

# きらきら

今、ひとりひとりが…

2026  
冬号

## History

「桜梅桃李」という言葉が好き!

それぞれ可憐に咲き使命を果たしながら人々の心  
を和ませてくれる花・花・花。一人ひとりが今、居る場所で自分らしく生き、自分らしく  
「きらきら」と輝いていける21世紀でありたい…。

## Contents

- 日本初の女性首相誕生!
- 日本女性会議2025権原参加報告
- TOPICS:ガラスの天井
- やさしい日本語でつたえよう

第79号

## 2025年度 伊賀市男女共同参画センター 事業報告

### 男女共同参画講座

#### はじめての料理教室

松永 啓子 さん

5月24日

カツオのたたき作りに挑戦! 男性の皆さんと一緒に、一汁三菜の基本を楽しく学びました。

#### 女性のためのエンパワメント講座

栗岡 多恵子 さん

心と体をほぐすボディワークを体験。ストレスを解消し、自分を整えるコツを学びました。



7月18日

#### 女性のための就労支援講座

植田 香代子 さん

8月29日

自分らしい未来のために。無理なく、安心して歩めるライフプランをみんなで考えました。

#### 女性・男性リーダー修了生サポート講座

川上 一恵 さん

9月19日

ハラスメントのない環境づくりへ。自分も周りも大切にするための心得を学び合いました。

#### 男女一緒に気づいて広がる発見講座

源 淳子 さん

11月28日

歴史や宗教から読み解く「葬」の形。自分らしい終活を考える、大切な機会となりました。



発行(令和8年2月1日発行)

伊賀市 人権生活環境部 人権政策課

〒518-0873 三重県伊賀市上野丸之内500番地

TEL:0595-22-9632 FAX:0595-22-9666

✉ jinken-danjo@city.iga.lg.jp

編集

伊賀市男女共同参画センター情報誌「きらきら」

編集スタッフ

岡 久美子・竹山 佐代子・的場 裕子・矢野 美幸

(担当) 永井口 英哲・正井 尚美



伊賀市男女共同参画センターでは、毎年、男女共同参画に係る様々なイベントを実施しています。イベント情報は「広報いが」や伊賀市のホームページに掲載しますのでご覧いただき、ぜひご参加ください!



### 三重県内男女共同参画連携

## 映画祭

10月4日



三重県内の市町が連携し、男女共同参画を身近に感じてもらうために映画祭を開催しました。

伊賀市では「この世界の片隅に」を上映しました。上映前にプレトークを行い、女性の生き方や戦争についての理解を深めました。

### パープルライトアップ

#### 「女性に対する暴力をなくす

運動」期間の初日に、ハイトイピア伊賀、伊賀上野城、上野市駅をライトアップしました。

11月12日



紫色のライトアップで「あなたはひとりじゃない」というメッセージを毎年、発信しています。

# 日本初の女性首相誕生！

## 世界を変えた”女性リーダー”たちのバトン

2025年、高市早苗さんが日本初の女性首相に就任し、日本の政治史に新たな一歩が刻まれました。これは、性別にとらわれず、誰もが社会のリーダーを目指せる新時代への確かな希望に感じられます。



### 世界をリードする女性たち

世界に目を向けると、女性リーダーの活躍はもはや珍しくありません。現在、首相職や大統領職として、それぞれ約20名くらいの女性が活躍しています。

現役で最も長くその職にあるリーダーの一人に、カリブ海の島国バルバドスのミア・モトリー首相がいます。彼女は7年以上にわたり国を導き、安定した政権運営で世界から注目されています。

### 歴史の中の偉大な女性リーダー

歴史を振り返ると、女性が国のトップに立つ例は古くから存在します。

#### 【世界初の女性大統領】

大統領制の国では、1974年にアルゼンチンのイサベル・ペロン氏が副大統領から昇格し、世界初の女性大統領となりました。さらに、1980年にはアイスランドのヴィグディス・フィンボガドッティル氏が世界で初めて民主的な選挙によって選出された女性大統領として歴史に名を刻んでいます。

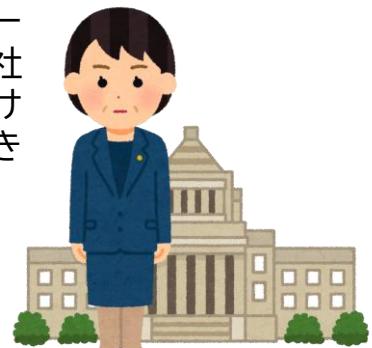
#### 【世界初の女性首相】

首相としては、彼女たちよりもさらに前に、一国のトップに立った女性がいます。世界で一番最初に首相の座に就いたのは、1960年にセイロン（現在のスリランカ）で就任されたシリマヴォ・バンダラナイケ氏です。彼女は、前首相である夫の遺志を継いで政界に入り、無料教育の普及などを推進しました。

彼女たちの最大の功績は、一国のリーダーとしての成果だけでなく、「女性が政治のトップに立てる」という前例を世界に示し、後の女性たちの政治参加を促す象徴となったことです。

#### 多様なリーダーシップが輝く社会へ

高市首相の誕生は、日本がバンダラナイケ氏やペロン氏らが切り開いた道に並び、性別に関係なく、多様な個性と能力が認められる社会へ向かう大きな一歩になるのではないかでしょうか。私たち一人ひとりが固定観念を捨て、より豊かで、多様なリーダーシップが輝く社会を共に創っていくよう行動ていきましょう。



## DVD無料貸出中



伊賀市男女共同参画センターでは、ご家族や地域のグループで気軽に学べるDVDの貸出しを行っています。ぜひ、ご利用ください。

#### ★映像で学ぶジェンダー入門シリーズ

- ① 男らしさ/女らしさ(40分)
- ② 多様な「性」(30分)
- ③ 結婚・家庭におけるジェンダー(40分)
- ④ 労働とジェンダー(35分)
- ⑤ 性暴力と性の商品化(40分)

#### ★安心できる避難所づくり～男女共同参画の視点を避難所運営に～(25分)



# 日本女性会議2025権原 2025.10.3(金) - 5(日)

日本国はじまりの地から未来へ～多様性を認め合う社会の実現を～

2日間の特別講演を通して、社会の見方だけでなく、自分自身の生き方や心の向き合い方まで、幅広く考える機会となりました。

1日目の瀬地山角(せちやま かく)先生の分科会では、笑いを交えながらも日本のジェンダー課題を鋭く指摘され、家庭の役割分担や地域差の現実をデータと共に示してくださいました。「男の家事は避難訓練」という言葉は、家族の誰かに負担が集中しない仕組みづくりの重要性を端的に表しており、家庭と社会のつながりを改めて実感しました。



2日目の有森裕子さんのお話は、自分自身の“意思”を軸に生きることの大切さを語るものでした。海外の選手は“自分で決めて、自分のために学び、進んでいく”という姿勢が当たり前であり、「きついことは伸びている証拠」「嫌ならやめていい」という言葉には、一人ひとりが自分の心と体の声を聴きながら選択していく尊さが込められていました。

また、メンタルは“本人が感じなければ変わらない”という指摘は、誰かに頼るだけではなく、自分の意思を確認しながら進むことの重要性を教えてくれました。

さらに、チームプレイにおいて必要な“ケア”的視点、生理痛や体調の辛さなど身体の実感を男女にも学ぶ教育の大切さ、そして体の仕組みや回復のスピードが人それぞれであるという“多様性”的尊重など、スポーツを超えて生き方全体に関わる学びが多くありました。

続くアンミカさんの講演では、「姿勢」「笑顔」「自分をすること」といった日々の小さな習慣が、心の巡りや幸福につながるというメッセージが印象的でした。「子どもの頃の不運は神様のギフト」「被害者意識は持たない」という言葉は、物事を柔らかく受け止める“やわらか脳”的大切さを教えてくれました。ネガティブな“壁際ことば”ではなく、前向きでポップな言葉を選ぶことで、気持ちが軽くなり、周りとの関係もより良いものになるという示唆が心に残りました。

2日間を通して、社会を変えていく視点と、自分を整えながら前に進む力の両方を学べた、非常に充実した時間でした。



(伊賀市男女共同参画ネットワーク会議 会長 荒井恵美子)

## TOPICS part 56

「ガラスの天井」とは、主にキャリアアップを目指す女性やマイノリティが、その能力や実績にもかかわらず、組織内で一定以上の地位や役職に昇進できない障壁を指す比喩的な表現です。

もともとは、1970年代後半にアメリカのビジネス界で使われ始め、1991年には、アメリカで「ガラスの天井委員会」が設立され、この問題に対する具体的な調査と提言が行われるなど、国際的にジェンダー平等の重要な課題として認識されています。

## ガラスの天井

この天井は、私たち個人の能力の問題ではありません。長年の慣習や固定観念など、社会全体の構造が作り出しています。

「ガラスの天井」は過去の遺物として、誰もが平等に輝ける社会を創っていくたいですね。



# やさしい日本語でつたえよう

だんじょきょうどうさんかく  
『男女共同参画』をやさしい日本語で言うと

“男性も女性もやりたいことを、性別で決められずに自由にできること”

伊賀市の人口は10月時点で83,553人うち外国人が6,302人です。

多様な文化背景を持つ46か国の人々と分かり合うためのコミュニケーションの手段として『やさしい日本語』を使って“ゆっくり”話してもらうと伝わりやすいです。

## ハサミの法則

(やさしい日本語のコツ)

はっきり あいまいな言い方はX  
さまで 文末まではっきり  
みじかく 一文は短く

伊賀市民14人に一人が外国人

がいこくせき いがしみんすう  
外国籍の伊賀市民数  
トップ3  
① ブラジル  
② ベトナム  
③ フィリピン



## べんりな翻訳アプリ

Voice Tra®



UDトーク®



こんなのもあるよ!

伊賀市国際交流協会の

にほんご  
やさしい日本語かるた

連絡先:伊賀市国際交流協会

電話:070-4455-4900

