和泉市男女共同参画センター

和泉シティプラザ
４階

モアいずみ通信

第２８０号　　令和８（２０２６）年10月１日 発行

令和８年度 和泉市男女共同参画社会づくり講座

覗いてみよう！身近な問題・知らない世界！





参加無料　保育無料

モアいずみ塾

Go To モアいずみ 2026

社会が目まぐるしく変化している現在、モアいずみ塾（５回連続講座）で男女共同参画やジェンダーについて学び、知識をアップデートしませんか。

	開催日	講座名	講師名
1	11/10（火）	誰も取り残されない社会へ ジェンダーと法	松田（まつだ）　聰子（さとこ）さん 桃山学院大学名誉教授
2	11/16（月）	手芸とジェンダー	山崎（やまさき）　明子（あきこ）さん 奈良女子大学研究院生活環境科学系教授
3	11/24（火）	ブラジルから大阪の カフェ店主へ	ヴァニア・ファティマ・アラウジさん スクールカウンセラー、フュージョンカフェ店主
4	12/1（火）	自分らしく設計する 部屋も人生も	小谷（こたに）　美樹（みき）さん 積水ハウス株式会社エグゼクティブ・スペシャリスト、一級建築士、中小企業診断士
5	12/8（火）	子どもたちに寄り添い10年 一人でがんばらなくていいよ	森山（もりやま）　ジェニーさん 特定非営利活動法人子どもセンターぬっく運営委員、弁護士

時間：10：00～12：00
会場：モアいずみ研修室
（和泉シティプラザ北棟４階）

定員：20人 （５回とも参加の人優先）

申込：10月５日（月）から定員に達するまで WEB・電話・FAXにて受付（９：00～17：15 土・日・祝日も受付可）

保育：１歳6か月以上、就学前までのこども（先着順・保育無料）
※保育申込締切日：各回開催日の3日前まで

申込先
モアいずみ（和泉市男女共同参画センター）
TEL：0725-57-6640
FAX：0725-57-6643

※FAXの場合は①講座名「モアいずみ塾」②住所③名前(ふりがな)④電話・FAX番号⑤保育の有無(保育希望の人はお子さんの名前(ふりがな)、月齢)をご記入ください。

WEB申込は
こちらから→

和泉市男女共同参画推進市民実行委員会とモアいずみが協働で企画しました。
モアいずみ塾を受講して、あなたも市民実行委員として活動してみませんか。

§ 女性のための特別相談実施 §

「女性に対する暴力をなくす運動」啓発事業の一環として実施しています。

電話相談



10月29日(木)　18:00～20:00

夫婦や親子関係、子育て等あなたの悩みや不安な気持ちを、女性の相談員が電話でお聞きします。必要に応じて専門機関をご案内いたします。あなたの電話番号は表示されません。お気軽にご相談ください。

《専用電話》0725-57-7900

法律相談・カウンセリング【予約制】

※ 面接相談は市内在住または在勤（学）の人に限ります。

11月14日(土)　13:00～16:00

法律相談（1人25分）

女性のかかえる問題について、女性弁護士が法律に関する相談に応じます。

カウンセリング（1人50分）

ご自身のこと、対人関係（夫婦、親子、職場）などさまざまな問題について、女性カウンセラーが個別にお話をうかがいます。

《予約電話》0725-57-6640



※ 特別相談以外に通常の相談も実施しています。日程等詳細については、4面をご覧ください。

【講座案内】

男女共同参画社会づくり講座

参加無料 保育無料

女性のエンパワメント講座入門編
女性の居場所づくりを応援します！
ブックカフェ ～絵本でつながる読みあい交流会～



日 時：10月29日（木） 14：00～15：45

大阪府立男女共同参画・青少年センター(ドーンセンター)情報ライブラリーから取り寄せた絵本を読みあい、感じたことや心に残った場面などを参加者同士で分かち合い、交流しましょう。

≪場 所≫ モアいずみ研修室（和泉シティプラザ北棟４階）
≪定員・対象≫ 15人　女性のみ
≪申 込≫ 10月5日（月）から定員に達するまで
WEB・電話・FAXにて受付
※ 保育申込締切日：10月26日（月）

↑WEB 申込はこちらから

大阪公立大学ＩＲＩＳの親子理科実験教室
野菜をまるごと分析！～ペットボトル顕微鏡で見るミクロの世界×ビタミンCランキング～

保育無料

大阪公立大学の理系女子大学院生チームＩＲＩＳ（アイリス）と小学生（１～３年）が一緒に、実験をします。
①ペットボトル顕微鏡を作って観察しよう。
②ビタミンCはどうやって調べるの？



ビタミンCってなあに？
ビタミンCは、野菜やくだものに入っているえいようです。
どの野菜にたくさん入っているのか、いっしょに調べてランキングを作ろう！



日 時：11月8日（日）10：00～12：00

理科が楽しくなる実験教室



ＩＲＩＳオリジナルキャラクターです。

≪場 所≫ モアいずみ研修室（和泉シティプラザ北棟４階）
≪定 員≫ 10組（大人１人につき、こども2人まで）
≪対 象≫ 小学１年生から３年生のこどもと保護者
≪材料費≫ こども1人につき500円（保険代含む）
≪申 込≫ 10月6日（火）から定員に達するまで
WEB・電話・FAXにて受付
※ 保育申込締切日：１１月５日（木）

↑WEB 申込はこちらから

子育て中で、ゆっくり本を読む時間がない人へ
保育付き ブックタイム



参加無料 保育無料

家事や育児、仕事で本を読む時間がないお父さんお母さん、孫育て中のおじいちゃんおばあちゃん♪お子さん、お孫さんを保育ルームに預けて、ゆっくり読書しませんか？「育児」のあいまの「育自」の時間をお楽しみください。
※モアいずみ図書コーナーの本もおすすめです。



日時：11 月 19 日（木）10：00～12：00

≪場 所≫ モアいずみ研修室（和泉シティプラザ北棟４階）
≪定 員≫ ５人　市内在住または在勤（学）の人優先
≪申 込≫ 10月13日（火）から定員に達するまで
電話・FAXにて受付
※保育申込締切日：11月16日（月）

【申込先】
モアいずみ（和泉市男女共同参画センター）和泉シティプラザ北棟4階
TEL　0725-57-6640
FAX　0725-57-6643
（9：00～17：15まで
土・日・祝日も可。年末年始は除く）

モアいずみ HP https://moaizumi.com

※ FAX の場合は、講座名・講座日・住所・名前（ふりがな）・電話番号（FAX 番号）・保育の有無。保育希望の人は、お子さんの名前（ふりがな）・月齢をご記入ください。
※モアいずみ主催のすべての講座に保育があります。
１歳６か月以上、就学前までのこども（先着順・保育無料）

≪講座報告≫

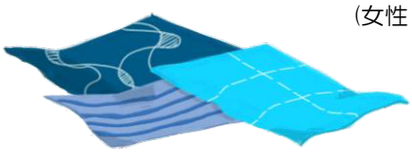
男女共同参画社会づくり講座



夏休み、親子で作ろう！**アップサイクルな「裂き織りコースター」**7月25日(土)10：00～12：00
講師：高重 奈緒さん（(株)チクマ キャンパス事業部 服育 net 研究所研究員 服育コーディネーター）

《参加者の声》

- ぼくがかったふくがつかえなくなったけど、そのふくでコースターをつくれてうれしかった。（男子・7 歳）
- いつも服を捨てていて、もったいないなと思ったけど、アップサイクルを学んで、こういうものもあるんだ！とわかり、もっとぬのをつかったアップサイクルしたいなと思いました！今日はとても楽しかったです！（女子・11 歳）
- アップサイクルという語が学べてよかったです。（男子・11 歳）
- お気に入りだった服を再利用させてあげることができてうれしかったです。よい機会をありがとうございました。（女性・30 歳代）
- こどもと協力して、制作できてよかった。こどもは初めてみつあみができて、うれしそうにしていた。（女性・40 歳代）



- 親子で参加できる講座で、久しぶりにお姉ちゃんだけの時間ができて楽しく過ごさせてもらいました。（女性・40 歳代）
- コースター作りだけではなく、アップサイクルなどのお話も聞けて親子で楽しく勉強する機会となりました。娘も楽しく制作でき喜んでいました。今回のコースターの生地はもう入らなくなった子ども服で、おばあちゃんの手作りの服だったので、残すことができてよかったです。家でもう一つ作ってみようと思います。（女性・40 歳代）



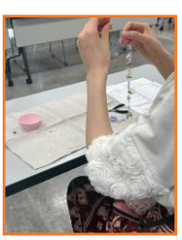




完成しました！

いずみワクワク講座

「サンキャッチャー作り＆カラーセラピー」8月9日(日)10：00～12：00
講師：toco.山﨑 とうこさん（Dew サンキャッチャー®カラーセラピスト）





《参加者の声》

- 初めて作ったのですが、自由に作る事ができ、時間がたっぷりあった事がとても良かった！色を合わせて「好き」を作り上げる作業が楽しかったです。（女性・50 歳代）
- 少しむずしかったけど、完成したし、楽しかったので、きてよかった。（女性・10歳代）
- はじめてサンキャッチャーを作りました。安価なのに素敵な作品ができて大満足です。カラーセラピーはバシバシ言いあてられて驚きです。自分を振り返る良い機会をいただきました。カラーセラピーだけでもとても価値のある講座でした。また参加したいです。（女性・60歳代）

「大人のためのやさしい体幹トレーニング」9月5日(土)・12日(土)10：00～11：30
講師：出口　輝美さん（体幹インストラクター）



《参加者の声》

- 次の日に軽い筋肉痛がありちょうどいい運動になった。（女性・40 歳代）
- 体幹が弱いことがわかり今後努めようと思いました。（男性・70 歳代）
- 分かりやすい指導で良かったです。（女性・70 歳代）
- 骨盤の位置等、勉強になりました。（女性・60 歳代）
- 参加人数もほどよく、よくわかりました。自宅でも続けたいので簡単なプリントがあれば嬉しいです。（女性・60 歳代）
- 体力、筋肉がないことを実感した。2 つを毎日やっていきたいと思う。（女性・60 歳代）
- 簡単な動きが多く楽しくできました。（女性・40 歳代）
- 普段、動かさない体の部分を動かせた。自分の体をほぐせた。（女性・50 歳代）
- 呼吸と連動したゆっくりとした動きの大切さを教えていただきました。（女性・60 歳代）
- 体幹を強くして姿勢よくなりたいと思った。（女性・70 歳代）





新 着 図 書 紹 介



『 涙の箱 』
ハン・ガン（著） きむ ふな（訳）
（株）評論社 発行

ノーベル文学賞作家ハン・ガンがえがく、大人のための童話
この世で最も美しく、すべての人のこころを濡らすという「純粋な涙」を探して

「過去のトラウマに向き合い、人間の命のもろさを浮き彫りにする強烈な詩的散文」が評価され、2024年にノーベル文学賞を受賞したハン・ガン。本書は童話と銘打ちながらも、深い絶望や痛みを描き、そこを通過して見える光を描くハン・ガンの作品世界を色濃く感じられる作品です。

２００８年、韓国で発売され、本国では子どもから大人まで幅広い年齢層に愛されている本作。ハン・ガン作品との出会いにもおすすめの一冊です。

（株）評論社HPより参照（抜粋）



“働く”を自分でデザインする
『おんな・ひとり・フリーランス』
佐賀 晶子（著） （株）同文舘 発行

人生にゴールがあるとしたら、それは何だと思いますか？ いろいろな答えがあるはずですが、私は「納得のいく人生を送ること」だと思います。どんな選択をしても、そこに納得感があればその人生には満足感が生まれ、幸せな最期を迎えられると思うからです。

納得のいく人生を送るためには、自分で人生のハンドルを握り、行きたい方向に進んでいくこと。道草をしたり、迂回したりしてもいい。それに、行きたい方向が変わることがあってもいいと思うんです。

もし、あなたが今、「なんか違うな」と感じているなら、その違和感は、次のステージに進むサインかもしれません。この本が、まだ出会っていない〝もうひとりのあなた〟と出会うきっかけになれることを願っています。

（株）同文舘HPより参照（抜粋）

1人3点まで図書やDVDの貸し出しを行っています。貸出期間は、3週間。

相談窓口

ご自身のこと、夫婦・親子関係のこと、職場のことなど、ひとりで抱え込まず、お気軽にご相談ください。（和泉市の面接相談は市内在住または在勤（学）の人に限ります）

■ モアいずみ女性相談 相談無料・秘密厳守

カウンセリング 電話予約 0725-57-6640
第2・4(火) 13:00～17:00（予約制・1人50分）
10月13・27日/11月10・14・24日
女性カウンセラーがあなたの悩みの相談（面接）に応じます。
※11月14日(土)は特別相談日

法律相談 電話予約 0725-57-6640
第4(火) 13:00～16:00（予約制・1人25分）
10月27日/11月・14・24日
女性弁護士が法律に関する相談（面接）に応じます。
※11月14日(土)は特別相談日

電話相談 専用電話 0725-57-7900
第1～4(水) 10:00～12:00/13:00～15:00
10月7・14・21・28日/11月4・11・18・25日
第1～4(木) 18:00～20:00
10月1・8・15・22・29日/11月5・12・19・26日
※10月29日(木)は特別相談日
あなたの不安や悩みを電話相談員が聞きサポートします。

■和泉市役所の相談窓口

配偶者やパートナーからの暴力(DV)相談
専用電話(人権・男女参画担当) 0725-99-8207
10:00～12:00/12:45～16:45（面接は要予約）
（土・日・祝日、年末年始を除く）
DVにはさまざまな種類があります。まずはお電話を！

■大阪府の相談窓口

女性のための電話相談 06-6937-7800
火～金 16:00～20:00 / 土・日 10:00～16:00

男性のための電話相談 06-6910-6596
第1・4(水)16:00～20:00 / 第2・3(土)11:00～15:00
（年末年始を除く、祝日は振替）

大阪府女性相談センター 06-6949-6022
（配偶者等からのDV相談） 06-6946-7890
月～金 9:00～20:00 / 土・日 9:00～17:00
（祝日、年末年始を除く）

DV電話相談 【電話】06-6946-7890
※ 24時間365日受付 【FAX】06-6940-0075

大阪府貝塚子ども家庭センター
DV相談専用電話 072-430-6005
月～金 9:00～17:45 （土・日・祝日、年末年始を除く）

■内閣府の相談窓口

内閣府・DV相談＋（プラス） 電話 0120-279-889（つなぐ－はやく）
（24時間受付）
チャット相談 12:00～22:00

DV相談ナビ電話 ＃8008（はれれば）
（ご利用には通話料がかかります）

キュアタイム 性暴力の悩みをチャット・メールで相談できます。 キュアタイム で検索を

編集・発行
モアいずみ（和泉市男女共同参画センター）
〒594-0041 和泉市いぶき野五丁目4番7号（和泉シティプラザ北棟4階）
TEL:0725-57-6640・FAX:0725-57-6643・E-mail:jindan@city.osaka-izumi.lg.jp
開館時間:9:00～17:15 年末年始は休館（12月29日～1月3日）

（750部作成、１部あたり55円）