

女性つながりサポート等事業【大府市】

個別事業費	1,097 千円
交付金額	740 千円

地域の実情と課題

物価高騰を背景とした困難な問題を抱える女性は増加しており、面接や、電話相談などの支援が求められている。

また、女性の居場所として「ココロとカラダのメンテナンス講座」を実施しているが、若年女性の参加が少ないため、相談窓口につながるきっかけづくりを工夫する必要がある。

目的・目標

女性の悩みごと相談の拡充し、若年層の女性向けに相談PRを行う。不安や困難を抱える女性がセルフケアや自分を表現する方法などを学びながらリフレッシュし、他の参加者と顔なじみになれる場を用意する。

○DV等相談窓口開設の維持

目標:休館日を除く毎日 実績:休館日を除く毎日

○若年女性(10代～20代未婚者)の相談件数

目標:5件 実績:1人(170件)

事業の特徴

既存の弁護士相談事業を拡充し、相談日を増やした。電話相談は増加傾向のため、電話相談員養成講座を継続して実施した。また、若年女性に周知を図るため、Instagramを開設し、相談日や講座案内を配信した。

困難を抱える女性向けの居場所事業である、「ココロとカラダのメンテナンス講座」は各回毎に参加できる形式とし、参加をきっかけに相談につながるように相談員も参加している。

連携団体

- 市内医療機関(精神科医紹介)
- ウィメンズカウンセリング名古屋(相談員養成講師派遣)
- NPO法人ミュー・ぷらんおおぶ(事業受託団体)
- 市内高校、大学(パンフレット配布)

事業の効果

女性の悩みごと相談内容は、精神的な問題を抱え、生きづらいつと感じている方が増えている傾向にある。そのような相談に対応できるよう、「精神科医による病気の症状に合わせた相談対応」などの講座を加えたことで、業務に活かすことができた。

相談から「ココロとカラダのメンテナンス講座」につながった件数:3件
「ココロとカラダのメンテナンス講座」から相談につながった件数:1件

今後の課題

若年層の参加者が増えるように、興味を引くような講座のネーミングにした結果、20代～30代の参加者が増加した。アンケートから託児の需要があると分かったため、今後は託児サービスを設けるなどの対応を検討する。

事業の概要

居場所サロン

令和6年度大府市女性つながりサポート等委託事業

ココロとカラダのメンテナンス講座

気分が落ち込み、孤独や不安を感じることがありませんか？
そんな気持ちを和らげる講座を開催します。
講師もスタッフも女性で開催する居場所です。
女性の方ならどなたでもご参加いただけます。

日にち	内容	講師	受付開始日
① 7/29(月) 10:00-11:30	ヨーガでマインドフルネス①経絡ヨーガ ～暑い季節、首、肩、背中をゆるめて呼吸を深め、脳の休息を促しましょう！～	経絡 yoga・チャクラワーク yoga セラピスト 吉水 浩子	7/2(火)～ 定員:20名
② 8/19(月) 10:00-11:30	視点を変えてポジティブに！ ～ハッピーポイントで海を眺めよう～	全米 NLP 協会認定 NLP トレーナー 永嶋 彩佳	8/2(金)～ 定員:20名
③ 9/2(月) 10:00-11:30	大人のお絵描きセラピー ～フィンガーペイントで海を描こう～	子育て支援サークルあそびのいっぽ 大橋 房代	8/2(水)～ 定員:20名
④ 9/30(月) 14:00-15:30	とらわれからの解放 ～わたしに気付く、わたしをひらく方法～	ウイメンズカウンセリング名古屋 YWCA 増井 さとみ	9/2(月)～ 定員:20名
⑤ 10/12(土) 13:30-15:00	花に癒される ～ハーブと花のワグワグ作りと呼吸法～ ■材料費:500円(申込時集金) ■持ち物:花や枝を切るハサミ	花サケル大府市花とハーブの家 「花友～はなとも」 代表 ヨガインストラクター 長谷 友美	9/2(月)～ 定員:15名
⑥ 11/23(土) 10:00-11:30	心も身体も根本から元気に ～ピラティス&ボディケア～	ピラティス&ボディケアで女性を元気にする人 ソフボール元日本代表 PIピラティスインストラクター 本田 小百合	10/2(水)～ 定員:15名
⑦ 12/16(月) 10:00-11:30	心を整えて自分らしく生きるために ～女性のためのアンガーマネジメント～	はぐくみサポートゆめたまご 稲垣 真紀子	11/5(火)～ 定員:20名
⑧ 1/20(月) 10:00-11:30	ヨーガでマインドフルネス②経絡ヨーガ ～腰、脚の巡りを良くして、大地にグラウンディング！冷えない身体を維持していきましょう！～	経絡 yoga・チャクラワーク yoga セラピスト 吉水 浩子	12/2(月)～ 定員:20名
⑨ 2/1(土) 10:00-11:30	自分を認める ～自分を好きになるトレーニング～	ウイメンズカウンセリング名古屋 YWCA 増井 さとみ	1/6(月)～ 定員:20名
⑩ 3/14(金) 10:00-11:30	自分のストレスと上手に向き合う ～ストレスコーピング～	公認心理師 臨床心理士 キャリアコンサルタント 安田 淑恵	2/3(月)～ 定員:20名

※受講中の休日に欠席または遅刻の場合はキャンセルとなります。
休日を欠席する場合は、自分の健康状態を常に確認しながら無理のない運動を心がけてください。

会場と申込先

申し込みは窓口・電話・メールにてお申し込みください。
メールでのお申し込みには必ず「講座申し込み」、本文に2希望の講座名、お名前・住所・電話番号を入力の上送信してください。お申し込みの方は2希望の講座に申し込みください。
いただいた個人情報はこの講座の運営のみ使用します。

〒474-0035 大府市江端町四丁目1番地
TEL (0562)48-0588
メール misigase@ma.medias.ne.jp
ホームページ http://www.medias.ne.jp/~misigase/

ミューいしがせ (大府市石ヶ瀬会館)

QRコード

メールはこちらから

相談窓口

ミューいしがせ 女性の悩みごと相談

ミューいしがせではこんな講座を行っています

あなたの心に寄り添う時間を
ココロとカラダのメンテナンス講座

忙しい毎日や、思いがけない出来事で心が疲れてしまったと感じることはありませんか？
自分自身と向き合い、見つめ直したい。そして、自分を癒し、自分らしさを取り戻したい。そんな思いをお持ちの方に向けた講座です。

こんな方におすすめ

- 不安を和らげるセルフケア
- 過去や現在の自分を受け入れる方法を知りたい
- 新しい一歩を踏み出すためのヒントを欲しい

※講座の日程等はホームページをご覧ください

ひとりて悩みを抱えていませんか？

相談専用ダイヤル 0562-44-9117

●受付●
休館日(第2・4月曜日、8/13～15、12/28～1/4)を除く毎日
午前9時～午後4時30分

ミューいしがせ (大府市石ヶ瀬会館)
認定管理者 NPO法人ミューいしがせ・あぶら
〒474-0035
大府市江端町四丁目1番地
https://www.medias.ne.jp/~misigase/

QRコード

相談から居場所へ
居場所から相談へ

相談員養成講座

令和6年度 大府市女性つながりサポート等委託事業

女性のための相談員養成講座

参加費 無料

01 9/25(水)
無意識の思い込み
～アンコンシャスバイアス～
NPO法人福祉サポートセンター
さわか愛知
副理事長 丸山冬芽

02 10/16(水)
モラルハラスメントなど
見えない暴力と心のケア
ウイメンズカウンセリング名古屋YWCA
フェミニストカウンセラー 加藤佑紀子

03 10/30(水)
大人の発達障害の基礎知識
株式会社名古屋EAPセンター
専務取締役/臨床心理士
安田淑恵