地域で多くを担う女性には、頑張るだけでなく、「つながる」「癒される」「応援し合える」場も必要だと感じています。

この活動を通じて、女性同士の交流はもちろん、世代や地域を越えたつながりを生み出し、「下関は温かい」と感じてもらえる機会を増やしていきたいです。

今後は、下関から県外・全国へと活動の輪を広げながら、「女性の元気がまちを元気にする」という想いを発信していきます。

▶ 下関への思い

下関は、外に出て初めて魅力を実感したまちです。大阪で暮らし始めた頃、トラックの走行音が船の汽笛のように聞こえ、「私は下関で育ったんだ」と、自分の原点を思い出したことがありました。

海峡の景観や歴史、食文化も魅力ですが、何より大きいのは「人の力」です。今の下関は、地域を守り育ててきた先人の尽力の上にあります。

その思いを受け継ぎ、観光客が安心して楽しめ、市民が気軽に集える「当たり前」を次世代につなぎながら、新たな魅力を生み出し、より多くの方へ届けていきたいと考えています。下関には、人を惹きつける底力があると信じています。

▶ メッセージ

「どこで、誰が、何をしているのか分からない」と迷うことがあっても、興味のあることにはぜひ挑戦してみたいと思います。

年齢や立場は関係ありません。「思い立ったときがチャンス」です。小さなことでも、一人ひとりが関わっていけば、まちは少しずつ「自分ごと」になり、関わった分だけ喜びが返ってきます。できないと決めつけず、ぜひ一歩踏み出してみてください。

男女共同参画コラム

「国際女性デー」 (国際女性の日)とは？

1977年に国連が国際デーとして定めた記念日です。女性たちが社会のさまざまな分野で積み重ねてきた成果をたたえ、と同時に、教育・雇用・政治参加などに残る格差や不平等、そして暴力の問題について考える日とされています。起源は、20世紀初頭のアメリカで広がった、女性の参政権などを求める社会運動にあるとされています。

現在では、国際機関や行政だけでなく、女性団体をはじめとするさまざまなグループも、この日を記念した事業や取り組みを行っています。だからこそこの日は、世界の出来事としてだけでなく、家庭や職場、地域の中にある課題を見つめ直し、私たちに近づく身近な問題として考えるきっかけにしたい日です。

3月8日 国際女性デー(国際女性の日) 「イエローライトアップ」



大歳神社



はい!からっと横丁 大観覧車



亀山八幡宮



オーヴィジョン海峡ゆめタワー



赤間神宮

3月8日は
「国際女性の日(国際女性デー)」です。
本市では、市内5施設のご協力のもと、
女性の功績をたたえとともに
ジェンダー平等への願いを込めて、
シンボルであるミモザの花にちなみ、
黄色(ミモザカラー)のライトアップを
実施しました。

「ともかじフェスタinやすらガーデン」のお知らせ

家族や男性の家事・育児参画に向けた理解促進を図るため、「共家事」をテーマに、ともかじクロストークや妊婦体験等のワークショップ、昔あそび、シャボン玉あそびなど、親子・家族で楽しめるイベントを開催します。
キッチンカーも来るよ!!

日 時▷令和8年11月29日(日) 10:00~14:30

会 場▷やすらガーデン(安岡地区複合施設)

主 催▷男女共同参画推進イベント実行委員会・
(公財)山口きらめき財団

共 催▷下関市

後 援▷山口県 参加料▷無料

問い合わせ先▷公益財団法人 山口きらめき財団

TEL:083-929-3600



女性人材登録制度

あなたの思い、市政に反映してみませんか？

下関市の福祉や環境、まちづくりに女性のご意見を反映するため、ご協力いただける方を登録する制度です。

登録情報は、市の審議会等委員を選考する場合や、セミナー等の講師を選定する場合などに活用します。

対象

次の条件を満たす、満18歳以上(高校生を除く)の女性

- ①下関市内に在住、在勤、在学または団体等の活動拠点があること
- ②教育、福祉、芸術、スポーツ等の各分野に関心があり、地域発展に熱意を持って貢献できること

※登録方法などは、市のホームページをご覧ください。
登録した方が、必ず委員等に選任されるものではありません。

ウェブでお申込みできるようになりました

