

# にじいろ県民相談

好きになる性（性的指向）や自分の性の認識（性自認）に関する悩みについて、埼玉県内在住、通学・通勤等のLGBTQの方やその周りの方が相談できる専門相談「にじいろ県民相談」をご存知ですか？

- ・自分がLGBTQ当事者であるかよく分からない
  - ・家族、友人が性的指向や性自認に悩んでいるようだ
  - ・誰にも打ち明けられなかった想いを聞いて欲しい
- 電話とLINEで相談ができます。

相談日時：毎週土曜日 18時～22時  
(年末年始を除く)  
最終受付は21時30分

電話番号：0570-022-282  
LINE相談：https://lin.ee/2f90PQMd



「近くにいない」「会ったことがない」、だから自分とは関係ないと思っていませんか？令和2年度に埼玉県で実施した実態調査において、LGBTQの方は約30人に1人いることが分かりました。「近くにいない」のではなく、本当のことが言えず、苦しみながら隠しているのかもしれません。「埼玉県性の多様性を尊重した社会づくり条例」が成立し、令和4年7月8日から施行されました。性的指向や性自認が地域、学校、職場などで尊重され、差別や偏見を受けることなく、安心して生活できる性の多様性が尊重された社会を目指しています。

## ～ひとりで悩まないで、苦しまないで～DVかなと感じたら

DV(ドメスティック・バイオレンス)は、配偶者やパートナーなどの親密な人からの暴力のこと。身体的暴力はDVとして認識されていますが、束縛・無視・生活費を渡さない、望まない性行為もDVになります。苦しんでいる人、悩んでいる人に気付いてあげて、相談できる窓口を教えてください、一人で我慢しないように声をかけてあげましょう。



身近な人のことだから、余計に誰にも言えない。やさしい時もあるから本当はやさしい人…などひとりで悩まないで相談しよう



戸田市配偶者暴力(DV)相談支援センター  
☎048-299-5886

プラス DV相談 +  
つなぐーはやく  
☎0120-279-889

ひとりでなやまないで電話相談  
埼玉県男女共同参画推進センター  
☎048-600-3800

DV相談ナビ「#8008」  
晴れば  
都道府県の  
配偶者暴力相談センター

### あいパルの相談窓口

家庭・会社・地域でのお困りごとや男女共同参画に関する相談  
☎048-229-3133

電話で予約の上、ご来館ください。

電話受付時間 10時～18時 ※休館日を除く

戸田市男女共同参画キャラクター



ピリーちゃんリプちゃん



あいパル HP



戸田市 HP



あいパル SNS 一覧

Twitter  
Facebook  
LINE  
Instagram

発行日/2022年12月

発行/上戸田地域交流センターあいパル 〒335-0022 埼玉県戸田市上戸田 2-21-1

責任/フレンドシップ上戸田共同事業体 Tel 048-229-3133 fax 048-229-3996

「あいパル」は戸田市男女共同参画の推進拠点です

# 「あいパル」 男女共同参画 リーフレット



あいパル



ばるばるちゃん



男女共同参画パネル展

セクシュアルハラスメント  
のない世界へ  
6/26(日)～7/3(日)

アンケートにご協力いただいた方  
に景品プレゼント★



男女共同参画書架  
(2階図書館上戸田分館)

男女共同参画情報コーナー (1階)



男女共同参画情報コーナー  
※パープル・ライトアップ実施時

『男女共同参画』は、誰もが互いにその人権を尊重しつつ責任を分かち合い、性別、性的指向、性自認にかかわらず、その個性と能力を十分発揮できる社会を目指すもので、DV対策、性的マイノリティ(LGBTQ)支援、性別によるアンコンシャス・バイアスの解消、ワーク・ライフ・バランスの推進など、多岐にわたっております。

あいパルでは、男女共同参画情報コーナーや図書館分館における男女共同参画書架、ミニコミ誌などとおして情報発信を行っていますので、ぜひご覧ください。

男女共同参画の視点による防災の取り組みも重要性が高まっています。

# あいパル みんなの防災 DAYS



## パネル・グッズ展

1/28(土)～2/5(日) 9:00～16:00 1階市民ギャラリー

「防災お片づけ」で  
すっきり快適収納

1/28(土)  
10:00～11:30

ペット防災

1/29(日)  
10:00～12:00

講演  
「ペットの災害対策と  
マイ・タイムライン防災手帳」

防災ブレスレットを  
つくろう！

2/3(金)  
①10:00～11:30  
②11:30～13:00

【市民大学講座】

アクティブ  
避難 DAY

2/4(土)



【市民大学講座】

洪水・浸水の対策と  
避難所HUG体験

HUG…H 避難所 U 運営 G ゲーム

2/5(日)  
13:30～16:00



☆公園リニューアル計画社会実験 2022☆

東町公園で開催！  
ふらりと来てね！

会場：東町公園  
協力：東町町会  
戸田市防災士(沖内町会)  
NPO 法人共同生活推進協議会

公園で！みんなで！  
冬のあったか防災

1/21(土)  
11:00～14:00

※雨天中止



※詳しくはイベントチラシをご覧ください。新型コロナウイルスの影響により中止・延期になる場合がございます。

【市民大学講座】

男女共同参画フォーラム 開催報告

## お部屋も気持ちもスッキリ、快適暮らし！

令和4年10月30日(日)実施しました



【講師】  
お片づけサロン代表  
快適暮らしコンサルタント  
鈴木 ゆり

あいパルは戸田市の男女共同参画の推進拠点です。  
これまでもフォーラムやパネル展、パール・ライトアップなどの催しを通して  
男女共同参画に関する啓発活動を行ってきました。

### たくさんの参加者にお越しいただきました

今年のフォーラムはお片づけサロン代表 快適暮らしコンサルタント  
鈴木ゆり様を講師にお招きし、お片づけで人生が変わった2事例を  
メインに、ワーク・ライフ・バランスの視点からの片づけ・整理整頓に  
ついて講演を行いました。

生活に直結したテーマ「お片づけ」は、多くの方に興味・関心を  
お持ちいただき、ご夫婦での参加も多く100名を超える方にお申込み  
いただきました。

### 「お片づけ」から見る多様性

男女共同参画では、多様性を認め合うことが大切です。でも多様性  
ってなんでしょう？ちょっと抽象的で、わかりづらいですね。

10/22～10/30に行ったパネル展では、あいパルスタッフ32名  
の靴下の畳み方を展示しました。すると、ひとりひとりまったく違う  
畳み方・収納の仕方をしていました。「その畳み方  
いいね」「今度うちでもやってみよう」など、お互いがお互いの話を  
聞く場面も見られました。



▲あいパルスタッフ32名  
靴下の畳み方

バックナンバー配布中！  
ご希望の方は  
あいパル窓口まで



ミニコミ誌 PALDISE9・10月号では  
「ワーク・ライフ・バランスとは？」  
「お家を世界で一番幸せな空間に」  
をテーマに、鈴木様にご連載いただき  
ました。

### 家族・パートナーと一緒に片づけるコツ

講演の中に出てきたお片づけハッピーストーリーに、「パートナー  
の持ち物が多くて困っている」という女性の話がありました。鈴木  
様の提案は、パートナーの持ち物も大切にして、専用の置き場所を  
つくってはどうか、というものです。家族でも、相手(パートナー)を  
尊重することでその後の家事の協力姿勢もずいぶん違ってくるそう  
です。どんな場面でも、相手を尊重することが大切ですね。

### 正解はない、その人それぞれの「お片づけ」

鈴木様によると、人それぞれ、片づけで実現したい理想の状態は  
違うとのこと。その際、家族やパートナーと理想の暮らしを共有  
することが大切だとのこと。パネル展にて行った「好きな家事」  
「嫌いな家事」アンケートでも回答していただいた人の数だけ正解  
があり、さまざまな意見がありました。

どんな暮らしが自分と相手にとって心地いいのか考えることから、  
片づけも、男女共同参画社会の実現の一歩も始まるのかもしれない。