

# yukimichi だより

みなさん、こんにちは。いかがお過ごしですか。

NPO法人ウィメンズアイの「女性と女の子の相談窓口」の相談員です。2017年に相談窓口を開設し、昨年からは宮城県から「みやぎの女性つながりサポート型支援事業」の委託を受け、気仙沼市、登米市、南三陸町の女性と10代の女の子からの相談に応じています。

私たちがももには、女性からさまざまな悩みや不安が寄せられています。相談内容に応じて、助産師さんにつないだり、利用できるサービスを探したり、継続してお話をきいたりもしています。

## こんな相談があります

- 友達や家族とのことで、どうしたらいいのかわからない（10代）
- パートナーとの関係で悩んでいる（20代）
- 生理痛がひどい（30代）
- 仕事と家庭の両立が難しい（40代）
- 転職が不安（50代）

苦しい時、淋しい時、モヤモヤした時、ほんの少しだけ勇気を出して、安心できる場で話してみませんか。一人で抱えてきたものを言葉にしていくと、考えや気持ちが整理されて、こころが軽くなりますよ。

**あなたの秘密は守ります**





# スタッフ紹介

私たちがお話をきかせていただきます

相談員 yuki (産業カウンセラー) 南三陸町在住  
 好きなこと：①台所仕事。素材を無駄なく使い切ったときは達成感がある。②整理整頓。使い勝手を考えながらあれこれ考える時間や工夫が楽しい。  
 苦手なこと：①パソコンやスマートフォンなど、カタカナ言葉。②基本姿勢が文句の人(なるほどというようになる)」。苦しいときの私のおまじなの言葉は何かですか？



相談員 michi (国家資格キャリアコンサルタント) 登米市在住  
 好きなこと：読書、美味しいパンを作って食べること。  
 苦手なこと：重い荷物、大きな音、虫。3か月ほど、四十肩で、いままでいかなかったところが、抱えていると、気が持たなくなりました。「朝日」を浴びる、過去の課に身体をいれたいと思います。



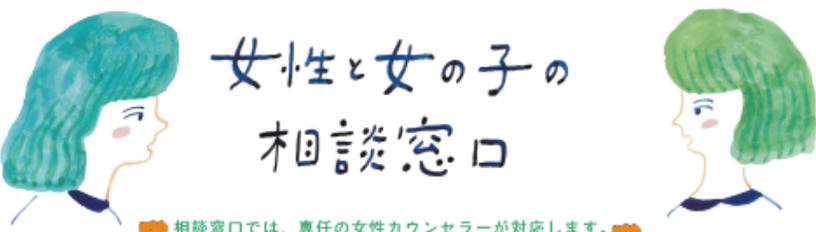
相談員 aya (産業カウンセラー) 登米市在住  
 好きなこと：予定を立てないで過ごすこと、柑橘類  
 苦手なこと：文章を書くこと、図画工作。  
 ひとこと：夏場、窓を閉め切っていた部屋はサウナ状態なので、帰宅したら換気をしていまいき。ほどうい風が入ると、とっても心地よいです。気持ちもモヤモヤするのは、この換気もサインかもしれません。どんなことでも構いません。気兼ねなくご連絡くださいね。



## 協力

助産師 にじのわ助産院 気仙沼市在住  
 好きなこと：ドライブしながら歌うこと  
 苦手なこと：料理！クックパッド様のおこし生きているはず。常に暑いので、寝かげと生きているはず。常に暑いので、寝かげと生きているはず。常に暑いので、寝かげと生きているはず。  
 ひとこと：今年夏は異常な暑さで、体調にやさしくお話しください。





## 女性と女の子の 相談窓口

相談窓口では、専任の女性カウンセラーが対応します。  
あなたの秘密は守られます。相談は無料です。

でんわ **080-9256-0035** (日曜・夜日除く) (13時～18時)

メール相談 [soudan@womenseye.net](mailto:soudan@womenseye.net) QRコードからも相談できます

