

2026 いたばし男女平等参画週間イベント

わたしの体質を知る 中医未病養生講座

～あなたの身体のこと、
少し見つけてみましょう～
中医学の考えを取り入れた
簡単なセルフチェックを通して、
ご自身の体質を知って、体質・季節・
ライフステージの変化などによる
身心ケアの方法を学びます。快適で
健やかに過ごすための中医未病養生
法（生活習慣改善・食材など）を学ぶ、
どなたでも参加できる講座です。

日時 6月19日（金）
11:00-13:00

会場 板橋区立グリーンホール
講師 （一社）中医未病協会® 代表理事 栗山純子先生
持ち物 筆記用具

参加
無料
誰
でも
申込み
不要

日々頑張るご自身の身体に耳を傾け、健やかに過ごすためのヒントを見つけてみませんか

実施 / WakuWaku サロン 協力 / 男女社会参画課・東都生協

絵本を通して考えよう！

～へいわってどんなこと？～



出展：浜田穂子作（義社社）



【アドバイザー-
棚橋昌子さん(元都立高校教師)】

絵本を開きながら、
「平和ってどんなこと？」
日ごろ感じていることや疑問、
これからの未来のことなどなど・・・
一緒に考えてみませんか？。

6/19 (金)
14:00～16:00
グリーンホール
601 会議室にて

主催：男女平等 12 人会 / 協力：板橋区男女社会参画課

男女平等参画週間イベント

続・介護保険制度を学ぶ 改定された介護保険について



団塊の世代が
後期高齢者となりました。
介護難民にならない為に
誰もが安心して
介護を受けるには。

日時：2026年6月19日(金) 17:00-19:00
講師：大澤 良江氏 (MLケアセンター板橋 主任介護支援専門員)
場所：グリーンホール601会議室
実施団体：I女性会議板橋支部 (協力) 板橋区男女社会参画課

男女平等参画週間イベント

あなたならどうしますか？

～身近な人がDVや暴力被害に
あっているかもしれないとしたら～

あなたの大切な友人や家族が
DVや暴力被害にあっているかも、と
気がついた時、どうしたら良いでしょう。
東京YWCAのDVに対する取り組みの経験を通して、
身近な人をどのように支えることができるのかを
一緒に考えます。

日時：2026年6月20日(土)
10時～12時

ファシリテーター：

- ゆあさ のりこ
・湯浅 範子 (女性の家HELP支援員・
元新宿区婦人相談員)
- いしばし のぞみ
・石橋 望 (東京YWCA職員)



実施団体：公益財団法人東京YWCA
お問合せ：03-5914-1854
(東京YWCA 板橋センター)
協力：板橋区男女社会参画課

憲法カフェ

～民主主義は日本国憲法の大事な中心理念～

民主主義のこと、あらためて今、学びましょう！

2026 6・20 日(土)
14:00～16:00

グリーンホール 601 会議室



そもそも憲法は「誰が守るべき」もの？

何でも多数決で決めて良いの？ 少数意見は切り捨てて良いの？
 人間は本当にみんな平等なの？ 貧しい高齢者は社会のじゃまもの？
 国会での決議より先に閣議決定で決まってしまう？ 『国会会議』は何を決めるの？
 小選挙区制選挙は本当に民意を反映している？ 総理大臣はいつでも衆議院の解散ができる？
 「改憲」と「解釈改憲」の違いは？ 強い者(国)が勝つのはあたり前？
 「防衛装備品」って武器のことでしょ。外国に売っていいの？
 一般人がデモなんかやっても無駄？ デモをする人はみんな「左翼」？

これって、民主主義？

戦争をする(できる)国が「ふつうの国」？ 『憲法第九条』はお花畑？

「日本国憲法前文」はおめでたい？ お花畑と戦場、どっちが好き？
 「非核三原則」は今や名ばかり？ やられる前にこっからやるのが自衛権？
 マスコミの役目は何？ オールドメディアより SNSの方が正しい？
 2025年の世界報道の自由度ランキング日本は180カ国中62位？
 正しい情報を得るにはどうすればいいの？
 政府が決めたことに反対するのは「非国民」？ 経済的に裕福なだけで幸せ？
 「選択的」なのに夫婦別姓を認めないのはなぜ？
 何代もの世襲議員は一般国民の生活を知っているの？
 中学・高校生は自分の将来のことも政治活動をしてはいけないの？
 「友だちと政治のことは話さない」という大学生、なぜ？
 「選挙が大事！」と言われても投票率が低いのはなぜ？

実施団体:いたばしアイカレッジ・ネット / 協力:板橋区男女社会参画課

これは
DV被害者の
魂の叫び

五月の雨

家庭内で起こる静かな暴力。第三者に透明化される被害。そして離婚後も続く支配。それは、まるで“見えない鎖”のように親子を追い詰めていく。果たしてこの鎖を断ち切る方法はあるのか。

離婚後共同親権導入後の未来をドラマで再現、そして実際に離婚後に起きている凄惨な事件、DV被害当事者声、弁護士への取材から離婚後共同親権の問題点を読み解いていく。



2026年

6/20 (土) 17:00～19:00

板橋区立グリーンホール 601 会議室 (東京都板橋区栄町3 6-1)

家庭内で起こる見えない暴力と支配。

*どなたでも、ご参加 OK

離婚後も続く、親子への影響。

*途中入室自由

共同親権の課題を、ドラマと実例から考えます。

17:00～18:15 映画上映 (75分)

18:15～19:00 交流会 (おしゃべり会)

問合せ) 登録団体交流会世話人会

itabashi.danjoKo@gmail.com

いたばし2026 男女平等参画週間イベント



わくわくサイエンスあそび場!

～子供～大人まで身近なフシギ?体験～



フワフワ!クルクル!風船あそびをしたり、カタチの違うヤジロペエを選んで工作して、遊ぼう!

【日時】 6月21日(日)10:00～11:30
【開催場所】 板橋区立グリーンホール 601 会議室
【料金】 無料

風船、ヤジロペエはぬり絵、持ち帰りができますよ～!



実施 いたばしサイエンスアートLabo. 協力/板橋区男女社会参画課

男女平等参画週間イベント

性暴力はどこにでも

～ある障がい者施設での事件から考える～
Sexual Violence is everywhere

2026年6月21日(日)

14:00～16:00

板橋区立グリーンホール
601会議室

<実施団体>新日本婦人の会 板橋支部(03-3961-6589)

<協力>板橋区男女社会参画課

