男女共同参画のための広報紙
# PalCato
パルカート

2026年11月5日 発行
No. 55
江東区総務部人権推進課
（男女共同参画推進センター）

英語のpal（仲間、友だち）にちなんだ【パルシティ江東／Palcity】とイタリア語で1音1音をはっきり演奏することを示す音楽用語【マルカート／Marcato】をあわせて、一人ひとりの生き方を認め、心豊かな社会を推進する広報紙名としました。

バックナンバーはHPで公開中！

## 自分らしさを楽しむファッション
## ―ジェンダーの枠を越えて―

かつては「男性らしい」「女性らしい」といった服装のイメージが重視されていましたが、近年は自分らしさや心地よさを大切にして服を選ぶスタイルが広がっています。現在ファッション業界では、性別にとらわれない中立的なデザインや姿勢を意味する「ジェンダー・ニュートラル」が大きな注目を集めています。デザインや色を自由に選び、自分らしいスタイルを楽しむことは、多様な価値観が認められる現代において、生き方を映し出す自己表現の一つとなっています。身近な「ファッション」をきっかけに、改めて自分らしい装いや、お互いの個性を尊重することについて考えてみましょう。



### こどもの声がつくる、新しい「ふつう」

小学生との交流授業を通じて「好みのカラー」や「こんな肌着を着たい」といった、こどもたちのリアルな意見を取り入れた男女兼用インナーを開発する取組もあります。[i] これまでのこども衣料にあった「ボーイズ」「ガールズ」という垣根を取り払い、実際に着用するこどもの視点や心地よさを重視した服づくりが行われています。



●透けない
●着脱しやすい
など

### 自分らしい装いを当たり前に

高校生500人調査
制服の選択制に賛成[ii]




学生服も、スカートやスラックス、リボンやネクタイが選択できる学校が増えています。高校生を対象にした調査では、9割を超える生徒がこの取組に肯定的な反応を示しています。また、自分のクラスで「女子がスラックス」「男子がスカート」を着て登校する生徒がいた場合の反応として、「最初は違和感があっても、見慣れると気にならなくなると思う」が59.8%と最多でした。

### 個性と自由をまとう時代へ

最近では、性別の枠にとらわれないスタイルの選択肢が増えています。店頭では、性別ではなくサイズ別に分けたマネキンを使って男女問わず選択できるディスプレイを展開したり、体型を強調しないシルエットや中間色のアイテムを積極的に売り出したりしています。また、男性がボトムスにスカートやレース素材を取り入れたり、パールやメイクを自然にファッションの一部として楽しんだりと、自分を表現する選択肢はぐっと豊かになっています。

誰かの目線を意識した装いではなく、自分自身の心地よさや感性を大切にする。性別にとらわれない装いの広がりは、一人ひとりの個性や多様な価値観を尊重する社会につながります。

【出典・引用・参考文献】
ⅰ.株式会社セブン&アイ・ホールディングス「子どもたちとの交流授業から生まれた毎日着たくなる“ジェンダーレス”商品を発売」
ⅱ.菅公学生服株式会社「高校生の制服の多様化に関する意識調査」2026年7月実施（カンコー学生服調べ）

p.2 男女共同参画推進センターで実施している講座などのご案内 ▶▶▶

江東区男女共同参画推進センター情報紙

# PALCITY KOTO NEWS

No. 55
2026.11.5

PICK UP!

年間30講座以上を開講中!

## 男女共同参画学習講座

詳細・お申し込みはこちら!

または 江東区 男女 講座 検索

### 働く人のためのオンラインセミナー 男女の更年期から考えるセルフケアと職場のサポート【オンライン講座】

11/15㊐より受付開始

男女問わずに起こり得る更年期症状の正しい知識やセルフケアの方法に加え、従業員が働き続けるために職場でできる支援や、離職防止・キャリア継続につながる取組み等について解説します。

**日時** 12/16 ㊌ 13:30~15:00　**講師** 後藤 彰子氏（国家資格キャリアコンサルタント・公益社団法人女性の健康とメノポーズ協会女性の健康経営推進員）

【講師プロフィール】四年制大学卒業後、メーカーに就職後通算で約18年間、人事業務、研修企画・運営、研修講師、研修プログラム開発、コンサルティング、セカンドキャリア支援、派遣社員のキャリア形成支援などを経験。現在はキャリアコンサルティング面談やセミナー講師（テーマはキャリア、更年期とキャリアなど）として活動中。

### 女性のための再就職・キャリア応援～デジタル・生成AIファーストステップ～【オンライン講座】

11/25㊋より受付開始

今の企業で求められるパソコンスキル（Microsoft Office・Web会議・クラウドサービス等）、生成AIを安心・安全に使う方法など、働くうえで知っておきたいデジタルの基礎を幅広くお伝えします。パソコンが苦手な方、ブランクが長い方も、気軽にご参加ください。

**日時** 12/20 ㊐ 14:00~15:30　**講師** 丸山 恵子氏（WOMANET株式会社　代表取締役 、ITコンサルタント）

【講師プロフィール】イクアントフランステレコム・シスコシステムズ外資系IT企業にて営業マネージャ、マーケティングマネージャ、プロジェクトマネージャとして15年勤務後退職。2012年3月横浜市iSB公共未来塾社会起業スクール卒業後独立。ICT活用で女性の社会復帰支援、起業支援、中小企業支援に従事をする。2016年6月内閣府男女共同参画局特命担当大臣表彰女性のチャレンジ賞特別部門賞を受賞。

子育て中も、没頭できるひとときを

## さくらんぼ保育室

◂◂◂ 保育室の詳細はこちら

楽しく過ごせるよう
こどもの成長に合わせた
遊具を準備しています。
季節行事も取り入れています。



**区主催講座の受講生**および**当センター貸室利用者**の
**満1歳6か月～就学前**のお子様を対象とした一時保育室です。
「**こどもを預けて集中して講座で学ぶことができた**」などの声をいただいています。
利用説明会、見学を実施中です。詳しくはお問い合わせください。

話題のあの本も!

## 情報資料室



当センター2階 情報資料室では
男女共同参画に関する書籍
3,000冊以上を取り揃えています。
**小説・コミック・絵本**などもあります。

**貸出もできます！**（1人2冊・2週間まで）

区HPで新着図書をご紹介中！

## LGBT等相談

性的指向やジェンダーアイデンティティの
悩みや不安などご相談ください。匿名可。

| 電話相談 03-3647-1171 | 面接相談（対面・オンライン） |
|---|---|
| 毎月第3木曜日 17:00～20:00 | 毎月第2火曜日 17:00～20:00 |
| 【予約不要】 | 【要予約】 |

詳細・面接相談の予約はこちら ▸▸▸

**江東区男女共同参画推進センター**（パルシティ江東内・扇橋3-22-2）
03-5683-0341 Fax: 03-5683-0340 ｜ 受付時間: 毎日9時～21時（毎月第2・4月曜は休館 ※祝日に当たる場合は開館）
都営新宿線・東京メトロ半蔵門線 住吉駅 徒歩約12分 ｜ 都バス 扇橋2丁目バス停 徒歩約6分・扇橋3丁目バス停 徒歩約3分