

ソーレまつり 2025

こうち男女共同参画センター「ソーレ」

それぞれの色で
私らしく輝こう

**プレゼント付き！
来場者クイズ実施**
1/26 (ソーレ)

防災講座 申込不要



多様な視点で考えよう！
これからの
「ペット防災」

ソーレで開催

1.26 日
9:30-16:00

※イベントによっては事前申込
が必要です

体験講座

親子でご飯づくり/万華鏡づくり
選抜ポーチ作り/バブルアيسク
リムバー作りなど
(お子さまと一緒に参加できます。)

バザー！

雑貨・食品(野菜・果物・加工品)・
日用品・贈答品・おもちゃ・アクセ
サリー・古着・靴・端切れ など

ステージ発表

ピアノ演奏・コーラス・フラダンス・
日本舞踊・カポエイラショー・オカリ
ナ演奏 など

作品展示

 (販売あり)

陶芸・織り物・染め物・生け花 など

その他、シンポジウム、
ワークショップ、パネル展 など

TGK科学体験教室

申込不要

高知高専テクノガールズと一緒にDNAス
トラップを作ろう！

ワークショップ

 予約優先

マイ選抜ポーチ
づくり

特設サイト

1.26 日 ~ 2.10 月
期間中いつでも視聴いただけます

高知高専テクノガールズ 科学実験教室

スノードーム・ハンドクリームづくり

ステージ発表

コーラス・フラダンス・カポエイラ
ショー ほか

オンライン動画配信



その他にも色々あります

講演会・高知さをひろは活動日記・
団体PR動画・依存症啓発動画集 など

体験講座やイベントの
お申込み等は、チラシ
裏面をごらんくださ
い。



基調講演 申込不要

1.26 (日) ~ 2.10 (月) **無料**

フェーズフリーから考える 『おうち防災』

時間 60分

講師

奥村奈津美 さん

(防災アナウンサー×環境省アンバサダー)



参加団体の情報等は、ソーレ
ホームページ「ソーレまつり
特設サイト」で詳しく紹介
しています。

お問い合わせ

TEL 088-873-9100 時間 9:00~17:00
休館日：第2水曜日・祝日・年末年始(12/29~1/3)
〒780-0935 高知市旭町3丁目115番地
こうち男女共同参画センター「ソーレ」
URL <https://www.sole-kochi.or.jp>

ソーレHPは
コチラ



駐車場が狭いため、
できるだけ公共交通
機関をご利用のうえ
ご来館ください。

ソーレ
SOLE

26日

ソーレ全館で開催!

9:30~16:00

無料 対象 6ヶ月~就学前
託児 9:30~16:00

バザー

贈答品・日用雑貨・おもちゃ・アクセサリ・古着・バッグ・食品(果物・野菜・加工品)・手作り菓子・本ほか

1F アトリウム

※一部2Fあり

べっぴんさんの新鮮野菜市(高知県農村女性リーダーさんによる新鮮野菜市)
I女性会議高知県本部、新日本婦人の会高知市支部
高知市母親運動連絡会、高知大好き乙女ねえやん
DKGジャパンステイト、NPO法人高知市子ども劇場
(公社)日本てんかん協会高知県支部、プチボラ実行委員会
高知がん患者支援推進協議会(場所:2Fがん相談センター前)

体験講座

つくって遊ぼう 万華鏡 [申込不要]

2F 創作実習室 10:00(9:30受付開始)~13:30

のぞくとキラキラまるで小宇宙みたいな万華鏡。自分だけのオリジナル作品を作ってみよう!年齢問わず参加可。参加費はお一人300円。

(問合せ)TEL088-873-9100・ソーレ事務局 実施団体/高知県立森林研修センター 情報交流館

高知高専テクノガールズ(TGK)科学体験教室 無料

2F 創作実習室 15:00~16:00 [申込不要]

生命の設計図であるDNAのストラップを、高知高専テクノガールズと一緒に作ろう!DNAの二重らせん構造を、カラフルなビーズを使って再現します。参加費は無料。

(問合せ)TEL088-873-9100・ソーレ事務局 実施団体/高知高専テクノガールズ

バブルアイスクリームバークリ

9:30~16:00 予約優先

弱酸性の洗浄成分を使ったシャンプーもできる石けん作り。非加熱で安全に、粘土のようにカラフルなアイスクリーム石けんが出来上がります。参加費要。

参加の予約申込は、Instagramのメッセージまで。

(申込・問合せ)@miima_art 実施団体/高知大好き乙女ねえやん

親子でご飯づくり ~お魚をさばいて料理をつくろう~

10:00~13:00 要申込

親子で魚を3枚におろして、アジのサンドイッチ、おからのポテトサラダ風、カボチャのポタージュ、デザートなどを作り、みんなで一緒に試食します。

参加費はお一人100円、事前申込が必要です。定員は親子10組 20名程度。

(申込・問合せ)TEL090-7145-0225・松田 実施団体/こうち男女共同参画パレール

シンポジウム

予約優先 無料

くらしも政治もジェンダー平等でやるがやきね 14:40~16:00 3F 大会議室

日本のジェンダーギャップ指数2024は、世界の中で148ヶ国中118位と依然として先進国では最下位。なぜ、男女共同参画は遅々とした歩みなのか。今回、女性初の高知市副市長や高知県内唯一の町女性首長他の方々に、男女共同参画やジェンダー平等、日頃の思いを語ってもらい、課題や展望を探る。

(申込・問合せ)TEL088-883-2285・横山 実施団体/こうち男女共同参画パレール

セミナー

更年期をchanceに!いきいきと乗り越えよう

13:30~15:30 無料 [申込不要]

女性、男性の更年期についてや、その時期の過ごし方などについて学びます。

実施団体/新日本婦人の会 高知県本部

1.26日 >> 2.10月

特設サイト



基調講演 内容は右に記載

ステージ発表 フラダンス・コーラス・カポエイラショー

活動紹介

SOGI講座「思うがままに服を着る、それはあなたが自由である証」、講演会「高知の先駆的女性群像」・高知をりひろびろ活動日記(高知さをりひろびろ)・高知大好き乙女ねえやんプロモーションDVD、NPO法人AKKこうち作品展示、高知高専テクノガールズ科学実験動画

「ソーレまつり特設サイト」へは以下の URL、検索サイト、QRコードから!

<https://www.sole-kochi.or.jp/festival/>



ソーレまつり2025

スマホ、パソコン、タブレットで視聴できます!

Wi-Fi環境及び通信料に関するご自身の契約をお確かめのうえご利用願います。

作品展示 (販売あります。)

9:30~16:00

1F・2F 消費生活センタースペース 消費生活パネル展

2F エレベーター前 さをり織り作品展示・体験織り/高知さをりひろびろ

2F グループ交流室 陶芸倶楽部 草庵窯 作品展示

3F エレベーター前 染色作品展示/染兎塾 染色同好会

MOA美術館 光輪花 花展・一輪差し体験

3F 環境の杜こうち前 令和6年度高知「環境絵日記」作品展



コンサートステージ

3F 大会議室

9:30~10:00 Dei Fioriの楽しいコンサート / Dei Fiori

10:05~10:35 ジーラ・ソーレ コンサート / ジーラ・ソーレ

10:40~11:10 ミュージックフレンズ MF in ソーレまつり / ミュージックフレンズ MF

11:15~11:45 女声コーラ斯拉・メール コンサート / 女声コーラ斯拉・メール

11:50~12:20 フラダンス / ハウオリーズ フラストスタジオ

12:25~12:35 日本舞踊発表 / 高知市日本舞踊興隆会

12:40~13:10 オカリナ演奏 / ラ・ラ・土音

13:15~13:45 Aloha 2025! / パパマイレ

13:50~14:20 発声トレーニング & 笑顔になる歌の会 歌って元気♪歌って幸せ♪
心身元気になる歌の会 / 発声トレーニングの会、笑顔になる歌の会

14:25~14:35 ブラジルタイム / こうちカポエイラセンター



セミナー・ワークショップ

知っていますか? “0次”の備え 予約優先

3F 研修室1

~マイ避難ポーチをつくってみよう~ 10:00~16:00

防災への備えとして、避難準備袋や食料等のローリングストックの工夫、気軽に取り組める手立てとして「0次マイ避難ポーチ」を紹介。避難ポーチについては、実際に一緒に作ってみます。お子さまと一緒に参加可。参加費はお一人200円。

(問合せ)TEL090-4267-5198 松原 実施団体/こうちJBL02024

多様な視点で考えよう!これからの「ペット防災」 3F 研修室2

9:30~16:00 無料 [申込不要]

ペット災害危機管理士によるペット防災の基礎的知識のお話や、ペット防災用品を紹介。参加費は無料。

実施団体/こうちJBL001



高知大学地域協働学部ソーレ実習班 パネル展示

3F 研修室前通路

高知大学地域協働学部ソーレ実習班 活動報告(9:30~12:00) 3F 研修室3

ジェンダーあるある抹茶deカフェ 13:00~15:30 [申込不要] 3F 研修室3

日常にあるジェンダーにまつわる様々な「はて?」。気づきについて語り合ってみましょう。和菓子と抹茶でほっこりしたひとときを味わいながら。参加費要。

実施団体/夫婦別姓について考えるシンポジウム実行委員会・ソーレネットワーク

基調講演

録画配信 時間 60分 [申込不要]

無料

定員なし/対象 県民及びテーマに関心のある方

フェーズフリーから考える『おうち防災』

いつ起こってもおかしくないといわれる南海トラフ地震。あなたはどんな備えをしていますか。「もしも」のとき、「いつも」以上のことはできません。だからこそ、日常の中に防災を取り込んでしましましょう。防災アナウンサーx環境省アンバサダーの奥村奈津美(おくむらなつみ)さんが暮らしに防災視点を取り入れ、いつでも無難に備えていられる生活の知恵をお話します。

講師 奥村 奈津美 さん

(防災アナウンサー、環境省アンバサダー)

NHK「おはよう日本」「あさイチ」、TBS「マツコの知らない世界」などテレビ・ラジオをはじめ、雑誌・新聞など様々なメディアで「おうち防災」の専門家として出演。全国での講演実績多数

東日本大震災を仙台のアナウンサーとして経験。以来13年間、全国の被災地を訪れ、取材や支援ボランティアに力を入れています。防災士、福祉防災認定コーチ、防災教育推進協会講師、防災住宅研究所 理事、危機管理教育研究所 災害対応コーディネーター、東京防災コーディネーター(研修講師)、中野区防災リーダーなどとして防災啓発活動に携わるとともに、環境省 森山川海プロジェクトアンバサダーとして「防災×気候変動」をテーマに取材、発信中。「サステナブル防災」という言葉を作り、防災×SDGsの普及活動にも力を入れています。5歳児の母。



本団体は、後援資金を活用した民間公益活動として、助成金を活用した以下の事業を実施します。
実行団体名:公益財団法人こうち男女共同参画社会づくり財団
実施事業名:女性防災プロジェクト(本講演を含む)
指定活動団体:一般財団法人日本環境公益推進機構(JANPIA)
資金分配団体:公益財団法人 地域創造基金さなふり



都合によりイベント内容を変更する場合があります。ご了承ください / 出展内容の詳細はホームページ(特設サイト)をご覧ください