

であい ふれあい ソーレまつり 2026

新しい未来

こうち男女共同参画センター「ソーレ」

1月25日 日 9:30-16:00

バザー

雑貨・食品（野菜・果物・加工品）・日用品・贈答品・
おもちゃ・アクセサリ・古着・靴・布地など

体験講座

親子でご飯づくり・鉛筆立てづくり・オーシャンボトルづくり・
バブルアイスクリームバーづくりなど

ステージ発表

コンサートステージ・子どもたちのダンス・フラダンス・ピアノ演奏など

作品展示

陶芸・織り物・生け花・押し花・パネル展示など

ワークショップ

避難ポーチづくり・カフェなど

シンポジウム

体験講座やイベントによっては事前申込が必要です。
お申込み等は、チラシ裏面をごらんください。



特設サイト

期間中いつでも視聴いただけます！

1月25日 日 ~ 2月9日 月

高知高専テクノガールズ

オーシャンボトルづくり

オンライン動画配信

ステージ発表・活動紹介

コンサートステージ、フラダンスほか

基調講演

その他にもいろいろあります！

基調講演

申込不要

1.25(日)~ 2.9(月)

無料

宋美玄と学ぶ "SRHR"
ー性・からだ・未来ー



時間 60分

講師

宋 美玄

(医学博士・産婦人科医)



参加団体の情報は、ソーレホームページ「ソーレまつり特設サイト」で詳しくご紹介しています。

お問い合わせ

TEL 088-873-9100 時間 9:00~17:00
休館日：第2水曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)
〒780-0935 高知市旭町3丁目115番地
こうち男女共同参画センター「ソーレ」
URL <https://www.sole-kochi.or.jp>

ソーレHPIは
コチラ



駐車場が狭いため、
できるだけ公共交通機関
をご利用の上、ご来館く
ださい。

ソーレ
SOLE

25

日

ソーレ全館で開催!

9:30~16:00

無料 対象 6ヶ月~就学前
託児 9:30~16:00

バザー

贈答品・日用雑貨・おもちゃ・アクセサリー・
古着・バッグ・食品(果物・野菜・加工品)・
手作りお菓子・本(ほか)

1F アトリウム

※一部2Fあり

べっぴんさんの新鮮野菜市(高知県農村女性リーダーさんによる新鮮野菜市)
I女性会議高知県本部、新日本婦人の会高知市支部
高知市母親運動連絡会、高知大好き乙女ねえやん
DKGジャパンステイト、NPO法人高知市こども劇場
(公社)日本てんかん協会高知県支部、プチボラ実行委員会
高知がん患者支援推進協議会(場所:2Fがん相談センター前)

体験講座

つくって遊ぼう 鉛筆立て【申込不要】

2F 創作実習室 10:00(9:30受付開始)~14:00

ボンドでつくる自分だけのオリジナル鉛筆立てを作ってみよう!年齢問わず参加可。
参加費はお一人300円。

(問合せ) TEL088-873-9100・ソーレ事務局 実施団体/高知県立森林科学センター情報交流館

高知高専テクノガールズ(TGK)科学体験教室 無料

2F 創作実習室 15:00~16:00【申込不要】

高知高専テクノガールズと一緒にオーシャンボトルを作ろう!
参加は、中学生までの子どもとその保護者を優先します。

(問合せ) TEL088-873-9100・ソーレ事務局 実施団体/高知高専テクノガールズ

バブルアイスクリームバーづくり

弱酸性の洗浄成分を使ったシャンプーもできる石けん作り。
非加熱で安全に、粘土のようにカラフルなアイスクリーム石けんが
出来上がります。参加費要。

2F エレベーター前

【申込不要】

9:30~16:00

香りボトルづくり

ボトルに好きな香りを入れて、玄関や寝室などに飾りましょう! 参加費要。

ハンドクリームづくり

自分好みの香りをプラスした、オリジナルハンドクリーム作り。参加費要。
実施団体/高知大好き乙女ねえやん

親子でご飯づくり

要申込

~お魚をさばいて料理をつくらう~

4F 調理実習室

10:00~13:00

親子で魚を3枚おろして、魚のつくね、季節の野菜の和え物、豚汁などを作り、みんな
と一緒に試食します。

参加費はお一人100円、事前申込が必要です。定員は親子10組 20名程度。

(申込・問合せ) TEL 090-7145-0225・松田 実施団体/こうち男女共同参画ポレール

ビデオ上映&シンポジウム

予約優先

無料

5F 視聴覚室

13:00~16:00

たたかいつづける女たち ~均等法前夜から明日へつなぐバトン~

1985年に男女雇用機会均等法が制定されて40年目にあたる。1985年は女性差別撤廃の
年だったが、第3号者被保険者制度が導入された年でもあった。同じ年に、日本は、
性別役割の「変革」と「維持」という相克する法制度を受け入れた。以降、均等法は
時代に合わせて法改正を重ねて女性の就業率増に寄与したものの、女性の非正規雇
用、賃金、管理職比率など男女格差は縮まらない。均等法40周年という節目に、均等
法の成立した状況やその後の歩み、現在の課題などを検証し、未来にどうバトンを繋
いでいくか考えます。

(申込・問合せ) TEL 088-883-2285・横山 実施団体/こうち男女共同参画ポレール

作品展示 (販売あります。)

9:30-16:00

1F・2F 消費生活センタースペース 消費生活パネル展

2F エレベーター前 さをり織り作品展示・体験織/高知さをりひろば
花恋会 押し花 展示・販売

2F グループ交流室 陶芸倶楽部 草庵窯 作品展

3F エレベーター前 花展と癒やしの花一輪体験
/MOA美術館 光輪花3F 大会議室前 高知大学地域協働学部ソーレ実習班パネル展示
日本の戦争展/I女性会議高知県本部

コンサートステージ

3F 大会議室

10:00-10:40 Dei Fioriの楽しいコンサート/Dei Fiori

10:45-11:15 ジーラ・ソーレコンサート/ジーラ・ソーレ

11:20-11:30 子ども達のダンス発表/Dance Space FUN "K"

11:35-12:25 懐メロ・叙情歌コンサート
/発声トレーニング&笑顔になる歌の会

12:35-13:15 女声コーラスラ・メールコンサート

/女声コーラスラ・メール

13:20-13:40 合唱/フレンドリー合唱団

13:45-14:15 フラダンス/ハウオリーズ フラ スタジオ

14:20-15:10 ミュージックフレンズMF inソーレまつり2026
/ミュージックフレンズMF

セミナー・ワークショップ

みんなあて考えよう!身近なところから防災を!

3F エレベーター前

~マイ避難ポーチをつくってみよう~ 当日受付

10:00~14:30

災害への備えを一緒に考えましょう。気軽に取り組める手立てとして
「0次マイ避難ポーチ」を紹介します。避難ポーチについては、実際に
作ってみます。お子様も一緒に参加できます! 参加費はお一人300円。

(問合せ) TEL 090-4267-5198 松原 実施団体/こうちJBL♡2024

~ローリングストックカフェ~ 【申込不要】

3F 研修室1

防災への備えとして、食品等のローリングストックの工夫と
防災(備蓄)食品を活用したおやつを紹介します! 参加費要。

10:30~15:00

実施団体/こうちJBL♡2024

ソーレネットワーク活動紹介【申込不要】 無料

3F 研修室2

各団体の活動紹介と作品等の展示、カフェで交流しましょう!

9:30-12:30

実施団体/ソーレネットワーク

姿勢と健康 【申込不要】 無料

3F 研修室2 13:00-15:30

姿勢チェックと姿勢調整を体験し、体の動きと姿勢の変化を体感してみましょう。

実施団体/KCSセンター東城

ジェンダーあるある抹茶deカフェ【申込不要】 3F 研修室3 13:00-15:30

和菓子と抹茶でほっこりしながら、ジェンダー平等について日頃感じていることを話
合ってみましょう。参加費要。実施団体/夫婦別姓について考えるシンポジウム実行委員会

基調講演

録画配信 時間 60分【申込不要】

定員なし/対象 県民及びテーマに関心のある方

無料

宋美玄と学ぶ"SRHR"ー性・からだ・未来ー

「性や健康、妊娠や出産、将来のことを

安心して選択したい」

そんな思いを支えるSRHR(セクシュアル・リプロダ
クティブ・ヘルス/ライツ)について、「カリスマ産婦
人科医」として、性や妊娠・出産、性教育にまつわるリ
アルな情報を発信し、メディア等でもおなじみの宋美
玄さんにお話いただきます。

講
師

宋 美玄 さん

医学博士・産婦人科医

10年に出版した『女医が教える本当に気持ちいい
セックス』(ブクマン社)がシリーズ累計70万部
突破の大ヒットとなり、各メディアから大きな注目
を集める。その後も、各メディアへの出演や妊娠出
産に関わる多くの著書を発表。2012年女児、15年
に男児を出産し2児の母になり子育てと産婦人科医
を両立。「診療95%、メディアへの露出5%」としな
がらも、「カリスマ産婦人科医」として、対応する
限りのメディア出演、医療監修等で様々な女性の力
を伸ばし、妊娠・出産、セックスや女性の性などに
女性の立場からの積極的な啓蒙活動を行っている。



1.25

日

2.9

月

基調講演

内容は右に記載

ステージ発表

コンサートステージ・フラダンス

活動紹介

高知大好き乙女ねえやんプロモーション動画・KCSセ
ンター東城・高知高専テクノガールズ

「ソーレまつり特設サイト」へは以下のURL、検索サイト、QRコードから!

https://www.sole-kochi.or.jp/festival/

Wi-Fi環境及び通
信料に関するご自
身のご契約をお確
かめのうえご利用
願います。

ソーレまつり2026

スマホ、パソコン、タブレットで視聴できます!



都合によりイベント内容を変更する場合があります。出展内容の詳細はホームページ(特設サイト)をご覧ください。