（　南信州　地域）

令和７年度　地域発 元気づくり支援金事業総括書

事業名	多様な生き方、暮らし方、働き方でウェルビーイングな長野を
事業主体 （連絡先）	一般社団法人暮らす room's
事業区分	(8)その他地域の元気を生み出す地域づくり
事業タイプ	ソフト
総事業費	1,853,830 円（うち支援金：1,483,000 円）

事 業 内 容

・助産師による専門相談窓口の運営
長野県内各地で継続開催。産前産後のケアや更年期、育児の悩みなど、女性特有の心身の課題に対し、専門家が寄り添う支援を行いました。
・多様な選択肢を知る対話型イベント
「生き方・暮らし方・働き方」をテーマに実施。固定的な役割にとらわれない多様な選択肢を共有し、自分に合った形を選べるよう視野を広げる場を提供しました。
・地域活動における女性リーダ育成のための研修会
クリフトンストレングスを用い、個々の特徴や才能の種を可視化する研修を開催。自己理解を深め、地域で主体的に活動するための土台作りを支援しました。



【おはなし会】

事 業 効 果

助産師相談：専門家へ身近に相談できる環境を整える基盤を作りました。育児や体調面の不安を和らげ、女性がどのライフステージにおいても地域で安心して暮らし続けられる安心感を広げる効果がありました。
おはなし会：固定的な役割分担を見直す場となりました。自分を縛る役割や思い込みに気づき、夫婦の在り方や地域社会での立場を問い直すなど、主体的に人生を選択するための新たな視点を得る効果がありました。
リーダー研修：過去の成功体験から、それを自分自身の特徴と結びつけることで、「私らしいリーダーの形」を見つけるヒントとなりました。

【目標・ねらい】

①女性の心身を守る地域セーフティネットの構築
②固定的な役割にとらわれない主体的な生き方の推進
③個々の資質を活かした地域リーダーの育成

※自己評価【C】

【理由】
1 つ 1 つのイベントの内容については、満足いくものを提供できたが、集客の面でもっと多くの女性に体験してもらえるような工夫が必要だと感じた。

今後の取り組み

・切れ目ない支援体制の強化：助産師相談を核に、各ライフステージに応じた専門支援を継続。地域で安心して暮らし続けられる基盤を強固にします。
・自分らしい選択を支える対話の継続：多様な選択肢を共有し、固定的な役割意識を解消。主体的に人生を選択し、互いに尊重し合える環境作りを推進します。
・才能の種を活かす実践支援：個々の特性を実際の活動へ繋げる伴走支援を実施。自分らしいリーダーシップの発揮を後押しします。
・持続可能な運営体制への移行：活動の継続性と質の向上を図るため、これまで無料で行ってきた各事業の有料化を検討し、自立した運営基盤の構築に取り組みます。

※ 自己評価欄は、地域活性化に及ぼす事業効果について、以下から選択のこと。
「A」：予定を上回る効果が得られた　「B」：予定していた効果が得られた
「C」：一定の事業効果はあったが事業実施方法や今後の活用等について、工夫や改善を要する点がある