



令和6年度富山県女性のつながりサポート(企画提案型)事業 実施レポート

イベントに参加しながら、生活、子育て、友だち付き合いや人間関係などについて不安を抱える女性に対して気軽に相談できる場を提供するという事業。

まちなかサロンや総曲輪レガートスクエアで行われるイベントに参加した際に相談の場を設ける形で、7月から1月まで月2回のイベントと、夏と秋の賑わいイベント内で実施しました。

実施したアンケートでは、10代～80代まで幅広い世代の女性から回答を得ることができ、悩みの気づきに始まり、イベントの講師や参加者と意見を交わし、時には相談先等を紹介することもできました。仕方がないとあきらめていたことや悩んでいても言葉や文字にしたことがな



▲傾聴ボランティアにて

かったという女性にとって気持ちを吐き出せる場になっていました。

▼Happy産後ケアにて



実施期間：2024年7月～2025年1月
会場：まちなかサロン、総曲輪レガートスクエア
参加者：アンケート(相談)総数209枚
主催：まちスポとやま
共催：富山県・(公財)富山県女性財団



能登の方達が無事に今冬を過ごせますようにカスティール



狼と新しいスリキュアを見るのを楽しみにしています♪ケルシー



家族全員体調に気をつけ元気に1年過ごします！倉本

最新の情報はこちら
ホームページ更新中
http://machispo.org

note
ひだっち blog
まちスポとやま

さるぼぼコイン
クレジットカードでの
賛助会員入会が
可能になりました！
詳しくはこちらをご覧ください

活動を応援して下さる方を募集しています。
個人年会費 1口 ¥3,000
法人年会費 1口 ¥5,000

納入先
郵便振替 00840-9-183216 特定非営利活動法人まちづくりスポット
飛騨信用組合 松泰寺支店(普)0793442 特定非営利活動法人まちづくりスポット
高山信用金庫 駅西支店(普)0166788 特定非営利活動法人まちづくりスポット



岐阜県女性のつながりサポート事業

このイベントは「岐阜県女性のつながりサポート事業」の一環で行っており、女性特有の悩みや相談も伺っています。コロナ禍を経てひとりで抱えている思いなど、気軽にお話しに来てください。生理用品の無料配布も実施しています。



① まちの保健室

まちスポ飛騨高山では、毎月5日に「まちの保健室」を開催しています。今回は高校生や看護学生に向けて、看護師と話せる場を設けました。

当日は医師や看護師を志す高校生3人が訪れ、看護師との交流を楽しみました。まちの保健室の活動など様々な話を聞いたり、質問したりしていました。そのほかにも足湯を体験したほか、学生同士で交流する姿もみられました。



また、ラジオの収録も行われました。突然決まった収録でしたが、緊張しながらも楽しそうに話す姿が印象的でした。

「まちの保健室」は看護師が常駐しており、自分や家族の体調のことやなんとなく心配なこと、不安なこと、このことなどをふらっと寄って相談していただけます。この事業は「岐阜県女性のつながりサポート事業」の一環でおこなっています。



開催日：2025年1月5日(日)
会場：まちスポ飛騨高山
参加者：4名
主催：認定NPO法人まちづくりスポット
協力：サポートサービス COME TRUE

② グローバルカフェ

1月12日に、まちスポ飛騨高山にてたかやまグローバルカフェが開催されました。初めてのイベントでしたが、飛騨地域に住む外国人や日本人合わせて22名が参加し、交流を楽しみました。

自己紹介の後は自由に話す時間が設けられ、お茶やお菓子を食べながらいろいろな人と会話を楽しんでいました。話題は様々で、食べ物や趣味、仕事、言葉のことなどについて話していました。日本語だけではなく外国語で話しているグループもあり、楽しそうに会話をしている様子が見

られました。また、連絡先を交換している人もおり、新たなつながりをつくる場所にもなりました。次回は2/16(日)の開催を予定しています。このイベントは「岐阜県女性のつながりサポート事業」の一環でおこなっています。



開催日：2025年1月12日(日)
会場：まちスポ飛騨高山
参加者：22名
主催：Family Planet Japan
協力：認定NPO法人まちづくりスポット



富山傾聴ボランティア
ピアの会

(写真左から)
うすい きょうこ
碓井 匡子さん
たにばた くにこ
谷端 邦子さん
くわやま さおこ
桑山 サヲ子さん

「話すだけで心が軽くなる場所」
心に寄り添う「傾聴サロン」

「誰かに話を聞いてほしい」「ちょっと気持ちを整理したい」。そんなとき、気軽に立ち寄れる場所があることを知っていますか？ 富山市で活動する「傾聴サロン（街中サロン）」は、訪れる人の話に耳を傾け、心に寄り添うことを目的としたボランティア活動を行っています。

傾聴サロンとは？

「街中で気軽に立ち寄れる場を作りたい」という思いから始まったこの活動は、「傾聴ボランティア ピアの会」の一環として運営されています。ボランティアとして参加するには、特に資格が必要というわけではなく、富山市社会福祉協議会が主催する「傾聴ボランティア養成講座」を受講した方々で構成されています。谷端さん、桑山さん、碓井さんもそれぞれ経験は違いますが、同じグループのメンバーとして出会いました。会では、定期的に仲間と悩みを共有したり、外部講師の講演を受けたりしながら、スキルの向上に努めています。

「一人暮らしの方、悩みを抱えている方、話し相手がほしい方など、どなたでも歓迎です」と谷端さん。日常のちょっとした出来事から、誰にも言えない悩みまで、気軽に話せる場所として、多くの方に利用されています。

「ただ聴く」ことの大切さ

ここで行われるのは、カウンセリングやアドバイスではなく、「ただ聴く」という傾聴の活動です。「うなずき、あいづち、アイコンタクトを意識しながら、話しやすい雰囲気を作ること大切にしています。また、意見を押し付けたり、否定したりせず、相手の気持ちに寄り添うことで、信頼関係（ラ

ポール)を築いています」と桑山さん。

利用者からは、「否定されないから、自分の気持ちを素直に出せる」「家族や友人に言えないことも話せる」「話すことで気持ちが軽くなった」という声が寄せられています。

まちなかサロンでの活動では予約等も受け付けていますが、ふらりと立ち寄られる方も。「初めてお話を聴きした後、また来てもいいですか？と仰ってください、以来、毎回訪れてくださる方もおられます」と碓井さん。そのエピソードからも、会話を通じて前向きになれる場として、多くの方に愛されていることが伝わってきます。

話せる場所がある安心感

悩みを抱えていても、身近に相談できる人がいないと感じることはありませんか？ そんなとき、ただ話を聴いてもらうだけで、心が軽くなることがあります。

傾聴サロンは、地域の人々に寄り添い、安心して話せる場を提供し続けています。悩みがあるとき、誰かに話を聞いてほしいとき、ぜひ気軽に訪れてみてください。そこには、あなたの話を温かく受け止めてくれる人がいます。

(サポーター 石井穂乃湖)

Information 傾聴ボランティアピアの会

活動をわかりやすく伝えるためのリーフレットを作成しました。ご覧になりたい方はまちなかサロンまで。



HIDA まちなかアート



1月21日～2月13日に開催されたHIDAまちなかアートのキックオフイベントとして、1月19日に映画「日日芸術」が高山市図書館煥草館で上映されました。定員は60名でしたが、定員を超える申し込みがあり席数を増やすほど盛況となりました。「日日芸術」は2024年4月に東京で上映されたのを皮切りに全国各地で上映されて人気を博しています。出展作家である岐阜県在住の曾良貞義さんも映画に出演されており、当日は高山に足を運んでいただき上映後に挨拶をしていただきました。

会期中は5つある展示会場のひとつとしてまちスポの交流スペースにも作品が展示されました。勢いのある作品の数々は空間を彩り、来館者の目を楽しませてくれました。



日時：2025年1月21日(火)～2月13日(木)
会場：高山市内各所、まちづくりスポット 飛騨高山
主催：HIDAともにフェス x 実行委員会
(公財)岐阜県教育文化財団「TASCぎふ」

1月開催
Pick Up

富山市健康づくり拠点事業

まちスポとやま



よごれない！フィンガーペイントアート

1月の健康づくり拠点事業の市民生きがいづくり講座では、1月6日(月)に旧大沢野地域のウィンディ、1月29日(水)には、八尾行政サービスセンターで「よごれない！フィンガーペイントアート」をそれぞれ開催しました。この講座では、「わたし」を表現する抽象アートを楽しもう」と題して、上手に表現することを目指すのではなく、自由な表現を重視し、指で描いても汚れない方法で、自宅に飾れるオリジナルアートの制作をしました。参加者もシニアの方から小さな子どもまで一緒に楽しくワークショップされていたのが印象的でした。

日時：2025年1月 6日(月) 14:00～15:00
2025年1月29日(水) 14:00～15:00
会場：八尾行政サービスセンター
大沢野健康福祉センターウィンディ
参加者：6名
講師：ココロのらくがき れぶれ
主催：認定NPO法人まちづくりスポット
まちスポとやま
(富山市健康づくり拠点における交流イベント事業受託者)



今後の事業の予定については、まちスポとやまHPをご確認ください。SNSでも開催報告を行っています。



講座の詳細はこちらから

総曲輪レガートスクエア 官民連携事業

まちなかサロンの冬休み

まちスポとやま



①ハーブのお正月飾りをつくろう ②書き初め大会練習会

毎年好評の冬休み企画「まちなかサロンの冬休み」を2企画開催しました。12月25日には、親子でふれあいながら日本の伝統文化を体験してもらう「ハーブのお正月飾り作り」を開催。今年度は小学生親子のほか一般にも参加者を募集し、総曲輪ハーブの会指導のもと、多世代にわたる参加者が楽しみながら縁起物の飾りを完成させていました。

また、新年1月6日の「書き初め大会練習会」では、まちなかサロンで活動する高瀬紫扇先生と富山高校書道部の生徒3名が小学1～6年生にアドバイス。交流しながら真剣に作品づくりに取り組む様子が印象的でした。



日時：①2024年12月25日(水)10:00～12:00
②2025年1月6日(月)10:00～12:00
会場：まちなか総合ケアセンター・地域連携室
参加者：①20名・講師1名 ②30名・講師4名
主催：総曲輪レガートスクエア協議会