

# なりたい ジブンから はじめよう

「なりたい自分」でも「うまくいかない自分」でも「どのようなあなた」でもかまいません。  
まずはオンライン居場所にアクセスすることから始めてみませんか？

オンライン居場所

「ここにいるよ。」  
- kokoiru -

自分らしく生きられる。居場所は見つかる。



## ■開催予定日

第2・3・4水曜日 13:00~21:00  
第1土曜日 10:00~18:00

## ■対象

仙台市にお住まいの  
ひきこもりの方や対面での  
コミュニケーションに不安があり、  
オンライン上での支援を希望する方、  
またそのご家族。

## ■参加費 無料

## ■ご利用方法

- ①ここいるHPからお申し込み
- ②招待メールが届く
- ③oViceに登録して入室する

申込・問合せ  
はこちら



ここいるHP

興味や楽しみを共有する居場所としてオンライン上で交流することができます。  
漠然とした不安やもやもやした悩みもご相談していただけます。

仙台市からの委託を受けて、社会福祉法人わたげ福祉会、仙台テレビ・ド・ジュ研究会が共同で運営しています。

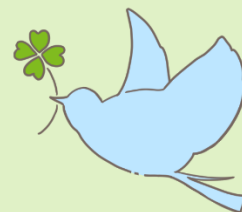
## ■オンライン居場所「ここにいるよ。」とは

- koko iru -

「ここにいるよ。」は、同じ悩みを持つ人との交流や専門職との相談ができるオンラインの居場所です。仲間づくりや社会につながるきっかけとなるような多様なプログラムを用意しております。

『何もしなくてもいい。頑張らなくていい。  
ただその場にいてつながりを感じてほしい。』

私たちスタッフは、このような気持ちで、皆さまのご参加をお待ちしております。



## ■支援内容

- ・交流できるフリースペース
- ・専門職による個別相談
- ・多種多様なプログラム
- ・他機関への紹介・連携

## ■場所

オンライン空間oVice



※開発中画面のため変更がございます。

## ■特徴

- ・匿名での参加が可能
- ・顔は出さなくても大丈夫
- ・見る、聞くだけの参加も可能

## ■プログラム例

|                                                                                      |                                                                                                 |                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>一緒に食事をしながら会話を楽しむ時間。<br/>他人の会話を聴きながら食事を楽しむ時間。</p> <p><b>一緒にランチ<br/>一緒にディナー</b></p> | <p>音楽でつながる。<br/>唄でつながる。</p> <p>「あなたの声の表情や楽器演奏などを聴かせてください。」</p> <p><b>唄ぞえカフェ</b></p>             | <p>あなたに興味はありますか？<br/>ある方は語ってください。<br/>ない方は今から作りませんか？</p> <p><b>趣味を語ろう会</b></p>                                  |
| <p>一つの作品を共に作り上げる喜びを。<br/>達成感を味わう経験を。</p> <p><b>みんなでイラストタイム</b></p>                   | <p>年代別など、いくつかのグループをご用意。</p> <p>お互いの悩みの共有や、情報交換、今後の目標が見つかるような空間を目指します。</p> <p><b>「けやきの会」</b></p> | <p>『サポーター（講師）』との出会い。<br/>対面支援へつながる一歩。</p> <p>「誰でも専門家。いずれあなたも専門家。」</p> <p><b>Link&amp;Tie<br/>「リンクあんどタイ」</b></p> |

本事業は、地域就職氷河期世代支援加速化交付金を活用しています。