

令和8年度 ムーブ実施事業 年間スケジュール

項目	令和8年	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	令和9年	1月	2月	3月	
男女共同参画事業	男女共同参画啓発講座			●男女共同参画啓発講座(セミナー)【5/30】 ●男女共同参画啓発講座(セミナー)【5/14】						●男女共同参画啓発講座(映画祭)【12/5】 ●アジア女性会議					
	おとこのライフセミナー								●おとこのライフセミナー						
	語学講座(英会話・韓国語)		【1期】(昼:英会話初級・夜:韓国語) 4/8~7/8(全12回、水曜日)					【2期】(昼:韓国語・夜:ビジネス英会話) 9/2~11/25(全12回、水曜日)			【3期】(昼:英会話初級・夜:英会話中級) 12/16~3/10(全12回、水曜日)				
	生活技術講座	エプロン男子			【初級編】5/16~6/13(全3回、土曜日)					【中級編】10/31~11/28(全3回、土曜日)					
		食育男子							●作り置き男子【9/5】			●お弁当男子【1/16】			
		父と子の食育					●父と子料理(第1回)【8/22】				●父と子料理(第2回)【12/12】			●父と子料理(第3回)【2/27】	
		介護男子								介護男子(全3回)				●介護男子フォローアップ講座	
おとこの魅力アップシリーズ				おとこの魅力アップシリーズ 年間5回 ●魚捌き男子【6/20】					●育児男子【10/10】						
創作工房						●親子木工教室【8/1、2】									
女性のエンパワーメント事業	働く女性のためのキャリアセミナー							働く女性のためのキャリアセミナー 年間4回(予定)							
	キャリアコンサルタントによるライフキャリア相談	月3回相談対応													
	働く女性のためのセルフブランディング講座		働く女性のためのセルフブランディング講座 年間3回(原則として土曜または平日夜も開催) ●4/25												
	再就職支援			FP入門講座 5/29~6/26(全7回、水・金曜日)			医療事務講座 9/1~11/27(全24回、火・金曜日)								
	パソコン講座	5期実施 4/8~													
若年層を対象とした事業	高校生向け男女共同参画意識の啓発				●高校生向け男女共同参画講座			●高校生向け男女共同参画講座							
	大学生のためのキャリア形成プログラム	大学生のためのキャリア形成プログラム													
生涯を通じた女性の健康支援事業	健康講座	シェイプアップ・ヨガ 5/16~6/20(全6回、土曜日)											リラックス・ヨガ 1/9~2/13(全6回、土曜日)		
		椅子ヨガ教室【前期】 4~6月(木曜日)					椅子ヨガ教室【中期】 9~11月(木曜日)			椅子ヨガ教室【後期】 12~2月(木曜日)					
	楽しく踊ろう健康ダンス教室【前期】 4~6月(火曜日)				楽しく踊ろう健康ダンス教室【中期】 8~11月(火曜日)				楽しく踊ろう健康ダンス教室【後期】 12~3月(火曜日)						
セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ講座			●1回目【6/7】		●2回目【8/22】		●3回目【11/14】			●事例発表会					
市民活動支援・連携事業	大学等との連携事業														
相談事業	一般・人権侵害・グループ相談・男性・法律相談・ホットライン	一般・人権侵害・男性(月2回)・法律(月4回)・グループ相談(月2回)													
	講座・イベント			●女性の権利ホットライン【6/24】 ●男性のための無料法律相談会①【5/30】 ●女性のための離婚に関する法律基礎講座【6/6】			●男性のための無料法律相談会②【10/3】		●女性の権利ホットライン(女性への暴力ゼロ運動) ●女性への暴力ゼロ特別講座【11/28】						
ムーブフェスタ				ムーブフェスタ 7/4~7/25			7/4 オープニングイベント 7/18 サマーカーニバル		7/4~7/25 マガジンリサイクル 7/25 イベントステージ						
図書・情報室	事業・講座 刊行物				●おはなし会				●おはなし会			1/31『ムービング』110号		啓発冊子	
個人利用	■フィットネス ■OALーム	フィットネス、OALーム【通年】													
出前講座		職場のハラスメント【通年】													
パネル展示		パネル「若年層の性暴力被害予防」 4/1~4/30			●男女共同参画週間6/23~6/29 パネル「大切にしよう、自分のこと。【デートDV】」7/4~7/25					パネル「身体的暴力だけがDVではありません【DV防止】」11/1~11/30					

Pick-Up おすすめ講座

食育男子

子育て世代の男性を対象に、食育の大切さについて学びながら、家庭で実践できる常備菜やお弁当づくりを学ぶ講座を開催します。第1回目は、「作り置き男子」です。

日時
9月5日(土)
《午前コース》10:00~13:00
《午後コース》14:00~17:00

定員
各12名(抽選)

参加費
2,500円(材料費、保険代込)



就職・転職に役に立つ! 医療事務講座


医療事務技能検定試験医科2級の資格取得を目指します。

日時
9月1日(火)~11月27日(金)(毎週火・金曜・全24回)

定員
24名(応募者多数の場合は選考)

対象
資格の取得を希望する女性

受講料
32,000円(テキスト代込)



パパと料理にチャレンジ! 父と子の料理教室

お父さんと子どもで食の大切さと料理作りの楽しさを学びます。

日時
8月22日(土)10:00~13:30

定員
12組(抽選)

対象
4歳から小学4年生までの子どもとお父さん(おじいちゃんも可)

参加費
大人1,200円、子ども800円(材料費、保険代込)



男性のための電話相談

男性のみなさん、悩みや不安をひとりで抱えていませんか?
男性の相談員による電話相談窓口です。

093-280-5325

【第1・3土曜日】
10:00~17:00
※祝日の場合はお休みです。



※日程等変更になる場合があります。

産休・育休取得者だけの問題じゃない! パパの子育て応援NAVI(改訂版)

2023年にムーブが発行した『パパの子育て応援NAVI』の改訂版。2025年に改正された育児・介護休業法についてわかりやすく、特に新しく創設された「出生後休業支援給付金」「育児時短就業給付金」について、詳しく解説されている。

冊子にもあるように、日本には「男は外で仕事、女は家で家事・育児」のような、固定的性別役割分担というアンコンシャス・バイアスが根強く残っている。それでも男性の育児休業取得率は、イクメンプロジェクトが始まった2010年にはわずか1.38%だったのが、2024年には40.5%にまで増えた。主な稼ぎ手である男性が休むと世帯収入が減るのではと心配されるかもしれないが、実は日本の育児休業制度は、ユニセフに1位(2021年)だと評価されるほど「有給の雇用保護休暇の週数」が先進国の中でも長い。さらに今回の改正で、男性は最大28日間、給与の80%が給付されるようになった。社会保険料免除・非課税なので、手取りで10割相当になる。取らなきゃ損な制度なのだ。

子どもが生まれてから1歳までは、一番手がかかると同時に、その成長を日々感じられる貴重な時期である。この時期に男性が子育てにどこまで関わるかは、男性自身の親としての成長だけでなく、その後の子どもとの関係や夫婦満足度に大きく影響する。この冊子を、子育てと仕事の関わり方について作戦を練るために、夫婦で、そして職場で、ぜひ活用してほしい。

大阪公立大学ダイバーシティ研究環境研究所 客員准教授 **異 真理子**さん



- 北九州市立男女共同参画センター・ムーブ 編集・制作
- 高橋 建二 監修
- 2026年改訂版
- 非売品 (ムーブ図書・情報室で無料配布しています。)

※ムーブのHPでPDF版をご覧ください。

固 定的性別役割分担

男女という性別によって役割が決められること。「性別役割分業」ともいう。産業化で会社員・公務員など雇用されて働く人が増えたことで、生産の場と生活の場が分離し、男性は職場で有償労働、女性は家庭で家事・育児などの無償労働に従事するようになった。日本では、高度経済成長期に男性稼ぎ主型の「雇用者の夫と専業主婦」家族が一般化した。その後は減少し、2025年現在では共働き世帯が専業主婦世帯の約2.8倍になっている。

女性に選ばれる会社の新・健康経営

職場改革は生理・PMSケアから始めよう

「なぜ、優秀な女性が辞めていくのか?」

本書は、「生理やPMS」といった女性にとって避けがたい健康課題を、個人の問題ではなく、企業の成長や職場の質に直結するテーマとして捉え直させてくれる一冊だ。

女性特有の不調は外からは見えにくく、本人も言い出しにくい。「生理の相談なんてできない」「職場で言ったら気を使わせそう」「評価に関わったらどうしよう」……。そんな空気の中で無理を重ねてきたことが、働きづらさとなり、挑戦をあきらめることにつながり、やがてはリーダーの辞退や離職にもつながっていく。

生理・PMSなどによる労働損失は年間4,911億円にのぼる。女性の健康課題に向き合うことは、いまや“健康経営”の重要なテーマだ。不調を抱えたまま働けば、人は力を出しきれない。職場に居場所がないと感じれば、育つ前に離れていく。女性にとって働きやすい職場をつくることは、結果として人を育て、組織を強くすることにつながる。

では、一体何をすればいいのか。本書では、女性の体の基礎知識から、生理に寄り添う社内文化、勉強会、社内制度、フェムテックアプリ、ピルやオンライン診療まで、現場で使える形で具体策が示されている。読めば、「では、うちの職場では何をしようか」と考えたいくなるはずだ。

優秀な女性が辞めていく会社ではなく、女性に選ばれる会社へ。その第一歩は、見えない不調に職場の施策として向き合うことから始まる。

一般社団法人ちえびら 代表理事 **永田 京子**さん



- 坂梨 亜里咲 著
- 吉村 泰典 監修
- 合同フォレスト
- 2025年初版
- 1,600円(税別)

健 康経営

働く人の心や体の健康を自己責任にせず、会社が大切な経営課題として向き合うこと。女性には、生理やPMS、更年期など、個人ではどうにもならない体の変化がある。体調が良くない状態では、安心して働くことも、力を発揮することも難しい。会社が健康を支援することは、働く人を守るだけでなく、採用や定着、生産性の向上にもつながる。健康経営は、人を大切にしながら、組織の未来も育てる経営戦略である。

上野さん、主婦の私の当事者研究につきあってください

本書は、かつて専業主婦だった41歳の森田さちが、希死念慮から逃れ「生きてよかった」と思えるまでの半生を上野千鶴子へ語った2日間の記録である。森田を救ったのは、「フェミニズムとは、弱者が弱者のままで尊重される思想」という上野の言葉だった。

森田は、当事者研究により、自身の問題が生産性第一主義の社会の仕組みや規範にあるのを探り当てた。フェミニズムの言葉を得、家父長制の圧迫に気づき、夫に立ち向かう力をつけた。だが、娘時代のある行為に今も苛まされている。その呪縛を上野の前で言葉にしていく。

森田は生きる苦しさを自己決定の結果だからと抑圧してきた。男性優位社会での就職に嫌気がさし結婚に逃げた、ワンオペ育児に疲弊して夫とは不仲になった、これらも罪悪感となり囚われていた。自己責任論のワナにはまっていたのだ。「森田さん夫婦の話は私の家事労働研究をまんま形にしたもの」、家事は労働でありながら不払いにされてきたと指摘したのは、日本の女性学に対する私の貢献と上野は自負する。それに対し「私の葛藤は労働市場の問題だったのか」と腑に落ちる森田。そこから、性別役割分担の話へ。「家事育児に関わらなかったために夫が失ったものは?」という質問に森田は「家族からの信頼」と明確に答える。さらに、家事・育児・介護などケア労働の公共性に話は広がっていく。

最後には、役割や能力がなくても生きていいという結論に行きつく。森田から女の子たちへのエール。自分に嘘をつかないでと、今を楽しく生きるための闘いを一緒に闘おうと。つまり、本書は女性学の入門書である。

西南学院大学 人文学部 教授 **倉富 史枝**さん



- 上野 千鶴子、森田 さち 著
- 晶文社
- 2025年初版
- 1,700円(税別)

当 事者研究

ここでの当事者とは、問題を抱えさせられても声を上げにくいマイノリティの立場の人たちである。当事者が問題を深く研究することが社会の変革につながる。当事者が、同じ困難な状況にある仲間の前で、安心して自分の経験を言語化し、複数の視点を得て、自身の状況を問題にさせてきた社会の構造や規範に気づき、問題を社会に返していく過程。「個人的なことは政治的なこと」というフェミニズムのスローガンにつながる。精神障害のある人たちから始まり、多様なマイノリティに広がっている。

小学生の「じぶんを尊重する心」の育て方

親子で人間関係がラクになる「バウンダリー」入門

臨床心理士、ムーブ特別相談員 **黒瀬 まり子**さん

人は、大なり小なり、心に傷を抱えているものだ。そして、それは「じぶんを尊重する心」を損なうこともある。特に子育て中は、幼少期の記憶が浮かびやすい。昔々に親から言われた言葉が、今も自分を縛っていることは少なくないし、我が子をきちんと育てようと力が入りすぎ、子を傷つけることもある。一体どうすれば…そんな思いを抱えた子育て中の人に、特にお勧めしたいのが本書である。

バウンダリーとは、「自分と他者を分ける境界線」。「目には見えないけれど自分の周りにある、柔軟に形を変えるドームのようなもの」で自分も相手も守ってくれる。体にも心にも境界線があり、心地よい距離も、何を好ましいと思うかも、人それぞれ。自分を守るにも、他者とよい関係を育むにも、そして性暴力防止にも重要な概念だ。人間関係の悩みの多くが、大抵、自分の境界線を大事にできず辛くなっていたり、自分の思いを押し付けて相手の境界線を侵害したりすることに由来するが、互いの境界線を尊重することで改善できる可能性がある。

本書は、そんなバウンダリーの基本を、シンプルかつ実践的に紹介する入門書。著者は「まずは親がバウンダリーを使い、自



- 半澤 久恵 著
- 汐見 稔幸 監修
- 実務教育出版
- 2025年初版
- 1,500円(税別)

分の安全と安心をつくる。その上で子どもとつながろう」と誘い、その方法を手渡してくれる。優しく問いかける文章は、読者の安心感を育み、自分自身を振り返らせてくれる上、子どもにバウンダリーを伝える具体的態度や言葉も豊富に紹介。体のサインを受け取る大切さに触れた上で、生きづらさを生む考え方の癖やものの見方を紐解き、心の傷にもそっと寄り添ってくれる。チェックリストと5つのバウンダリー・ワークで、自主練習を重ねることも可能だ。子どもと共に成長しよう、自分にもできると

施設のご案内

男女共同参画の活動はもちろん、企業の会議やサークルのミーティングなどにもご利用いただけます。



【ホール】

ホールは1年前から予約いただける人気施設です。講演、演劇やダンス発表会などに利用できます。



【企画ルーム1】

小さな部屋もさまざまな目的に使えます。利用例：企画ルーム2でカードゲーム大会 490円×2時間=980円

	部屋名	面積(m ²)	定員(人)
5F	大セミナールーム	276	165
	小セミナールーム	135	60
	企画ルーム1	45	20
	企画ルーム2	33	18
	OAルーム	59	24
4F	料理室	62	24
	工芸室	63	24
	和室	69	36
	茶室	37	10
	フィットネスルーム	226	30
2F	ホール	647	520
1F	交流広場	403	200

お申込み・お問い合わせ 施設運営課 TEL: 093-583-3939

ムーブトピックス

ムーブのことは知っているも・・・
そこでワクワク、ドキドキするイベントの仕掛人達を知る機会はないのでは！
今回は、毎年7月に開催されるムーブの一大イベント🔥ムーブフェスタの
広報担当者 事業課スタッフにスポットをあてました。

Work : ムーブフェスタ

今はムーブフェスタ2026の広報をメインにやっています。
6月16日(火) 20時～にFM KITAQ「コラボタウンネットワーク」に
出演します。ちょっとドキドキしていますが、78.5MHzに
チューニングして聞いてくださいね。
ラジオを聞いて、ムーブに足を運んでいただけると嬉しいです！
フェスタ期間中、館内を走り回っている人がいたら、
私かもしれません(笑)

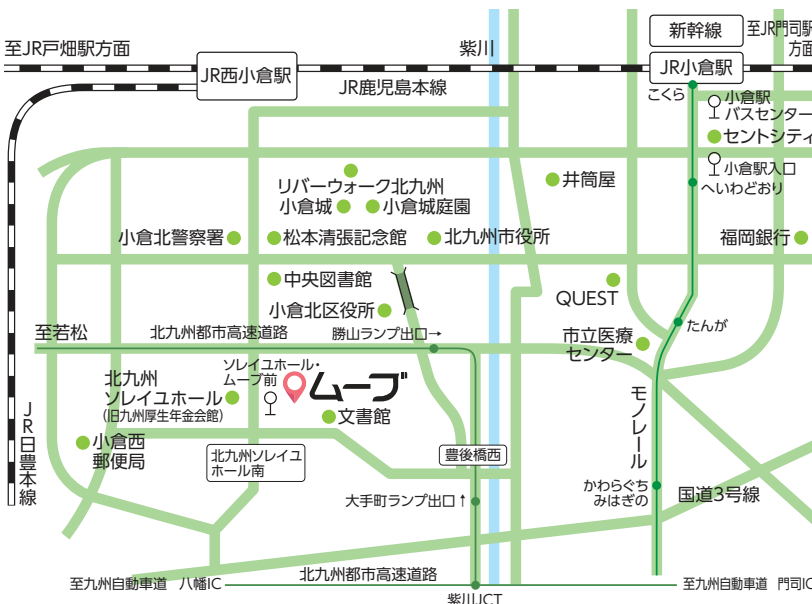


Refresh : 観劇、野球観戦

ソフトバンクホークス推しなんです♡
球場の熱気の中でパワーを
チャージし、心身ともにリセット
しています。



※このコーナーは不定期でその時、旬な
ムーブのトピックや職員を紹介します。



北九州市立
男女共同参画センター

ムーブ

指定管理者 (公財) アジア女性交流・研究フォーラム
〒803-0814 北九州市小倉北区大手町11番4号
TEL: 093-583-3939 FAX: 093-583-5107
E-mail : move@move-kitakyu.jp
HP : <https://www.kitakyu-move.jp/>

アクセス	駐車場
<ul style="list-style-type: none"> ● JR西小倉駅から徒歩15分 ● 西鉄バス「ソレイユホール・ムーブ前」下車 【小倉駅バスセンターから】27 36 45 110 138 【小倉駅入口から】150 170 197 【天神バスセンターから】西鉄高速バス いとうづ号 ● 北九州都市高速 勝山ランプ・大手町ランプ出口から約3分 	<p>地下駐車場 100台収容(車高制限は2.1m) 30分ごとに100円 8:15～22:15(入庫は22:00まで)</p>



Facebook



Instagram



ムーブHP

ムーブのFacebook・Instagramでイベント案内をはじめ、いろいろな情報を発信しています。

※MOVINGは令和8年度から年2回(6月、1月)の発行になります。