しあわせ信州
みんなに居場所と出番をつくる

長野県（県民文化部）プレスリリース　令和8年（2026 年）11 月5日

「思い込みにとらわれない生き方」をテーマとした講座を開催します

11 月 12 日（木）から 25 日（水）までは、「女性に対する暴力をなくす運動」期間です。
女性に対する暴力をなくしていくためには、暴力を許さない意識を持つとともに、「こうあるべき」といった思い込みや固定観念を見直し、互いの人格や生き方を尊重することが大切です。この機会に、思い込みにとらわれず、自分を大切に生きることを考えるきっかけとなる講座を飯田市との共催で開催します。

男女共同参画センター“あいとぴあ”・飯田市共催講座（無料、事前申込制）


坂東 眞理子さん

1　日　時　令和８年 11 月 28 日（土）13:30～15:00
2　テーマ　思い込みにとらわれない生き方
　　～自分を大切に生きる～
3　講　師　坂東（ばんどう）　眞理子（まりこ）　さん（昭和女子大学　総長）
4　対　象　県内在住、在勤、在学の方（性別は問いません）
5　受講方法
（１）会場（講師対面）丘の上結いスクエア（ムトスぷらざ内）多目的ホール（飯田市）
（２）パブリックビューイング会場（Zoom によるオンライン）（千曲市、坂城町、南箕輪村）
（３）後日配信（YouTube）
※各会場の定員などの詳細は、別添チラシをご確認ください。
6　申込方法
令和８年 11 月 20 日（金）までに下記の方法でお申し込みください。
（１）会場　①ながの電子申請サービス（https://forms.cloud.microsoft/r/ADrCWE7Ray）
　　②電話又はメール（飯田市 共生・協働推進課）
　　電話：0265-22-4560(直通)/メール：danjo@city.iida.nagano.jp
（２）パブリックビューイング会場　①ながの電子申請サービス
　　②各会場への電話申込み（申込先電話番号は別添チラシをご確認ください）
（３）後日配信　①ながの電子申請サービス
※詳細は県公式サイトをご確認ください。
（https://www.pref.nagano.lg.jp/aitopia/event/jigyo/081128kyosai_iida.html）

ながの電子申請サービス
申込用二次元コード

令和8年度　女性に対する暴力をなくす運動期間について

期　間　：　令和8年 11 月 12 日（木）から 25 日（水）まで
主　唱　：　内閣府その他の男女共同参画推進本部構成府省庁
※内閣府 HP（https://www.gender.go.jp/policy/no_violence/no_violence_act/index.html）
　において、運動に関するポスター・リーフレットがご覧いただけます。

（問合せ先）
担 当　県民文化部男女共同参画センター　飯島、竹田
電 話　0266-22-5781
FAX　0266-22-5783
E-mail　aitopia@pref.nagano.lg.jp

（問合せ先）
担 当　県民文化部人権・男女共同参画課　臼井、齊藤
電 話　026-235-7106（直通）
　　026-232-0111（代表）内線 3746
FAX　026-235-7284
E-mail　jinken-danjo@pref.nagano.lg.jp