

女性による女性のための相談会事業 WOMEN'S Cafe

本事業に関わっていただいた参加・支援団体の皆さま。また各会場を温かなイベントやもてなしで盛り上げていただいた関係者、サポートスタッフの皆さまのご協力のおかげで無事、女性による女性のための相談会「WOMEN'S Cafe」を終えることができました。ありがとうございました。

参加・協力団体(順不同)

熊本県弁護士会
熊本県臨床心理会
社会福祉法人 熊本県ひとり親家庭福祉協議会
熊本県労働局

◆サポートスタッフ(学生アルバイト)

九州看護福祉大学
中九州短期大学
ルーテル学院大学
熊本学園大学
崇城大学

◆ワークショップ、ブース

NPO法人 ブライトパル熊本
NPO法人 子育てネットワークわ・わ・わ
NPO法人・こころのサポートセンター・ウィズ
千丁ウィミズネットワーク
一般社団法人スーパーウーマンプロジェクト
熊本転入ママの会くまてん
ベビーシッター ハーモニ
子ども食堂 たけちゃんち
キッチンるば
Gen coffee
トランボリンスタジオRAFIT
GRAND PARK
たからじま保育園
ヒカリノアトリエ
ひだまりの家・サンボミチ
ひかり∞くじら
手づくりの会「蘭・えるぶ」
ANANDA 魔女の自然療法院
moo-maman

Eight Fairies
アロマテラピーサロン 山帰来
ヒーリングサロンchika
まだ名前のない秘密のサロン
Le Coeur rie
タイ古式マッサージNuaRati

坂本和代フォトスタジオ
はちどりPHOTO



第1回 くまもと県民交流館バレア(熊本市)



第2回 玉名市民会館(玉名市)



第3回 桜十字ホールやつしろ(八代市)

企画:熊本こども・女性支援ネット 編集・制作:有限会社ミューズプランニング

2022年2月発行 女性の孤独・孤立に対する熊本型寄り添い支援事業報告書

発行:熊本こども・女性支援ネット(KCW) <https://kcw.support/>

この冊子は、令和3年度熊本県女性寄り添い支援地域別相談会事業の一環として作成しました。

無断で本書の全体または一部の複写・複製を禁じます。掲載のデータは2022年1月現在のものです。



熊本こども・女性支援ネット



女性の孤独・孤立に対する

熊本県女性の寄り添い支援 地域別相談会 等

熊本型寄り添い支援事業

報告書

ガイドライン

事業概要

WOMEN'S Cafe 開催レポート

支援者・相談対応のポイント

ソーシャルリスプロジェクトとは

支援団体紹介

熊本県女性のための相談機関等一覧



熊本こども・女性支援ネット

はじめに

長期化する新型コロナウイルス感染拡大により、女性の自殺者数が増えるなど、さまざまな課題を抱えた女性の孤独や孤立、経済的な困窮などが深刻な問題となっています。私たち熊本こども・女性支援ネット（KCW）は、そのような背景をもとに、孤独や孤立で不安を抱えている女性が、社会との絆・つながりを回復することができるよう、まずは「つらい時、大変な時には、SOSを出していいんだよ。ひとりでがんばり過ぎないで」というメッセージを県全体に周知することを目的にした、「女性の孤独・孤立に対する熊本型寄り添い支援」に取り組みました。

短期間の支援活動ではありましたが、県内3カ所で実施した相談会などの事業推進の様子と、参加していただいた団体の活動報告、相談窓口の一覧などを報告書としてまとめました。私たちの今回の取り組みが、今後の支援に少しでも役立つことができれば幸いです。

最後に、本事業推進にあたりご支援ご協力をいただきました皆さま方に、心から御礼を申し上げます。 令和4年2月 熊本こども・女性支援ネット（KCW）

データでひもとく

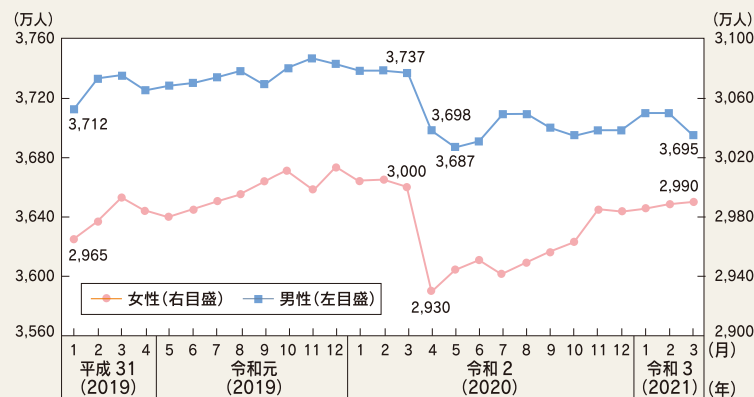
コロナ禍での

女性の現状と課題

コロナ禍で、日本の経済は「戦後最大の危機」と言われるほどの落込みを経験しました。とりわけ、男性よりも女性の雇用は大きな影響を受け、縮小傾向だった男女格差が再び拡大するほか閉塞感の中で家族関係の悪化や精神的な不安を抱え孤立・孤独を感じる人も増えています。コロナ禍で女性やひとり親家庭にどのような変化があったのかデータを調べてみました。

男女別の就業者数の推移

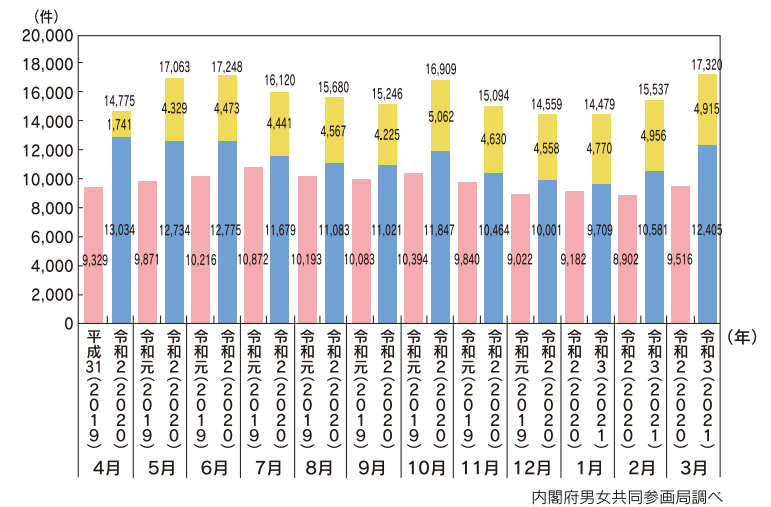
男女ともに令和2（2020）年4月と前の月と比べて就業者数が大幅に減少しており、男女で比較すると、女性は70万人の減少、男性は39万人の減少と、女性の減少幅の方が大きい。



総務省「労働力調査」より制作 内閣府

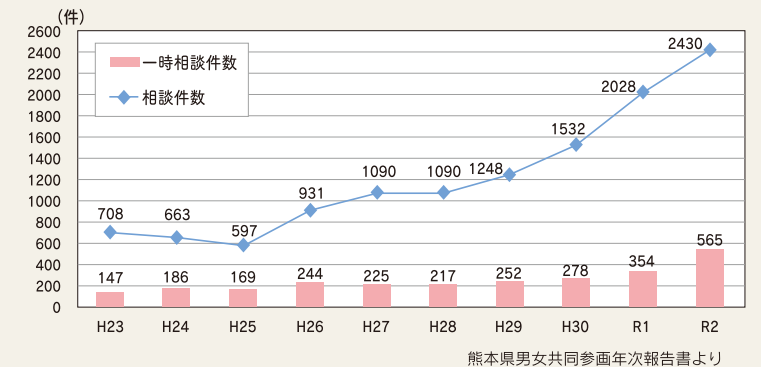
DV（配偶者暴力）相談件数の推移

コロナ禍のDV（配偶者暴力）相談件数は増加しており、令和2（2020）年度は19万30件で、前年度比で約1.6倍に増加している。



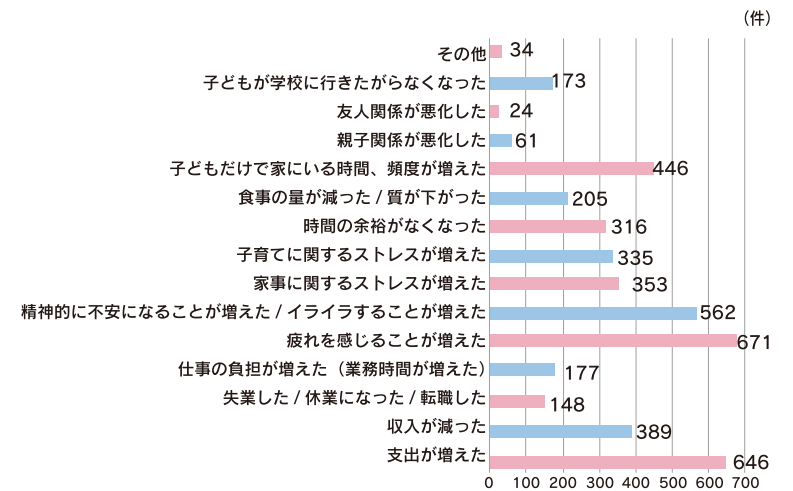
児童虐待相談件数の推移

令和元年は354件だった相談が令和2年では565件になっており、およそ1.6倍に増えている。



コロナ禍によるひとり親家庭への影響について

ひとり親家庭への影響については、経済的な困窮や親子の心身の不安定さ、子どもの不登校やさまざまなストレスの増加など多岐にわたる。



社会福祉法人熊本県ひとり親家庭福祉協議会調べ（1,105 件の回答）

事業概要

熊本県女性の寄り添い支援地域別相談会

新型コロナウイルス感染症拡大の影響などにより、困窮し孤独や孤立状態にある女性に寄り添い、悩みを聴き、さまざまな支援を周知しながら必要な支援につなげる、女性支援のネットワーク創出のため、右の3つの事業に取り組みました。

①女性による女性のための相談会

②女性支援に取り組む団体の基盤強化と、各団体の緩やかなつながり創りによって、女性が支援につながる機会を増やしていく「ソーシャルリス」プロジェクトの推進

③事業啓発

1 くまもとWOMEN'S Cafe ～女性による女性のための相談会実施

相談したい方が気後れすることなく来場できる温かで明るい雰囲気。生理用品無料配布の他、無料で参加できるワークショップなどマルシェのように立ち寄りやすいイベントスタイルの相談会を県内各地で実施することで、支援を必要とする女性にさまざまな支援団体とのつながりや相談機関の情報、相談の機会を得ることができ、悩みや不安解消の支援につなげていく内容としました。（事業詳細はP6～P9）

実施日時

熊本市会場 2021年10月30日(日)

熊本県北会場 2021年11月20日(土)

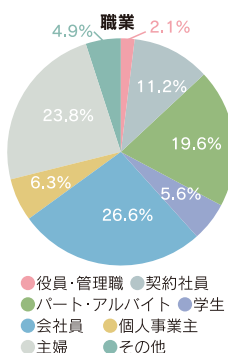
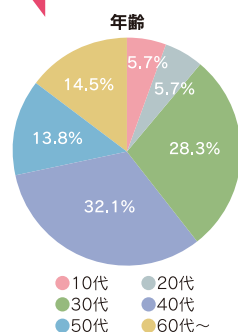
熊本県南会場 2021年12月11日(土)

天草 2022年1月22日(土)

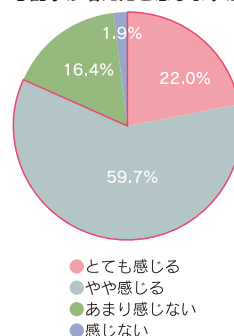
※新型コロナウイルス感染症拡大により、天草会場開催は中止。オンライン相談会のみ実施



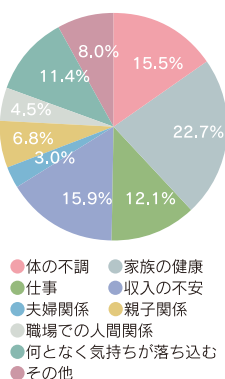
こんな方が参加してくれました！



コロナ禍で不安に思うことや心配事が増えたと感じますか



どのような悩み・心配事が増えましたか



※来場者アンケートより(来場者総数:435人、アンケート回答者159人)

2 熊本版「ソーシャルリス」プロジェクトの推進

女性支援をテーマに活動する県内の団体の基盤強化と、各団体の緩やかなつながりを目的に取り組みました。県内の各団体から女性支援につながる事業企画案を募集し、事業の支援とそれぞれの団体のつながりづくりのサポートを行いました。（事業詳細はP12～P15）

ソーシャルリスプロジェクト参加団体

ダブルケア熊本

一般社団法人 スーパーウーマンプロジェクト

一般社団法人 こどもキッチンブルービー

シンママ熊本応援団

NPO法人子育て応援おきな木

誰もが輝く社会のために一ミモザ塾

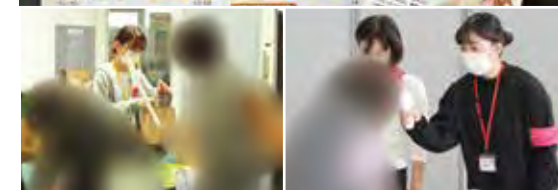


3 女性の寄り添い支援事業啓発

チラシ、SNS、広告による広報にとどまらず、生理用品の配布を通して相談会開催周知を行い、また、相談窓口を掲載した「相談窓口紹介カード(地域別4種類)」を作成し、困難や不安を抱えた女性への相談支援の充実につながるよう努めました。

事前告知・生理用品配布については、団体を通して人から人への案内のほか、女性相談窓口での配布協力(玉名市)など地域の活動、地域行政との連携も実現しました。

さらに、各地での相談会後には、有償ボランティアとして活躍してくれた学生(高校生1人、大学生15人)を通して、相談窓口紹介カードと生理用品をセットにした告知も行いました。



第1回

2021年10月31日(日) 10:00~16:00

会場:くまもと県民交流館パレア(熊本市中央区手取本町8-9)

第1回目の相談会は、熊本市で開催

「かしこまった」「参加しにくい」印象がある相談会の敷居を下げ、幅広い層の女性に気軽に参加していただける「場づくり」を心掛けました。オープンで魅力的な参加体験型ワークショップ、カフェブースを展開し、専門家相談は完全個室で安心して相談できる環境をつくりました。

個別の相談以外でも、カフェスペースでの対話やアロマハンドトリートメントの施術を受けながら、悩みや相談ごとを話す人も多く、声を聞いてもらえる機会が必要とされていることが実感できた相談会となりました。

また、別室では、腸活、バランスボールなど体を整えるワークやしごと相談も行いました。

パレア相談会概要

- ◆相談 専門家相談:弁護士相談、臨床心理士相談
相談:一般相談、ひとり親家庭相談、キャリア支援・仕事相談
- ◆ワークショップ参加団体
フラワーアレンジメント:NPO法人ブライトバル熊本
親子で楽しむアートセラピー:ヒカリノアトリエ
腸活:一般社団法人スーパーウーマンプロジェクト
バランスボール:トランポリンスタジオRAFT
アロマハンドトリートメント:Eight Fairies
- ◆写真撮影 はちどりPHOTO ◆カフェ 子ども食堂たちちゃんち
- ◆協力 ルーテル学院大学(サポートスタッフ)、肥後花市場(お花のプレゼント)、ベビーシッターハーモニ(託児)
- ◆来場者 入場者:145名、相談:36名、託児:5名



相談会のポイント 優しく温かな雰囲気づくり

ココロとカラダを“ほっ”とゆるめて、相談事や悩み、言葉にならないモヤモヤした思いを吐き出せるようリラックス&リフレッシュできる空間づくりを工夫しました。

★来場者へのお花のプレゼント!

事業に賛同いただいた肥後花市場からの提供で来場者先着50名にお花をプレゼント。カフェスペースにも花をあしらひ、明るくウェルカムな雰囲気をつくりました。



★アロマの香りでリラックス空間に!

ワークショップ参加の団体のアイデアで、来場者をアロマの香りでお出迎え。香りの効果は高く、来場者も「いい香り～」と笑顔で深呼吸する姿が見られました。

★会場BGMを用意

ワークショップ、カフェスペースでは、相談や打ち明け話をする人がいることも想定して、周囲の音が気にならない音量のBGMを用意しました。



県内3カ所で実施した「くまもとWOMEN'S Cafe」
各会場の取り組みと工夫のポイントは以下の通りです。



第2回

2021年11月20日(土) 10:00~16:00

会場:玉名市民会館(熊本県玉名市岩崎152-2)

第2回目は、県北エリア(玉名市)で開催

玉名市人権啓発課や教育委員会の協力で市内の学校にチラシを配布、コミュニティラジオでのアナウンスのほか、開催地域で活動する参加団体からの協力もあり、多くの人に事業周知を行うことができました。

会場はワンフロアでカフェスペースを中心にしたブース配置とし(託児と相談室のみ別室)、スタッフとの談話の中で日ごろの悩みや困っていることを話す人も多く、来場者の滞在時間が長いイベントとなりました。

参加団体からは「ほかの団体の方や活動されている方と話す機会になり、今後もつながっていききたいと思いました」との感想も聞かれました。

玉名相談会概要

- ◆相談 専門家相談:弁護士相談、臨床心理士相談
相談:一般相談、ひとり親家庭相談、キャリア支援・仕事相談
- ◆ワークショップ参加団体
フラワーアレンジメント:NPO法人ブライトバル熊本
WS色から見える「わたらしさ」:NPO法人 こころのサポートセンター・ウィズ
キッズコーナー・バステルアート:熊本転入ママの会くまてん
バランスボール:GRAND PARK
アロマハンドトリートメント:アロマテラピーサロン 山帰来、ヒーリングサロンchika
- ◆写真撮影 坂本和代フォトスタジオ
- ◆カフェ キッチンるば
- ◆協力 九州看護福祉大学(サポートスタッフ)、熊本県ひとり親家庭福祉協議会(託児)
- ◆来場者 入場者:120名、相談:54名、託児:5名



周知・告知のポイント 地域団体・行政との連携、来場者以外への周知

開催地域行政担当課(男女共同参画課)の協力で、教育委員会や福祉課など他部署からの周知・協力を得ることができました。

★事前周知に相談カードと生理用品を添えて配布

当日来場できない人へも相談窓口があることを知っていただけるよう相談カードを生理用品に添えてチラシを配布するなど、相談につながる工夫をしました。

この案内セットは各参加団体にも配布し、参加団体を通じた人から人への周知も行うことができました。



★会場案内

どこで何があっているのか分かりやすいよう、会場の外にものぼりを立て目印にしたほか、会場内にはポスターを掲示。統一感ある会場案内図やブース案内を作成し、安心して来場いただける工夫をしました。





第3回目は、県南エリア(八代市)で開催

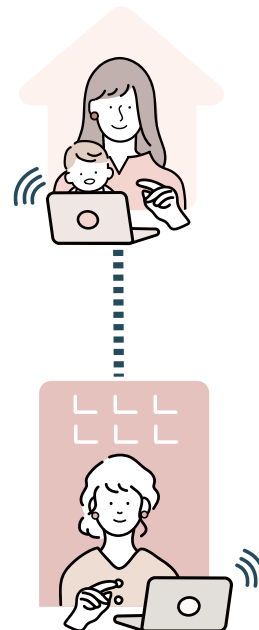
会場が大きな会館ということもあり当日エントランスでは地元の物産を扱うマルシェも行われており、のぼりやチラシを見て興味を持ち参加してくださる方も多く見られました。

当相談会では、地域で長年活動が続けている女性支援団体がハブとなったネットワークが生かされ、癒やしやリフレッシュ、アート作品づくりを通して対話とつながりを創る団体などが参加。各団体から広く当事業を周知・案内できたことで、0歳から80歳まで多世代が集う温かなイベントとなりました。

専門家相談やワークショップでの相談のほか、カフェスペースでの相談が多かったのも特徴的で、「人と会ったり、話したり、体を動かすことがとても楽しく、リフレッシュできました」という来場者の声もありました。

八代相談会概要

- ◆相談 専門家相談:弁護士相談、臨床心理士相談
相談:一般相談、ひとり親家庭相談、キャリア支援・仕事相談
- ◆ワークショップ参加団体
フラワーアレンジメント:NPO法人ブライトバル熊本
親と子の心の架け橋:ひだまりの家・サンボミチ
アロマカードセラピー:ひかりのくま
太極拳入門:千丁ウィミズネットワーク
イ草リースのワークショップ:手づくりの会「蘭・えるぶ」
親子でつくるまつぼっくりクリスマスツリー:熊本転入ママの会くまてん
アロマハンドトリートメント:まだ名前のない秘密のサロン、Le Coeur rie
- ◆写真撮影 坂本和代フォトスタジオ
- ◆カフェ 千丁ウィミズネットワーク
- ◆協力 崇城大学、熊本学園大学(サポートスタッフ)、中九州短期大学(託児)
- ◆来場者 入場者:170名、相談:82名、託児:0名



第4回目は、オンライン開催

4回目の「くまもとWOMEN's Cafe」は、新型コロナウイルス感染症の拡大に伴い、県内にまん延防止等重点措置が発令されたため、対面イベント・ワークショップは中止し、オンライン相談会のみ開催となりました。

事前の告知・準備については、地域の子育て支援NPOや市民活動団体との協力・連携で広く女性相談機会の周知ができました。中止決定後には「参加をととても楽しみにしていた」「またいつか実施してほしい」などの声が寄せられ、女性のための相談会のニーズの高さ、リフレッシュできる機会が求められていることを実感しました。

参加者:臨床心理士相談 2名

天草相談会(予定)概要

- ◆会場 天草市複合施設こくらす(熊本県天草市浄南町4-15)
- ◆相談 専門家相談:弁護士相談、臨床心理士相談
相談:一般相談、ひとり親家庭相談、キャリア支援・仕事相談、子育て相談
- ◆ワークショップ参加団体
フラワーアレンジメント:NPO法人ブライトバル熊本
みつろうラップワークショップ:moo mamon
腸活:一般社団法人スーパーウーマンプロジェクト
ベビーマッサージ:NPO法人 子育てネットワークわ・わ
親子ワークショップ:たからじま保育園・チェア(椅子)ヨガ:ANANDA魔女の自然療法院
アロマハンドトリートメント:タイ伝統古式マッサージNuaRati、まだ名前のない秘密のサロン
- ◆写真撮影 坂本和代フォトスタジオ ◆カフェ Gen coffee



運営のポイント With コロナ時代の運営

オンライン活用前提の準備・対応で、より柔軟な事業企画・実施が可能になりました。

★オンライン対応

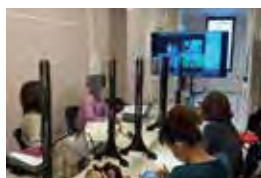
オンライン対応により、場所のみならず仕事や家事等の事情を抱える各地の女性リーダーとの情報共有が可能となりました。結果、効率的に各地開催の連携を進めることができました。

また、まん延防止等重点措置中で、残念ながら天草会場の現地開催は中止となりましたがオンライン相談会を実施することができました。



★参加団体振り返り会で情報共有

毎回のイベント終了後、学生を含め参加団体との情報共有と今後の連携を目的に振り返り会を実施しました。当日会場では伝えられなかったことや感じたことを共有することで、事業の意義や目的を明確にし、参加者の声をきめ細やかに拾い上げながら事業を進めていくことができました。



安心・安全なイベントづくりのポイント

新型コロナウイルス感染症に対応し、スタッフの健康状態確認や会場換気等を徹底し《安全な環境》の中で子ども一緒に気を使わなくてよい、居心地のよい《安心感のある》会場づくりに努めました

★子ども連れでも参加しやすい工夫

地域の子育て支援団体や看護・保育系大学、地域母子会との連携で託児スペース(おむつ替え&授乳にも利用)や、子どもたちがくつろいで過ごせるキッズスペースを確保しました。



★新型コロナウイルス感染症に対応した設置

会場入り口での検温、消毒、マスク利用や換気などの徹底に加え、参加者のヘルスチェック、入室時間の記録などを行い、安心・安全に考慮した設置・運営を行いました。

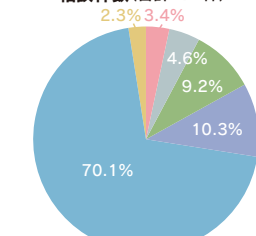
「相談会」ということもあり参加者の氏名や住所等個人情報の記入は難しいと考えていましたが、ヘルスチェックを兼ねることで、参加者情報を適切に収集することができました。



相談会での相談件数

相談はすべて無料・予約なしでOKというスタイルで実施しました。(専門家相談のみ事前予約受付も可能)。カフェスペースでの何気ない会話や相談員の声掛けからの個別相談という流れやワークショップブースでの相談も多く、話を聞いてくれる人・場所の重要性を実感しました。

相談件数(合計174件)



● 弁護士相談 ● 臨床心理士相談
● ひとり親家庭相談 ● 一般相談
● ワorkshop・会場ブースでの相談
● 就職・転職相談



女性寄り添い支援・相談事業を実施して見えてきた 支援者・相談対応のポイント

さまざまなサポート・支援活動を行うには、相談事業は不可欠です。支援活動、相談事業を行う際、大切なこと、常に心掛けておきたいことを、専門家のアドバイスを元にまとめました。

相談を受けるということは、「相談者」と「支援者」のコミュニケーションが成立することが大事です。そのためのポイントをお伝えします。



教えてくれた人

公認心理師・臨床心理士
正田 真紀さん

精神科病院や学校現場で、子どもから大人の心のケアを行う。子育て相談、子どもの発達相談、対人関係、うつ病、不登校や虐待等のカウンセリングにも従事。熊本大学非常勤講師。ひきたカウンセリングオフィス代表。

相談を受けるときに大事なこと、心掛けておきたいこと

<話の聞き方>

- ①相談者は相談に来るまで、さまざまなご苦労や努力があると思います。相談窓口を選ばれたことを、しっかりねぎらうことが、良好な関係性を築く第一歩となります。
- ②相談を聞くとき、「困りごとの原因は何か」や、「(原因が複数ある場合) その中で一番の原因は何か」に焦点が当たることはないでしょうか。「真実は一つ」。これは、名探偵コナンの決め台詞ですが、相談においては、「真実は幾通りもある」です。

例えば子育て中のお母さんが、相談の中で、
「子どもが嘘ばかりつくから、きつく叱ってしまう」と話した時、
皆さんは、どんなことを考え、どんなことを聞きたくなるのでしょうか？

原因＝嘘ばかりつく子ども

結果＝お母さんは(しつけのために)子どもをきつく叱る

と、問題を原因⇒結果の一方通行で考え、子どもの原因は何かと追求してしまう、こんなことはありませんか？

“原因はこれに違いない”と一つの枠組みで物事を捉えても、うまくいかないことがあります。もしかししたら、

原因＝お母さんが子どもをきつく叱る

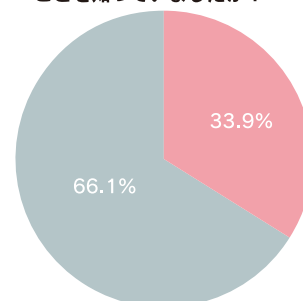
結果＝子どもは(叱られるのが怖いから)嘘をつく なのかもしれません。

こう考えると、真実は2つありますよね。問題は、「嘘つきな子」「口うるさい親」というように、どちらか一方が悪いと原因探し（＝悪者探し）ではなく、相互のコミュニケーションの産物であると捉えることができます。相談は、『困っていること（問題）』に対し、それを『解決するために話し合う』ことです。「誰にとって、何が問題で、どんなことに困っているのか」を丁寧に「聴」き、そこから達成可能な解決をともに考えていくことが、相談を聴く時の大切な姿勢です。

今回実施した4会場の参加者へのアンケートから見えてきた、相談にたどり着くまでのハードル。その声には、支援者にも共有しておいてほしいことが見えてきました。

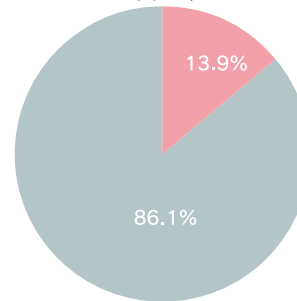
※アンケートから(バレー・玉名・八代相談会 参加者435人にアンケート;回答は159)

女性の相談窓口で相談できることを知っていましたか？



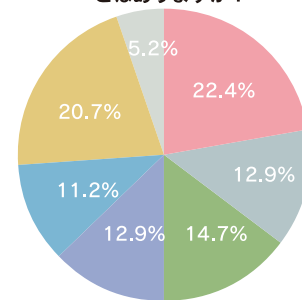
● 知っていた
● 知らなかった

これまでに相談窓口を利用したことがありますか？



● 利用したことがある
● 利用したことがない

相談窓口が利用しづらいと思うことはありますか？



● 名前や顔を知られるのが嫌だ
● 相談窓口まで行くことが難しい
● 相談に行っているところを見られたくない
● 守秘義務が守られるか不安
● 何を聞かれるのか不安
● 自分の相談内容を正しく伝えられるのか不安
● その他

<アドバイスの仕方について>

相談者と支援者という関係は、相談者が下、支援者が上という関係性になりやすいものです。なぜなら、相談者は『自分で解決方法が分からない』から相談しているのに対し、支援者は『解決法を知っている』から支援するという“暗黙の了解”があるからです。

ここで起きやすいのが、相談者は『解決する力が弱い、低下している』という枠組みです。この枠組みで支援を行ってしまうと、相談者はどんどん自信を失ってしまいます。そのため、支援者が避けたほうがいいのは、「何とかして“あげる”」という姿勢や言葉です。相談は、『困っていること（問題）』に対し、それを『解決するために話し合う』ことです。おそらく、相談者は支援者に相談する前に、自分なりの解決努力を行っています。それがうまくいかは別として、『相談者にとって相談員が一番の支援者』です。支援者は「どこかに解決のヒントがひそんでいるはず」「相談者の工夫や努力がうまくいくためにはどうしたらいいか」と、相談者の存在を尊重し、信じることで、一緒に解決するための話し合いがしやすくなるでしょう。

<支援者・相談員が心掛けること>

ご自身の経験をもとにアドバイスすることもあると思いますが、あくまでも「自分にとってはよかったが、それが相手にとってもいいとは限らない」ということを忘れないことが大切です。もし、経験をもとにアドバイスする場合は、「私の場合は、これでうまくいったけど、それが全てではないから、あくまでも参考の一つとしてお伝えしますね」と、一言添えるとよいでしょう。

<支援者・相談員自身のサポート体制について>

相談者の中には、支援者・相談員の想像もつかないような経験をしたり、考え方をする人もいます。悩みが深すぎて支援者や相談員がどうすればいいか分からなくなってしまうほか、相談内容によっては感情的に巻き込まれてしまい、私生活に支障をきたしたり、支援・相談の枠を超えた手助けをしてしまうこともあるかもしれません。支援者・相談員の方自身の心と体のバランスを取ることを第一に、一人で抱え込まないよう、相談をシェアしたり、他機関との連携で一つの機関で抱え込まないよう、支援者側のつながりを作るとよいでしょう。

女性支援団体のネットワーク ソーシャルリスプロジェクト

コロナ禍で困窮し孤立状態にある女性が社会との絆・つながりを回復したり、不安や心配事を抱える女性が解決への道筋を見つけていくためには、支援につながる機会を増やすことが不可欠です。

そのため、熊本県内を拠点に女性支援に関する活動を行う団体が、継続的な支援活動を実施できるよう組織力の強化と、活動団体の緩やかなネットワーク化を目指して「ソーシャルリスプロジェクト」を企画しました。本事業では、この活動に賛同し女性支援に関する事業を実施する団体に上限20万円の助成を行い、事業支援とネットワーク構築に取り組みました。

ソーシャルリスプロジェクト事業の助成で活動を広げた団体の活動を紹介します。

取り組み

- Step 1** ●ソーシャルリスプロジェクトに参加してもらう団体の募集
●ソーシャルリスプロジェクトの取り組みに賛同し女性支援に関する事業を実施する団体に上限20万円の助成を行う
- Step 2** ●プロジェクト参加団体の選考
●応募8団体⇒6団体を選考
- Step 3** ●各団体の事業をサポート、進捗の共有を行いながら活動のサポートを行う
- Step 4** ●各団体の事業報告会を実施。女性支援団体がつながり、支えあうネットワークの基盤づくり



DATE

スーパーウーマンプロジェクト
【電話】096-285-7071
【ホームページ】
<https://s-woman-kumamoto.com/>

Instagram や
公式 LINE などでも情報発信中

【住所】
熊本県中央区水前寺公園 5-23
代表理事 田上寛美さん

女性が個性を生かして社会で活躍できる人材育成

熊本地震をきっかけにシングルマザー就労支援プロジェクトとして発足。女性の自立を目指し、スキルアップ講座や起業支援など、女性ひとりでも生き抜けるスーパーウーマンの育成を行っています。

<取り組んだ事業>

一年の始まりにワークショップ&キャリアカウンセリング 女性の元気を心身ともにトータルサポート

何かと目の前のことに追われがちな昨今。新年に楽しい時間を過ごし、今後のキャリアについて見直す機会を作ってもらおうと『女性の元気トータルサポート事業～元気をチャージする2日間～』を開催しました。

スーパーフラワーワークショップや大人気の腸活講座で元気をチャージした後は、お茶を楽しみながら未来設計を立てるグループキャリアカウンセリングを実施。「理想の自分に近づくには?」「何から始めて何を手放す?」など今年一年をどう過ごすべきかを考えるきっかけにもなり、終始笑いの絶えない時間となりました。

実施日
2022年
1月8日(参加人数10名)
2022年
1月9日(参加人数15名)



子育てと介護が重なるダブルケアに優しい地域づくり

2018年からダブルケアカフェを開催(コロナ禍により休止中)。ダブルケア当事者や関心のある人をつなぎ、声を拾い、支え合える活動を通して、子育てや介護に優しい地域づくりを目指しています。

<取り組んだ事業>

ダブルケアについて学べる、サポート力がアップする小冊子 「家族も自分も大切にできるエッセンスbook」の作成

「そーっと学べるダブルケア大作戦」と称して、『自分らしく家族を楽しもう!』『家族と自分を大切にするには?』など、家族の幸福度アップと子育てと介護のダブルケアになった場合の不安を安心に変える手助けとなる小冊子を作成しました。

この小冊子をきっかけに、多くの人にダブルケアについて知ってもらい、ダブルケアに理解・関心のある優しい地域づくりにも取り組んでいきたいと考えています。そのためには他団体との連携が必要となります。子育て・介護を支援する団体との協力体制づくりが今後の課題です。



DATE

ダブルケア熊本
【メール】
tanpopo.laion2018@gmail.com
【ホームページ】
<https://www.facebook.com/wc-arekumamoto/posts/2109818239175416>

Twitterでのダブルケア
情報発信、オンライン
ダブルケアカフェも定期開催

【住所】熊本県荒尾市
代表 黒崎麻子さん



誰もが安心して暮らせるコミュニティ&まちづくり

幅広い世代が安心して暮らせるまちづくりを目指し、地域のコミュニティを食で応援。子ども食堂を月に2回実施するほか、ひとり親家庭支援、畑作りや収穫体験ができる野外活動など、支え合いを大切に活動しています。

<取り組んだ事業>

ママの笑顔は家族を笑顔に、家族の笑顔はママを幸せに みかん収穫体験&おもちゃお渡し会を実施

コロナ禍で思うように外出できなかった家族に楽しい時間を過ごしてもらおうと、生産者の協力のもと「みかんの収穫体験」を開催しました。常にご飯の心配がつきまとうママのために昼食は主催者で準備。野外で共に活動をする中で、自然と日々の困りごとを話すなど、参加者同士の交流やつながりが生まれる場となりました。「おもちゃお渡し会」では、おもちゃ配布のほかバレーアート体験も。子どもたちの笑顔が溢れました。今回のイベントで生まれたコミュニティを、今後も子ども食堂等の活動を通し継続的に大切にしていきたいです。

実施日
【みかんの収穫】
2021年11月27日・12月5日
(参加人数53名)
【おもちゃお渡し会】
2021年12月18日
(参加人数90名)



DATE

こどもキッチンブルービー
【電話】070-5810-4568
【メール】
kodomokitchenbluebee@gmail.com
【ホームページ】
<https://aoihachi.com/>

Facebookでも情報発信中

【住所】熊本県南区八幡 6-6-20
代表理事 松枝 清美さん



DATE

シンママ熊本応援団
【電話】096-273-6330
【住所】熊本県菊池郡菊陽町
武蔵ヶ丘 2-8-1
尚綱大学武蔵ヶ丘キャンパス
尚綱子育て研究センター
代表 増渕 千保美さん



1人で子育てしてるママ、プレシングルマザーを応援

熊本地震後、生活や将来に不安を抱えるシングルマザー家庭に、生活支援や食を通じてつながる“場”づくりからスタートしました。現在は月1回の生活応援物資の配布やイベントのほか、行政窓口などへの同行支援を行っています。

<取り組んだ事業>

親子で楽しむ野外活動&交流会、ママの休息時間も シンママ&キッズハピフルプロジェクト

活動を応援してくれるボランティアや団体、応援団メンバーのママたちがリーダー、講師となり、企画&運営する「シンママ&キッズハピフルプロジェクト」に取り組みました。学生ボランティアは野外バーベキュー、いつも応援してくださるまみさんは野外食堂を、ヨガ講師のメンバーやハンドメイド作家のママがリフレッシュタイムを提供。

いつもと違う環境での活動・交流を通して、新たなメンバーの加入にもつながりました。今後もメンバーがお互いをサポートしながら一緒に成長し、心を開いて認め合える活動を広げていきます。

実施日

2021年12月12日【野外バーベキュー】(参加者 10世帯 25名)
2021年12月19日、1月16日、2月20日【野外食堂】(参加者40~45名)
【リンパ&マッサージ】(参加者6名)、【子どもクリスマス会】(参加者 15世帯 40名)
★新メンバーの面談・個別相談対応(18名)
2022年1月20日【ハンドメイドワークショップ】(参加者20名)



DATE

ミモザ塾
【ホームページ】
<https://mimoza-kumamoto.com/>
【メール】
info@mimoza-kumamoto.com

Instagram や Facebook
などでも情報発信中

執行部 皆川由貴子さん

社会や企業のリーダーとなる女性人材の発掘と育成

「はあもにいウィメンズカレッジ」で男女共同参画を学んだ受講者のコミュニティとして2019年に設立。多種多様なスキルや経験を持つメンバーが、女性として豊かに過ごすための学びと交流を目的としたワークショップを展開しています。

<取り組んだ事業>

ミモザの輪～ソーシャル・サポート・ワークショップ～ ITスキル&コミュニケーション力UP

「明日〇〇かもよ?」と銘打ったワークショップでは、「悔いのない生き方をしていますか?」と「未来の自分」から「今の自分」に語り掛ける手法を用いて、現在の自分と向き合う時間を設けました。「ITスキルアップ講座」は転職や起業、法人化などをを目指す参加者等で満席。「定期的に開催してほしい」「疑問について解決できた」などの声が聞かれました。後日希望者には、LINE電話やZoomで個別支援や話を聞くオンライン茶話会を実施。女性リーダーの育成につながることを願っています。



実施日

2021年12月19日【明日〇〇かもよ?】(参加者7名)
2022年1月31日【ITスキルアップ講座】(参加者20名)
2022年2月23日【自分の時間】ワークショップ他



DATE

子育て応援おおきな木
【ホームページ】
<https://big-t2011.wixsite.com/website>

Twitter や Facebook
などでも情報発信中

【住所】
熊本県上益城郡益城町山木 236
理事長 木村由美子さん

地域間での交流の場を増やし、健全な子育てを応援

子どもたちの健やかな成長と地域間交流の機会を提供することを目的に2011年に設立しました。子育て支援拠点「つどいの広場とんとん」や「ファミリー・サポート・センター」の運営のほか、親子に役立つ事業を展開しています。

<取り組んだ事業>

子育てに役立つママ目線の情報発信 母子手帳から入園までのあんしんBOOK作成プロジェクト

長年地域で子育て支援活動をする中で、「幼稚園・保育園の選び方分からない」というママたちの声に応えて、益城町の幼稚園・保育所(園)のことが1冊で分かる入園ガイドブック「みいつけた!」を発行。続けて、11月には熊本地震の体験者が減り、家庭での防災意識も薄れてきていることに危機感を感じ、防災の備えや注意点、子どもを守る避難方法などを紹介した小さな子どもを持つ家庭向けの防災ハンドブック「はじめの一步」を発行。今回のプロジェクトでは、入園ガイドブック「みいつけた!」を改訂し、母子手帳をもらった時からのさまざまな情報を掲載した改訂版作成に取り組みました。これからも子どもや女性の視点にたった支援活動を続けます。

実施日
2021年12月
入園ガイドブック
【みいつけた!】
の改訂



「ソーシャルリスプロジェクト」 事業から見えてきたこと

本事業では、6団体への活動資金の助成に加えて、「ソーシャルリスカフェ」を通じた団体の相互交流や課題の共有、活動サポート体制が生まれ、「支援団体同士のつながりや支えあいの関係性づくり」を構築できました。



1. 分野を超えたつながり

各地に点在している活動分野(ひとり親支援・子育て支援・就労支援・ITスキル・ダブルケア等)の異なる団体が一堂に会することで、多様な視点での支援の在り方や自団体の活動を振り返る好機となりました。

また、行政や地域の農業従事者、大学生などとの、分野を超えた連携による相乗効果も見えてきました。

2. 顔の見える関係

女性リーダー同士が、本音で安心して話ができる場づくりに努めたことが、支援者側の悩みを共有できる貴重な場となり、いざというときに頼れる「顔の見える関係性」づくりにつながりました。また冊子づくりの実践を通して中での学びと同時に、支援者自身の心身のケアへの配慮や、時勢に合わせた研修の重要性が感じられました。

3. オンラインの活用

各団体が集まる「ソーシャルリスカフェ」は、当事者に近い女性リーダー・スタッフが家事・育児・介護・仕事を抱えながら活動するケースも多く、リアルとオンラインを併用。IT技術が生かされる実践例となりました。時間や移動距離のハードルを下げ、女性の支援や社会参画をより身近なものとするためにも、ITスキルの向上の必要性が見えてきました。

皆さんの周りに、このような人はいませんか？

< 熊本県女性のための相談機関、相談窓口一覧 >

どうしようか 悩んでいる人



- 辛い気持ちを聞いてほしい、
情報がほしい
など

自立へ向けた 支援について 知りたい人



- 仕事を確保したい
- 当面の生活資金を確保したい
- 子育ての不安を解消したい
など

皆さんの周りにはいろんな悩みを抱えた人がいます。それを表に出せる人もいれば、出せずに窮地に立たされている人もたくさんいます。少しでも気になる人がいたら、なるべく早く適切な支援機関につなぐことが大切です。

妊娠、出産について 悩んでいる人

- 望まない妊娠をしてしまった
- 妊娠したけれど育てる自信がない
など

離婚したい人

- 離婚についての情報を知りたい
- 弁護士に相談したい など

安全を確保したい・安全なところに逃げたい人

- 夫が近寄らないようにしたい
- ストーカーに関する相談をしたい
- 一時的にでも安全なところに逃げたい
- DV等に関する情報がほしい
- 暴力を受けているので緊急避難したい
- 親から暴力を受けている など

< 相談機関一覧 >

■女性のための一般相談窓口

- 1 熊本県女性相談センター(女性相談)
電話相談: 平日 / 8時30分~17時15分
☎096-381-4454
- 2 熊本県男女共同参画相談室らいふ
月・木・金・土曜 / 9時30分~16時
火曜 / 9時30分~19時30分
☎096-333-2666
(土曜のみ ☎096-355-2223)

■女性が抱えるさまざまな問題に関する窓口 (母子・父子自立支援員が対応)

- 3 熊本県各福祉事務所 等
月~木曜 / 9時~16時 金曜 / 9時~15時
- ・玉名福祉事務所 ☎0968-74-2118
- ・菊池福祉事務所 ☎0968-25-0689
- ・阿蘇福祉事務所 ☎0967-24-9037

- ・八代福祉事務所 ☎0965-33-3296
- ・芦北福祉事務所 ☎0966-82-2128
- ・球磨福祉事務所 ☎0966-22-1040
- ・天草福祉事務所 ☎0969-22-4241
- ・宇城福祉事務所 ☎0964-32-2416
- ・上益城福祉事務所 ☎096-282-0215
- ・鹿本地域振興局総務福祉課 ☎0968-48-1202

■熊本市相談窓口

- 4 熊本市男女共同参画課相談室(予約専用)
平日 / 10時~16時 ☎096-352-2587
- 5 熊本市各区役所福祉課
- ・中央区福祉課福祉相談支援センター ☎096-328-2301
- ・東区福祉課 福祉相談班 ☎096-367-9127
- ・西区福祉課 福祉相談班 ☎096-329-5403
- ・南区福祉課 福祉相談班 ☎096-357-4129
- ・北区福祉課 福祉相談班 ☎096-272-1118

■県内の主な相談窓口 (DV・ストーカー・セクハラなど)

- 6 熊本県女性相談センター(DV 専用)
☎096-381-7110
- 7 熊本県警察本部警察安全相談室
☎096-383-9110 または #9110
- 8 性暴力被害者のためのサポートセンター
ゆあさいどくまもと #8891
- 9 性被害相談電話(熊本県警察本部)
☎0120-8343-81
または ☎096-384-1254
または #8103
- 10 熊本労働局 雇用環境・均等室
職場のハラスメントに関する相談
☎096-352-3865
- 11 熊本県女性相談センター
(妊娠・出産に関すること)
☎096-381-4340

【電話相談】

こころの健康相談統一ダイヤル ☎0570-064-556
相談対応の曜日・時間は自治体によって異なります
よりそいホットライン ☎0120-279-338
24時間対応
いのちの電話 ☎0570-783-556
毎日 10時~22時
毎日 16時~21時、毎月10日20時~翌日8時 ☎0120-783-556
チャイルドライン ☎0120-99-7777
毎日 16時~21時

NPO 法人 自殺対策支援センターライフリンク		NPO 法人 あなたのいばしょ	
LINE	チャット	チャット	
NPO 法人 BOND プロジェクト		NPO 法人 くまもと相談所	
LINE		HP	

★どこに相談したらいいかわからない時
支援情報検索サイト ※地域別・方法別・悩み別に相談窓口を検索できます
<http://shienjoho.go.jp/>



STRESS CHECK

支援しながらストレスを抱えていませんか？

支援者となられる皆さんは、もともと健康で社交性があり、思いやりと使命感を持って取り組まれている方が多いのではないのでしょうか。ともすると、頑張り過ぎたり、支援が思うように進まないと自分を責めてしまったり、プライベートの時間までも考え込んでしまうこともあるかもしれません。

このような状態が続くと、燃え尽きて(バーンアウト)体調を壊したり、心

が疲れ果ててしまうことも起こり得ます。ぜひ、ご自身の心と体と向き合って、少しでもストレスを感じることがあれば、自分に合ったストレス発散・解消法を見付け、ゆつくりした時間を過ごしてください。

完璧な支援を目指す必要はありません。時には問題の解決方法を専門家に相談するなどしながら、心身ともに健康な状態で支援に当たりましょう。

自分に当てはまらないかチェックしてみましょう。

ストレスが積み重なることで起こる反応

- ☐気分がすぐれない ☐不安 ☐怒り ☐動悸
- ☐腹痛・頭痛 ☐寝つきが悪い、過眠など睡眠の変化
- ☐食欲の変化 ☐深酒 など

これらが重なる場合は自分にあった
ストレス解消法で心身を休めましょう。

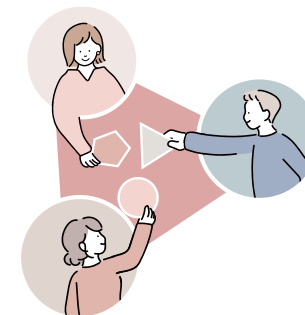
ストレス解消例

- ・散歩で気分転換を図る
- ・ストレッチなどを心身の緊張を緩める
- ・好きなアーティストの音楽を聞く



アドバイス：正田真紀（公認心理師・臨床心理士）

つながり、支え合い ソーシャルリスを さらに大きな輪に



令和4年2月、新型コロナ感染者数は全国で9万人を超え、感染爆発の様相です。例年であれば春の兆しに心弾む季節のはずが、この3年鬱々とした日々が続いています。社会経済は急速に疲弊し、未だ不安定な日常が重くのしかかっています。

このような中において、不安や困難を抱える女性の増加という実態から、女性の寄り添い支援を目的に、県内3地域で開催した「WOMEN'S Cafe～女性による女性のための相談会」には、幅広い年代の女性に参加いただきました。また、会の運営においては、熊本県内の女性支援に取り組むたくさんの団体と連携・協力し、多様なアプローチによる支援策を提供いたしました。

ほんの一握りの数でしかありませんが、声なき声を拾い、女性へ支援の機会を提供し、解決に向けた一歩につながることができ、私たちが提唱する“ソーシャルリス”の一端が見えた気がしています。

今回の取り組みから獲得したさまざまな気づきを、次につなげる貴重なメッセージとして本報告書に取りまとめました。これが有効に生かされ、一人でも多くの女性が諦めることなく、社会との絆・つながりを回復し、笑顔を取り戻すことができるよう願っています。

KCW共同代表 園田敬子