

相談もできます！

なんとなく
気持ちが
落ち着かない

女子のための ほっとスペース2025

この悩みを
誰かに
話したい

申込不要

参加無料

家族や恋人、
夫との関係、
職場の人間関係で
悩んでいる

誰に相談すれば
いいのか
わからない

出入り自由

あなたの「もやもや」をちょっと軽くしませんか？
さまざまな分野の相談員がお待ちしています。

簡単にできる小物づくりやセルフケア体験などの
お楽しみコーナー

お子さん連れでどうぞ
キッズコーナー

困りごと相談

生理用品、生活雑貨などの
おみやげ（数に限りがあります）

① 8月29日(金) 17:00～20:30
※入場は20:00まで

2026年
② 1月31日(土) 13:00～16:30
※入場は16:00まで

※年齢問わず、ご参加いただけます

※各回の内容、当日お話ができる相談員など、詳細は決まり次第
ホームページ、X、Instagramでお知らせします



ホームページ



X



Instagram

仙台市男女共同参画推進センター

エル・パーク仙台
ギャラリーホール

仙台市青葉区一番町4-11-1
141ビル（仙台三越定禅寺通り館）6階

^{エル}
<https://www.sendai-l.jp/>



これまでの参加者の声

女性の相談員に話を聞いてもらって少し心が軽くなった

小物づくりが簡単にできて楽しかった

ここに来て悩んでいるのは自分ひとりじゃないと思えてホッとした

セルフケアは簡単でどこでもできそう自分でできるから続けてやってみたい

私の「もやもや」は誰かに話してもいいことなんだと分かって安心した

出かけることで気分転換になった

スタッフがみんな優しく、久しぶりに笑うことができた

最初はこんなことを相談していいのか迷ったけど思い切って話せてスッキリした

主催

仙台市、(公財) せんだい男女共同参画財団

協力団体
協力者

イトウユウコ(手芸布物作家)、NPO法人キミノトナリ、財務省東北財務局、資生堂ジャパン株式会社、女性のためのとまり木・リカバリートレーニングセンター「しおり」、NPO法人せんだいファミリーサポート・ネットワーク、竹田理恵(仙台青葉学院大学 看護学部看護学科 講師)、なないろあとリエ、(一社) パーソナルサポートセンター、NPO法人ハーティ仙台、花山美佐代(一社) タッピングタッチ協会認定インストラクター)、株式会社ポーラ、NPO法人ほっぷすてっぷ、(一社) マザー・ウイング、マートル、NPO法人MIYAGI子どもネットワーク、(社福) 緑仙会、労働者協同組合ワーカーズコープ・センター事業団 ほか

協賛

世界文化社販売株式会社、全国農業協同組合連合会宮城県本部、株式会社セント、ネットヨタ仙台株式会社、ハリウコミュニケーションズ株式会社、みやぎ生活協同組合、宮城第一信用金庫、陽光ビルサービス株式会社、レストランHACHI ほか (50音順/敬称略)

問合せ

仙台市男女共同参画推進センター エル・ソーラ仙台 相談支援課

TEL 022-268-8302 (月・水~土 9:00~17:00 / 火 9:00~21:00 ※祝日・休館日を除く)