

「ソーレ！」で あい ふれあい 新しい未来 ソーレまつり 2026

こうち男女共同参画センター「ソーレ」

1月 25日 日 9:30-16:00



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・布地など



プレゼント付き!
来場者クイズあり!

体験講座

親子でご飯づくり・鉛筆立てづくり・避難ポーチづくり・
バブルアイスクリームバーづくりなど

ステージ発表

コーラス・子どもたちのダンス・フラダンス・ピアノ演奏など

作品展示

陶芸・織り物・生け花・押し花など

その他、シンポジウム、ワークショップ、パネル展など

体験講座やイベントによっては事前申込が必要です。
お申込み等は、チラシ裏面をごらんください。

特設サイト

期間中いつでも視聴いただけます！

1月 25日 日 ~ 2月 9日 月

高知高専テクノガールズ

オーチャンボトルづくり

ステージ発表

コーラス、フラダンスほか

基調講演

その他にもいろいろあります！



基調講演

申込不要

1.25(日)~2.9(月)

無料

宋美玄と学ぶ "SRHR"
-性・からだ・未来-

時間 60分

講師

宋 美玄

(医学博士・産婦人科医)



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」で詳しくご紹介しています。

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>



駐車場が狭いため、
できるだけ公共交通機関
をご利用の上、ご来館ください。

ソーレ

25

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・日用品・おもちゃ・アクセサリー・
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法人高知市こども劇場
(公社)日本てんかん協会高知県支部、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 鉛筆立て [申込不要]

2F 創作実習室 10:00(9:30受付開始)～14:00



ボンドでつくる自分だけのオリジナル鉛筆立てを作つてみよう！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／高知県立森林修習センター情韓交流館

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]



高知高専テクノガールズと一緒にオーシャンボトルを作ろう！
参加は、中学生までの子どもとその保護者を優先します。

(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グくり



2F エレベーター前

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。
【申込不要】
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ります。参加費要。

9:30～16:00

香りボトルづくり



ボトルに好きな香りを入れて、玄関や寝室などに飾りましょう！参加費要。

ハンドクリームづくり



自分が好みの香りをプラスした、オリジナルハンドクリーム作り。参加費要。
実施団体／高知大好き乙女ねえやん

親子でご飯づくり

要申込

4F 調理実習室

10:00～13:00



親子で魚を3枚におろして、魚のつくね、季節の野菜の和え物、豚汁などを作り、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)TEL 090-7145-0225・松田 実施団体／こうち男女共同参画ボレール

シンポジウム

予約優先

無料

5F 視聴覚室

13:00～16:00

たたかいづける女たち ~均等法前夜から明日へつなぐバトン~

1985年に男女雇用機会均等法が制定されて40年目にあたる。1985年は女性差別撤廃の年だったが、第3号者被保険者制度が導入された年でもあった。同じ年に、日本は、性別役割の「変革」と「維持」という相克する法制度を受け入れた。以降、均等法は時代に合わせて法改正を重ねて女性の就業者層に寄与したもの、女性の非正規雇用、賃金、管理職比率など男女格差は縮まらない。均等法40周年という節目に、均等法の成立した状況やその後の歩み、現在の課題などを検証し、未来にどうバトンを繋いでいくか考えます。

(申込・問合)TEL 088-883-2285・横山 実施団体／こうち男女共同参画ボレール

1.25

日



2.9 月

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

活動紹介

高知大好き乙女ねえやんプロモーションDVD・KCSセンター東城・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/>

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

ソーレまつり2026



スマホ、パソコン、タブレットで視聴できます！



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 さわり織り作品展示・体験織 / 高知さわりひろば
花恋会 押し花 展示・販売

2F グループ交流室 陶芸俱楽部 草庵窯 作品展

3F エレベーター前 花展と癒やしの花一輪体验 / MOA美術館 光輪花

3F 大会議室前 高知大学地域協働学部ソーレ実習班パネル展示
日本の戦争展 / I女性会議高知県本部

コンサートステージ

3F 大会議室

10:00-10:40 Dei Fioriの楽しいコンサート / Dei Fiori

10:45-11:15 ジーラ・ソーレ コンサート / ジーラ・ソーレ

11:20-11:30 子ども達のダンス発表 / Dance Space "FUNK"

11:35-12:25 懐メロ・叙事歌コンサート / 発声トレーニング & 笑顔になる歌の会

12:35-13:15 女声コーラスラ・メール コンサート / 女声コーラスラ・メール

13:20-13:40 合唱 /フレンドリー合唱団

13:45-14:15 フラダンス / ハウオリーズ フラ スタジオ

14:20-15:10 ミュージックフレンズMF in ソーレまつり2026 / ミュージックフレンズMF

セミナー・ワークショップ

3F エレベーター前

みんなで考えよう！身近なところから防災を！

～マイ避難ポーチをつくってみよう～ 当日受付

10:00～14:30

災害への備えと一緒に考えましょう。気軽に取り組める手立てとして「0次マイ避難ポーチ」を紹介します。避難ポーチについては、実際に作ってみます。お子様も一緒に参加できます！参加費はお一人300円。

(問合せ)TEL 090-4267-5198 松原 実施団体／ごうちJBL 2024



～ローリングストックカフェ～ [申込不要]

3F 研修室 1

防災への備えとして、食品等のローリングストックの工夫と防災（備蓄）食品を活用したおやつを紹介します！参加費要。

10:30～15:00

ソーレネットワーク活動紹介 [申込不要] 無料

3F 研修室 2

各団体の活動紹介と作品等の展示、カフェで交流しましょう！

9:30-12:30

実施団体／ソーレネットワーク

姿勢と健康 [申込不要] 無料

3F 研修室 2 13:00-15:30

姿勢チェックと姿勢調整を体験し、体の動きと姿勢の変化を体感してみましょう。

実施団体／KCSセンター東城

ジェンダーあるある抹茶deカフェ [申込不要]

3F 研修室 3 13:00-15:30

和菓子と抹茶でほっこりしながら、ジェンダー平等について日頃感じていることを話合ってみましょう。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

基調講演

録画配信 時間 60分 [申込不要]

無料

宋美玄と学ぶ "SRHR" -性・からだ・未来-

「性や健康、妊娠や出産、将来のことを安心して選択したい」

そんな思いを支えるSRHR（セクシュアル・リプロダクティブ・ヘルス/ライツ）について、「カリスマ産婦人科医」として、性や妊娠・出産、性教育にまつわるリアルな情報を発信し、メディア等でもおなじみの宋美玄さんにお話しいただきます。

講 師 宋 美 玄 さん
医学博士・産婦人科医



10年に出版した『女医が教える本当に気持ちいいセックス』（ブックマン社）がシリーズ累計70万部突破の大ヒットとなり、各メディアから大きな注目を集めました。その後も、各メディアへの出演や妊娠出産に関わる多くの著書を出版。2012年女児、15年に男児を出産し2児の母になり育てて産婦人科医を両立。「診療95%、メディアへの露出5%」しながらも、「カリスマ産婦人科医」として、対応しうる限りのメディア出演、医療監修等で様々な女性のカラダの悩み、妊娠出産、セックスや女性の性などに女性の立場からの積極的な啓蒙活動を行っている。