

# 三鷹市

## 男女平等参画啓発誌「Shall we?」

3月と9月の年2回、男女平等に関する様々なテーマを取り上げ、市民編集委員と協働で作成しています。



## こころの相談・こころの相談ダイヤル

専門のカウンセラーによる対面相談・電話相談です。

このようにご悩んでいるとき  
お気軽にご相談ください。

- 自己内面のこと
- 職場の人間関係のこと
- 子育てや介護のこと
- 性別違和に関すること
- 自身の老後のこと
- 病気のこと
- 生活習慣のこと
- アルコールなど依存のこと
- DV\*のこと  
\*DV(ドメスティック・バイオレンス)  
=夫婦間や恋人からの暴力
- 夫婦や家族関係のこと

女性相談室



アクセスマップ JR三鷹駅南口から徒歩約7分です。

フロアマップ 三鷹国際交流協会と同じフロアです。

予約・お問い合わせ 以下までご連絡ください。

ご相談の予約 三鷹市 総務部 相談・情報課  
**0422-44-6600**

ご利用方法の  
お問い合わせ 三鷹市 企画部 企画経営課  
**0422-29-9032**



こころの相談

ひとりでも悩まないで、  
まずはご相談ください。



### 【こころの相談】

\* 女性向け 毎週木・土曜日 13時～17時

\* 男性向け 毎月第3水曜日 17時～20時

### 【こころの相談ダイヤル】

第2火曜日 13時～16時 / 第4火曜日 17時～20時

# 三鷹市

## 男女平等参画のための市民フォーラム

令和6年度は東京ウィメンズプラザと共催で開催。  
「子どもの“自分らしく生きる力”を育むために 無意識の思い込みに気づくと変わる！」をテーマに、佐藤誠紀講師（桐蔭学園家庭科教諭）の講演会、三鷹市の取組紹介の2部構成で、子どもへの関わり方について、参加者の皆さんと共に考えました。

東京ウィメンズプラザ 令和6年度 東京都女性活躍推進事業  
男女平等参画のための市民フォーラム

子どもの “自分らしく生きる力” を育むために 参加無料

無意識の思い込みに気づくと変わる!

日時 令和7年 1月18日(土) 14:00~15:30 (受付開始13:30)

開催方法 ●会場参加 [定員あり] ●オンライン視聴

講師 佐藤 誠紀さん 桐蔭学園 家庭科教諭

三鷹市の取組を知ろう! スピーカー 小谷 麻保子さん 特定非営利活動法人子育てコンビニ代表 ほか

対象 小、中、高校生をもつ保護者や地域・学校等で子どもと関わる大人など、テーマに関心のある方

申込方法 以下の申込用URLからお申し込みください  
URL <https://tech-supportbase.com/r6twp>

申込締切 令和7年1月13日(月・祝)まで

主催 東京都生涯文化スポーツ局 東京都生活部東京ウィメンズプラザ  
三鷹市企画部企画課 東京ウィメンズプラザ 三鷹市

## 男女共同参画週間パネル展

令和7年度テーマ  
「もっと知ってほしい 多様な性のこと」



### 展示内容（令和7年度）

- ・大阪市淀川区「LGBTの方々が抱える社会課題をまとめた啓発パネル」
- ・大阪府「性の多様性を考えるガイドブック」
- ・三鷹市の性の多様性に関する取組紹介
- ・三鷹市男女平等参画啓発誌「Shall we?」の紹介と配布
- ・「こころの相談」案内、リーフレット配布

# 三鷹市

## 三鷹市パートナーシップ宣誓制度

令和6年4月から、パートナーシップ関係にある方の生きづらさや偏見など生活上の支障を軽減するとともに、一人ひとりの人権が尊重される地域社会の実現をめざして「三鷹市パートナーシップ宣誓制度」を開始しています。



令和7年5月から  
予約不要の電話相談  
も開始しました

## みたかSOGI相談 (性の多様性に関する相談)

性的指向やジェンダーアイデンティティーに関する悩み・不安について、本人やご家族等からの相談に専門の相談員が応じます。

**みたか SOGI 相談**  
性の多様性に関する相談

自分や親しい人の性別や性のあり方の悩みをご相談いただけます。

LGBTQなどの性的マイノリティの方、「自分もそうかも…」と悩みや不安を抱えている方、その家族や親しい方などからの様々な悩みを専門相談員がうかがいます。

	対面相談	電話相談
対象	三鷹市民（働いている人、通学している人も含みます）	電話相談は5月2日から！
相談日	毎月第3金曜日 17:30～20:30 ※受付は20:00まで	毎月第1金曜日 17:30～20:30 ※受付は20:00まで ※祝日は変更になります
時間	1回50分以内	初回：45分程度 2回目以降：30分程度
場所	女性相談室 (三鷹市中央区のタウンプラザ4階 三鷹市交流センター内)	—
予約方法	①予約フォーム ②電話（下記問い合わせ） ※申込は相談日前日の15:00まで	予約不要
利用方法	予約時間までに上記場所へお越しください。	0422-29-9864（相談員直通） へお電話ください。

**SOGI (ソジ) とは…**  
「Sexual Orientation (性的指向)」と「Gender Identity (性自認)」の頭文字をとった、多様な性のあり方を表現する言葉です。  
性的指向：どんな人を好きになるか、ならないか  
性自認：自分自身の性別をどのように思っているか  
(男か女か、男と女と、どちらでもないか など)

対面や電話では話しづらい方は…  
「Tokyo LGBT相談 専門LINE相談」  
をご利用ください。 ※要約のお願い

問い合わせ 三鷹市企画部企画推進課平和・人権・国際化推進係  
電話：0422-29-9832（受付 平日8:30～17:00）  
メール：kikaku@city.mitsuka.lg.jp

※秘密はしっかり守ります。安心してご相談ください。