



令和5年度熊本市女性のつながりサポート事業

ありのままの自分でこころが軽くなる

Women's Cafe

熊本市に住居、または通勤通学されている女性は誰でも参加できる
市内4カ所、毎月1回開かれるイベントカフェ。

アンケート
ご協力をお願いします

孤独・孤立などで
不安を抱える
女性の実態把握



対象:10代以上の女性
(熊本市民)

静かに話せる
相談コーナーも
あります!!

木花カンパーク



中央区

グランモッコビレッジ



東区



こどもキッチンブルービー



南区

100年ポンドファーム



西区

何も
しなくていい

1. 「安心してくつろげる」
2. 「ワクワク・楽しいワークショップに参加」
3. 「小さな悩みや不安など何を話してもOK」
相談コーナー

色々な過ごし方ができます!

おひとり様
歓迎♪

お子様連れの
参加もOK

ワークショップ開催
いくつ参加してもOK
(参加無料)



アロマハンド トリートメント

ディプロマを持つ専門家が
あなたのお気に入りの
精油をつかって
癒しの時間を提供します。



ビジョンマップ づくり

宝地図、コラージュと呼ばれる
こともある。雑誌などから
写真や文字を切り集めて、
画用紙に貼る。無意識の願いや
大切にしたいこと、
幸せ観が表現された
唯一無二の作品に。



自分とつながる 心と身体の ワークショップ

悩みや強いストレス下では
自分の感情や欲求を見失いがち。
カードと対話を通して気持ちを
整理しその身体感覚で味わう
ワークショップ



珈琲焙煎 ワークショップ

プロのコーヒー焙煎士と一緒に
豆を煎って、挽いて、
珈琲を淹れて飲む体験。
美味しい珈琲を淹れるコツや
知識を伝授します。

主催：熊本市男女共同参画課

受託団体



熊本こども・女性支援ネット
代表 園田敬子

お問い合わせ・申込先

☎ 090-2852-3098

✉ info@kcw.support

〒862-0970 熊本市中央区渡鹿3丁目6-19

ワークショップの
開催スケジュール・内容は
KCW公式ホームページより
ご確認ください



Women's Cafe 施設紹介

お仕事帰りに



〔中央区上通り〕
オモケンパーク
熊本市中央区上通り 7-7-1

誰でも心地よく、ふらっと立ち寄れる「上通りの縁側」。一人一人のライフスタイルと、熊本の未来を共にデザインしていく、ソーシャルデザインパークです。



Instagram

ワンドリンク制 18:00～21:00 OPEN

毎月 第一または第二水曜日
9/6、10/4、11/8、12/6、1/10、2/7

マルシェもあり



〔東区〕
グランモッコビレッジ
熊本市東区長嶺南 2-5-56

熊本伝統のおんぶ紐グランモッコを中心としたコミュニティビレッジです。世界におんぶを広めて、心豊かで幸せな子育てをサポートします。



Instagram

来だけ0円 10:00～15:00 OPEN

毎月 22日
9/22、10/22、11/22、12/22、1/22、2/22

託児無料



〔南区〕
こどもキッチン ブルービー
熊本市南区川尻 3 丁目 17-17

地域のコミュニティーを食で応援！ブルービーは、子ども食堂や地域食堂でみんなつながる古民家の居場所を提供します。



ホームページ

来だけ0円 10:00～16:00 OPEN

毎月 第二土曜日
9/9、10/14、11/11、12/9、1/13、2/10

土に触れる体験



〔西区〕
100年ボンドファーム
会場：熊本市西区花園 7 丁目 56-41
駐車場：熊本市西区花園 7 丁目 58-18

自然と食で健康になる！人間は自然に触れ、気の合う仲間との深い対話を通して、自分の内面を見つめ、本当の豊かさを感じる場所です。



ホームページ

来だけ0円 10:00～16:00 OPEN

毎月 第一土曜日
9/2、10/7、11/4、12/2、1/6、2/3

じっくり話せる無料 オンライン相談サービス

令和5年度熊本市女性のつながりサポート事業

誰かに聞いて欲しいけど誰でもいいわけじゃないこんな話でいいのかな？
不安や困りごとは小さなうちに話して放す

参加無料！
参加者募集

Women's ダイアログ

「オープンダイアログ」と呼ばれるフィンランドの対話手法を使って行います

- | | | | | | |
|-------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|
| 10月11日
〔水曜日〕
午前・夜 | 11月8日
〔水曜日〕
午前のみ | 12月13日
〔水曜日〕
午前・夜 | 1月10日
〔水曜日〕
午前のみ | 2月14日
〔水曜日〕
午前・夜 | 午前：10時～11時半
夜：20時～21時半 |
|-------------------------|------------------------|-------------------------|------------------------|------------------------|---------------------------|

10代以上の女性（熊本市民）は誰でも利用できる
何を話してもいい無料オンライン対話サービス

（仕事・子育て・恋愛・結婚・困りごと・イライラ・モヤモヤなど）

参加者の声

女性だけという時点で、始まる前から安心します。（40代・主婦）
肯定的に話をしてくださるので思っていることを素直に話せました。（40代・飲食業パート）
朝までぐっすり眠れたのは久しぶりです。これも私に注目して話を聞いてもらったからだ実感しています。
普段、閉じ込めていた感情が吐き出せ、消化できているんだと感じます。（40代・団体管理職）



話をちゃんと聞いてもらえるってうれしい。

オープンダイアログとは

参加者 1人ひとりを ひとりの人の話を尊重する対話の場 複数人で聞く

元々はフィンランドの精神医療分野で開発されたコミュニケーション（対話）の手法
WHO も良い取り組みだと認め、精神医療・福祉分野を中心に教育・地域づくりなどに広がり

（特徴）

- ・話す時間と聞く時間をきちんと分ける
- ・否定や批判、アドバイスをしない
- ・その場にいる全員が対等である

詳細・申込先



話を聞くだけの参加の仕方でもできます