

より添い支援サロン事業【千葉県船橋市】

個別事業費	334 千円
交付金額	167 千円

地域の実情と課題

市民が自分らしく生きられるように各種相談業務を行っており、その中に生き方相談業務(カウンセリング)を行っているが、予約がすぐに埋まってしまい、悩みや孤独感を抱えた方が新規で相談をしづらい状況となっている。

事業の特徴

さまざまな課題・困難・不安を抱える女性が社会との絆・つながりを回復することができるよう、より添い支援サロン(複数人によるピアカウンセリング)により、女性が社会とのつながりを感じ、参加者の居場所の一つとなるように事業を行う。また、より添い支援サロンを「気軽に立ち寄って話し合える場」として設定し、その場で解決できない悩みなど、より深いメンタルケアを要する場合や法律的な相談が必要な場合は、当課が所管する女性の生き方相談や女性のための法律相談につなげる。

なお、より添い支援サロン事業は下記2つのサロンを実施している。

交流サロン→ぬり絵や折り紙の作業を楽しみながら参加者同士で自由に話すことを楽しむ

ゆるっとサロン→各月によってテーマが異なりテーマに沿った交流を楽しむ。

事業の効果

さまざまな課題・困難・不安を抱える女性が社会との絆・つながりを回復することができる。

より添い支援サロンで解決できない問題については、さらに専門的な窓口につなげることで、女性の抱える困難を軽減できる。

目的・目標

不安を抱えている女性の居場所づくりのためのサロンを定期的に開催することで、別途行っている生き方相談業務など寄り添った支援につなげることを目的とする。

	目標・KPI	目標	実績	達成率
目標	アンケート結果「よかった」以上	90%	95%	105%
KPI	定員に対する参加者数	80%	56%	70%

連携団体

- ①「交流サロン」・・・特定非営利活動法人 カウンセリング研究会「ワールド」
- ②「ゆるっとサロン」・・・ 船橋ひまわりウイメンズ

今後の課題

内容としての部分においては、昨年度よりも高く評価をいただくことができているため、今後は周知を広げて多くの参加者にご参加いただき、毎度満員を目指していきたい。

事業の概要



女性のための「ゆるっとサロン」

無料

毎回テーマを決めて、お互いにお話します。

講師：船橋ひまわりフェイスマンズ

昼の部：午前10時半～午後0時半
夜の部：午後6時～午後8時

開催日	曜日	部	テーマ
4月 14日	月	昼の部	私闘案！セミナー「みんなで自己肯定感アップ！『ふり』『できない』『どうせ』を言わなくなる」
5月 15日	木	夜の部	表情講座「顔の筋肉で美と健康を手に入れる」表情筋トレーニングで美しさを手に入れる！！
6月 16日	月	昼の部	お片付け講座「ときめく衣替え＆ドレス」衣替え決断のススメ！！
7月 23日	水	夜の部	届くと人生が好転する講座「するする届けるエンディングノート」自分らしく生きる女性のための人生設計！！
8月 22日	金	夜の部	フェムケア講座「内から輝く、美と健康」沖巻を深め、心と体を整えるセルフケア！！
9月 19日	金	夜の部	お金の知識講座「お金の知識講座」お金の安心で豊かな人生を！！
10月 20日	月	昼の部	コミュニケーション講座「人間関係で悩まない！ちょっとしたコツで毎日が変わる！！
11月 17日	月	昼の部	フェムケア矯正セミナー「女性特有の悩みに特化した骨盤・骨格矯正のケア方法」悩みを整えるセルフケア！！
12月 18日	木	夜の部	速読アップ講座「2026年、速読の波に乗る！！」軽やかに読書、チャンスをつかむ一年へ！！
1月 19日	月	昼の部	環境講座「健康×環境」今日からできる簡単な環境アクション！！
2月 16日	月	夜の部	ライフデザイン講座「絵本で気持ちを整理する」せせせやを手放す！価値観整理ワークショップ！！
3月 4日	水	夜の部	キャリアアップ講座「多様な働き方、活躍の仕方」私のキャリアこれ家までこれからを思いつめよう！！

申込：船橋市男女共同参画センターホームページまたは電話

申込開始は各月の前月15日から

電話 047-423-0757
メール cas@city.tanashi.lg.jp
ホームページ www.city.tanashi.lg.jp
本文に氏名を添付して電話予約または来室の申し込みをお願いします。



対象：市内在住・在勤・在学の方
会場：男女共同参画センター
定員：各回先着8名



令和7年度 船橋市男女共同参画センター主催 より添い支援サロン事業

ほっと一息

女性のための「交流サロン」

無料

おしゃべりしながらぬり絵や折り紙をして、楽しく時間を過ごしましょう

講師：NPO法人カウンセリング研究会「ワールド」

開催日	曜日	部	テーマ
4月 24日	木	昼の部	昼の部：午前10時半～午後0時半 夜の部：午後6時～午後8時 ぬり絵や折り紙などをしながら交流
5月 16日	金	夜の部	
6月 17日	火	昼の部	
7月 18日	金	夜の部	
8月 12日	火	昼の部	
9月 12日	金	夜の部	
10月 14日	火	昼の部	
11月 14日	金	夜の部	
12月 16日	火	昼の部	
1月 16日	金	夜の部	
2月 17日	火	昼の部	
3月 13日	金	夜の部	

申込：船橋市男女共同参画センターホームページまたは電話

申込開始は各月の前月15日から

電話 047-423-0757
メール cas@city.tanashi.lg.jp
ホームページ www.city.tanashi.lg.jp
本文に氏名を添付して電話予約または来室の申し込みをお願いします。



対象：市内在住・在勤・在学の方
会場：男女共同参画センター
定員：各回先着10名



女性のための「より添い支援サロン」

船橋市男女共同参画センターでは、子育て・家庭・仕事などの悩みを抱えた参加者同士が会話やワークショップを通して楽しい時間を過ごす「女性のためのより添い支援サロン」を毎月開催しています。

(1) ゆるっとサロン

毎回テーマを決めて、職場での人間関係や、子育て・家庭・仕事についてお互いにお話する会

(2) 交流サロン

おしゃべりしながら塗り絵や折り紙をして、楽しく過ごす会

目的

さまざまな課題・困難・不安を抱える女性が社会との絆・つながりを回復することができるよう、より添い支援サロン(複数人によるピアカウンセリング)により、女性が社会とのつながりを感じ、参加者の居場所の一つとなるように事業を行う。また、より添い支援サロンを「気軽に立ち寄って話し合える場」として設定し、その場で解決できない悩みなど、より深いメンタルケアを要する場合や法律的な相談が必要な場合は、当課が所管する女性の生き方相談や女性のための法律相談につなげる。

効果

さまざまな課題・困難・不安を抱える女性が社会との絆・つながりを回復することができる。より添い支援サロンで解決できない問題については、さらに専門的な窓口につなげることで、女性の抱える困難を軽減できる。

実際の効果として、相談事業の相談件数の増加があげられる。女性の生き方相談については、243件(令和4年度)→384件(令和5年度・相談枠増加)、女性のための法律相談については、107件(令和4年度)→180件(令和5年度)となった。

	目標・KPI	目標	実績	達成率
目標	アンケート結果「よかった」以上	90%	95%	105%
KPI	定員に対する参加者数	80%	56%	70%