

ピアサポート実施事業【茨城県つくばみらい市】

個別事業費	341 千円
交付金額	255 千円

地域の実情と課題

女性が抱える様々な悩みについて、女性相談を実施してきたが、多様な困難や不安を抱える女性の実情を把握するまでには至っていない。
多様な困難や不安を抱える女性に支援を行い、必要な行政サービスへと繋ぐことで、社会とのつながりの回復を促す必要がある。

目的・目標

多様な困難や不安を抱える女性の実情を把握し、ピアサポートによる支援を行う。
【目標】
・ピアサポート 月1回、延べ12回実施

事業の特徴

- ①ピアサポート・グループを実施し、互いの悩みを共有し、自身の悩みの解決につなげた。
- ②心理回復ワークショップを実施し、カウンセリング心理士による色彩ワークや性格判断などの手法を取り入れながら、相談者自身の心の状態と向き合った。
- ③母と子のワークショップを実施し、親子でふれあいながら、様々な体験を通じて母子の関係を見直すとともに、子育ての悩みを相談した。

連携団体

委託先のNPO法人と連携・調整を行いながら事業を実施し、行政だけでは手が届きにくい要支援者に対して、柔軟な支援を行った。

事業の効果

多様な困難や不安を抱える女性に対し、柔軟な支援を行い、居場所を提供することができた。

今後の課題

相談者の抱える悩みは多様であり、一人でいくつもの悩みを抱えている場合がほとんどであった。次年度は別部署での相談実施となるが、相談時に関連機関での支援につなげ、社会とのつながりを持てるよう支援していく必要がある。

事業の概要

『ほっとステーション・みらい～女性のための相談室～』ピアサポートプログラム

① 「ピアサポートグループ」

参加者が互いの話に耳を傾けながら、共感をもって自身の悩みや課題の解決に向けてヒントを探ります。

② 「心理回復・ワークショップ」

カウンセリング心理士が色彩ワークや性格判断などの手法を取り入れながら、相談者自身の心の状態に向き合い、「これから」の道筋を見つけていきます。

③ 「母と子のワークショップ」

親子でふれあいながら、様々な体験を通じて母子の関係を見直すとともに、日頃の子育て等の悩みを相談する機会とする。

**本日の
ピアサポート・プログラム**

～午前の部～
**10時～12時
ピアサポート**

～午後の部～
**13時～15時30分
心理回復ワークショップ**

2階研修室3
にて実施♪



『ほっとステーション・みらい～女性のための相談室～』

悩みを共有 解決へ向けた第一歩

母と子で楽しむ ヘルマンハーブの演奏と読み聞かせ

- ◇ 開催日: 2023年7月15日(土)
- ◇ 会場: みらい平市民センター 4階会議室
(つくばみらい市観光台 3-9-1)

Part 1: 午前10時～12時 【対象者】 悩みや不安を抱える女性	「あなたの声をきかせてください！」 家庭や職場での人間関係、育児・子育てなど、お互いのさまざまな悩みなどに耳を傾けながら、一緒に解決に向けてヒントを探ります。進行は、ファシリテーターがお手伝いします。ぜひお気軽にご参加ください。 <ファシリテーター> 小林まり(らいうす)スタッフ、つくば国際大学医療保健学部看護学科助教、看護師 西原純子(らいうす)スタッフ、看護師、助教(障)
Part 2: 午後1時～3時30分 【対象者】 お母さんと3歳から小学4年生くらいまでのお子さん	「ヘルマンハーブを楽しく！」 ヘルマンハーブ演奏家、榎村厚子さんを講師に迎え、ヘルマンハーブの心にあみえる優しい音色に触れます。歌でも一緒に歌うことができますので、参加者も来場した演奏にチャレンジしていただきます。絵本の読み聞かせもあり、ワクワクするひとときを過ごしましょう。 <講師> 榎村厚子 ヘルマンハーブ演奏家 JAMA認定、メンタル健康コミュニケーションアドバイザー ヘルマンハーブとは ドイツのヘルマンフェー氏が、ダウン症の息子がかかっていたアスペルger症を克服するために、音楽療法プログラムを開発したことから、世界各地に広まりました。

◆ 申込方法 ◆
 Part 1かPart 2を希望し、お電話にて受付・連絡先電話番号を記入し、お申し込みカードを郵送でお申し込みください。
 Part 2にお申し込みの際は、お母様のお名前と年齢もご記入ください。
 FAXでお申し込みの場合は、郵送の申し込みと一緒に、送付ください。
 E-mail: npo.womensnet.rise@gmail.com
 F.A.X: 029-222-5757(9:51~事務時間)
 【問い合わせ先】 つくばみらい市 地域推進課 0297-58-2111(代表)
 【申込先】 NPO法人ウィメンズネット(らいうす)



申込締切
7月13日(木)

『ほっとステーション・みらい～女性のための相談室～』

悩みを共有 解決に向けた第一歩
& 秋の素材で「森をつくるアートワーク！」

- ◇ 日時: 2023年11月18日(土)
- ◇ 会場: みらい平市民センター4階会議室
(つくばみらい市観光台 3-9-1)

Part 1: (ピアサポート) 午後10時～12時 【対象者】 悩みや不安を抱える女性	「あなたの声をきかせてください！」 家庭や職場での人間関係、育児・子育てなど、お互いのさまざまな悩みなどに耳を傾けながら、一緒に解決に向けてヒントを探ります。進行は、ファシリテーターがお手伝いします。ぜひお気軽にご参加ください。 <ファシリテーター> 西原純子(らいうす)スタッフ、看護師、助教(障)
Part 2: (母と子のワーク) 午後1時～3時30分 【対象者】 お母さんと3歳から小学4年生くらいまでのお子さん	「秋の素材で自分とみんなの「森」をつくろう！」 アートセラピストの生江麗代さんと講師と大学での学びを学びながら、秋の自然素材をきっかけ、絵画に自分だけの「森」をつくります。大きな木、小さな木、生き物も人も、ひまわりを植えてみるのもOK。イメージをどんどん膨らませましょう！ 講師に、みんなの「森」をつなげて、大きな森の「物語」をつくります。森の主人公は、参加した一人ひとり。繋がる・繋ぎあわせる体験です。 ◆ 講師紹介 ◆ 生江 麗代 (なまえ のりよ) さん 情報大学准教授、茨城近代情報学、福祉情報で臨床心理士や教育者及び福祉の仕事に就き、その後、美術師としての経験と大学での学びを活かしながらアートを通して人を癒やす活動に、取り組んでいる。絵画だけでなく、ワークショップなどでも子どもたちと関わっています。また、個人で絵画なども制作し、展示も実施しています。

◆ 参加申し込み方法 ◆
 郵送でお申し込みの方は、Part 1かPart 2を希望し、お名前、ご希望の連絡先電話番号を記入し、FAX、またはお申し込みカードを郵送でお申し込みください。
 FAX: 029-222-5757 E-mail: npo.womensnet.rise@gmail.com

【問い合わせ先】つくばみらい市 地域推進課 0297-58-2111(代表)
 【業務委託先】 NPO法人ウィメンズネット(らいうす)

