

Take  
Free

\\ ✨ 自分らしい生き方、応援します! ✨ //

# ソーレ・スコープ

第97号  
2021.July



イラスト：ヒビノケイコさん

## 特集 1

本から学んで・感じて・考える 男女共同参画

## 特集 2

我が家のジェンダーギャップ〈男女格差〉はどうなってる？

## 特集 3

コロナ禍での事業を振り返る ~ソーレ・オンライン事業の取り組み~

詳しくは    
HP <https://www.sole-kochi.or.jp>

フォローしてください!



HP



Facebook



Twitter

# 本から学んで・感じて・考える

## 男女共同参画



### ソールの『図書・情報資料室』



新着本コーナー

おうち時間が増え、「巣ごもり需要」として、図書の貸出しが増えています。

こうち男女共同参画センター「ソール」1階にある「図書・情報資料室」には、男女共同参画の視点で選んだ図書や雑誌1万冊以上・DVD約1千本があります。

ジェンダーや働き方、子育て、介護、防災など様々なテーマで子どもからシニア世代の誰もが自分らしく、いきいきと暮らすための情報を揃えています。

また、内閣府や国の機関、全国の男女共同参画センターが発行した冊子や資料も収集しています。



DVDコーナー



DVDの視聴ブースもあります。



閲覧コーナー



### 絵本コーナーは、 本との楽しい出会いの場に♪

お子さんの目線にあわせた本棚には、体やこころのこと、性のことや人権についてなど年代に応じた様々なテーマの本があります。



### 〈団体図書貸出〉のご案内

ソールでは、より多くの方にソールの図書を手に取って、男女共同参画についての理解を深めていただくために、高知県内の市町村や学校、公民館や職場等に図書の団体貸出を行っています。これまでに貸出した図書は合計で1,500冊以上になります。団体貸出した図書を住民の皆さまに貸出することも可能です。お気軽にご相談ください。

貸出期間

最長2ヶ月

貸出冊数

最大100冊

## おすすめ図書のご紹介



### 「子どもを守る言葉『同意』って何？ YES,NOは自分が決める！」

レイチェル・ブライアン 著  
中井はるの 訳 集英社 J-ブ

キミのことはキミが決める！自分の気持ちを信じよう！みんなでささえあおう！…からだの自己決定権を“自分ごと”として感じられる本です。分かりやすい言葉に絵もたくさん。子どもにも大人にもおすすめです。



### 「あなたの会社、その働き方は幸せですか？」

出口治明/上野千鶴子著 祥伝社 366.021-デ

出口治明は立命館アジア太平洋大学学長、50代までは企業人として歩む。社会学者・上野千鶴子はジェンダー研究のパイオニア。同期の二人が初めて深く語り合う。コロナ禍で露呈した男性優位の日本の働き方に未来はあるのか！？



### 「ジェンダー分析で学ぶ女性史入門」

総合女性史学会編 岩波書店 367.21-ジ

歴史は「女らしさ・男らしさ」という固定観念を除いたジェンダー分析によって読み解くと異なる一面を見せ、新たな気づきがあるという。女性史を学ぶときには手に取ってほしい総合女性史学会の40周年記念の1冊。



### みんなちがってみんなステキ

高橋うらら 著  
新日本出版社 J-タ



### これからの男子たちへ

太田啓子 著  
大月書店 367.5-オ



### 本当はごはんを作るのが好きなのに、しんどくなった人たちへ

コウケンテツ 著  
596.0-コ



### 存在しない女たち 男性優位の世界にひそむ見せかけのファクトを暴く

キャロライン・クリアド=ベレス 著  
神崎朗子 訳  
河出書房新社 367.1-ク



### エマ・ワトソンの国連スピーチを英語で読む

皇山雄二 著・開拓社 367.1-ハ



### 本音の置き場所

パービー 著・講談社 779.1-バ

## おすすめDVDのご紹介



### 映像で学ぶジェンダー入門 シリーズ5巻

株サン・エデュケーションル



### パワハラのない風通しの良い職場をめざして

株自己啓発協会 映像事業部



### RBG 最強の85才

監督：ジュリー・コーエン  
ベツツイ・ウェスト  
株式会社 ファインフィルムズ

## 図書・情報資料室 利用案内

火曜日から金曜日

午前9時から午後8時まで

土曜日・日曜日・月曜日

午前9時から午後5時まで

休室日

毎月第2水曜日・祝日・年末年始(12月29日から1月3日)

### 利用する

貸出にはソレ図書カードが必要です。初めてご利用になる方は、現住所の確認ができるもの(免許証、保険証、パスポート等)をご持参のうえ、1階受付にお申し出ください。図書カードの発行・再発行の受付は17時までです。  
※貸出は高知県在住者に限ります。

### 借りる

図書 一人**5冊**まで  
貸出期間は**2週間**

DVD 一人**2本**まで  
貸出期間は**1週間**  
(高知市外の方は2週間)  
※貸出は高校生以上

### 返す

図書は、1階受付カウンター、または北入口にある図書返却ボックスに返却してください。  
※ただし、DVD・ビデオは必ず1階受付カウンターに返却してください。

# 我が家の ジェンダーギャップ〈男女格差〉は どうなってる？

男女共同参画社会の実現に向けて高知県が取り組む5年間の計画「こうち男女共同参画プラン」が今年度から新たにスタート。このプランにちなんで考えていくシリーズ。今回は、プランのテーマ「意識を変える」「場をひろげる」「環境を整える」から、「意識を変える」について日常生活のいくつかの場面から考えます。



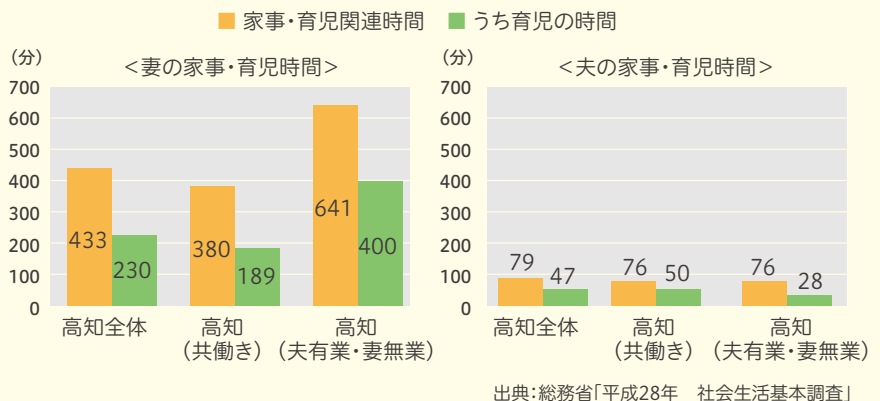
日常の中でこんなモヤモヤありませんか？



社会の中には、「女だから」「男だから」といった性別に基づく固定的な役割分担意識が根強く残っています。そのため、仕事と家事・育児の両立についてなかなか理解が進まず、“モヤモヤ”を抱えてしまうことがあります。

高知県の男女共同参画社会に関する県民意識調査(令和元年度)では、家庭、職場、学校、政治、地域活動、法律や制度、社会通念・慣習・しきたり、社会全体の中で、「男性優遇」と考える割合の男女差が最も大きかったのは「家庭」でした。この結果をふまえ、プランでは「家庭」で男女が平等と感じている割合を令和元年度の35.2%から令和6年度には45.0%に上げることを重点目標としています。現状では夫の家事・育児関連の時間は妻より圧倒的に少なく、共働きの場合でも約1/5となっています。

### 6歳未満の子がいる夫婦の家事・育児関連時間(1日あたり)



## ジェンダーギャップ、なくすには何が必要?

内閣府が2019年に世論調査した「男性が家事、子育て、介護、地域活動に積極的に参加するために必要なこと」では、「夫婦や家族間でのコミュニケーションをよくはかること」が59.1%と最も高く、次いで「男性による家事・育児などについて、職場における上司や周囲の理解を進めること」58.5%、「男性が参加することに対する抵抗感をなくすこと」も56%、そして「男性が参加することに女性が抵抗感をなくすこと」30.5%となっています。固定的な役割分担について家族や周囲で話し合ってみることもジェンダーギャップを解消する一つの方法かもしれません。

“モヤモヤ”  
解消のために!

### 家庭の中の役割分担をみつめ直してみませんか?

#### 我が家の家事・育児分担チェック

普段、やっている人の名前を記入してみましょう。  
空欄には、我が家の項目を記入してください。

家 事	掃除機をかける		ゴミを出す		育 児	子どもの食事の準備	
	洗濯物を干す		洗濯物の片付け			子どものお風呂	
	食事を準備		食事の片付け			子どもの寝かしつけ	

チェックしてみると、役割の偏りがわかり、家族で話しあったりお互いに協力しやすくなります。

## ひとり一人、そして社会全体の意識を変えるためには、 まず『ジェンダー』に気づくこと

家庭や学校で、またメディアなどから刷り込まれていく「女だから」「男だから」というジェンダーに気づき、「本当にそうなのか?」という疑問を持ち、まずはあなたの周りの“モヤモヤ”を見つめてみましょう! その気づきがやがて社会の中の偏見や差別・不平等感をなくすことにつながっていきます。身近にあるジェンダーギャップに気づくことから始めてみませんか。

### 『ジェンダーカフェ』の お知らせ

ソーレでは、ジェンダーをテーマにした話を講師から聞き、気軽な雰囲気でも語り合う講座を開催します。  
詳細は、P6をご覧ください。



# コロナ禍での事業を振り返る ～ソーレ・オンライン事業の取り組み～



ソーレでは、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、昨年から新たにオンラインによる講座・講演会に取り組み始めました。そこで、「オンライン版ソーレまつり」を含めた令和2年度の事業を振り返ります。

## 令和2年度にソーレで実施したオンライン講座

感染の心配がなく、また遠方からでも参加ができるオンライン講座。

ソーレでは、受講者が会場とオンラインのうち、希望する方法で受講ができるハイブリット方式を取り入れて次の6講座を実施。多くの方に参加していただきました。

8月  
「ちゃんと知りたいLGBTsのお話」

7～11月  
「女性防災プロジェクト(全5回)」

11月  
「DV防止啓発講演会 DV加害者への取り組み」

11月  
「エンパワメント講座 わたしOK、あなたOKの生き方をはじめよう」

12月  
「オトコの生きづらさ解消のツボ」

令和3年2月  
「防災教室 ママ・パパ知っていますか？ 災害発生、その後に起きること」

### 改善しました

音声ミキサーを導入。音声をクリアにお届けできるようになりました。

### オンライン講座受講者の声

- 家で聞けるのはありがたく、今後も普及すればいいと思う。
- 画面の資料もわかりやすく、他の受講者とのセッションもできてよかった。
- 講師の声が聞こえたり聞こえなかったりと、聞きづらかった。
- 便利な反面、会場の雰囲気や内容を味わいにくい。

## オンラインで実施しました！

## ソーレまつり2021

令和3年1月16日(土)～24日(日)



令和2年度は、多くの方に見ていただけるように「オンライン版ソーレまつり」として、例年(2日間)より長く開催。

11月に実施した「DV防止啓発講演会」、ソーレで事前録画した合唱やダンス動画、ワークショップ等の配信のほか、23日、24日には「ソーレまつり2021記念講演会」や団体が企画した講座のLIVE配信を会場から行いました。



アトリウムでの展示も行いました。



### ソーレまつり2021記念講演会参加者の声

- オンラインでも、講師の声がとても安定して聞きやすかった。
- ネット配信は私のような障がい者も参加しやすい。
- コロナで直接参加が不安だったので、オンライン参加ができてありがたかった。

### オンライン講座の便利な点

- 会場に行く必要がないため、どの地域の講座でも参加できる。
- 自宅などで、リラックスして参加ができる。

### オンライン講座の注意する点

- 通信料が発生する場合がある。
- ネットワーク環境により、音声や映像が不安定になる場合がある。

オンラインによる講座やリモート会議は急速に普及しており、自宅にいながら講座を受講したり、イベントに参加することは日常の一コマになりつつあります。オンラインには便利な反面、注意すべき点もありますが、新しい時代の学びの手段として、ますます広がっていくことでしょう。

ソーレでは、今後も男女共同参画を進めていくための多彩な講座や講演会をオンラインも取り入れながら提供していく予定です。



# 講座のご案内



託児付き(6カ月～小学3年生まで・予約制)  
未就学児童は無料。小学生は1家族500円。



無料 受講料無料

●詳しくはホームページをご覧ください。 ●お申し込み・お問い合わせは、**電話(088)873-9100**まで  
(受付時間 9:00～17:00)

## ジェンダーカフェ「身近なジェンダー問題をまじめに語る」



1回だけの参加もOK! テーマにまつわる話を講師から聞き、その内容をもとに語り合います。  
気軽な雰囲気ではテーマを掘り下げる講座です。

日程	テーマ / 講師
7月17日(土)	ひとりぼっちとは違うシングル単位の生き方 / 伊田広行(DV加害者プログラムNOVO運営者、立命館大学大学院非常勤講師)
9月19日(日)	ポテトサラダと家事労働 / 加藤伊都子(フェミニストカウンセリング堺)
10月31日(日)	「働くこと/自立すること」そしてそのむずかしさについて / 瀬山紀子(明治大学兼任講師)
11月28日(日)	ホンマかいな精神 メディアと上手につきあう方法 / 小川真知子(NPO法人SEAN理事長)

時間 13:00～16:00

対象 テーマに関心のある方

定員 各回20名(先着順)

申込 電話またはHPにて受付中

## 3日で学ぶ! パソコン講座

※オフィス2019を使用



基礎から学びたい方におすすめ!

検定受験や事務系職場への就職を考えている、スキルアップしたい等、新しい一歩を踏み出すあなたを応援します。

講座名	ワード基礎	エクセル基礎
日程	7月31日(土)～8月2日(月)	8月21日(土)～23日(月)
申込受付	6月30日(水) 9時～	7月21日(水) 9時～

※ワードとエクセルの併用受講可。

時間 10:00～16:00

講師 竹島由香(サーティファイ認定インストラクター)

対象 就職活動中、または就業中の20～50代の女性  
※マウス操作と文字入力ができる方で、過去に同一講座を受講していない方。

定員 各15名(先着順) ※共催先の定員5名を含む。

受講料 各コース4,000円(テキスト代1,000円込み、初回にお支払い)

申込 電話にて

※母子家庭の方は、☎875-2500(日・祝休み)にお申し込みください。

共催 ひとり親家庭等就業・自立支援センター

## こころと体のストレスケア



よりしなやかで私らしい生き方へ

なんだかうまくいかない、不安やストレスを感じる  
疲れているみたい・・・言葉に表せない不調  
「今、この瞬間」の私に注意を向け、こころや体の状態  
に気づく力を育み、あるがままの自分を受け入れて  
いくことを学ぶマインドフルネス体験講座。

日時 7月11日(日) 10:00～16:00

講師 石井朝子(ヒューマンウェルネスインスティテュート代表理事)

受講料 1,000円

対象 女性 | 定員 | 30名(先着順)

申込 電話またはHPにて受付中

当日の服装

素材が柔らかい服やズボンなどの動きやすい服装と、ケガ防止のためにスニーカーのようなフラットな靴(もしくは、ヒールの低い靴)でご参加ください。

## 女性リーダー応援塾「ファシリテーション」で、STEP UP 全3回



さまざまな場で活かせるスキル「ファシリテーション」を学び、会議の進行や自分らしいリーダーシップに自信をつけませんか。実践を通して、仕事のキャリアアップにつなげる連続講座です。

日時 8月22日、9月26日、10月17日13:30～16:30(すべて日曜日)

講師 平野智佐(Office C Career代表 キャリアコンサルタント)

対象 県内で働く女性

定員 30名(先着順)

参加費 無料

申込 7月10日(土) 9時～電話またはHPにて



### 【新型コロナウイルス感染症拡大防止について】

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、室内の定期的な換気等の対策を行っております。なお、皆様におかれましてもマスク着用及び入館時の手指消毒など、ご理解とご協力をお願いいたします。

### 【オンライン(Zoom)による講座について】

オンライン受講のお申込み受付は、ホームページのみで行います。受講に関する注意事項等につきましてはホームページをご確認ください。

・講座及び講演会等は、新型コロナウイルス感染症の状況により、中止またはオンライン開催のみとなる場合があります。

・会場参加は、高知県在住の方に限ります。

# ソール相談室のご案内

ソールには“こころ”をひらく場所があります。ひとりで悩まないで、まずはお電話ください（相談無料・秘密厳守）。

## 女性のための相談

### 一般相談

専用電話：088-873-9555

家庭や職場、地域での問題などについて、相談者が問題の解決を図れるよう、ソール相談員が電話や面接で相談を行なっています。

**相談時間** 休館日を除いた9:00～12:00、13:00～17:00

### 法律相談（1人30分・予約制）

夫婦や親子間のこと、相続、金銭等について、法的側面から問題解決を図れるよう、弁護士が面接相談を行なっています。

**日時** 毎月第2・4木曜日 14:00～16:00

### こころの相談（1人50分・予約制）



人間関係に関する悩みや不安、ストレス等について気持ちが軽くなるよう、女性心理カウンセラーが面接相談を行なっています。

**日時** 毎月第1・3木曜日 14:00～16:00

※こころの相談には託児があります（要予約）。

## 男性のための悩み相談（1人50分・予約制）

家庭や職場、地域での問題、自分の生き方、不安・ストレス等について、相談者が問題の解決を図れるよう、男性心理カウンセラーが電話や面接で相談を行っています。

**日時** 毎月第1・3火曜日、第4水曜日 18:00～20:00

## にじいろコール～LGBTsに関する相談～ 専用電話：088-854-8542



専門の相談員が、LGBTsなどの相談（性自認及び性的指向に関する様々な悩みや相談）をお受けしています。ご本人だけでなく、家族・友人・先生などもご利用になれます。発信者の電話番号は表示されません。安心してご相談ください。

**日時** 毎月第4土曜日 13:30～16:30

※前号(第96号)で、相談時間を「13:00～16:00」と記載しておりましたが、正しくは上記のとおりです。訂正してお詫言申し上げます。

法律、こころ、男性相談の予約番号は **088-873-9100** です。  
・当月1日より翌月分を受付します。  
・相談日は変更になる場合がありますので、お電話もしくはソールHPの相談カレンダーであらかじめご確認ください。

## 貸室の紹介

ソールには、「1時間単位」で、借りられる部屋があります。また、ご利用時に受付でお申し出いただければ、貸室内でのWi-Fiの利用が可能（レクリエーション室を除く）。その他にも、以下の特徴があります。

### ●低料金、しかも備品使用料が無料！

研修室なら、平日1時間420円。土日利用でも520円。夜間も同料金です。（但し、営利団体や営利を目的とした利用の場合は2倍になります。）  
冷暖房をはじめ、机や椅子、プロジェクターなどの備品も全て無料でご利用いただけます。（一部事前申し込みが必要なものがあります。）

### ●駅・停留所から近い！

公共交通機関（路線バス・路面電車）が館の前を通り、JR旭駅から徒歩約5分と便利です。

※現在、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、定員の半数以内でのご利用とさせていただきます。詳細はHPをご確認ください。また、ご利用にあたっては、新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いします。

最初に利用登録をすれば、  
予約は電話でOK。  
登録方法など、お気軽にお問い合わせください。



大会議室



和室 レクリエーション室

## 施設利用のご案内

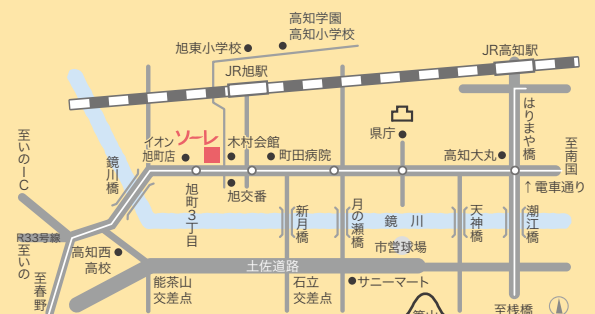
- 貸室利用時間  
9:00～21:00（土・日・月曜日9:00～17:00）
- 休館日  
第2水曜日・祝日・（年末年始）12月29日～1月3日
- 図書・情報資料室  
9:00～20:00（土・日・月曜日9:00～17:00）  
※ただし図書利用カード発行及び再発行の受付は、17:00まで
- 相談室  
9:00～12:00、13:00～17:00  
（専用電話/088-873-9555）  
※第2水曜日、祝日、12月29日～1月3日は休室です

### あなたの声をお聞かせください

当紙面への感想や、主催事業及び施設利用等に対するご意見などを是非お寄せください。

- 電話 088-873-9100
- Fax 088-873-9292
- Eメール sole@sole-kochi.or.jp
- HP <http://www.sole-kochi.or.jp>
- Facebook こうち男女共同参画センター「ソール」
- twitter @KochiSole

SOLE SCOPE（ソール・スコープ）SCOPEは広さ・広がりという意味。ソール（イタリア語で「太陽」）を拠点として、情報が広がることを意味します。



- 所在地  
〒780-0935 高知市旭町3丁目115番地
- アクセス  
電車…「旭町3丁目」下車100m  
バス…「旭町3丁目」下車50～200m  
JR…「旭駅」下車400m

駐車スペースが少ないため公共交通機関をご利用のうえ、ご来館ください。