

Vol. 73

# マイセルフ

特集  
P1▶P2 ジェンダー視点で強化する災害対応

P3▶P4 はこだて男女共同参画フォーラム 2024

P5▶P6 知っておきたいトランスジェンダーについて  
函館市女性センターからのお知らせ

back cover 相談窓口 / Hakodate かがやきネット

函館市男女共同参画情報誌 / 2025.3



災害は、地震、津波、風水害等の自然現象（自然要因）とそれを受け止める側の社会の在り方（社会要因）により、被害の大きさが決まってくると考えられています。性別や年齢、障害の有無などによって影響が異なるため、社会的要因による困難を最小限にすることが重要です。

東日本大震災や能登半島地震では、主に避難所の運営において、様々な意思決定過程への女性の参画が十分に確保されないことで、男女のニーズの違いが配慮されないという課題がありました。

そこで今回は、災害現場にジェンダーの視点を取り入れる重要性について、現状の課題や自治体の事例などから考えていきます。

## 災害現場でのジェンダー視点の重要性

災害時には、平常時における社会の課題が一層顕著になって現れると言われており、配慮を必要とする方は、災害で大きな影響を受けます。特に女性は、衛生状況の悪化により、感染症など健康面のリスクが上がりやすくなります。また、避難所生活で性暴力に巻き込まれるリスクもあるのです。そのほか、避難所生活の中で、炊き出しは女性、運営責任者は男性などといった固定的性別役割分担が見られることも少なくありません。

こうした問題を解消するため、災害現場においてもジェンダーの視点が重要になってきます。

## 防災・復興にかかわる現状の課題

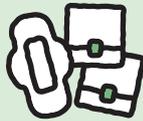
### 【意思決定の場に参画する女性の割合が少ない】

- ・防災、災害時、復旧・復興など各場面で、女性の意見や女性と男性のニーズの違いが反映されにくいいため、必要な支援が提供できなくなる

(例) 女性用品、乳幼児用品、高齢者用品などの物資の備蓄、授乳、着替え、物干し場などのスペース、婦人科系の病気や妊婦の健康リスクなど



市町村の防災会議の女性委員割合  
(令和6年度版防災白書より)



### 【子育てや介護など世帯状況の違い】

- ・災害対策本部や避難所運営責任者に女性が少ない場合、子育てや介護のニーズにうまく対応できないこともある
- ・乳幼児や介助・介護が必要な高齢者や障害者のいる世帯などが深刻な影響を受けやすく、そのケアを担当している人の多くが女性やヤングケアラー

### 【固定的な性別役割分担意識による影響】

- ・避難所や家庭での炊き出しや掃除などのケア役割が主に女性にしかかる
- ・男性が疲弊していても休まず救助活動や事業復旧に従事し、過労死を招くこともある

### 【女性に対する暴力】

- ・国内でも過去の災害時において、DVや性暴力が発生しており、被災者間だけでなく、支援者から被災者、被災者から支援者へ行われた暴力もある
- ・災害時は被害について相談すること自体が難しい状況にあることも少なくないので、被害が潜在化する懸念がある

### 【女性の雇用構造による問題】

- ・女性は非正規雇用労働者の割合が高い状況にあり、災害時に事業所の閉鎖などから、収入が減少・途絶する恐れがある
- ・被災した家族の介護の必要性が生じ、女性が解雇や退職を余儀なくされた事例が確認されている

## 女性の視点を踏まえた 避難所運営マニュアルの整備

山梨県  
甲斐市

男女共同参画事業の一環として、  
女性の視点を取り入れた避難所運営  
マニュアルを作成し、自治会などへ展開

- ・過去の被災者の意見を紹介し、具体的な対策例や避難所チェックシートを掲載
  - ・甲斐市男女共同参画推進委員会では、小学生の親子に向けた防災教室を開催し、マニュアルの活用を促進
- (例)
- 管理責任者に男女両方の配置
  - 男女一緒に行う防犯体制の整備
  - 避難所の危険箇所や死角となる場所の把握、立入制限
  - 配偶者等からの暴力の被害者の避難者名簿の管理の徹底



マニュアルの作成によって、女性視点の避難所運営への関心が高まり、更なる研修の機会につながった。女性が地域で活躍できる環境づくりにつながっていると感じるため、今後も女性活躍を推進することで、災害時における避難所の生活環境も向上できるよう、取り組みを進めていく。

## 避難所でのDV・性被害防止 のための啓発

熊本県  
熊本市

避難者向けに過去の事例や注意点、  
相談窓口を紹介した啓発ポスターを  
各避難所に掲示

- ・各避難所へ、周囲の見守りの目の必要性を説明
- ・相談窓口を記載した啓発カードを支援物資と共に配付
- ・熊本市男女共同参画センター HP 内に特設サイトを作り、相談窓口などの情報提供を行った
- ・熊本地震後からは、住民向けの「無料防災出前講座」を実施し、大規模災害における性暴力、DV 防止について周知・啓発に努める

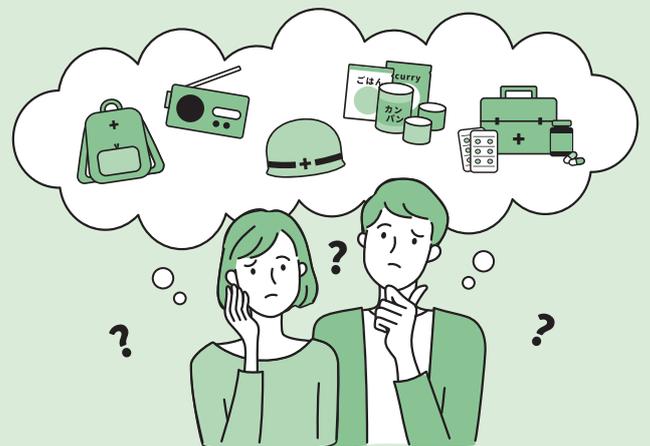


熊本地震発災時のこれらの活動は、多くのメディアに取り上げられ、災害時には平時よりも男女共同参画の課題が顕在化することがあることを広く伝える機会となった。また、全国から活動に関する問い合わせがあり、他県での啓発活動に活用されたり、ポスターが災害時に避難所に掲示されたりしたことによって、広く DV・性被害防止の啓発が行われたと考えている。

災害現場にジェンダーの視点を取り入れることで、より多くの被災者のニーズに対応し、効果的な支援が可能になります。

また、多様な視点が対策へ反映されることで、固定的性別役割分担などのプレッシャーから解放されるなど、女性だけでなく男性にとっても負担の軽減につながります。

災害時には普段の社会課題が一層顕著に現れることを踏まえて、性別・年齢・障害の有無などにかかわらず、皆が少しでも安心できる防災対応には、どのような視点があるのかを、日頃から考えてみましょう。



## 五ノ井里奈氏 講演会 ～声をあげる勇気～

元自衛官で、性暴力被害を告発し、国際勇気ある女性賞を受賞された五ノ井里奈さんをお迎えし、ご自身の経験や自分の幸せを大切にすることの重要性についてご講演いただきました。講演の中から、主な内容をいくつかご紹介いたします。



### 震災をきっかけに目指した自衛官の道

私は1999年に、航空自衛隊の基地がある宮城県東松島市で生まれました。ブルーインパルスがよく飛んでいたという思い出があります。

5歳から柔道を始め、小学校に上がる時にはオリンピックで金メダルを取りたいという夢ができました。

自衛隊を目指したのは、東日本大震災で公民館に避難したことがきっかけです。北海道の自衛官が作ったお風呂に女性自衛官が何度もお湯を運ぶ姿を見て、小学5年生だった私はカッコいいと思い、自衛官になりたいと思いました。

震災をきっかけに両親が離婚し、母が女手一つで育ててくれました。柔道で優勝して母が喜ぶ姿が生きがいで、柔道を通して色々なことを乗り越えてきました。

スカウトされて山口県の大学に進学しましたが、監督が辞めてしまい、サークル状態になりました。自衛隊の体育学校でオリンピックを目指せる環境があることや、災害派遣で活躍したい思いから、2020年4月に自衛隊に入隊しました。憧れの女性自衛官を思い出し、立派な自衛官になりたいと決意しました。

### 配属先で直面した困難と内なる葛藤

入隊後は教育機関で同期と切磋琢磨し充実した日々を過ごしていました。しかし、教育訓練が終了してから配属されたのは、「噂がひどいから気を

つけろ」と教官から言われるほどの部隊でした。私は夢と希望を持って入ったので、自分の目で見て判断しようと思いましたが、実際、悪ふざげが度を越していて、そのたびに「何のためにここに来たのか」と考えるようになりました。

1か月ほど北海道で訓練をしているときに、告発のきっかけとなった決定的なセクハラ事件が起きました。

最初は起こったことを認めて謝罪してもらおうよう求めました。その後、自衛隊内の警察と呼ばれる警務隊に被害届を出し、調査をしてもらいましたが、現場を見ていた人が13人もいたにもかかわらず、口裏を合わせて「見ていない」と証言されました。結局、加害者からの謝罪はありませんでした。

どうにもできず、精神的に追い詰められたその時、福島県沖地震が起きました。この時、東日本大震災で生きたくても生きられなかった人たちのことを思い出し、我に返りました。これをきっかけに、生きて闘わなければならないという思いに変わりました。

### 告発動画が引き起こした波紋

闘うと決めてから、2つのYouTubeチャンネルで事件のことをお話ししました。

その間、事件は不起訴処分となり、弁護士を雇わず自分で不服申し立てを行い、同時期に退職しました。

告発後、オンライン署名サイトから連絡があり、

元自衛官や現自衛官にハラスメントに関するアンケートを実施し、1週間で6万以上の署名を集めました。初めての記者会見では記者が2、3人しか来ず、記事にしたのも1社だけで、もっと注目される必要があると感じました。

そこから議員の方の協力もあり、最終的に10万以上の署名を集め、防衛省に提出しました。殺害予告や誹謗中傷を受けつつも世間の注目を集め、不起訴不当（※1）となりました。

その後、防衛省が全自衛隊員を対象としたハラスメントに関する特別防衛観察（※2）を行ったところ、1,000件以上の被害申告がありました。

防衛省と加害者は、申告内容をほぼ全て認めて謝罪をしてくれましたが、事件が起きてから約1年が経っていました。

闘うことに疲れて、被害届を取り下げようとも考えましたが、和解に向けた話し合いをしていく中で、相手方の反省を感じられなかったため、これは犯罪だとしっかり認識してもらうために最後まで闘うことにしました。判決は、懲役2年・執行猶予4年でしたが、ここまでしないとわからなかったのか、と残念に思いました。

2024年に、アメリカ国務省の「国際勇気ある女性賞」を受賞し、世界の様々なことを学びました。グプタ国際女性問題担当大使が「勇気とは愛からきている」とお話していました。私は、自衛官そのものを憎んだことはなく、憧れや尊敬、感謝の気持ちも変わらないので、好きだからこそ変わって欲しいと思っています。愛を持って向き合ってきたので、その言葉に共感しました。

※1…検察官が下した不起訴処分を、検察審査会が不当と判断すること。

※2…防衛省が特定の問題や不正行為に対して行う特別な調査。

## 職場や組織で大切だと思う6つのこと

### 1. 初期対応

声を上げた人に真摯に向き合い、問題が大きくなる前に対応することが重要です。

### 2. 思いやり

思いやりが欠けると人を傷つけてしまうので、お互いに思いやりを持つことが大切です。

### 3. 発言・行動しやすい環境

発言や行動がしやすい環境を作ることが重要です。

### 4. 意見の尊重

異なる意見を否定せず理解し、全員の意見を理解した上で話し合うことが重要です。

### 5. 変化を恐れない

変化を恐れずに歩み続ける勇気と覚悟を持つことが大切です。挑戦することで自信や経験が得られます。

### 6. 初心を忘れない

目標や初心を忘れずに集中することが大切です。初心に帰ることで傷つけ合うことが減ります。

## 自分の幸せを大切に

私は声をあげても、あげなくてもいいと思っています。幸せを掴むために闘う選択もありますが、声をあげずに自分の人生を幸せに生きる方法もあるので、無理して声をあげる必要はないと思います。

美味しいものを美味しい、楽しいものを楽しいと言えなかった時期がありましたが、今は感情を取り戻しながら普通の生活を送っています。

皆さんも無理して頑張る必要はないので、自分が楽しいことや幸せなことに没頭し、自分が幸せだと思える道に進んで欲しいと思います。

## 【講師プロフィール】

### 五ノ井 里奈氏

元自衛官。1999年宮城県生まれ。幼少期に柔道をはじめ、中高生の時は全国大会に出場。2011年の東日本大震災で被災する。災害支援に来た女性自衛官に憧れて、2020年に陸上自衛隊に入隊するも、2022年6月に退官。2023年5月よりSTeamResearch&Consulting株式会社コンサルタント。2023年5月に小学館から『声をあげて』を刊行。米TIME誌『次世代の100人』、BBC『今年的女性100人』選出、2024年アメリカ国務省が授与する『国際勇気ある女性賞』をホワイトハウスで授与。メディアへの出演、講演等を多数行う。



知っておきたい

# トランスジェンダーについて

令和6年11月に開催された、LGBTQ+について知り、考えるイベント『虹をはいて歩こう』（主催／レインボーはこだてプロジェクト）より、函館市企画の「知っておきたいトランスジェンダーについて」トークセッションの内容の一部をお届けします。

『虹をはいて歩こう』ってどんなイベント？

「LGBT」について知ることで、誰もが自分らしく暮らし、自己実現できるような函館・道南の地域づくりを目指し活動している団体（※）「レインボーはこだてプロジェクト」が主催するイベント。令和6年は11月9日（土）・10日（日）の2日間、函館萬屋書店で開催。講演会やトークセッションの他、「ゲイの人とピロシキを作って食べる会」や、多様性をテーマにした絵本の読み聞かせ、北海道教育大学とはこだて未来大学の学生が共同で作成した「レインボー靴下」の販売等を行っている。 ※出典：レインボーはこだてプロジェクト (<https://rainbowhakodate.wixsite.com/rainbow>)

## 真田 陽氏

札幌市在住の教員。トランスジェンダー男性。教職員や市民向けの研修会や講演会、児童生徒に性の多様性を伝える授業などを行うほか、LGBTQ+の子ども・若者のための居場所づくりのスタッフとしても活動中。「にじいろほっかいどう」事務局長。

## 川島 暢華氏

横浜市出身、札幌市在住のトラベルクリエイター。ホルモン治療を受けているトランスジェンダー女性。トランスジェンダーやノンバイナリーの方々への情報発信や居場所づくりなど、支援や啓蒙活動、講演に携わる。「トランスXコミュニティ」主宰。

## 国見 亮佑氏

函館市在住。ゲイの当事者として活動し、当事者交流イベントを道内各地で行うほか、高校生や教員、市民に向けて講演会の企画・運営を行う。LGBTQ+のコミュニティセンター「はこにじ」を運営。「にじいろほっかいどう」理事長。

国見氏

「にじいろほっかいどう」理事長の国見です。お二人も活発に様々な活動をされていますが、**主に関わっている方々やその活動内容について教えてください。**

真田氏

「にじいろほっかいどう」として、10代から23歳までの、学生や若者を前提にした居場所づくりのイベント「札幌 VIVID!!」に携わっています。今の10代と接して感じるのは、悩んでいることは自分が学生だった十数年前と全然変わっていないということです。制服や更衣室など、昔からあるような学校における男女分けで悩んだり苦しんでいるのは、自分自身が教員であるということもあり、グッとくるところではあります。

国見氏

一方の川島さんは、「トランス X コミュニティ」を主宰されていますが、集まる方はどのくらいの年代の方が多くいますか？

川島氏

10代後半から60代くらいまで、結構幅広くいらっしゃいます。30代くらいの方が多く印象です。

国見氏

集まる方は、どんな悩みを持っていると思いますか？

川島氏

年代が上がるにつれて、生活のしがらみなどが強くなると思うんです。仕事を長年続けていたり、夫婦生活を続けている方が性別を変えると

いうことに、なかなか理解を得られないというケースは多いです。時間をかけてパートナーや職場に理解をしてもらったりと、少しずつ変えていく方が多い気がします。

国見氏

以前、性別変更の手術要件に関する裁判がありました。性別変更に関してはどのようにお考えですか？

川島氏

手術をすることがゴールではなく、手術の有無に関係なく望む性別での生活に変更してからが本当の人生のスタートだと思います。

真田氏

これまでの法律では、戸籍の性別を変更するには性別適合手術をするという条件が残っていましたが、リスクや費用の関係から実はそれを選択しない当事者も多いです。私も、性別変更はしていませんが、普段望む性別で生活できている場面が多いので、今のところ性別変更をする選択肢はないです。

国見氏

トランスジェンダーの話となると、腹立たしいくらいのバッシングが出てきます。実際、世の中ではトランスジェンダーの方への排斥や排除といったものがありますが、これについてはどう思いますか？

真田氏

私自身あまり気にしないようにしていますが、

子どもたちや若者がそういったものを見聞きして傷ついているのを見るのはとても辛いです。教員に向けた研修会でも、理解が進んでいないと感じる発言もあるので、子どもたちが否定的な言葉を聞くことに関しては、敏感にならなきゃいけないと思っています。

川島氏

正しい知識や認識がまだまだ世の中に広まっていないと思うので、セクシャルマイノリティの当事者がおかれている現状や、法律の規定と厚生労働省が発表している指針については、正しく伝わってほしいなと思います。

真田氏

私たち当事者がこういうイベントや講演会を行って、実態や実情を知ることによってわかってくれることもあると思います。できればイベント等で知った話を、家族や友達、誰か一人にでも伝えてほしいと思います。

国見氏

SNS で差別的なことを発信している人を見ると、すごく嫌な気持ちになります。そういうのってどうしたらいいんでしょうね。

真田氏

教員としては、ネットが主流となっている子どもや若者たちに、ネットリテラシーの教育をするなど、できることはたくさんあると思っています。

川島氏

なにかしら批判や意見を言うのであれば、最低限の正しい情報は知っておいていただきたいですし、事実確認も必要だと思います。正しい情報を知るために、学校や職場などでの研修は大事だと思います。

国見氏

今の私たちもできることです。いろんなところで正しい情報に触れてもらいたいと思います。それでは最後に一言ずつお願いします。

真田氏

若い子たちと関わっている身としては、未来を背負って生きていく子どもたちが、トランスジェンダーやLGBTQ+に限らず幸せに生きていけるような社会を作ってあげたいと思います。これからも、皆がどうやったら幸せに暮らせるのかを一緒に考えてもらえると嬉しいです。ありがとうございました。

川島氏

もし今後、トランスジェンダーに関して、分からない方や誤解している方がいたら、ぜひ「実はこうだよ」と教えてあげただけで嬉しそうです。そういったことが、マイノリティが皆さんと同じように生きていくためのきっかけとなると思っています。今日はどうもありがとうございました。

国見氏

ありがとうございました。

## 函館市女性センターからのお知らせ

楽しく学ぼう！

### 使える日常英会話

連続4回

観光都市函館の市民として、実際の会話で使える英会話を英会話講師から学び、会話を楽しみましょう。

5月17・24・31日・6月7日<sup>±</sup>

午後1時30分～午後3時

申込開始/4月17日(木) 午前10時より

歌でいきいき、楽しい時間を

### 歌楽ひろば

生演奏

唱歌や歌謡曲をピアノの演奏とともにみんなで歌い、楽しいひと時を過ごしましょう。

6月16日<sup>月</sup>

午後2時～午後3時30分

申込開始/5月19日(月) 午前10時より

年金・退職金を活用しよう！

### 男性のためのライフプランと家計管理

ライフプランや家計管理、年金についての疑問や悩みについて、ファイナンシャルプランナーが解決にあたります。

6月7日<sup>±</sup>

午後2時～午後4時

申込開始/5月8日(木) 午前10時より

1人30分

美しい文字の旅

### ガラスペンに触れてみよう

書道家の講師からきれいな字の書き方を学びながら暑中見舞いカードを作成し、ガラスペンを体験しましょう。

7月17日<sup>木</sup>

午後6時～午後8時

申込開始/6月19日(木) 午前10時より

材料費  
1,500円

## 函館市女性センター

🕒 月～土曜日(祝日・年末年始を除く) 午前9時～午後9時

📍 函館市東川町11番12号

☎ 0138-23-4188

## 相談窓口

配偶者からの暴力、家庭生活、困りごと、悩みごとなど、お気軽にご相談ください。

### 函館市女性センター

●DV・虐待・離婚相談 ●働く女性の悩み相談  
火・木曜日 10時～15時  
水・金曜日 18時30分～20時30分  
Tel.84-8742

●セクシャルマイノリティ相談  
水曜日 13時～17時  
Tel.23-4188

### ウィメンズネット函館

月～金曜日 10時～17時  
Tel.33-2110

### 女性相談室

(函館市配偶者暴力相談支援センター)  
〔市役所本庁舎2階〕 Tel.21-3010  
〔亀田支所〕 Tel.86-7100  
月～金曜日 8時45分～17時30分

### 函館・道南 SART

●性暴力被害者相談 Tel.85-8825  
月～金曜日 10時～17時

### 配偶者暴力相談支援センター

〔渡島総合振興局環境生活課〕  
月～金曜日 9時～17時 Tel.47-5789

### 家庭生活相談 (電話および面談)

〔函館家庭生活カウンセラークラブ〕  
●女性センター Tel.84-8742  
月・金曜日 10時～12時・13～15時  
水曜日 10時～12時  
木曜日 18時30分～20時30分

●湯川支所 Tel.57-6161  
火曜日 10時～12時

●亀田支所 Tel.45-5581  
木曜日 13時～15時

### マザーズ・サポート・ステーション

●妊娠 ●出産 ●子育て  
〔函館市子ども未来部母子保健課〕  
Tel.32-1565  
月～金曜日 8時45分～17時30分

### ひとり親家庭サポート・ステーション

●市役所本庁舎2階 Tel.21-3193  
月～金曜日 8時45分～17時30分  
第2木曜日 8時45分～19時30分  
●亀田支所 Tel.86-7100  
月～金曜日 8時45分～17時30分  
第4木曜日 8時45分～19時30分  
※第2・第4木曜日17時30分以降は要事前予約

### 道立女性相談援助センター

月～金曜日 9時～17時  
Tel.011-666-9955

### 女性の人権ホットライン

〔函館地方務局〕 Tel.0570-070-810  
月～金曜日 8時30分～17時15分

### 北海道警察函館方面本部

相談センター #9110 / 緊急時は110番へ

### 函館被害者相談室

水曜日 10時～15時 Tel.43-8740

毎月1回配信中!

### 函館市男女共同参画メールマガジン Hakodate☆かがやきネット



配信をご希望の方は、  
どうぞ、ご登録ください!

#### ★登録方法★

- ①函館市 ホームページ ( <https://www.city.hakodate.hokkaido.jp/docs/2014012900355/> )
- ②函館市女性センター ホームページ ( <https://www.hakodate-josen.com> )
- ③配信サイト「まぐまぐ!」 ( <https://mobile.mag2.com/mm/0000233240.html> )

女性センターで行われている講座やイベント、職場や家庭での男女共同参画(ワーク・ライフ・バランスなど)のエッセンス、講演会や書籍の紹介、内閣府からのお知らせなど、男性と女性がともにいきいきと暮らすためのお役立ち情報を、誰もが気軽に読むことができる内容にしたものです。

こちらから  
簡単アクセス!



HAKODATE 男女共同参画情報誌  
マイセルフ 2025・春 Vol.73  
令和7年(2025年)3月発行

企画・編集/函館市女性センター  
発行/函館市市民部市民・男女共同参画課  
〒040-8666 函館市東雲町4番13号  
TEL.0138(21)3470 FAX.0138(21)3195  
E-mail:danjokiyodo@city.hakodate.hokkaido.jp

