

令和7年度 区民企画講座 決定

ねりま区報令和6年11月1日号で公募した「令和7年度区民企画講座」にご応募いただき、ありがとうございました。12団体からご応募があり、選考の結果、下記の8団体を決定しました。各企画の詳細は区報「情報あらかると」欄や、えーるホームページに掲載するほか、図書館などの区立施設にチラシを配架します。なお、講座名は仮題のため、募集時には変更される場合があります。

団体名：50音順

講 座 名 (仮題)	団 体 名
親子で学ぶ 男のからだ・女のからだ (5/31 開催済)	旭出学園でまえ教室
女性のための即興アート体験 ～音楽と造形によるセルフケア～ (7/27 開催予定)	子どものための音楽療法サークル「音の輪」
セカンドライフに向けた ① 生前整理 ② 健康講座 (①11/23、②12/7 開催予定)	これからっとらボ in 練馬
更年期は怖がらなくていい! (6/11、7/9 開催済) すぐに実践できるコツを知って更年期を心地よく迎えよう!!	collet (コレット)
「やめる」から始める私らしいライフキャリア講座 (10/26 開催予定)	自分らしいアクティブライフを考える会
こころのケア講座 (①9/7、②9/28 開催予定) ①DV・モラハラの加害者とは? ②DV・トラウマの理解と立ち直りのヒント	WSY (Women's Support & Yell)
これから生きるための 断捨離®式エンディングノートセミナー (10/5 開催予定)	東京練馬断捨離会
大切な人の健康を守るために知っておきたい ～男性更年期講座 (11/9 開催予定)	ハッピーメノポーズ

相談無料

男女共同参画センターえーる相談窓口
03-3996-9050 (直通)
(年末年始・施設点検日を除く)

プライバシー
厳守

◆総合相談◆

毎日9:00～19:00 ※祝休日は17:00まで
家族の問題、人間関係、配偶者や恋人などからの暴力(DV)、
性的マイノリティ(LGBT)について等、
ひとりで悩まずご相談ください。秘密は厳守します。

◆性的マイノリティに関する相談◆

毎月第3土曜日 9:00～17:00
来所または電話
自分の性や性的指向などでお悩みのご本人だけでなく、
家族や友人などからも、専門の相談員がお話を伺います。

◆男性のための相談(電話相談)◆

毎月第2火曜日 15:00～19:00
男性の抱える悩みについて専門の相談員がお話を伺います。

◆専門相談◆

心の相談、配偶者等の暴力(DV)に対する専門相談、
法律相談を行っています。
詳細は電話でお問い合わせください。

えーるの「ミモザ」



ミモザの苗木をえーる玄関前に植えました。来年3月頃には満開のミモザイエローでご来館の皆さんの目を楽しませてくれることでしょう。お楽しみに!
(7/18 撮影)



えーるの窓口にて 生理用品を無料配布中

ご希望の方は、館内にある右のカード
を受付に提示してください。生理用品を
お渡しいたします。
(声に出さなくても大丈夫です)
※無くなりしだい終了します。
※えーるのトイレにも生理用品を常備しています。



練馬区立男女共同参画センターえーる ご案内

■開館時間

9:00～21:30

■通年開館

(12/29～1/3・施設点検日等を除く)

■施設の利用申し込みは

練馬区公共施設予約システムから
<https://yoyaku.city.nerima.tokyo.jp/portal/>

〒177-0041

東京都練馬区石神井町8丁目1番10号

TEL: 03-3996-9007

FAX: 03-3996-9010

E-mail: info@nerima-yell.com

<https://www.nerima-yell.com/home>

えーる
ホームページ



西武池袋線「石神井公園駅」西口下車徒歩6分
※お車でのご来所はご遠慮ください。
※お体の不自由な方はお申し出ください。