

次の一歩へ、つながる相談 らぶらすの相談と居場所

相談は無料、秘密は厳守します。保育あり(要予約)

女性のための悩みごと・DV相談

毎週火・土曜日 午前10時～午後1時、午後2時～4時
毎週水曜日 午後2時～5時、午後6時～8時
毎週木曜日 正午～午後1時、午後2時～4時
☎03-6804-0815

女性のためのサポートグループ

毎月第1月曜日 午後2時～4時
申込み・問合せは「女性のための悩みごと・DV相談」の時間におかけください ☎03-6804-0815

女性のための働き方サポート相談

毎週土曜日(第5土曜除く) 午前10時～午後1時、午後2時～4時
要予約 相談日前月1日(1月は5日)から電話、FAX、メールで先着順
平日希望の方は応相談 ☎03-6450-8510
電話相談専用03-6453-1813(事前予約者のみ)
面接相談会場はらぶらす

女性のための起業・経営相談

毎月第4木曜日 午後1時～5時 要予約(4月・11月を除く)
相談日当月1日(1月は5日)午前10時から電話で、先着順
☎03-6450-8510 会場はらぶらす

セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば電話相談

毎月第1・3金曜日 午後2時～5時 ☎03-6805-5875
毎月第2・4金曜日 午後6時～9時

男性電話相談

毎月第2土曜日 午後6時～9時 ☎03-6805-2120

シンママカフェ ～シングルマザーのためのグループ相談会～

偶数月第2土曜日 午後2時30分～4時30分 要予約
開催日前月5日午前10時から電話、FAX、メールで、先着順
☎03-6450-8510、FAX 03-6450-8511
メールはらぶらすホームページから 会場はらぶらす

女性のためのからだところサロン

奇数月第2日曜日 午後2時～4時30分 要予約
開催日前月1日午前10時から電話、FAX、メールで、先着順
☎03-6450-8510、FAX 03-6450-8511
メールはらぶらすホームページから 会場はらぶらす

女性のためのニットカフェ

奇数月第2月曜日 午後2時～4時30分 要予約
開催日前月1日午前10時から電話、FAX、メールで、先着順
☎03-6450-8510、FAX 03-6450-8511
メールはらぶらすホームページから 会場はらぶらす

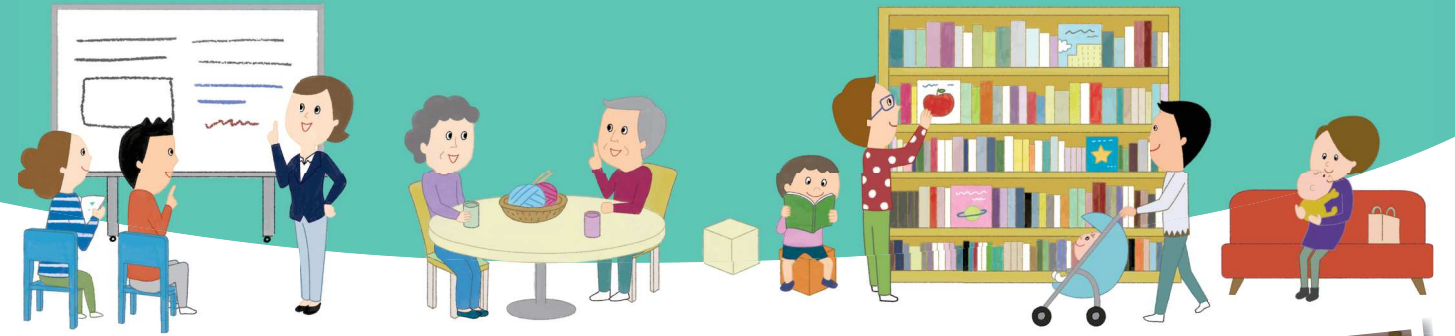
女性のためのブックカフェ

偶数月第2月曜日 午後2時～4時30分 要予約
開催日前月1日午前10時から電話、FAX、メールで、先着順
☎03-6450-8510、FAX 03-6450-8511、
メールはらぶらすホームページから 会場はらぶらす

セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば交流スペース

毎月第4土曜日 午後2時～4時 予約不要 当日直接らぶらすへ

だれもが自分らしさをプラス、らぶらす
らぶらす
2019 Summer No.45



特集

居場所が増えました
～毎月開催、らぶらすの居場所特集～

「サロン」「カフェ」「交流スペース」など呼び方はさまざまですが、らぶらすでは、「私」が「私」で居ることができる場、安心して身を置くことができる場としての居場所事業を今年度さらに充実させていきます。

「居場所」は、物理的な空間も意味しますが、他者との関係のなかで、自分が安心して居られるところ、という意味もあります。近年では、社会の中にこころの拠り所となる関係性や、安心感があり自分があるままに受け入れられる場所をつくることは、生きづらさや困難な状況を抱える人にとってとても重要なこととされています。

らぶらすではこれまで、「シンママカフェ～シングルマザーのためのグループ相談会～」、「女性のためのニットカフェ」、「セクシュアル・マイノリティのための「世田谷にじいろひろば交流スペース」」などを実施してきました。2019年度は新たに、「女性のためのブックカフェ」、がんを経験した女性のための「からだところサロン」を加え、一層の充実をはかりました。

らぶらすの居場所に集うひとの年齢や背景はさまざま。初めて参加する人も、何度か参加した経験のある人も、同じテーマで集まった参加者の言葉や佇まいに、ホッとしたり、自分だけでは気づかなかった見方との出会いがあったり。

それぞれの居場所事業にはファシリテーターや講師、情報サポーターが寄り添い、参加者の話に耳を傾けたり、必要な情報提供を行ったりします。お気軽にご参加ください。



個人の調べものや少人数のグループ活動に、予約なしで使えるスペース。無料のWi-Fiが利用できて便利です。女性のためのニットカフェ、ブックカフェの会場にもなります。(3階)

ご利用ください!
情報・交流
コーナー

Topics

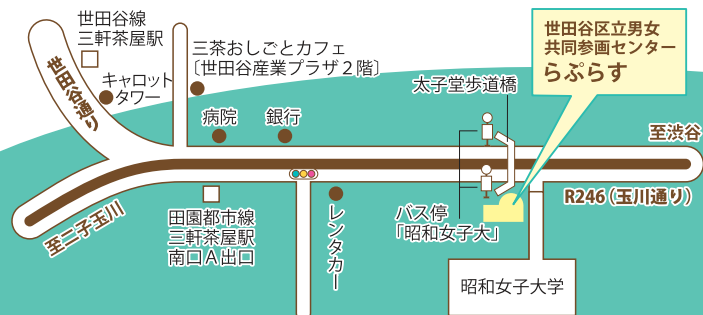
AVコーナー
設置

2019年4月から、情報・交流コーナー内のAVコーナーでDVD作品を試聴できます。ご利用の際は3階受付にお申し出ください。

男女共同参画社会実現のための拠点施設
世田谷区立男女共同参画センター らぶらす

〒154-0004 東京都世田谷区太子堂1-12-40
グレート王寿ビル3～5階(受付3階)
TEL:03(6450)8510 / FAX:03(6450)8511
ホームページ: <http://www.laplace-setagaya.net>

電車 東急田園都市線・世田谷線「三軒茶屋」駅下車徒歩7分
バス 東急バス・小田急バス「昭和女子大」下車
小田急バス(駒沢陸橋～北沢タウンホール)「三軒茶屋」下車



編集後記 Editor's Notes

今年の「らぶらすフェスタ」は6月29日に開催! 詩人の伊藤比呂美さんの講演会、生演奏のカフェコンサート、手作りミートパイとお菓子のカフェなど、ライブ感いっぱいにお楽しみいただけますよう、職員一同準備しています。(M)

次号は2019年9月発行予定です

発行: 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす
2019年6月発行

最新の情報を更新しています。

研修室の利用予約、講座へのお申し込みはこちらから

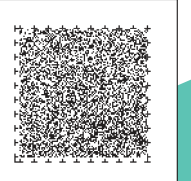
らぶらすホームページ
<http://www.laplace-setagaya.net/>

らぶらすにつながるあるお友だちがたくさん

らぶらす Facebook

今日のらぶらすをつぶやいています。

らぶらす Twitter



らぶらすの居場所事業

ひとりでホッとしたい、グループで話したい、などさまざまなニーズに応え、5つの居場所事業を実施しています。実施日等詳細は裏表紙をごらんください。

Information

だれもが自分らしさをプラス

らぶらすフェスタ

6月29日(土)

毎回大好評の講演会、今年は詩人伊藤比呂美さんをお迎えします。斬新な育児エッセイで、世の母親たちの共感を得た以後も次々と新たな分野を開拓した、エネルギーギッシュな伊藤比呂美ワールドに触れてください。

1 講演会 午前11時～正午

あたしの語る、コトバとコエと。
～女が話すということ



講師 | 伊藤比呂美(詩人)
場所 | 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす4階
定員 | 60人(先着順・要申込)
保育 | あり(先着順・要申込)
手話通訳 | あり

唯一無二の伊藤比呂美ワールドへ

photo by 吉原 洋一



伊藤比呂美 著書コーナーも充実!

2 らぶらすカフェコンサート 午後0時15分～2時(出入り自由)

演奏 | 山口佳名子 (ヴァイオリン)、塚本陽三 (ギター)



参加費 | 無料
場所 | 世田谷区立男女共同参画センターらぶらす3階
申込 | ①は電話・FAXまたはらぶらすのホームページよりメールで。②は当日直接会場へ

申込み・問合せは
世田谷区立男女共同参画センターらぶらす
電話 03-6450-8510
FAX 03-6450-8511

※ FAXで応募する際は、講座名・氏名・電話番号、保育が必要な場合は子どもの氏名・年齢・住所を明記してください。

4/8(月)スタートしました

女性のためのブックカフェ



ゆっくり本を選んだり、好きな本を読んだりする時間を楽しめます。ライブラリーコンシェルジュと情報サポーターが役立つ本や知りたい情報を探お手伝いをします。らぶらすライブラリーが所蔵する約2万冊の図書資料とらぶらすが収集している各種の資料から、いま自分に必要な本や情報が探せます。

参加者の声

- 他の人がどんな本を読むのか、話ができて良かった。普段自分では選ばない本に出会えた
- ライブラリーコンシェルジュから本をすすめてもらったことがうれしい
- 明るくオープンな雰囲気がいよい

担当から

男女共同参画関連の図書資料のほかに、世田谷区や他の自治体が発行する資料や冊子、パンフレットなども収集しており、情報サポーターが役立つ情報を紹介します。

らぶらすの居場所

シンママカフェ ～シングルマザーのためのグループ相談会～

講師と情報サポーターが加わり、となりの人とおしゃべりしながらよし、ひとりで黙々と手を動かすもよし。編み物でところとからだをリラックスできる居場所です。子どもと一緒に参加も歓迎。幅広い年齢層の方が参加しています。

女性のためのニットカフェ

セクシュアル・マイノリティのための世田谷にじいろひろば交流スペース

ファシリテーターの進行で、参加者が安心して語り、仲間の話に耳を傾ける居場所です。セクシュアル・マイノリティ当事者だけでなく、家族や教育に関わる方、アライ(支援者)の方もぜひ参加ください。

5/12(日)スタートしました



参加者の声

- ざっくばらんにいろんなことを話せた。自分の持っている不安や心配ごとにも聞けた。
- これから治療する人にもおすすめ。ミニ講座「頭皮ケアとシャンプー」がよかった。
- 今日は来て良かった。とても明るい先生方の姿に勇気づけられた。

女性のためのからだところサロン

対象は乳がん・婦人科がんを経験したことがある女性。同じく経験者が進行役をつとめます。ひとりで悩まず同病の方と出会いおしゃべりしながら、不安との向き合い方や乗り越える工夫など、気持ちや情報を分かち合う場です。今年度からは年6回の定期開催。毎回異なるテーマのミニ講座があります。

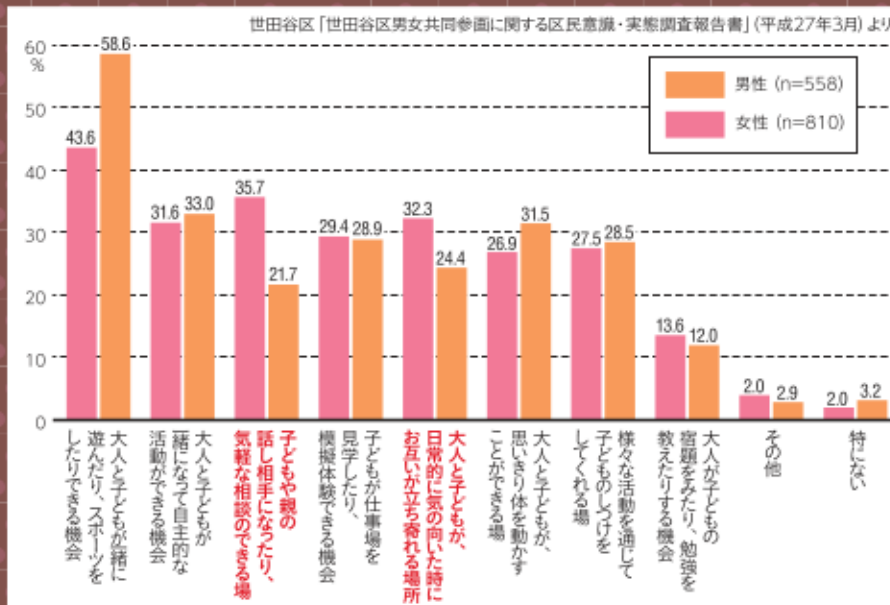
担当から

このような居場所の必要性を痛感します。小さな場、少しの時間が、参加された方々の明日の大切なエネルギーにつながっています。

世田谷区の調査では

「身近な地域における大人と子どもの交流の機会・場として、どのようなものが望ましいと思いますか。(〇は3つまで)」

男女とも「大人と子どもと一緒に遊んだり、スポーツをしたりできる機会」を第1位にしていますが、女性は続いて「子どもや親の話し相手になったり、気軽に相談のできる場」や「大人と子どもが、日常的に気の向いた時にお互いが立ち寄れる場所」を必要としています。らぶらすの「居場所事業」はこうしたニーズに応えたいと考えています。



Report

シングルマザー応援フェスタ

3月3日(日)に開催し、73組140人の親子が参加。セミナー、就労・キャリア情報、個別相談、ハンドマッサージ、スーツプレゼントコーナーなど、さまざまな企画で学んだり楽しんだりできる一日となりました。参加者からは「ひとりでライフプランやお金のことと向き合うのはやはり辛かったのでよい機会だった」「子どもも楽しかったと言っています。また、同じ立場の方がみんな頑張っているということが嬉しかった」などの感想が寄せられました。



好評だった「ライフプランと教育費プチセミナー」

1対1のハンドマッサージでリラックス

Come to らぶらす

これから開催する講座 参加費は無料です。会場はらぶらすです。ひととき保育あり(5か月～就学前まで)、要予約。※らぶらすでは女性を対象とした事業を数多く実施しています。「女性」とは、性自認が女性の方を含みます。

7月 8月 ぐらしのなかのアサーティブ・トレーニング講座

日時 | 7月19日、26日、8月2日いずれも金曜日 午前10時～正午 | 対象 | 女性(3回連続して参加できる方) | 定員 | 20人 | 講師 | 小柳茂子(相模原女子大学教授、フェミニストセラピィ)「ななか」カウンセラー | 申込 | 6月15日午前10時から電話・FAX、またはホームページからメールで。

7月 女性起業家交流会(奇数月第2木曜日)

日時 | 7月11日(木)午後2時～4時 | 対象 | 女性 | 定員 | 20人 | 申込 | 実施前月1日午前10時から電話・FAX、またはホームページからメールで。

8月 シネマサロン「4分間のピアニスト」(偶数月第2木曜日)

日時 | 8月8日(木)午後2時～4時 | 対象 | どなたでも | 定員 | 30人 | 申込 | 保育のみ実施前月1日午前10時から電話・FAX、またはホームページからメールで。