

# 男女共同参画だより

# ハーモニー

2026 **51** March



富山県男女共同参画推進員  
富山市連絡会  
富山市男女共同参画推進  
地域リーダー連絡協議会  
会長 齋藤 亮

あいさつ

陽春の候、皆様にはますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

皆様方には、日頃より富山市男女共同参画推進地域リーダー連絡協議会活動に、ご理解、ご協力を賜りまして、まことにありがとうございます。

さて、昨年度は「2025年日本国際博覧会」が大阪市此花区の人工島・夢洲にて4月13日から半年間開催され大盛況に終了されました。先日のミラノ・コルティナ冬季オリンピックにおいては、三浦璃来・木原龍一ペアがフリーの演技で大逆転での金メダル優勝を果たしました。経済の活性化、アスリートの活躍により「自分も何かに挑戦したくなる」わくわくする気持ちを持つことができました。

このことを地域の方々と共有し、コミュニケーションをはかり一人一人が輝く日本一幸せな富山市をめざして男女共同参画推進の啓発活動を行っていきます。掲載された各地区の啓発活動を通じて、私たちと共に地域を元気に明るくしていきたいと思います。

今後とも、ご協力、ご支援を頂きますようお願い申し上げます。

〜わくわくわくわくが

輝く社会へ〜



# 校区啓発活動報告

みんなと一緒に「楽しく」活動することが気づきの一歩です。

## 【中部ブロック】

東部校区

### 『防災への備え』

講師：宮本 雅文氏

実施日：令和7年10月10日(金)

場所：東部公民館

いつどこで何が起こるか分からない災害。今できることやハザードマップの読み方を学びました。参加者24名(廣田 勉、永森 昌子)



奥田北校区

### 『みそづくり教室』

講師：新村こうじみそ商店 代表  
新村 弘之氏

実施日：令和8年1月23日(金)

場所：奥田北公民館

毎回いろんな話を聞く事ができ楽しみにしている。場所の関係で参加者が限られるのが残念です。参加者11名(中山 京美)



奥田校区

### 『珈琲を楽しもう』

講師：コーヒー愛好家 牧野 啓行氏

実施日：令和7年10月11日(土)

場所：奥田公民館

コーヒーの産地・ドリップコーヒーの美味しい入れ方について学びながら2種類のコーヒーを楽しんだ。実際にコーヒーを入れて飲んでいただくため、受講者の人数が限られたが、講師の入れるコーヒーは大変おいしく、講義内容と合わせて、受講者は大変満足していた。参加者15名(野原 哲郎、宮本 郁世)



柳町校区

### 『魚のさばき方教室』&『健康講座』

講師：中央保健センター保健師  
河瀬鮮魚店社長

実施日：令和8年1月30日(金)

場所：柳町公民館

握力測定の後、軽い運動と「健康講座」、魚をさばいた後は、食生活改善委員さんによる、がん予防のおかず3品を皆で食事と盛りだくさんの講座でした。毎回好評で、公民館活動の新たな方の誘致につながる大切な講座になっています。参加者16名(赤根 真由美、松澤 美智子)



西田地方校区

### 『にしのおとカフェ』

講師：音楽療法士 道下 和美先生

実施日：令和7年10月29日(水)

場所：西田地方公民館

懐かしい歌に合わせてハンドベル、鳴子などの楽器をみんなで振ったり、鳴らしたりして楽しい音楽会を体感し、心地よい時間を過ごした。参加者からは「久しぶりに楽器に触って楽しかった。」「懐かしい歌を聞くと心がはずむ。」「音楽会に自分が参加しているような気持ちになった。」などの感想が聞かれた。参加者34名(種部 元仁、藤巻 久美)



五番町校区

### 『お魚料理教室』

講師：富山県おさかな普及協会  
柳瀬 義秋氏

実施日：令和8年1月31日(土)

場所：五番町公民館

真鱈やカワハギの昆布や煮つけなど、ワンランクアップの魚料理を教わりました。男性の方の参加が多く有意義な教室となりました。丁寧な指導と軽快なおしゃべりで、楽しくおさかな料理のコツを教わりました。参加者11名(平岡 香代)



## 【南部ブロック】

清水町校区

### 『清水町校区世代間交流会』

実施日：令和7年5月25日(日)

場所：清水町体育館

清水町地区での3世代が集まる世代間交流会において、男女共同参画推進の活動案内や小学生向け資料の配布を実施しています。参加者250名(新村 知弘、前田 友美)



光陽校区

### 『美味しい珈琲の淹れ方教室』

講師：Coffee Beans + Café MicT マスター  
富川 義隆氏

実施日：令和7年11月21日(金)

場所：光陽地区センター

3種類のタイプの違う珈琲の抽出と飲み比べを班ごとに行い、淹れ方によって珈琲の味が変わることを学び、参加者同士、楽しい時間を過ごしました。参加者14名(村上 雅俊)



## 【西部ブロック】

寒江校区

### 『さわやかウォーキングパネル展示』

講師：ノルディックウォーキング専門講師  
田中先生

実施日：令和7年5月22日(木)

場所：寒江公民館

さわやかウォーキングに協賛して、アンコンシャスバイアスの啓発パネルを展示を行いました。参加者48名(庄司 克幸、長谷川 靖夫)



老田校区

### 『しいたけ作り講座』

講師：めひの野園作業センター ふじなみ 講師  
中塩 映先生

実施日：令和7年6月27日(金)

場所：老田公民館

男女ともに大人気で、定員をオーバーするほどの参加者が集まりました。熱心にメモをとったり、スマホで写真に収めたりと熱気の中にも、和気あいあいとした雰囲気の中での講座は大盛況でした。参加者30名(舟竹 康二、今井 壽子)



## 神明校区

### 『神明校区文化祭での男女共同参画パネル展示』

実施日：令和7年11月2日(日)

場 所：神明小学校

1人でも多くの方に、他人事ではないことを知っていただく機会となればと思います。企画しましたが、あまり関心がないように見受けました。見るだけでなく、参加できるような工夫が必要だと感じ、今後の課題としたいと思います。参加者120名(文化祭全体)(佐藤 真紀子)



## 長岡校区

### 『長岡地区の歴史について』

講 師：富山市埋蔵文化財センター 主幹学芸員 堀内 大介氏

実施日：令和7年12月9日(火)

場 所：長岡公民館

地元にある縄文時代の集落跡「北代縄文遺跡」や「蛭ヶ森貝塚」など当時の地形から生活状況などをたどりながら現在に至る歴史を勉強しました。参加者30名(藤井 欣也、門口 靖子)



## 古沢校区

### 『そば作り教室とパネル展示』

講 師：高浪 勇氏(ほか4名)

実施日：令和7年12月5日(金)

場 所：古沢公民館

5グループに分かれ、それぞれのそば打ち名人に付いてそば作りを体験し、その後皆で打ちたてのそばを味わいました。それに合わせてアンコンシャスパイアスについてのパネル展示を行い意識づけを試みました。参加者21名(岩城 裕一、河田 新子)



## 五福校区

### 『成年後見制度で支える“わたしらしさ” ~不安に向き合い考えるきっかけに~』

講 師：NPO法人 富山成年後見支援センター 理事長 竹田 達矢氏

実施日：令和7年12月13日(土)

場 所：五福地区センター

1人暮らしの方が熱心に質問されていました。お金の残し方、使い方をお話しいただきました。時間が足りなく、先生のLIVE感いっぱいのお話しの、続きを期待される声もありました。参加者6名(呂丹、岸 順子)



## 【北部ブロック】

### 浜黒崎校区

#### 『健康意識向上のためのウォーキング』

講 師：富山市体育協会 スポーツ指導員 南 美紀氏

実施日：令和7年6月20日(金)

場 所：浜黒崎海岸

ノルディックポールを使って準備体操を行ったあと、正しい姿勢を意識しながら約2.3kmの散策した。参加者22名(飯山 玲子、萬治 喜久雄)



### 四方校区

#### 『「ます寿し作り」体験講座』

講 師：富山ます寿し協同組合 高芳さんを含め、3名

実施日：令和7年11月27日(木)

場 所：四方公民館

3グループに分かれて、講師の話を聞きながら、手に入りやすい貴重な天然のサクラマスを使ったますずし作りを体験しました。参加者には男女共同参画の意義と活動について簡単に説明する時間を作りました。参加者15名(川西 嘉之、長濱 真琴)



### 豊田校区

#### 『ますずし作り体験会』

講 師：庄右衛門 元祖関野屋 (ますずし協同組合加盟店)

実施日：令和7年6月26日(木)

場 所：豊田公民館

ますずしの歴史(由来)のお話を聞き、手順の説明を受けながら、ますずし作り体験しました。皆さん初めてということでしたが、次第に表情も和らぎ楽しそうでした。出来上りを手に一層喜んでおられました。参加者18名(堀 謙治、金谷 佳世子)



### 草島校区

#### 『ウィークエンド・コンサート 2025』

出 演：クリスタンビジュール (野上 聡子、浜田 智美、松崎 加代子、星野 いずみ)

実施日：令和7年11月30日(日)

場 所：草島公民館

普段聞くことのないソプラノの音楽は心癒されました。また、参加者が一緒に歌ったりできる企画でもあり、参加された皆さんはとても楽しそうでした。参加者50名(架田 美紀子、佐藤 清美)



### 八幡校区

#### 『そば打ち体験教室』

講 師：上市そば道場 代表 深澤 由紀子氏

実施日：令和7年9月17日(水)

場 所：八幡公民館

簡単そうに見えても実は力が必要だったり、体験を通して知ることが沢山ありました。大変有意義な時間になったとの意見多数ありました。参加者10名(藤井 奈津子)



### 大広田校区

#### 『富山の伝統郷土料理のかぶら寿司を作る』

講 師：新村こうじみそ商店 代表 新村 弘之氏

実施日：令和8年1月14日(水)

場 所：大広田公民館

麴の効能について学び、冬の郷土料理を、来年はお正月にいただけるように作り方を学びました。男性や若い方の参加が増え良かったです。参加者43名(細川 規景、宮崎 敏子)



岩瀬校区

### 『手づくりみそ体験教室』

講師：新村こうじみそ商店 代表  
新村 弘之氏

実施日：令和8年1月30日(金)

場所：岩瀬公民館

手作り方法を講師の説明を聞きながら、大豆・糀・塩といった原料から自分でみそを作成する教室を開催し、完成品の約6kgは各自持ち帰りました。  
参加者22名(森田 優弘)



大広田校区

### 『避難所対応運営ゲーム「HUG」模擬体験』

講師：防災士 細川 規景 他  
(助6名、オブザーバー2名合計8名)

実施日：令和8年2月28日(土)

場所：大広田公民館

プレイヤーには校下の町内正副会長、女性防火クラブ員、防災士等が6グループに分かれてHUGを初めて体験した。ゲーム約は1時間、カードはどのグループも最後まで読みあげることは出来なかったが、にぎやかに楽しそうにプレイしていた。  
参加者49名(細川 規景、宮崎 敏子)



## 【東部ブロック】

水橋西部校区

### 『美味しい珈琲の淹れ方教室』

講師：Mict 富川 義隆先生

実施日：令和7年6月2日(月)

場所：水橋西部公民館

深煎り・中煎り・浅煎りの3種類のコーヒーを真剣にひとりずつ入れてお互いに飲み比べたり、先生にテイस्टングの感想を聞いたり、参加者は真剣に相談や質問をされていました。  
参加者13名(池田 清隆、吉田 正美)



藤ノ木校区

### 『かぶらづくり教室』

講師：新村こうじみそ商店 代表  
新村 弘之氏

実施日：令和7年11月13日(木)

場所：藤ノ木公民館

「甘酒床」の作り方への質問が多く、挑戦したいと思う参加者が多く見られ、講義が白熱していました。  
参加者26名(吉田 隆伸)



水橋東部校区

### 『春の歩こう会』

講師：水橋東部体育協会

実施日：令和7年6月8日(日)

場所：太閤山ランド

貸切バスで太閤山ランドまで行き、公園の中を歩いたり、新スポーツのモルックの体験をして交流を深め、お昼に全員でバーベキューをして親睦を図りました。  
参加者47名(長谷 康治、砂原 理恵)



山室校区

### 『世界の料理教室 —ウクライナ料理ボルシチを作ろう—』

講師：梶野 史苗氏

実施日：令和7年12月12日(金)

場所：山室地区センター

3チームに分けて、男性主体で料理を作りました。女性はオブザーバー役、講師の指導の下ボルシチとサラダを作り、試食は大変盛り上がりしました。料理初心者や主婦でご飯作りに慣れた人等、料理スキルが様々な男性陣を束ねる女性が力を合わせて、おいしい料理ができました。参加者12名(亀谷 良光、川淵 昌代)



三郷校区

### 『防災講座』

講師：富山県防災士会 理事  
村上 綾子氏

実施日：令和7年10月4日(土)

場所：三郷公民館

高齢者や障害のある方、女性や子供などが避難生活を安心して過ごすためのポイントや自分の身を守る日頃の備えを分かりやすく教えてもらった。  
参加者40名(前田 人志)



水橋中部校区

### 『みそづくり教室』

講師：新村こうじみそ商店 代表  
新村 弘之氏

実施日：令和8年1月16日(金)

場所：水橋中部公民館

みその材料を混ぜる工程も楽しく、熟成されるのが待ち遠しい『手作りみそ』発酵の過程にできる「産膜酵母」の対応や「カビ」を防ぐコツ、長期保存でも変色を防ぎ美味しく頂く方法も学びました。参加者15名(伊井 恵子、金盛 真夕美)



## 【大山・大沢野ブロック】

福沢校区

### 『味噌作り教室』

講師：新村こうじみそ商店 代表  
新村 弘之氏

実施日：令和7年4月23日(水)

場所：福沢公民館

参加者の言葉として、世界の発酵食品の話など、いろいろ学べてとてもいい時間をすごせました。できれば来年も参加したいという意見を頂きました。

参加者23名(石田 彰利)



大庄校区

### 『ソーセージ作り教室』

講師：料理教室「風の薫り」  
浅野 恭子さん

実施日：令和7年10月17日(金)

場所：大庄公民館

参加者が少ない中でしたが初めての腸詰に挑戦。みんなで楽しくそして美味しくいただきました。参加者14名(川原、甲斐)



小見校区

### 『男女仲よく料理教室』

講師：小見クッキングサロン

実施日：令和7年9月24日(水)

場所：小見公民館

今後の食生活に役立つような丈夫な骨づくりや塩分控えめを意識した、フレイル(運動・認知機能低下)予防食4品を楽しみながら調理しました。普段包丁をあまり使わない方も、戸惑いながらもしっかり活躍され、試食も大変盛り上がりました。

参加者20名(真正純、森ウオラック 香織)



## 【細入・八尾ブロック】

細入南部校区

### 『夏休み!三世代交流会』

講師：細入体協 島 弘司氏

実施日：令和7年8月4日(月)

場所：細入南部公民館

みんなでモルック、かるた、将棋等で遊んだ後、昼食にカレーをいただき、楽しい1日になりました。参加者27名(島 弘司)



## 【婦中・山田ブロック】

朝日校区

### 『ファミリー料理教室 ～焼き鳥丼を作ろう～』

講師：とり翔 朴木 修太朗さん

実施日：令和7年9月14日(日)

場所：安田公民館

親子での焼き鳥丼作りを体験しました。講師の方の指導により楽しく上手に作る事が出来ました。とても素敵な一日になりました。参加者42名(齊藤、山森)



杉原校区

### 『健康体操～おとなも子どももみんなで貯筋～』

講師：健康運動指導士  
清水 志保さん

実施日：令和7年11月22日(土)

場所：八尾スポーツアリーナ

杉原地区公民館行事「スポレクすざはら」のプログラムの一つとして会場に訪れた参加者全員で実施しました。参加者200名(成瀬 恭央、堀井 芳美)



速星校区

### 『～お掃除が楽しくなる～簡単キレイなお掃除法』

講師：暮らしな 代表  
稲村 美由起さん

実施日：令和7年10月26日(日)

場所：速星公民館

掃除の基本とは、汚れのレベルを上げない、汚れに合った洗剤を使う、適切な道具を使う、汚れを溜めないということ。頑張りすぎずに、気づいた汚れは気づいた時に対応していくよう心掛けていきたいです。参加者35名(大宮 徹、見波 由貴)



保内校区

### 『味噌作り教室』

講師：新村こうじみそ商店 野島 桂氏

実施日：令和8年1月24日(土)

場所：保内公民館

戦国時代の陣立て味噌の逸話や発酵食品のお話を聞いた後、和気あいあいとした雰囲気の中で味噌作りを体験しました。男女共同参画のパネル紹介も行い参加者の意識を高めることができました。

参加者48名(小場 智、小谷 三佳)



宮川校区

### 『ます寿司作り教室』

講師：平ら寿し本舗  
酒井 亭人氏

実施日：令和7年12月13日(土)

場所：宮川公民館

笹の葉の並べ方や鱈の身の置きし飯の広げ方など丁寧に説明していただき、参加者同士で交流しながら作ることができ、楽しい時間となりました。参加者13名(城岸 美雪)



# 第21回 男女共同参画推進フォーラム in 富山

ゆめ育て 人を育てる 共同参画

令和7年10月26日(日) 14:00～  
富山市立速星公民館

## 「人が主役 片付け・生前整理のメリット教えます！」



実家片づけアドバイザー  
整理収納アドバイザー  
フルフィル代表  
**飯野 裕子 さん**

講演では、講師の片付けアドバイザー飯野先生から、自分のためにもなる「実家片付けの進め方」についてや、「必ずしも捨てなくてよい片付けの方法」の紹介など飯野さんの経験から教えていただきました。「片付けのゴールとは？」など参加者からの多数の質問があり、的確なアドバイスをしていただきました。

- 取得資格**
- 実家片づけアドバイザー1級
  - 整理収納アドバイザー1級
  - 睡眠健康指導士
  - 介護職初任者研修課程修了

## 「ある町内の避難所ジェンダー」 講師 舩座 (もやいざ)



男女共同参画推進員やその経験者で構成する劇団「舩座」による寸劇で、避難所生活の中でも多様性を考慮する必要性を題材にした寸劇を演じてもらいました。

