

だれもが、お互いを尊重し暮らしやすい長野県にするために

## 令和8年度 セミナー開催のご案内

パブリックビューイング会場と後日配信も準備中。詳細は決まり次第ホームページ等でお知らせします。

誰でも  
参加OK



長野県PRキャラクター「アルコム」  
©長野県アルコム

### トーク×働く女性のためのメイクデモ

#### テーマ 働く女性の為の時短メイク

性別の枠も、他人の目も超えて。私を楽しむ一歩を

#### 講師 小椋ケンイチさん(おぐねえー)

ヘアメイクアップアーティスト  
美容家・タレント(飯田市出身)

日時 令和8年7月4日(土)PM

場所 長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”ホール(岡谷市)



### 男らしさ・女性らしさ・ジェンダーって何？ そうだったの？知ることで生きやすくなる

#### テーマ 思い込みにとらわれない生き方(飯田市共催)

#### 講師 坂東眞理子さん

学校法人昭和女子大学総長

日時 令和8年11月28日(土)PM

場所 飯田市内



#### テーマ 男性の生きづらさ

～男性相談の現場から～

#### 講師 濱田智崇さん

(一社)日本男性相談  
フォーラム理事

日時 令和8年6月20日(土)PM

場所 長野県男女共同参画センター  
“あいとぴあ”ホール(岡谷市)



### 長野県のジェンダーギャップは？

#### テーマ 都道府県版ジェンダーギャップから 見える課題と可能性

#### 講師 山脇絵里子さん

共同通信社編集部 次長

日時 令和8年9月26日(土)PM

場所 松本市あがたの森文化会館



“あいとぴあ”には相談窓口があります。電話相談は匿名でも大丈夫です。

#### 女性のための相談 電話・予約0266-22-8822

電話相談 毎週火～土曜日(祝日除く)9:00～12:00、13:00～16:30  
面接相談(予約) 毎週火～土曜日(祝日除く)  
法律相談(面接・予約) 原則毎月第1木曜日(“あいとぴあ”)第3木曜日(長野合庁)  
カウンセリング(面接・予約) 原則毎月第2土曜日・第4金曜日

#### 男性のための相談

電話0266-22-7111

電話相談  
毎週金曜日17:00～19:00(祝日除く)

# 令和8年度 セミナー

## ジェンダー×「歴史」「アニメ」

### 歴史は変わる、変えられる

～仕事と暮らしの日本史～ (立科町共催)

講師：横山百合子さん

人間文化研究機構

国立歴史民俗博物館 名誉教授

日時：6月6日(土) PM 立科町内



### アニメから学ぶジェンダー (喬木村共催)

講師：須川亜紀子さん

横浜国立大学大学院

都市イノベーション研究院 教授

日時：9月5日(土) PM 喬木村内



## 女性視点とビジネス

### なぜ今、女性活躍とダイバーシティが

“地域の未来”を左右するのか (須坂市共催)

講師：山極清子さん

(株)wiwiw会長 経営管理學博士

日時：10月10日(土) PM 須坂市内



### 女性の起業応援の視点から (千曲市共催)

講師：渡邊さやかさん

長野県立大学大学院 准教授

日時：7月17日(金) PM 千曲市内



## みんなで暮らしを整える。ジェンダーに捕らわれない生き方。

### 服がニオわず、黄ばまず、長持ちする洗濯講座

～衣生活をラクに・快適にする考え方～ (辰野町共催)

講師：中村祐一さん

(一社)日本衣生活支援機構

代表理事

日時：9月12日(土) PM 辰野町内



### 家族ではじめるお片付け講座 (小諸市共催)

講師：齊藤絵美さん

e-cube<イーキューブ> 代表

一級建築士、住宅収納スペシャリスト

日時：11月7日(土) PM 小諸市内



## 「DV?モラハラ?その関係、本当に大丈夫?」気づきの講座

### DV・モラルハラスメントを

知って気づいて予防する (駒ヶ根市共催)

講師：西山さつきさん

NPO 法人レジリエンス代表

日時：12月5日(土) PM

駒ヶ根市市民交流活性化センター



### 【学校向け】デートDV防止啓発セミナー

専門講師を派遣します。

生徒・学生向け：デートDV防止のための知識習得

教員向け：相談対応力向上のための基礎知識など

## 知る・学ぶ

### 【随時募集】出前講座

企業、団体、市町村等に男女共同参画センター職員を派遣し、男女共同参画の現状と第6次長野県男女共同参画計画等について説明します

### 【行政向け】女性相談担当者支援研修・事例検討会

#### ◆支援研修 高山直子さん

(カウンセラー・公認心理師)

第1回 5月29日(金) 長野市勤労者女性会館しなのき

第2回 10月30日(金) 松本合庁



#### ◆事例検討会 安納吉野さん

(産業カウンセラー、女性問題カウンセラー)

東北信会場 8月26日(水) 上田市中央公民館

中南信会場 1月27日(水) 伊那合庁

### 【長野県男女共同参画センター】って何しているところ?

愛称は、“あいとぴあ”。

男女共同参画社会づくりを促進するため、DV・家族や人間関係などの悩みを匿名でお聞きする電話相談のほか、女性のための法律相談、カウンセリングを実施しています。また、専門家の講演なども開催しています。

### 長野県男女共同参画センター“あいとぴあ”

所在地：〒394-0081 長野県岡谷市長地権現町4-11-51

電話：0266-22-5781 FAX：0266-22-5783

メール：aitopia@pref.nagano.lg.jp

### 図書室のご案内

貸出あり(ひとり1回3冊まで)

火曜日～土曜日9:00～17:00

(祝日除く)



ホームページ



公式X