

パレット



パレットHP

ひとりひとりの豊かな人生へ向けた情報誌です。

私たちが、パレット。

5 ジェンダー平等



ジェンダーの平等を達成し、
すべての女性と女兒の
エンパワーメントを図る

index

- 1 【特集】都道府県ジェンダーギャップ指数が公表
- 2 10周年を迎えて
- 3-4 パレット文化祭/広告
宮崎市男女共同参画センターの実践・取組
- 5 育休パパに聞きました/作品募集
- 6 男女共同参画地域推進員のご紹介
ファミリー・サポート・センター
- 7 相談窓口のご案内・お知らせ

特集

私たちの街の男女平等は？ 都道府県ジェンダー・ギャップ指数が公表

ジェンダー・ギャップ指数とは、経済・政治・教育・健康の分野で男女の違いを比べたものです。日本は、教育と健康の分野では男女平等ですが、経済と政治は順位が低くなっています。日本の男女平等は148か国中118位と低いレベルとなっています。(図1)

では、私たちが住む宮崎の男女平等はどうなっているのでしょうか。

3月8日に47都道府県ごとの男女平等度を政治、行政、教育、経済の分野で分析した都道府県ジェンダー・ギャップ指数と順位が公表されました。宮崎県の順位は、まだまだ低い状況にあります。(図2)

宮崎県では、行政が前年44位から後退し全国ワースト2位となりました。政治は、順位を4つ上げたものの41位と低迷しています。教育は、40位と低い状況にあります。経済は、前年の15位から24位に落ちました。ジェンダー平等は、いよいよ。待ったなし!!です。

ジェンダーギャップ指数が118位と世界の中で遅れている日本、その中でも遅れている宮崎です。まずは、その現状を知ること・気づくこと、そして意識を変えていくことが大切です。性別にかかわらず、全ての人々が、「自分らしく」生きることを目標に、事実上の平等を目指しましょう。男女格差(ジェンダー・ギャップ)が解消されることは、誰もが生きやすい、取り残されない社会の実現につながります。パレットでは引き続き、男女共同参画の拠点施設として市民の皆さんと連携しながらジェンダー平等の社会の実現に取り組んでまいります。

世界のジェンダー・ギャップ指数

順位	国名	値	順位	国名	値
1	アイスランド	0.926	9	ドイツ	0.803
2	フィンランド	0.879	42	アメリカ	0.756
3	ノルウェー	0.863	101	韓国	0.687
4	イギリス	0.838	103	中国	0.686
5	ニュージーランド	0.827	118	日本	0.666

※スイスの非営利財団「世界経済フォーラム」2025発表より

宮崎県のジェンダー・ギャップ指数と順位

	政治		行政		教育		経済	
	指数	順位	指数	順位	指数	順位	指数	順位
R8年	0.162	41	0.27	46	0.595	40	0.427	24
R7年	0.147	45	0.249	44	0.595	35	0.43	15
R6年	0.139	46	0.237	44	0.561	40	0.431	11
参考 R8 (1位)	東京 0.386		鳥取 0.514		徳島 0.730		高知 0.455	

※地域からジェンダー平等研究会の2026資料より



男女共同参画センターにおける業務及び運営についてのガイドラインの公表

令和8年1月、内閣府は、「男女共同参画センターにおける業務及び運営についてのガイドライン」を公表されました。このガイドラインには、独立行政法人男女共同参画機構法と男女共同参画社会基本法(改正)が成立し、これらの法律により、男女共同参画センターが、(男女共同参画社会の形成の促進に関する施策の効果的な推進を図るための)関係者相互間の連携と協働を促進するための拠点として位置付けられ、男女共同参画センターの機能を担う体制を単独又は共同で確保に努めることが説明されています。

さらには、男女共同参画センターの理念と役割、男女共同参画センターの業務(①地域の課題及びニーズの把握、②広報・啓発、講座・研修、③地域の課題解決のための企画立案当への参画、④相談対応、⑤地域における様々な関係者との連携)など事業に関することが盛り込まれています。

私たち宮崎市男女共同参画センター「パレット」は、このガイドラインを踏まえ地域の多様な住民が参画し、男女共同参画を進める拠点となることをより一層意識しながら様々な取組を加速してまいります。



宮崎市男女共同参画センター「パレット」は、開館10年

パレットは、男女共同参画社会の実現を目指すための拠点施設として、平成27年12月に開設されました。以来、この10年間、市民の皆様一人ひとりが個性と能力を十分に発揮できるように「男女共同参画の啓発講座」「講師派遣事業」「総合的相談事業」「貸館」「ファミリー・サポート・センター事業」「学習機会の提供」などに取り組んできました。しかしながら社会全体での男女共同参画の意識では、徐々に変化しているものの、令和6年度の国の男女共同参画社会に関する世論調査では、「男女平等が16.7%」「女性の方が優遇が6.8%」「男性の方が優遇が74.7%」とな

っています。

また、令和4年度の宮崎市男女共同参画に関する意識調査では、「男女平等が13.4%」「女性の方が優遇が3.9%」「男性の方が優遇が68.8%」となっています。このことから、性別による固定的な役割分担意識や無意識の偏見など、課題が依然として存在していることがわかります。

今後もパレットでは、幅広い分野の課題解決に一步一步取り組みながら「互いを認め合い 一人ひとりの彩りで よりよい未来を紡ぐまち」の実現を目指してまいります。

宮崎市男女共同参画センターの愛称「パレット」とは

パレットのように色々な色を生み出すイメージが、人々との交流、尊重から新たなものが生まれ、新たな成長を促す男女共同参画のイメージと繋がりました。市民の交流と活動を支援し、新しい人材や担い手の育成を行う宮崎市男女共同参画センターの運営方針に沿っているものとして選定されました。

宮崎市男女共同参画センターのシンボルマークのデザイン

宮崎市の「み」の頭文字をモチーフとして、笑顔が市の花「ハナショウブ」を飾る事で、性別にかかわらずその個性と能力を十分に発揮し、花言葉にもある「優しさ」あふれる社会を目指したメッセージ性のあるデザインとして選定されました。



10周年式典の様子



理事長あいさつ

オープニング演奏
(宮崎アンサンブル「アンダンテ」)

記念講演(四方由美さん)

活動団体発表(吉村久美子さん)

パレットの取り組み



キャリアライフデザイン講座

地域向け研修:民生委員児童委員

親になる講座:沐浴体験

中学校向け研修



パレット文化祭

～10周年 個性が彩る みんなの未来～
令和7年12月7日(日)

パレットの利用登録団体の活動発表やバザー、学生・企業のブースやワークショップなど47団体と高校生ボランティアが参加して賑やかに開催、近隣の市民など660名の来場がありました。

誰もが参画できる社会に向けた意識の醸成及び女性活躍の推進

男女共同参画の視点からの防災 赤江ふるさとフェスタ ブース出展

地域での防災力向上の中に男女共同参画の視点を入れることの重要性から、赤江地域まちづくり推進委員会の協力のもと「赤江ふるさとフェスタ」にパレットのブースを出展しました。来場者に向けて、男女共同参画の視点からの防災クイズやパネル展示を通して、「なぜ防災や避難所で男女共同参画が関係するのか」を考えてもらう機会となりました。



令和7年11月30日(日)

特定非営利活動法人
ドロップインセンター
人と人がつながる「ひろば」を拠点に
支え合う地域づくりを目指して
<https://www.drop-in.or.jp/>

社会福祉法人 くすのき福祉会
おひさま保育園
宮崎市下原町231-2
TEL 0985-26-5216

宮崎市男女共同参画基礎講座

講師:①たもつ ゆかりさん(オフィスピュア代表)
②高崎 恵さん(オフィスピュア)

アンコンシャス・バイアス(無意識の思い込み)や性別による固定的役割分担意識に気づき、解消していくための講座を2回シリーズで行いました。第1回目では「個人の幸福と社会の活力をともに叶えるために」をテーマに男女共同参画やジェンダー平等への理解を深め、第2回目では個性の違いの楽しさを体験するワークショップを通し、一人ひとりを大切にするために必要なことを理解することができました。

①令和8年1月18日(日) ②令和8年1月31日(土)



国際女性デートークセッション

令和8年3月8日(日)

パネリスト 税田 倫子さん
(株式会社グローバル・クリーン専務取締役)
清水 鈴代さん(宮崎大学清花アテナDEI推進室副室長)
コーディネーター 椎木 隆さん(宮崎市男女共同参画センター長)

我が国のジェンダー・ギャップ指数(世界各国の男女の格差指数)は残念ながら世界の中で低い水準にあります。さらに宮崎県は全国の男女格差指数でも低い状況にあります。

3月8日の国際女性デーに合わせ、ジェンダー・ギャップ指数16年間1位の国・アイスランドを訪問されたお二方をパネリストに迎えグローバルな視点からジェンダー平等を学ぶトークセッションを行いました。日本や宮崎の現状を知った上で、アイスランドとの違いがどこにあるのかを捉え、課題解決に向けて何から行動していくかを考えました。高校生も関心高く意見を述べるなど積極的に参加していました。



人権が尊重され、心身ともに健康に暮らせる社会の実現

性的少数者の正しい理解研修会

令和8年1月24日(土)

講師:四方 由美さん(宮崎公立大学人文学部教授)/
宮崎公立大学メディアとジェンダー演習3年生

性的少数者について理解と共感を示し寄り添い、その権利の支援活動「ALLY」を実践している宮崎公立大学「メディアとジェンダーゼミ」の学生の活動を通して性的少数者の抱える困難や課題を知り、私たちにできることを考える研修会を開きました。学生たちの研究や活動に参加者も熱心に聞き入り、質問や意見も多数あがっていて、関心の高さがうかがえました。



宮崎市ひとり親家庭等学習支援事業(宮崎市委託事業)
たいよう塾
学習支援員募集
詳細・申込みは 一般社団法人
宮崎ひとり親家庭支援ネットワーク
こちらより

施設使用料のご案内 1時間あたり
【講習室1】130円 【講習室2】230円
【視聴覚室】360円 【ホール】1,080円
施設の利用にあたっては事前に
利用者登録が必要となります。
登録申請書はパレット窓口にてお渡しします。

パレットのホームページや情報誌・講座チラシなどに企業・団体のバナー広告が掲載できます。お問い合わせはパレットまで

あらゆる暴力のない安心・安全な社会の形成

ハラスメント防止セミナー

講師：椎木 隆さん(宮崎市男女共同参画センター長) 野田 隆雄さん(宮崎市民権擁護委員) 令和8年1月10日(土)

ハラスメントはどのように起こるのかを知り、ハラスメントのない社会を実現するにはどのような理解と行動が求められるのか気づきを得るための講座を開きました。男女共同参画の現状やハラスメントが起こる原因とその対策について事例も交えながら参加者の意識啓発に努めました。



育休パパに聞きました

育児・介護休業法の改正やワーク・ライフ・バランスを意識する人々が増え、育児休業を取得する男性も年々増加しています。実際に育児休業を取り、子どもや家族との関わりの中で感じたことをお聞きました。

串間 優樹さん (宮崎日機装株式会社)

我が子二人の誕生後、それぞれ1~2か月間ほど育児休業を取得しました。職場での仕事の調整に不安もありましたが、職場の上司や同僚の理解と協力のおかげで安心して休みに入ることができました。改めて、男性が育休を取りやすい環境づくりの大切さを実感しました。待望のわが子との生活は喜びに満ちる一方、寝かしつけや夜中の対応など想像以上に大変でした。しかし、その時間を妻と共に乗り越えたことで、家事や育児の大変さを本当の意味で理解し、夫婦の絆もより強くなりました。

男性の育休は「手伝う」ためではなく、共に育てる当事者になるための時間だと思えます。かけがえのない瞬間を共有できたことは、私にとって何よりの財産です。

そんな日々を、いつか家族で笑って振り返られたらと思ながら、これからも育児に向き合っていきたいと思えます。



八重尾 盛秀さん (ソフトバンク株式会社)

異動先で第一子が誕生したことをきっかけに、3ヶ月の育児休業を取得しました。子どもと向き合う毎日は想像以上に大変で、育児の大変さを改めて実感しました。一方で、生まれたばかりの我が子が胸の中でやすやすと眠る姿を眺める時間はとても愛おしく、父親としての自覚や、家族で過ごす時間の大切さにも気づくことができました。

育休期間中に意識したのは、復職後の生活を見据えた家族との時間の使い方です。「何時にはお風呂に入れる」「何時には子どもを寝かせる」といった日々の流れを妻と話し合い、役割を共有しました。そのおかげで、復職後は育休前よりも仕事にメリハリをつけて取り組んでいると感じています。

男性の育児休業は、育児に参加するだけでなく、家庭での過ごし方や家族との関わり方を見つめ直す貴重な機会だと思えます。このような時間を持てたのは、家族や職場、そして周囲の支えがあったからこそです。

感謝の気持ちを忘れず、これからも仕事と家庭の両立に取り組んでいきたいと思えます。



私たちのまちの男女共同参画地域推進員



パレットでは、男女共同参画地域推進員の皆さんと性別に基づく固定的な役割分担意識や無意識の思い込みの解消、男女共同参画の視点による防災、更には、性の多様性に関する正しい知識の定着のための啓発などについて定期的に意見交換会を行っています。

これからも皆さんと連携しながら男女共同参画社会づくりを目指して参ります。



男女共同参画地域推進員 辻 清さん

私は建設業で男女を問わず能力を発揮できる職場づくりを重要な課題の一つとして位置づけ、男女共同参画の推進に取り組んでいます。建設業は従来、男性中心の業界とされてきましたが、当社では女性の採用や職域の拡大を進め、事務職だけでなく現場管理や技術分野においても女性が活躍できる環境づくりに努めてきました。

また、子育て世代の働きやすい職場づくりを目的として、平成30年より独自の「育児サポート制度」を導入しています。本制度は男女を問わず利用できる制度であり、高校卒業までの子どもがいる従業員を対象に、子どもの看病や通院、学校行事などに対応するため、1日4時間以内で早退・中休み・遅刻を認めています。これらは休暇扱いとはせず柔軟に勤務時間を調整できる仕組みとしており、年間の取得制限も設けていません。この制度により子育て世代の時間的負担の軽減と業務の効率化が進み、生産性向上にもつながっています。今後も建設業における男女共同参画のモデルとなる企業を目指し、その取組を積極的に発信してまいります。



男女共同参画地域推進員 三浦 裕二さん

私は現在、宮崎県男女共同参画センターの女性活躍アウトリーチ型総合支援事業を担当し、性別にかかわらず働きやすく働きがいのある職場づくりのための企業支援に携わっています。活動を通して感じるのは、無意識のバイアスがある一方で、女性活躍を本気で進めようと努力している企業も多いということです。支援をきっかけに、少しずつ社内意識や仕組みが変わっていく様子に、私自身も励まされています。

また、就業者・求職者支援でキャリアコンサルティングも行っており、その中で働く側にも思い込みや遠慮があり、働きにくさを感じる場面に遭遇します。「自分には難しい」「家庭があるから一歩踏み出せない」といった声に向き合いながら、傾聴し、問いかけの中で新たな可能性に気づいていただく瞬間に立ち会うことが多々あります。企業と働く人の双方に働きかけることで、小さな変化が地域全体の力につながっていくと感じています。これからも一人ひとりの声を大切にしながら、男女共同参画の歩みを支えていきたいと思えます。

ファミリー・サポート・センターみやざき

「ファミリー・サポート・センター」は宮崎市、国富町、綾町、が行う事業で、子育てを手助けしてほしい人(依頼会員)と子育ての協力をしてくれる人(援助会員)がお互いに助け合う組織です。



- 主な活動内容**
- 保育園等の時間外の預かり、一時保育
 - 保育園、幼稚園、小学校等への送迎
- 1時間当たりの利用料金**
- 800円**
- 利用料補助金制度あり(事前申請が必要)
- (1) 多子・ひとり親世帯等 700円
 - (2) 多子・ひとり親世帯等に該当しない世帯 400円

依頼会員になるには

宮崎市、国富町、綾町に在住で小学生(12歳)までの子どもがいる人が対象です。会員登録(約1時間程度の説明を含む)が必要です。登録は無料です。

登録をご希望の方は、事前の電話予約が必要です
TEL.0985-62-0252 FAX.0985-25-2056

〒880-0879 宮崎市宮崎駅東3丁目6番7号 (宮崎男女共同参画センター「パレット」内)
受付時間 9:00~17:30(日曜17時まで) 休館日: 火曜日・祝日・12/29~1/3

★条件によっては、援助会員が見つからない場合があります。★長期的な習い事の送迎等は、ご紹介が難しい場合があります。

みなさんの作品大募集中!!

応募締切: 令和8年5月31日(日)

男女共同参画週間イベントにてパレットほか全3会場で展示いたします。どしどしご応募ください。

みやざきのパパ・ママたち子育て写真展

パパ・ママに限らず、みんなが主役の子育て写真展を開催します。イベントでの展示のほか、パレットのSNS等で使用する場合がありますのであらかじめご了承ください。



ご応募はこちら⇒



ジェンダー川柳

家庭や地域、学校、職場などでジェンダーに関してモヤモヤとしたことを川柳にしてみませんか。お一人様3作品まで応募できます。(応募作品は未発表のものに限ります)



ご応募はこちら⇒



パレット相談室 ささいなことでもお気軽にご相談ください

自分自身のこと、結婚、離婚、老後や介護、育児、家族のことなど、人間関係、DV、セクハラなど様々な悩み事について相談員が問題の解決に向けて一緒に考え気持ちの整理のお手伝いをします。

電話相談 9:00～17:00 (受付16:30まで)
 面接相談 9:00～17:00 (要予約)
 心の相談 毎月第2水曜日 14:00～16:30 (要予約)
 法律相談 毎月第3水曜日 14:00～16:30 (要予約)
 メール相談 随時受付

TEL: 0985-25-2057



(休館日: 火曜日、祝日、12月29日～1月3日)

←メールご相談フォームQRコード随時受付

性的少数者専用相談窓口

自分自身のこと、親やパートナーとの関係、友人関係、学校・職場でのトラブルなどあなたの悩みに寄り添います。ひとりで悩まず相談してみませんか? メール相談、電話相談に応じます。

性的少数者専用ダイヤル

TEL: 0985-22-0022

毎月 第3日曜日 9:00～12:00

専門の相談員が対応します。



←メールご相談フォームQRコード随時受付

性的少数者相談パレット

検索

家計見直し相談会(相談料無料・要申込)

パレットでは、特定非営利活動法人日本FP協会宮崎支部と連携し家計見直し相談会を実施します。

●相談内容: ライフプラン、住宅ローン、老後の生活設計、保険、貯蓄・資産運用、相続・贈与、年金、不動産活用など

●中 込 先: 宮崎市男女共同参画センターパレット
 TEL0985-25-2055

●相 談 員: 特定非営利活動法人日本FP協会宮崎支部会員

相談日時

・令和8年 6月25日(木) ・令和8年 9月17日(木)
 ・令和8年12月17日(木) ・令和9年 3月18日(木)

※相談日1日あたり3組限定 ※1組50分間の相談

①13:30～14:20 ②14:30～15:20
 ③15:30～16:20

宮崎市男女共同参画センター「パレット」講師派遣事業のご案内

講師を無料で派遣します

地域で

事業所で

学校で

宮崎市男女共同参画センター「パレット」では、男女共同参画の視点に立って課題解決や実践的活動を進めるため、ご希望のテーマに沿って、学校・事業所・地域・自主グループ・団体の研修会、学習会、講演会などに無料で講師を派遣します。

お問い合わせ: 宮崎市男女共同参画センター「パレット」

●申込み要件: 宮崎市内在住・在勤・在学の10名以上の団体またはグループ ①派遣時間は90分以内とします。②参加者の募集、会場の設定、当日の運営は申請者となります。③参加者から参加料を徴収しないでください。④チラシ資料等を作成する際は「宮崎市男女共同参画センター講師派遣事業」と明記してください。

●時期: 申請者の希望日に年1回程度派遣します。

●費用: 無料

●申込み方法: 講師派遣申込書に必要事項をご記入のうえ、お申し込みください。(ホームページよりダウンロードできます。)

TEL: 0985-25-2055

宮崎市男女共同参画センター「パレット」

開館時間 9:00～21:00 (日曜日は17:00まで)
 休 館 日 火曜・祝日・12月29日～1月3日
 住 所 〒880-0879 宮崎市宮崎駅東3丁目6番7号
 連絡先 TEL.0985-25-2055 FAX.0985-25-2056
 H.P https://pal-let.jp/



編集後記

都道府県版ジェンダー・ジェンダーギャップ指数が今年も3月8日に公表されました。47都道府県の男女平等を「政治」「行政」「教育」「経済」の4分野で分析したものです。宮崎県では政治は、前年より順位を上げたものの残りの行政、教育、経済は順位を下げました。ジェンダーギャップはまだまだまだ大きいものがあります。

世界の中で遅れている日本、その中でも遅れている宮崎。このことを「知る・気づく」そして、意識が「変わる」ような講座をパレットでは、これからも一步一步継続しながら取り組んでいきます。引き続き、皆さんと一緒にジェンダー平等の実現を目指してまいります。



宮崎市男女共同参画センター「パレット」は、宮崎市の指定管理を受けた「特定非営利活動法人ドロップインセンター」が管理運営をしております。(平成31年4月1日より)

令和8年3月発行 企画・編集/宮崎市男女共同参画センター「パレット」