

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を行っています。

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) ※仕事のあっせんは行いません。

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るわれる暴力・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) / 平日9:00～21:00 土日祝休9:00～18:30 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・パーク仙台
一部施設閉室の
お知らせ

ビル設備更新工事の影響により、以下の施設を閉室します。
令和8年2月24日 (火)

- ①食のアトリエ (9:00～21:30閉室)、②フィットネススタジオ、音楽スタジオ、創作アトリエ、和室 (13:00～21:30閉室)、③セミナーホール、子どもの部屋 (17:00～21:30閉室)



休館日

12/10 (水)

12/28 (日)
～1/4 (日)

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

ホームページ



メルマガ登録・SNS・
蔵書検索など



エル・ソーラ仙台図書資料スペース

ストップ! DV 2025

12月27日 (土) まで

DVは誰にでも関係する身近な問題であり、暴力に気づいた周りの人にもできることがあります。もしDVに気づいたら? 相談されたら? 参考になる本を集めました。

- 『レンアイ、基本のキ』 打越さく良 著
- 『DV後遺症に苦しむ母と子どもたち』 林美保子 著
- 『トラウマインフォームド サポートブック』 大岡由佳 編著

ほか



公益財団法人せんだい男女共同参画財団



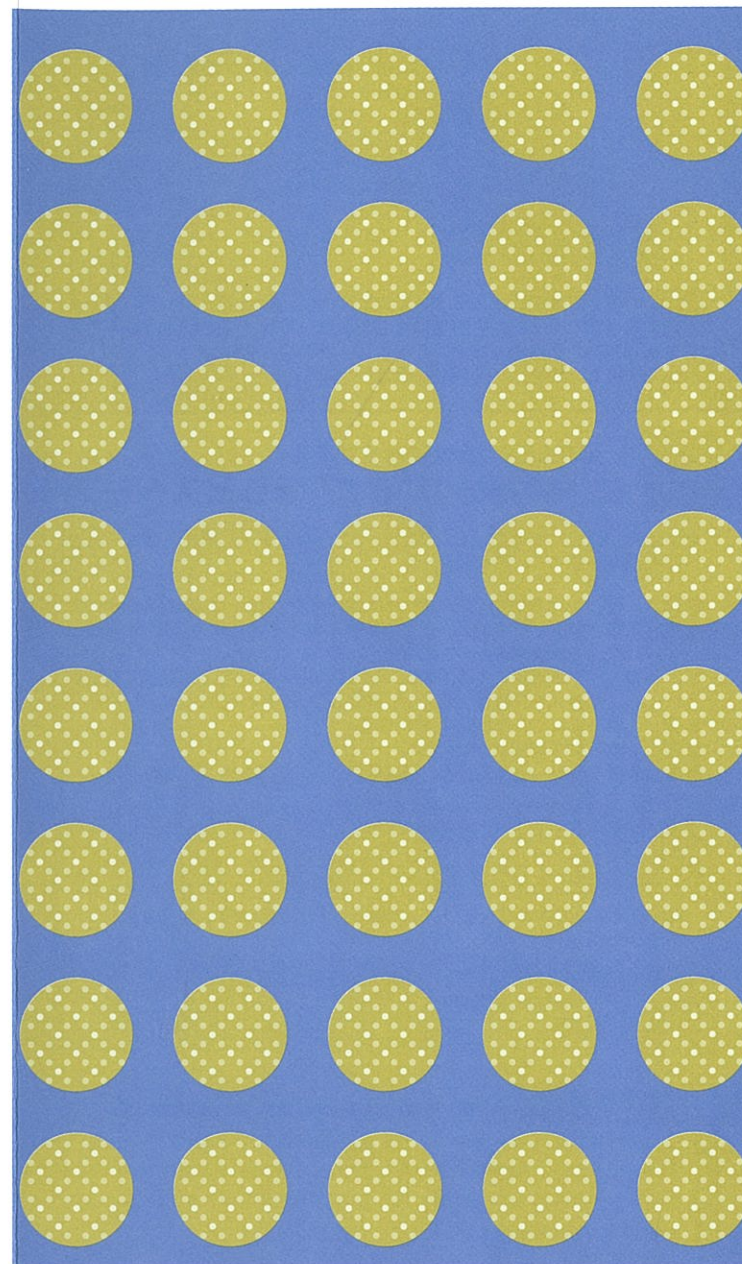
この印刷物は地産地消・輸送マイレージに配慮したラミネートを使用しています。

仙台市男女共同参画推進センター エル・パーク仙台 エル・ソーラ仙台

えるなびっ

2025年

12月



12月20 Girl Power Forum in SENDAI 先輩たちと話そう！働くって面白い？

働くってどんな感じ？自分に合う仕事って？様々な業界から集まる、仙台で働く女性たちと話しましょう。悩みながらも前に進む先輩たちのリアルボイスに、これからを考えるヒントが見つかるかも！

- 日 時 12月20日(土) 13:30～16:30
- 内 容 第1部 ワークショップ「あなたが大切にしたいことは？」
第2部 AからHのテーマから2つ選んで参加できます。
ミニレクチャー「知っておきたい！働く女子の基礎知識」
A 女性が活躍できる企業って？
B 自分を大切にしながら働く
グループトーク「先輩たちと本音で話そう！」
C 私が仙台で働く理由
D 推し事も、お仕事も
E 地域をより良くしたい
F 子育てしながら働く
G 成長を感じながら働きたい
H 「もやもや」を話そう

ゲストの詳細はこちら ▼▼



- 会 場 エル・パーク仙台 セミナーホールほか
- ゲ ス ト 仙台働く女性のネットワークRadi-Lady(ラディレディ)の皆さん
※「仙台女性リーダー・トレーニング・プログラム」修了者のネットワーク
地域版女性リーダー育成プログラム「決める・動く」修了者の皆さん
● 対象・定員 女子学生や働き始めてまもない10代～20代の女性・100名
● 企画協力 仙台働く女性のネットワークRadi-Lady
● 参加費 無料 ☎ 申込・問合せ S

12月6 \ 30代以下の女性にオススメ！/ 6 女子のための“ミニ”ほっとスペース

あなたの「もやもや」をちょっと軽くしませんか？ほっとできるスペースで女性相談員がお待ちしています。

- 日 時 12月6日(土)13:30～17:00(入場自由/入場は16:30まで)
- 内 容 ● 困りごと相談(心身の不調、働くことをめぐる不安・悩み、家族や友人のことなど)
※相談できる団体についてはホームページをご確認ください
● メイク体験 協力：島望氏(ビューティーコンサルタント)
- 会 場 エル・ソーラ仙台 大研修室
- 対 象 女性(託児もあります)
- 参加費 無料 ※申込不要、直接会場へ ☎ 問 合 せ 相

エル・ソーラ仙台 図書資料スペース 特別企画「ラッピングブック 冬」

職員おすすめの本をラッピングして展示、貸し出します。中身は借りてからの楽しみ！

- 期 間 12月11日(木)～令和8年1月25日(日)
※なくなり次第終了
- ☎ 問 合 せ S

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

12月9 本をおともにジェンダートーク 9 モヤる言動編

心がざわつく言動の背景には、無意識の思い込みや偏見があるかもしれません。「モヤモヤした」ことについて、本をおともに語り合しましょう。

- 日 時 12月9日(火) 18:30～19:30
- 会 場 エル・ソーラ仙台 市民交流・図書資料スペース
- 関連図書 『女に生まれてモヤってる！』ジェーン スー 著
『よかれと思ってやったのに』清田隆之 著
『それって決めつけじゃない!? アンコンシャス・バイアス』
松島恵利子 文 ほか
- 定 員 10名 ● 参加費 無料 ☎ 申込・問合せ S

…… 男女共同参画推進センターの市民活動支援 ……

ロッカー・ワークステーション利用団体募集

センターで定期的に活動する市民団体を対象に、ロッカー・ワークステーションの利用団体を募集します。

- 応募資格 主に市内を拠点として男女共同参画推進に関する活動を行う団体
※営利・営業目的団体、特定の政治・宗教活動目的団体を除く
- 内 容 ロッカー・印刷機の利用、打合せスペースの予約など
- 貸出場所／募集数 エル・パーク仙台／88団体
エル・ソーラ仙台／27団体 (いずれも抽選)
- 利用期間 令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
※ただし、ロッカーの新規利用は4月11日(土)～
- ☎ 申込・問合せ 12月1日(月)～12月19日(金)(必着)
申込書をEメール送付、持参または郵送
P park2@sendai-l.jp S so2a28@sendai-l.jp

自助グループ支援事業 対象団体募集

同じ悩みを抱える人が集まり、生きづらさや体験を分かち合う会合「自助ミーティング」を、センターで定期的に開催する団体を募集します。

- 応募資格 主に市内を拠点として次の全ての項目を満たす自助ミーティングを実施している団体
①男女共同参画に関する課題の解決につながる内容
②新しいメンバーの受け入れが可能
③ミーティングの通年開催が可能
※営利・営業目的団体、特定の政治・宗教活動目的団体を除く
- 内 容 エル・パーク仙台、エル・ソーラ仙台的の有料貸室の年間予約など
- 利用期間 令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
- その他 施設使用料は利用団体に全額負担いただきます
- ☎ 申込・問合せ 12月1日(月)～12月19日(金)(必着)
申込書をEメール送付、持参または郵送
相 so2a5@sendai-l.jp

※詳しくはエル・パーク仙台、エル・ソーラ仙台で配布する募集要項(ホームページからもダウンロード可)をご覧ください。

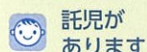
ロッカー・ワークステーション
利用団体



自助グループ
支援事業対象団体



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



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(お子さん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。

1月17 ジェンダー論公開講座 17 家族の「ケア」は誰が担う？ ～日本法とフランス法の違いから見えるもの

「家庭内の問題」として見過ごされがちな家族やこどもへの支援について、取り組みが進んでいるフランスと比較しながら、民法の視点で考えます。

- 日 時 令和8年1月17日(土) 13:30～15:30
- 会 場 エル・パーク仙台 セミナーホール
- 講 師 水野紀子((公財) せんだい男女共同参画財団 理事長、
白鷗大学 法学部 教授、東北大学 名誉教授)
- 定 員 70名
- 参加費 1,000円、学生 500円、高校生以下無料 ☎ 申込・問合せ P

1月28 テーブルトーク 翻訳とジェンダー 28 ～「…だわ」「…だぜ」はなぜ使われる？

映画の吹き替えや児童文学の翻訳に残る「女言葉」「男言葉」。らしさが強調されるのはなぜなのか？その背景を探り、語り合います。

- 日 時 令和8年1月28日(水) 18:30～20:15
- 会 場 エル・パーク仙台 市民活動スペース
- 話題提供 古川弘子氏(東北学院大学 国際学部 教授)
著書『翻訳をジェンダーする』
- 定 員 10名 ● 参加費 無料 ☎ 申込・問合せ P

…… 仙台市母子家庭相談支援センターの催し ……

シングルマザーのためのマネースクール

1月18 FP(ファイナンシャル・プランナー)専門相談 18

女性のFPと一緒に、離婚後のマネープランを考えてみませんか？家計のやりくりや教育資金、老後資金、保険の見直しも相談できます。

- 日 時 令和8年1月18日(日) 9:30～15:30(1人60分)
- 相 談 員 佐藤龍子氏(ファイナンシャル・プランナー)
- 定 員 7名
- 託 児 あり(0か月～小1) 1月8日(木)まで要申込

1月29 自分に合った保険の選び方&見直し方 29

本当に必要な保障を知って、無理なく備えるために。複雑に見える保険のしくみや特徴を分かりやすく解説します。

- 日 時 令和8年1月29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 あり(6か月～小1) 1月21日(水)まで要申込

- 会 場 エル・ソーラ仙台(アエル29F)
- 対 象 母子家庭の母、寡婦、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(12/11～)・問合せ 母