

ほっとすぺーす olive

2026年4月15日発行

NPO 法人男女平等参画推進みなと

お問合せ

03-3449-5856 (tel / fax)

(mail) gem-minato@kif.biglobe.ne.jp

<https://gemminato.com>

☆Oliveは、

生き辛さを感じている女性たちが
安心して自分の事を話し、聞き、
一緒に過ごす事でエンパワメント
される場を目指して運営しています。



★お知らせ★

5/10(日)～DVのサポートグループオリーブが始まります。
申込みは、4月30日(木)まで。詳細は、HPをご覧ください。
開催日時:5/10、5/24、6/7、6/21、7/5、7/19、
フォローアップ 8/16 いずれも日曜日 13:45～16:00



「誰にも言えないまま、しんどさを抱えていませんか？」

ちゃんとしなきゃ、と思うほど苦しくなる日。
大丈夫って言いながら、本当は大丈夫じゃない日。

誰かに話したい気持ちはあるのに、
「こんなことで…」と飲み込んでしまうこと、ありませんか。

ほっとすぺーす Olive は、
そんなふうにならなくて済む女性に、安心して少し力を
抜ける場所です。

うまく話せなくても大丈夫。言葉にならなくても大丈夫。

- ・ただ誰かの話を聞いているだけでもいい
- ・その場にいるだけでもいい
- ・途中で帰ってもいい

ここでは、無理をしなくて大丈夫です。

「少しだけ行ってみようかな」
そう思ったときが、あなたのタイミングです。

予定はこのカレンダーをご覧ください 🌱
あなたにとって、安心できる時間になりますように。

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29 ★	30	1	2
3	4	5 しゃべり場 12:00～16:00	6 ★	7	8	9
10 サポートグループ オリーブ 1回目 13:45～16:00	11	12 ヨガ教室 13:00～15:00 無料	13 要予約 相談る一む・オリーブ ① 13:00～14:15 ② 15:00～16:15	14 要予約 カウンセリングルーム 13:00～	15	16
17	18	19 しゃべり場 12:00～16:00 ★ランチ 要予約	20 ★	21	22	23
24 要予約 カフェ工房 13:30～16:00 サポートグループ オリーブ 2回目 13:45～16:00	25	26	27 ★	28	29	30
31	6 /1	2	3 ★	4	5	6

年会費 500円

利用料 ★しゃべり場200円 ★カフェ工房300円 ★字てがみ200円 ★相談る一む300円

★ランチ300円(ランチ代、しゃべり場代込) ★カウンセリングルーム700円

★毎週水曜日 10時～16時はオリーブにスタッフがおります。来所の際はご一報ください。