中央区立男女平等センター　ブーケ21

ブーケ２１は、男女共同参画を推進し一人一人が
自分らしく生きることができる地域社会を目指す拠点施設です。
施設を利用し、講座やイベントを開催するほかに、
登録団体の方の活動拠点として、研修室などの貸し出しを行っています。
性別、年齢など問わず、どなたでもお気軽にお越しください。
【詳しくは中央区ホームページをご覧ください】



★さまざまな講座等を行っています★

- ほっと一息私の時間（年６回）
- 水曜イブニングトーク（年４回）
- 男性の家事育児参画応援講座（年３回）
- 男女共同参画講座・講演会（年９回）
- 事業協力スタッフ養成講座（全８回）
- 労働セミナー（共催：東京都労働相談情報センター）
- ワーク・ライフ・バランスセミナー（共催：東京商工会議所中央支部）
- 女性のための再就職支援事業

中央区ブーケ祭り
（共催：中央区ブーケ祭り実行委員会）





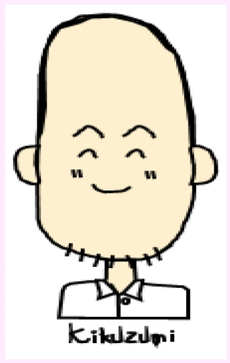


ブーケ21を利用している
登録団体が展示や発表を行い、
普段の活動の成果を
披露しています！

令和8年度実行委員会企画で
「たいら いさお愛唱コンサート」
を開催しました♪

講演と映画の集い
（共催：中央区女性ネットワーク）





講演会：【「他者と違う自分」が「自分と違う他者」を認めるまで】
大学教授で臨床心理士の菊住彰氏をお招きし、お話いただきました。

映画：【銀河鉄道の父】
宮沢賢治の父・政次郎の視点から、無名だった賢治と彼を支え続けた家族の無償の愛を描いた物語です。

★中央区男女共同参画ニュース「Bouquet」の発行★



【情報誌「Bouquet」とは】

区民や区内事業所等に対して、男女共同参画についての意識啓発を図るため、中央区立男女平等センターが発行している情報誌です。
巻頭特集では、男女共同参画に関するテーマや分野を代表する方のインタビュー記事を掲載しています。



★WLB推進企業認定★

【WLB推進企業認定】

中央区では、仕事と家庭の両立や男女がともに働きやすい職場の実現に向けてワーク・ライフ・バランスの取組を推進している企業などを「中央区ワーク・ライフ・バランス推進企業」として認定しています。
令和8年4月時点で42事業所が認定されています。
【詳しくは区HP　WLB推進企業紹介をご覧ください。】→

認定された企業は、
毎年4月に行われる認定式で
区長から認定証楯を授与します。

認定後は、区の広報誌への掲載や認定ロゴマークが使用できるなど多くのメリットがあります。



中央区
ワーク・ライフ・バランス
推進企業

★相談事業★

自分自身の生き方、夫婦や親子の関係、配偶者等からの暴力、近所や職場などの人間関係や悩みを専門の相談員がお聞きし、問題解決のお手伝いをします。相談は無料・秘密厳守。

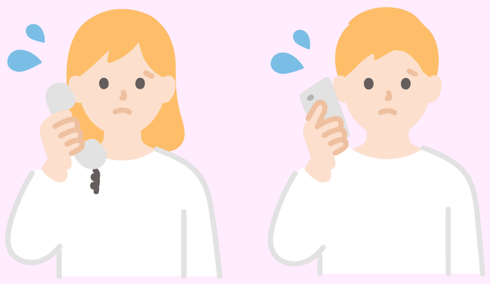
【ブーケ21女性相談】

①電話相談（予約不要）
毎週月曜日（祝日・休日、年末年始を除く）
午前10時から午後4時まで
電話番号（相談専用）：03-5543-0653

②電話・面談相談（予約制）
・毎月第1・5水曜日、第4火曜日
午前10時から午後4時まで
・毎月第2火曜日、第3水曜日
午後3時30分から午後8時30分まで

【ブーケ21男性電話相談】

・電話相談（予約不要）
電話番号（相談専用）：03-3495-7770
毎月第1・3水曜日、午後3時から午後8時まで
（年末年始を除く）



「ブーケ21」SNS相談　こころ晴れる家

勉強、友達、いじめなど学校のこと、
自分のからだや性のこと、家庭のこと、夫婦やパートナー間の暴力のこと、職場のこと…
どんな話でもお聞きします。
性別や年齢に関わらず、誰でも気軽に文字で相談できます。

毎週月曜日～土曜日（午後7時～9時）
WEBチャットによる相談

←相談はこちら

