

## 相談はこちら

### エル・ソーラ仙台 (アエル29F)

月・水～土 9:00～17:00 / 火 9:00～21:00 (祝日、休館日を除く)

☺ 託児があります。詳細はお問い合わせください。

## 女性相談

女性のみ

夫婦・パートナー間の問題、こころの問題、生き方、人間関係、DV、デートDV、性暴力などのさまざまな相談に女性相談員が応じます。

### ●電話相談 専用番号

TEL (022) 224-8702 月・水～土 / 9:00～15:30

### ●面接相談 (要予約・1時間程度) 予約・問合せ

TEL (022) 268-8302 月～土 / 時間はお問い合わせください。  
※火曜日は夜間相談も行っています。

個室でお話を伺います。以下をご希望の方は、事前に面接相談が必要です。

- ・法律相談 (要予約・30分)
- ・就業自立相談 (ミ・ソラ)

## 性別による差別などに関する相談

TEL (022) 268-8043 月～土 / 9:00～17:00

以下の申し出に応じます。性別は問いません。

- ・性別を理由とした差別的取扱いなどによる人権侵害に関する相談
- ・男女共同参画の推進に関する仙台市の施策についての苦情

## 仙台市母子家庭相談支援センター

女性のみ

TEL (022) 212-4322 アエル29F (エル・ソーラ仙台内)

火 / 11:00～19:00 水～土 / 9:00～17:00 (祝日・休館日を除く)

### 就業・自立相談、養育費相談 (面接・電話)

就職や再就職、自立に関する相談や就業情報の提供、その他専門家による専門相談などを行っています。離婚を考えている子育て中の女性もご相談ください。

- 面接相談 (要予約・1時間程度) ※託児があります。詳細はお問い合わせください。
- 電話相談 (受付時間内にお電話ください) ※仕事のあつせんは行いません。

## 仙台市「女性への暴力相談電話」

TEL (022) 268-5145

月・水～金 / 9:00～17:00 火 / 9:00～19:00  
(祝日、年末年始を除く)

DV (配偶者や親しい間柄にあるパートナーから振られる暴力・虐待) や性暴力の被害に関する問題を抱えている方からの相談に応じます。

## 仙台市男女共同参画推進センター

### エル・パーク仙台

TEL (022) 268-8300

〒980-8555  
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) 5F・6F

開館時間 9:00～21:30

- 貸室受付 (5F) / 9:00～20:00
- 市民活動スペース (5F) / 9:00～21:00 TEL (022) 268-8301
- 10時前に来館する際は一番町側入口よりお入りください。

### エル・ソーラ仙台

TEL (022) 268-8041

〒980-6128  
仙台市青葉区中央1-3-1  
アエル28F・29F

開館時間 9:00～22:00

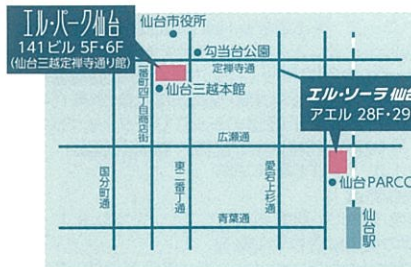
- 貸室受付 (28F) / 9:00～20:00
- 市民交流・図書資料スペース (28F) / 9:00～21:30
- オフィス棟高層階用エレベーターをご利用ください。

エル・パーク仙台  
一部施設閉室の  
お知らせ

舞台機構・音響・照明設備更新工事のため、以下の施設を閉室しています。

期間 (予定) : 8月31日 (土) まで

6F: ギャラリーホール、スタジオホール  
5F: セミナーホール1・2、セミナー室、特別会議室



### 休館日

4/10 (水)

4/22 (月)

HP <https://www.sendai-0.jp/>



X (旧 Twitter)



note



Instagram

メルマガ登録は  
こちらから



エル・ソーラ仙台図書資料スペース

## 国際女性デー2024

4月21日(日)まで

声をあげ、行動することで世界を変えてきた女性たちがいます。ジェンダー平等な社会にいくために、私たちができることは？ 女性たちの歩みを知り、これからを考えるきっかけになる本を集めました。

- 『むずかしい女性が変わってきた』ヘレン・ルイス 著
- 『「女の子だから」のない世界へ』プラン インターナショナル ジャパン 編
- 『どうする、日本のジェンダー平等戦略』橋本ヒロコ・林陽子・芹田健太郎 編

ほか



公益財団法人せんだい男女共同参画財団

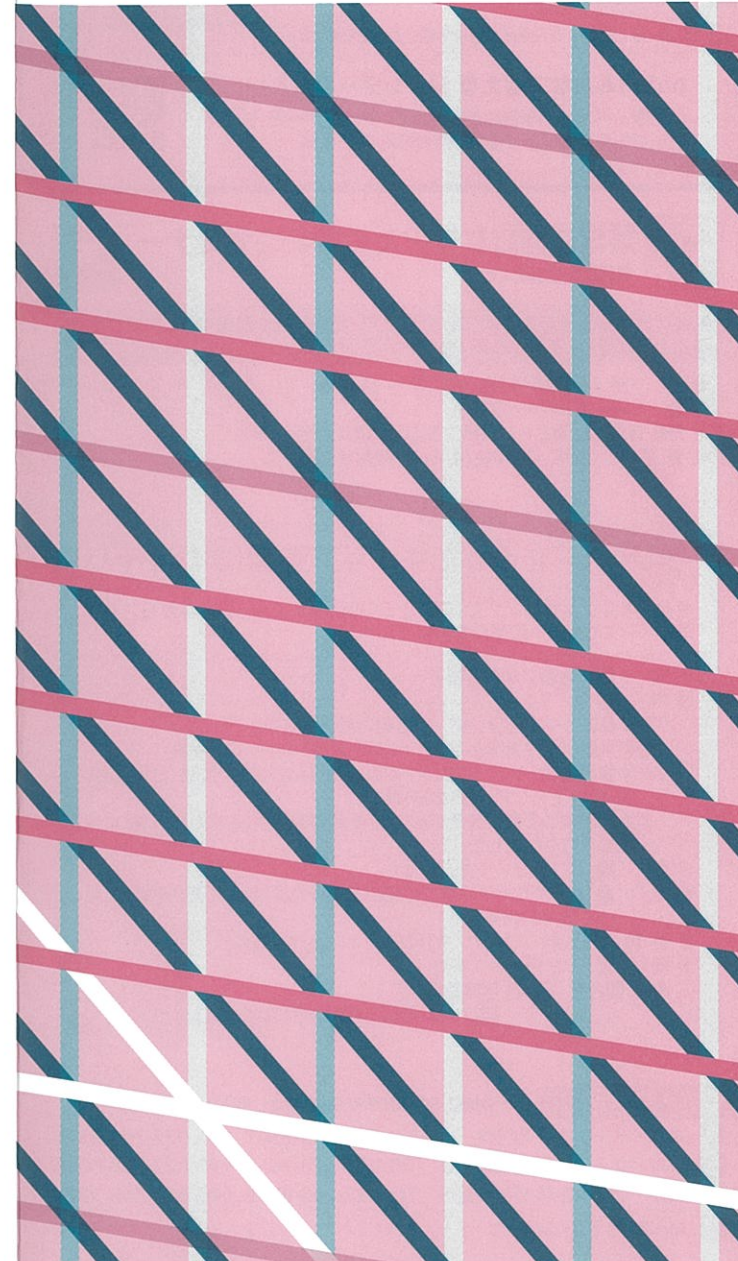


この印刷物は地産地消・輸送マイレージに配慮したラミネート紙を使用しています。

# えるなびっ

2024年

4月



## 広報紙「どうしてだろう? #ジェンダー不平等」を発行しました

「ジェンダーの問題を考えるきっかけに」と、広報紙の第3弾を発行しました。

### 使い方

ポスター (B2版) として掲示したり、机に掛けてみただけで見たりすることができます。友だちや家族と、学校や職場で、話のタネにしてください。

※広報紙を使ったワークショップの出前講座も受け付けています

### 配布場所

エル・パーク仙台、エル・ソーラ仙台的ほか、市内公共施設など (無料)

☎ 問合せ ☎ ※送付希望の方はお問い合わせください



### note「みんなで考える ジェンダーのこと」

主催イベントの報告などを通して、ジェンダーのちやもやを掘り下げる材料を提供しています。



## 4月 26 離婚に悩む女性のためのミニセミナー



4/18締切

離婚に関する手続きについて説明します。財産分与や親権など、自分ができることを確認し、これからの人生を考えていきましょう。

- 日 時 4月26日 (金) 10:30 ~ 11:30
- 会 場 エル・ソーラ仙台
- 対象・定員 原則として離婚に悩む当事者の女性・15名
- 参加費 無料 ☎ 申込(4/6~)・問合せ 相

## “学び直し”を通じたキャリア支援(まなキャリア)

キャリアカウンセリングで「これからの自分」をイメージしながら、あなたのペースでもう一度学んでみませんか。

- 期 間 令和7年3月まで
- 内 容
  - ・キャリアカウンセリング…女性相談員と何度でも
  - ・個別学習…女性講師と1対1 (1回あたり110分、6回程度)
  - ※学習科目例: 中学・高校レベルの国語、算数・数学、英語、公民、世界史、化学、パソコン操作の基礎など
  - ※専門学校の受験や高等学校卒業程度認定試験 (高卒認定試験) に挑戦した方もいました
- 会 場 エル・ソーラ仙台 ほか
- 対 象 10代で十分な学びの経験を得られなかった、就学や就業、転職を目指す女性
- 参加費 無料 (パソコン講習のみテキスト代実費負担)
- 託 児 0か月~小1まで
- ☎ 申込・問合せ 相 ☎ 随時受付中。  
詳しくは、電話でお問い合わせください。

申込・問合せ ※「抽選」の記載があるものを除き、申込は先着順です。

- P エル・パーク仙台 事業係 TEL 022-268-8301 FAX 022-268-8316
- S エル・ソーラ仙台 管理事業係 TEL 022-268-8044 FAX 022-268-8045
- 相 エル・ソーラ仙台 相談支援係 TEL 022-268-8302 FAX 022-268-3911
- 母 仙台市母子家庭相談支援センター TEL 022-212-4322

## 地域版女性リーダー育成プログラム 決める・動く2024

町内会やNPOなど地域に活動の場を持つ女性たちが、それぞれの現場でリーダーシップを発揮していくためのプログラムです。

- 期 間 6月~12月 (全11日間 / 47時間程度)
- 会 場 エル・ソーラ仙台、エル・パーク仙台 ほか
- 対象・定員 女性・20名  
町内会など地域組織で活動している方  
NPO団体や市民グループで活動している方 など
- 主な内容 強みの活かし方、話し合う力、人を巻き込むコミュニケーション、まちづくりコーディネート、スピーチトレーニングなど
- 受講費用 8,000円
- 申込期間 4月11日 (木) ~ 24日 (水)
- ☎ 申込・問合せ ☎ 申込書 (HPからダウンロード可) をFAX、郵送またはメール (park2@sendai-l.jp)。定員を超えた場合は抽選。  
詳しくは、HP (https://www.sendai-l.jp/jb/) をご覧ください。

## 企業の未来プロジェクト2024

企業における女性活躍推進を具体的にサポートします。

- 期 間 4月~令和7年3月
- 対 象 女性活躍を推進したいと考える仙台・宮城・東北の企業
- 主な内容 ・「仙台女性リーダー・トレーニング・プログラム2024」の受講
  - ① マネージャーコース: 管理職候補対象 (定員20名程度)  
自己理解や論理的思考などの講義、受講者同士の交流  
5月~12月: 月1回程度平日 (全9日間 / 45時間程度)
  - ② エグゼクティブコース: 部長相当職・役員候補対象 (定員15名)  
経営戦略や財務などの講義、企業のトップリーダーとの対話  
9月~2月: 月1回程度平日 (全6日間 / 28時間程度)
- \*①②ともに1on1 コーチングを個別に提供
- 社内研修への講師派遣  
女性活躍 (管理職向け / 一般社員向け)、アンコンシャス・バイアスなど企業の希望に合わせて実施  
詳しくは、HP (https://www.sendai-l.jp/cfp/) または、エル・パーク仙台、エル・ソーラ仙台で配布する募集要項をご覧ください。
- プロジェクト参加費 各コース 15万円
- 申込期間 マネージャーコース: 4月15日 (月) ~ 4月19日 (金)  
エグゼクティブコース: 4月15日 (月) ~ 6月28日 (金)
- ☎ 申込・問合せ ☎ 申込書 (HPからダウンロード可) をメール (so@a29@sendai-l.jp)。定員になり次第締切。

## 5月 10 “気持ちを伝える”ミニ講座

女性のためのコミュニケーション



5/2締切

相手に合わせてばかりで疲れていませんか。自分の気持ちを伝え方や人間関係で傷ついた時の対処法などを紹介します。

- 日 時 5月10日 (金) 10:30 ~ 11:30
- 会 場 エル・ソーラ仙台
- 対象・定員 コミュニケーションに悩む女性・15名
- 参加費 無料 ☎ 申込(4/6~)・問合せ 相

ホームページからの申込はこちら <https://www.sendai-l.jp/>



託児があります

対象は6か月以上小1まで。締切日までに要申込、先着順。託児利用料300円 (子ども1人/1回)。しょうがいのあるお子さんや、小学2年生以上のきょうだいがいる場合はご相談ください。



## おはなし会

絵本や紙芝居の読み聞かせ、わらべ歌や手あそびで楽しく過ごしましょう。お子さんと一緒に、ぜひ遊びに来てください。

- 日 時 原則毎月第3月曜日 11:00 ~ 11:30 ※今回は4月15日 (月)  
日程の詳細はホームページをご覧ください
- 会 場 エル・ソーラ仙台 キッズコーナー ※申込不要、直接会場へ
- 協 力 子ども読書コミュニティプロジェクトみやぎ (エル・ソーラ仙台 施設ボランティア)
- 参加費 無料
- ☎ 問合せ エル・ソーラ仙台 管理事業係 TEL022-268-8041

## 講師派遣・出前講座を実施中!

社員研修、地域団体の勉強会、学校などに講師を派遣します。オンライン開催にも対応します。



- テーマ 女性活躍推進 アンコンシャス・バイアス  
ワーク・ライフ・バランスと働き方改革  
セクシュアル・ハラスメント防止  
DV / デートDV 予防 若者のキャリア形成支援  
女性と防災まちづくり など
- 時間・費用 ご相談に応じます
- 人数 少人数から対応できます
- ☎ 申込・問合せ (公財) せんだい男女共同参画財団 総務企画課  
TEL 022-212-1627 FAX 022-212-1628  
メール so@a3@sendai-l.jp

## …… 仙台市母子家庭相談支援センターの催し ……

### 5月 16 シングルマザーのためのマネースクール

子どもの学費~今から準備をはじめよう

進学のタイミングをおさえた教育資金の準備方法をお伝えします。

- 日 時 5月16日 (木) 9:30 ~ 11:30
- 講 師 田中美和子氏 (ファイナンシャル・プランナー)
- 定 員 12名
- 託 児 5月8日 (水) まで要申込 (6か月~小1)

### 5月 30 就業支援セミナー

子育て経験から仕事力をみつけよう  
~シングルマザーとして働く第一歩

子育ては、考えながら行動したり、決断したりの連続! 職業スキルとして活かせるあなたの力をみつけましょう。

- 日 時 5月30日 (木) 9:30 ~ 11:30
- 講 師 母子家庭相談支援センター 母子相談支援員 (2級キャリアコンサルティング技能士)
- 定 員 10名
- 託 児 5月22日 (水) まで要申込 (6か月~小1)

- 会 場 エル・ソーラ仙台 (アエル29F)
- 対 象 母子家庭の母、寡婦の方および現在離婚を考えている子育て中の女性
- 参加費・託児利用料 無料
- ☎ 申込(4/11~)・問合せ 相