

ひとりで悩まないで、相談してみませんか？ 相談は無料です。
お気軽にお電話ください。

女性のための相談 専用電話 0266-22-8822

DV、生き方、家族、人間関係、からだ、離婚、職場など自分らしく生きるための様々な女性の悩みをお聴きします。
匿名でもだいじょうぶです。 *女性相談員が対応します

○電話・面接相談（面接相談は予約制） 火曜日～土曜日（祝日除く） 9:00～12:00、13:00～16:30

法律について知りたいとき *女性弁護士が対応します

○法律相談（予約制） 時間はおひとり30分

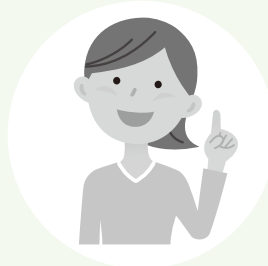
毎月第1木曜日 岡谷会場 13:00～16:00

毎月第3木曜日 長野会場 11:00～12:00

心の問題の解決や自信を回復したいとき *女性カウンセラーが対応します

○女性のためのカウンセリング（予約制） 時間はおひとり50分

毎月第2土曜日・第4金曜日 10:00～15:50

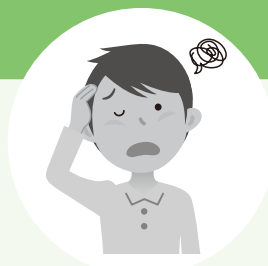


男性のための相談 専用電話 0266-22-7111

家庭、夫婦、人間関係、生き方などに悩む男性からの相談をお聴きします。
匿名でもだいじょうぶです。 *男性相談員が対応します。

○電話相談のみ 毎週金曜日 17:00～19:00

休み：令和4年4月29日、7月29日、9月23日、12月30日、令和5年3月31日



“あいとぴあ”図書室の利用について

女性や男性を取り巻く様々な問題を解決するために役立つ図書やDVDなどをそろえています。どなたでもご利用いただけます。
“あいとぴあ”で図書やDVDを借りて、男女共同参画について考えてみませんか？

図書室の利用方法が変わります。

○令和4年4月1日から貸出日が毎週火曜日から土曜日（日・月・祝日・年末年始休み）に変わります。

○施設改修工事のため令和4年6月1日（水）から、しばらくの間、図書室の利用及び貸出は休止します。

貸出の最終日は5月31日（火）です。

○DVDの貸出しは6月1日（水）以降は、貸出できるDVDを限定します。対象品についてはお問い合わせください。ホームページにも掲載予定です。
対象外のDVDは5月31日（火）までは貸出できます。

貸出図書のWeb検索ができるようになりました！

あいとぴあ 図書室 検索

※“あいとぴあ”図書室の蔵書は、公立図書館の相互貸出サービスには対応していません。
申し込み手続きが別途必要になります。

貸出日：毎週火曜日～土曜日（祝日・年末年始を除く）

貸出時間：9時～17時

貸出冊数：3冊まで

貸出期間：2週間まで



郵送などでの貸出・返却も可能です。
（送料は利用者負担です。）

おすすめDVD

研修や学習会にご利用ください。

「映像で学ぶジェンダー入門」2021年1月作品
監修:加藤秀一(明治学院大学教授)制作・著作(株)サン・エデュケーショナル
<第1巻>男らしさ/女らしさ
—社会を覆うジェンダー・ステレオタイプ(約40分)
<第2巻>多様な性(約30分)
<第3巻>結婚・家庭におけるジェンダー(約38分)
<第4巻>労働とジェンダー(約35分)
<第5巻>性暴力と性の商品(約34分)

「性の健康・リレーションシップ」(129分)2020年作品
制作:AMAZE 日本語訳・吹き替え:PILCON
アメリカの性教育団体「AMAZE」が作成した、性の健康や豊かな人間関係について楽しく学べる動画が日本語に訳されています。信頼できる情報とユーモアあふれるアニメの動画教材です。

長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”

参画ひろば 2022.3

NO. 73

2022年度に開催する講座・イベントのご案内(2ページをご覧ください)
女性相談・男性相談のご案内(4ページをご覧ください)

長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”は何しているの？

長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”は、昭和59年（1984年）に長野県婦人総合センターとして開設以来、男女共同参画社会づくりの総合的な拠点施設として活動しています。

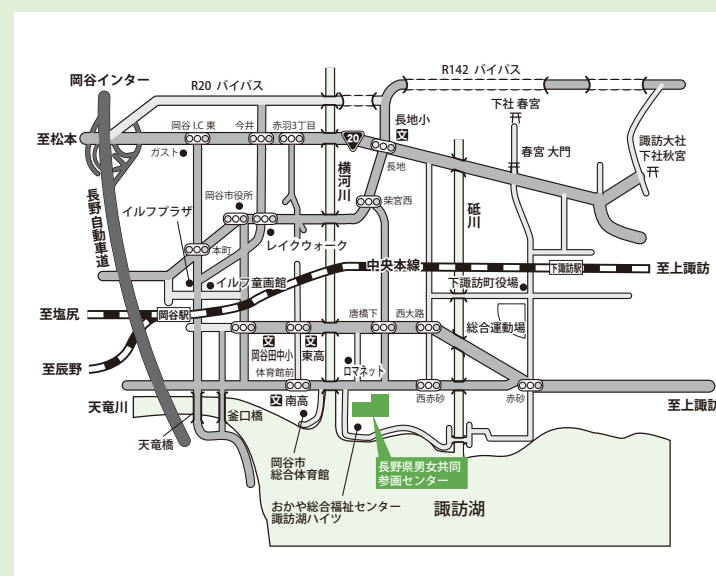
お知らせ

○施設改修工事が始まります

- ・現在の施設内に、諏訪湖をはじめとする長野県内の河川・湖沼の水環境保全に係る調査研究を行う「諏訪湖環境研究センター（仮称）」が併設されます。このため、令和4年の秋から施設改修工事に着工する予定です。
- ・工事期間中は、同一敷地内の諏訪湖ハイツに一時的に事務室移転する予定です。（移転作業中は、相談業務等を休止させていただくことがあります。）
- ・長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”は、工事完了後も引き続き現施設を拠点として、啓発・普及業務や相談業務・情報発信業務等を実施します。

○研修室等の施設の貸出業務は令和3年度末で終了します

- ・機能の見直しと施設改修に伴い、令和3年度末（2022年3月31日）をもって研修室・ホール等についての施設の貸出業務は終了します。
- ・図書室は令和4年6月1日からしばらくの間、利用及び貸出を休止します。（5月末までご利用いただけます。）



長野県男女共同参画センター “あいとぴあ”

〒394-0081 長野県岡谷市長地権現町4-11-51

TEL：0266-22-5781 FAX：0266-22-5783

<http://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/>

E-mail aitopia@pref.nagano.lg.jp

◆開館時間・・・9:00～17:00

◆休館日・・・毎週日・月曜日、祝日、
年末年始（12/29～1/3）

◆交通案内・・・JR中央線 岡谷駅下車タクシー8分

シルキーバス・スワンバス

「岡谷駅南口」乗車～「諏訪湖ハイツ」下車
長野自動車道岡谷I.Cから10分



☆“あいとぴあ”の講座は「どこからでも受講可能」です（一部の対面方式講座を除く）

- ・オンライン会議システム（Zoomミーティング）を利用した講座です。
- ・オンライン会議システムで受講する環境のない方のために、パブリックビューイングで視聴していただく方法も併用します。

令和4年度開催予定の主な講座 詳細は決まり次第ホームページ等でお知らせします。

“あいとぴあ”さんかくセミナー（いろいろなテーマから『男女共同参画』について学ぶ講座）

<男女共同参画の基礎>

6月18日（土）午後
講師：本田 由紀さん
東京大学大学院教授

<キャリア形成>

1月21日（土）午後
講師：渡貴 淳子さん
元南極観測隊員

<男性の生きづらさ>

7月23日（土）午後
講師：濱田 智崇さん
京都橘大学准教授

<ジェンダーと歴史>

2月4日（土）午後
講師：横山 百合子さん
国立歴史民俗博物館名誉教授

<ジェンダーと政治>

10月1日（土）午後
講師：岡野 八代さん
同志社大学教授

<ワーク・ライフ・バランス>

2月18日（土）午後
講師：福盛 二郎さん
イーキュア株式会社 取締役
ファザーリングジャパン信州メンバー



撮影：菅野勝男氏

令和4年度男女共同参画フォーラム

12月10日（土）午後 オンライン配信・県内パブリックビューイング会場（予定）

基調講演：「コロナ後のジェンダーを生きる」

講師 上野 千鶴子 さん

社会学者・東京大学名誉教授・
認定NPO法人ウィメンズアクションネットワーク(WAN)理事長

デートDV・女性に対する暴力防止に関する講座 *詳細は決まり次第ホームページ等でお知らせします。

<離婚に関する法律>

6月9日（木）午前
講師：北川 祥子さん
弁護士

<性教育の大切さ>

8月10日（水）午後
講師：染谷 明日香さん
NPO法人ビルコム理事長

<性に起因する人権侵害>

11月12日（土）午後
講師：太田 啓子さん
弁護士
「これからの男の子たちへ」著者

市町村共同開催事業 *詳細は決まり次第ホームページ等でお知らせします。

◇安曇野市<コミュニケーション>

8月6日（土）午後
講師：土橋 桂子さん
コーチングアカデミー諏訪校 校長

◇小諸市<モラルハラスメント>

8月27日（土）午前
講師：西山 さつきさん
NPO法人レジリエンス代表

◇中川村<家族と片づけ>

9月3日（土）午後
講師：齊藤 絵美さん
イーキュブ代表・一級建築士

◇須坂市<怒りの対処>

10月26日（水）午後
講師：安納 吉野さん
産業カウンセラー・女性問題カウンセラー

◇下諏訪町<災害時のトイレ>

11月9日（水）午後
講師：加藤 篤さん
NPO法人日本トイレ研究所代表理事

<その他>

- ◇学校向け・教職員向けデートDV防止啓発セミナー *4月19日（火）申込み締切
講師を派遣し、デートDVを学ぶ機会を提供します
- ◇「女性相談担当者支援研修」 第1回4月27日（水）、第2回10月7日（金）等企画中

デートDV防止啓発資料(リーフレット)が新しくなりました

デートDVって何だろう
恋愛関係のなかで相手の身や心や財産などを傷つけたり脅かしたりすること。『デートDV』とは、男女間の恋愛関係のなかで相手に対して、身体的・精神的・社会的・経済的の4つの力のいずれかを用いて、相手に対して暴力や脅威を加えることを指します。

デートDVは「からだ」や「こころ」に対する暴力で、人間性そのものが傷つけられます。

身体的暴力
・殴る、蹴る
・髪を引っ掛ける
・押しつぶす
・暴力の脅迫など

精神的暴力
・脅威を加える
・精神的虐待
・自尊心を傷つける
・信用を失わせる
・人間性を傷つける
・「お前さん、お前さん」などの言葉による精神的虐待

社会的・経済的暴力
・相手の交友関係を断つ
・相手の交友関係を断つ
・相手の交友関係を断つ
・相手の交友関係を断つ

性的暴力
・デートDVに該当しない場合でも、性的暴力はデートDVに含まれます。
・デートDVに該当しない場合でも、性的暴力はデートDVに含まれます。

リーフレット「わたしとあなたの“いい関係”」

2013年（平成25年）よりデートDV防止啓発セミナー等の機会に資料として使われてきたリーフレットを、長野県茅野高等学校保健福祉委員会・有志生徒の皆さんや参画コラボ@信州の協力のもと、今の若者世代にさらに分かりやすく改訂を行いました。

相談窓口
あなたの力になる人がいます

- ◇長野県男女共同参画センター「あいとぴあ」
女性相談電話 0266-22-8822
火～土（祝祭日）9:00～12:00、13:00～16:30
- ◇長野県子ども支援センター
子ども専用ダイヤル（通話無料）0800-800-8035
毎月1～5日 10:00～18:00（祝日・年末年始除く）
◇大人用ダイヤル 026-225-9330
毎月1～5日 10:00～18:00（祝日・年末年始除く）
- ◇長野県女性相談センター
026-235-5710
月～金（祝祭日）9:30～17:15
- ◇児童虐待・DV24時間ホットライン
026-219-2413
年中無休（24時間）
- ◇長野県警察本部 人身安全・少年課
少年サポートセンター ヤングテレホン 026-232-4970
年中無休（24時間）
- ◇チャイルドライン（通話無料）
0120-99-7777
毎日 16:00～21:00

長野県男女共同参画センター「あいとぴあ」
0266-22-5781 FAX0266-22-5783
茅野市 長野県茅野高等学校保健福祉委員会 有志
参画コラボの会 信州 (2022.3)

※“あいとぴあ”ホームページからもダウンロードできるよう準備中です。

男女共同参画に関するパネルを貸し出しています

貸出しパネルの一覧は“あいとぴあ”ホームページからご覧になれます。市町村や地区のイベント等で展示してみませんか。申込み用紙はホームページからダウンロード。パネルは郵送可能です。（詳しくはお問い合わせください。）

男女共同参画社会ってなんだろう?
男女共同参画社会とは、男女がともに「自分らしく」生きるために、社会のあらゆる場面で、多様な選択の機会が確保できるとともに、責任を担っていく社会です。

男女共同参画社会づくりの6つの柱
① 男女の権利の尊重
② 生涯にわたる性と生殖に関する健康と権利の尊重
③ 社会における制度又は慣行についての配慮
④ 政策等の立案及び決定への共同参画
⑤ 家庭生活における活動と物の活動
⑥ 国際社会の動向を踏まえた取組

男女共同参画社会のめざす姿
◆男女共同参画社会が実現すると・・・
・充実した家庭生活
・働きやすい職場環境
・活気あふれる地域社会

「アンコンシャス・バイアス」ってなんだろう?
「アンコンシャス・バイアス」は、誰の心にもある知らず知らずの内に持っている思い込み。「無意識の偏見」あるいは「無意識の思い込み」といった意味の言葉です。あなたの心の中にもきっとあるはず。チェックしてみましょう。

パネル例