

リズム RHYTHM

2026 Vol.72

宇治市男女共同参画支援センターは
JR宇治駅すぐそば!
どなたでもお気軽にお越しください

6月23日(火)~29日(月)は
男女共同参画週間

啓発展示：6月17日(水)~6月30日(火)
1階 ギャラリー ステップワン

第6次UJ | あさぎりプラン(宇治市男女共同参画計画)
ができました。 ※詳細は P.3 をご覧ください。

それって「ルッキズム」じゃない?

人を外見で判断・評価する「ルッキズム^{※1}」。約20年前に新書『人は見た目が9割^{※2}』がベストセラーとなったり、大学や自治体主催のミスコンテストの廃止や名称・内容・選考基準の再考など、見た目重視による功罪は時勢に合わせて話題になってきました。近年はSNS上で加工修正された画像を美の基準として「こうでなければならないもの」と思うあまり、過激なダイエットから摂食障害に陥ったりするケースも見られ、特に若年層への影響が懸念されています。

「ルッキズム」においては、外見にもとづいて人をおとしめるのはもちろん、外見をほめる行為にも注意が必要です。「美しすぎる〇〇(政治家・アスリート・文化人など)」などの表現は、人格や能力、努力の結果である成績よりも外見に注目を集め、本質を見落とすおそれがあります。「ルッキズム」は世界的に社会問題となり、海外では他人の容姿について言及しないことがマナーとされる国もあります。

現在の社会で「ルッキズム」に左右されることなく過ごすことは容易ではありません。人それぞれの個性を認め、内面の美しさやそれがもたらす雰囲気、生き生きとした表情、結果にかかわらず物事に取り組む姿勢、それらの「人間力」とも言える本質的な魅力を探し、場面に応じてどんな言葉で表現すれば良いかを慎重に考えることが「ルッキズム」から抜け出す唯一の方法となるのかもしれない。

※1 外見(Look)と主義(-ism)を組み合わせた造語。70年代に米国で発祥 ※2 竹内一郎著 2005年 新潮新書

男女共同参画週間UJ | のつどい 2026

トークショー「目指すはチャーミング!~脱ルッキズム宣言~」のお知らせは次ページへ

「ルッキズム」について考えてみよう

センター情報ライブラリー図書紹介

『ルッキズムってなんだろう? みんなで考える外見のこと』



西倉実季 著
平凡社

なぜ外見で人を判断することが問題なのか? 社会学者が、学校の校則、ミスコン、友達との会話など身近な事例を通じて「ルッキズム」の意味と問題点を解説。

『ブスなんて言わないで』1~6 とあるアラ子 著 講談社(アフタヌーンKC)コミック



「ブスだから」と学生時代にいじめられてきた知子と「美人だから」と顔ばかりを評価されてきた同級生の梨花。ずっと「見た目」に振り回されてきたふたりはどんな幸せをめざすのか。「ルッキズム」に鋭く切り込んだ話題作。

男女共同参画週間UJIのつどい

令和8年度
内閣府男女共同参画週間キャッチフレーズ
あなたらしさが、社会のチカラ

6月23日(火)～29日(月)は男女共同参画週間です。
市では、地域に根ざした男女共同参画社会の形成に向けて、
男女共同参画週間UJIのつどいを開催します。

トークショー

目指すは『チャーミング』！ ～脱ルッキズム宣言～



よねざわ いずみ
米澤 泉さん

甲南女子大学社会学部 教授
総合社会学科 メディア社会学専攻
1970年 京都府出身

専門は女子学(ファッション文化論、化粧文化論、雑誌文化論など)。日本顔学会理事、乳房文化研究会事務局長、化粧文化研究者ネットワーク世話人、日本化粧医療学会代議員、Yahoo!ニュースエキスパート。経済産業省クール・ジャパン官民有識者会議委員も務めた。



かわしま
河島 あみるさん

タレント・(株)ツキハナ代表
1977年 大阪府出身

父・河島英五主宰の阪神淡路大震災チャリティーコンサートをきっかけに10代の頃からライブの企画運営を経験。

2021年株式会社ツキハナを設立。イベントや番組の企画、プロデュースもしている。

ポッドキャスト「米澤泉と河島あみる FASHION AND THE CITY」配信中。

「脱ルッキズム」とは、
見た目を捨てるのではなく、
“見た目だけに支配されないこと”。

外見で価値を決めるのではなく、
その人の表情や言葉、空気感まで含めて魅力ととらえる考え方です。

目指すのは「きれい」ではなく、
人を惹きつける“チャーミングさ”。

無理に誰かの基準に合わせるのではなく、
自分の中にある魅力を育てていく。

それが、脱ルッキズムという選択です。

- 会場 男女共同参画支援センター(ゆめりあうじ内) 会議室1
 - 定員 100人(多数の場合は市内在住・在勤・在学者を優先して抽選)
 - 保育 2歳～小学3年生(要申込・多数の場合は抽選)
 - 手話通訳・要約筆記 要予約
 - 申込 ①氏名 ②住所 ③連絡先(電話・メールアドレスなど) ④保育希望者は子の名前(ふりがな)と年齢 ⑤市外在住者は宇治市在勤・在学の有無 ⑥手話通訳・要約筆記希望者はその旨を記入の上、電話・専用フォームまたは直接センター窓口へ。
 - 締切 6月14日(日) 必着
- ※締切後、応募者全員に参加の可否をハガキで通知します。



申込用
専用フォーム

6/28(日)

午後1時半～3時半

参加無料

女性のチャレンジを応援する ここからチャレンジ相談

- ◆個別相談(予約制):毎月第2・4金曜日 午後1時～7時
- ◆起業カフェyukichi(予約不要):奇数月第2金曜日午後5時～7時

👉あなたの「やってみたい!」を、いっしょに考えます

ここからチャレンジ相談では、何かを始めたいという想いを持つ人から資格を生かせる仕事づくり、起業はもちろん起業後の事業展開や継続を考えている人など、女性のさまざまな形のチャレンジをサポートします!

👉2026年度は相談日を拡充します

6月、10月、2月の第3日曜日にも相談日を設けて、個別相談と起業カフェyukichiを行います!



新しいことに
挑戦したい!

やりたいことを見つけた一歩を
応援します

資格を

活かしたい!

あなたの強みを生かせる働き方を
一緒に考えます

情報を

知りたい!

役立つ情報や
つながりを
ご紹介します

第6次UJIあさぎりプランを策定しました



性別にかかわらず誰もが、意欲に応じて社会のあらゆる分野で活躍することができ、男女が共に夢や希望を実現し、一人ひとりの豊かな人生に結び付く**男女共同参画社会**を目指して、5つの重点課題に沿って様々な事業を展開していきます。

◆5つの重点課題◆

①固定的な性別イメージの解消

性別に対する柔軟な認識を育み、世代間での相互理解を促進することが不可欠です。

性別によらず個人の可能性を自由に伸ばし、人々が差別や偏見を感じる事のない社会の実現に向けた人権・男女共同参画教育の充実を図ります。

②女性の活躍推進とエンパワーメント支援

近年は多様な人材を公正に処遇する評価・報酬、時間制約の有無にかかわらず成長を促すよう教育機会を提供することが重要となっています。

女性の起業等へのチャレンジを支援するほか、女性の参画拡大や、従業員の仕事と育児・介護の両立支援に取り組む事業所を支援するなど、女性の柔軟で新しい働き方を生み出すことを推進します。

③家事・育児・介護等の場における男女共同参画のさらなる推進

育児休業にとどまらず男性の家事・育児参画促進の環境整備を進めるほか、固定的な性別役割分担意識の解消に向けた男女双方の意識改革・理解の促進により、パートナー間のコミュニケーションを深めることで、男女共に仕事と家庭生活の両立ができるよう取り組みを推進します。

④あらゆる暴力の根絶と相談支援体制の強化

あらゆる暴力を容認しない姿勢を示すことが重要であり、暴力の根絶をめざし、被害者一人ひとりの状況や背景に応じた、早期から切れ目のない包括的な支援を行うことが求められます。

このため、早い段階での相談につなげるための相談窓口の周知や幼少期からの予防啓発に加え、関係機関や民間団体との連携を強化し、相談支援体制の強化に取り組みます。

⑤地域防災における男女共同参画の推進

今後発生することが予測される災害に備え、より一層男女共同参画の視点から、避難所運営や復興対策、地域防災に取り組みます。

事業所紹介

宇治市内で男女共同参画の視点をもった取り組みを進めている事業所を紹介します。

株式会社 伊藤久右衛門

事業内容：宇治茶、抹茶スイーツなど食品の卸・小売
従業員数：130名（女性109名／男性21名）
所在地：京都府宇治市菟道荒槇19-3
設立：1952年（昭和27年）
創業：1832年（天保3年）
代表取締役：広瀬 穰治

ライフステージの変化に応じて長く働ける職場づくり

国内では京都府下のみで展開される実店舗のうち、茶房を併設したJR宇治駅前店は当センターのすぐ近くに位置し、連日多くの観光客で賑わっています。人事広報室の藤原さんにお話を伺いました。

約15年前、現社長により人事制度が整えられ、パート従業員のうち希望者全員が正社員となりました。現在、従業員の8割以上、管理職の約4割が女性で、7名が育児休業を取得中だそうです。産前・産後に面談を行い、体調を最優先として時短勤務や勤務地などの相談にのり、長く働ける職場づくりに努めておられます。

従業員の階層・職種に合わせて外部講師を招いたセミナーを開催したり、セクハラ・パワハラの相談窓口の開設、残業時間を把握して改善に繋げるなど、キャリア形成とともにプライベートの充実も大事にし、より良い人材の獲得に繋がりたいとのことでした。



市民企画事業を募集します

宇治市男女共同参画支援センターでは、市内で活動している団体や個人が、男女共同参画社会の実現に向けた事業を実施する場合、奨励金の交付や会場の提供などを行っています。皆様のご応募をお待ちしています！

- 奨励事業 …………… 6万円を上限に奨励金を支給
- サポート事業 …………… センターとの共催で会議室の無料使用や保育を実施
- 地域推進支援事業 …… 2万5千円を上限に奨励金を支給

★★★★★★★★ 令和7年度の実施例 ★★★★★★★★★



☆応募方法等

各事業の募集要項で詳細を確認していただき応募書類をセンターへ提出してください。募集要項などはセンターにあるほか、市ホームページからダウンロードもできます。事業毎に、応募資格や締切などが設定されていますので、詳細についてはお問い合わせください



HPはこちら

ギャラリー ステップワン 展示案内

1階ホールにある「ギャラリー ステップワン」では、行政や施設内機関の展示とともに、宇治市で活躍する皆さんから募集した、男女共同参画の趣旨に資する活動成果や作品を展示する期間を設けています。

9月までの市民公募による展示予定

| 期 間 | 展示者 | 展示物 |
|-------------|-----------------|------------|
| 5/13 ~ 5/26 | 宇治てまりの会 | 糸てまり |
| 7/1 ~ 7/14 | 東純司陶芸サークル | 陶芸 |
| 8/5 ~ 8/18 | SARADA no OUCHI | アップサイクルアート |
| 8/19 ~ 9/1 | 宇治市連合喜老会 | 俳句 |
| 9/2 ~ 9/15 | さくら草 | パソコン画 |
| 9/16 ~ 9/29 | 宇治川柳会 | 川柳 |

●展示者メッセージ● さくら草 さん

開地域福祉センターで活動している女性グループです。目にした素晴らしい景色、可愛いと思った人物、動物、花などをパソコンに取り込み、お絵描きフリーソフトを使って作品に仕上げています。年を重ねると、外へ出にくくなりますが、外出する機会を作っています。一緒に楽しめる方が増えるような活動をしています。



昨年の展示の様子

編集 宇治市男女共同参画支援センター 発行 令和8年6月

宇治市男女共同参画支援センターは、男女共同参画に関する施策の実施や、市民の皆さんによる男女共同参画の推進に関する取り組みを支援する施設です。

〒611-0021 宇治市宇治里尻5-9 JR宇治駅前 ゆめりあ うじ内

TEL: 0774-39-9377 FAX: 0774-39-9378 E-mail: danjokyoudou@city.uji.kyoto.jp

◆『リズム』は、古紙を配合した再生紙を使用しています◆



宇治市男女共同参画課 検索