

地域の実情と課題

さまざまな理由で困難を抱える女性も多く、個々の環境や悩みごとをコロナ禍により拡大・顕在化されている。また、依然として女性への家事・育児・介護負担が大きいことや女性失業者の増加等による生活の不安も要因となっている。

目的・目標

様々な困難を抱える女性が、安心して自分のペースで社会との絆・つながりを回復できるよう、育児の悩みに特化した実践につながる具体的な支援を提供する。

【事業目標】 参加人数 40人

【事業KPI】 参加者満足度 80%以上が満足

事業の特徴

子育て期に孤立や不安を抱えた女性が社会との絆を回復できるよう、それぞれの不安や悩みを解消するための連続講座を複数回開催する。

連携団体

NPO法人
市関係部署

事業の効果

女性のライフステージによって様々な悩み事がある中で、ストレスの緩和や孤立感を抱える参加者のニーズに合わせて寄り添った支援を行った。参加者は延べ43人、参加者満足度調査で96%の参加者から高い評価を得た。子育てや家庭、就業など女性のライフプランの実現に向けた行動を促進することができた。

今後の課題

アンケートなどから参加者となりうる方々のニーズを読み取りながら、市内関係機関や市内NPOとの連携を図り、適切な支援につなげていくための情報発信を強化していくことが必要となる。

事業の概要

子育て中の女性向け「リフレッシュ&キャリアプランニング講座」

【産後～未就学児を育てる女性向け】

- ・産後の体質改善運動
疲労を軽減し、心身のバランスを整える
- ・両立に向けたパートナーシップ
円滑なコミュニケーションの促進による負担軽減
- ・ライフ&マネープラン
仕事とライフプランをお金の面から計画する
- ・夢マップ
ライフプランの視覚化、実現に向けた行動促進

【自分の幸せな未来を考えたい女性向け】

- ・女性ホルモンとの上手な付き合い方
更年期の不調など女性特有の健康課題と対策を知る
- ・AI活用によるWLB実現
デジタル時代に必要なスキルを学び、効率化と時間短縮を図りながらWLBに活かす
- ・子どもの思春期、反抗期と仕事
子どもとの関わり方と仕事のバランスを考える
- ・夢マップ
ライフプランの視覚化、実現に向けた行動促進

【暮らしと働き方のオンライン相談】

- ・講座参加者の個別の課題に対応するため、講座と並行してオンライン相談を実施

