

Me Care

ミーケア



ユース×社会

ユースが創る次世代のヘルシー社会

みんな、どんなことで悩んでいるんだろう？

私の悩みって、ささいなこと？



カラダやココロの悩みは、なかなか人に言いづらいもの。

しかし、**思春期特有の不安不調症状**について

「正しい情報を知ること」「気軽に相談すること」はとても大切です。

「カラダとココロ」の問題を各個人の問題にとどめるのではなく、

みんなで解決できるような社会づくりの一歩として

交流型イベントを開催します！

『ミーケア』って？

多くの若年世代が
「自分らしくのびのびと
人生を送ること」
ができる社会づくりに
つながることを
目的に活動しています。

日時

12月22日(日) 11時開場、16時00分閉場

場所

URBANG TABLE (アーバンテーブル) **参加無料**

福岡県福岡市中央区天神 4-3-30-1F



お申込みは
こちらから

◇出展ブース◇

11:30 ~ 15:30

○福岡女子大学ほっとぴりおど

学内(福岡女子大学)に生理用品を設置することで安心を届ける学生主体のプロジェクトです。福岡女子大学のみんながのびのびと学生生活を送ることができるよう活動しています。

○キタザトミヤ

久留米大学2年生です。ソーシャルビジネスに興味があり、ビジネスコンテストにも参加しました。自分自身も難病を持っているため、同じ境遇を持っている学生のコミュニティを作ろうとしています。

○ガールスカウト福岡県第5団(久留米市)

私たちは、中学生のスカウトを中心にパープルリボン運動を広める活動をしております。このたび子供向けにひらがな表記の絵本を作りましたので、ぜひ読んでみてください。

○Me Care プロジェクト

ユース世代が身近に安心で頼れる存在(場)を創出し、自分らしく社会参画ができることを目指し活動しています。カラダやココロについてのもやもやを相談できるブースを出展します。(ユースに相談できるよ！)

◇交流会◇

15:30 ~ 16:00

出展団体とご参加のみなさんのアットホームな交流の時間を設けています。

ユース一人一人の情熱やアイデアを直接感じられるこの交流会をきっかけに、新たな視点への気づきや出会いを楽しんでください。



一般財団法人 ウェルネスサポート Lab

[住所] 福岡市中央区渡辺通2-9-20-1103
[TEL] 092-231-9762 (9:00~17:00 受付)

[HP] <https://www.wellsuppo.or.jp>
[担当] 笠 淑美 / Yoshimi Ryu

お問合せはこちら▶



共催: Project Mariage

後援: 株式会社みんなの銀行

みんなが安心して相談・共感できるバシヨ。

Me Care に興味がある方はこちらから！

01 Instagram

エバンジェリストの学生と専門家が、力を合わせて配信中！

エバンジェリストと呼ばれる大学生、高校生が専門家と一緒に情報を発信・投稿していく Instagram の「ミーケア」アカウントです。あなたが不安に思うことは、みんなも同じように不安に思っていることもたくさんあります。どうしていいかわからない時は、ミーケアを見に来てください！

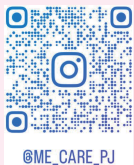
月2回現役学生の声が届けるインスタLIVEや、ユースの悩みに関する情報を発信中！

生理痛や月経不調やPMSなど生理に関すること

その他カラダやココロの変化のこと

恋愛や性交のこと

睡眠不良や起立性調節障害、疲労感などカラダの不調のこと



@ME_CARE_PJ

その他、色々な悩みに関する情報も発信していく予定です。月2回のインスタLIVEは学生と専門家が相談会をしたり、現役学生たちのリアルな声をお届けします！

↑フォローはこちらから！ぜひお願いします。

エバンジェリスト募集しています！

『エバンジェリスト』とは、当事者の立場で自主的に啓発活動をする人のことです

ユースならではの「揺れ動く『カラダとココロ』の不安や不調」を一人でがまんせず、社会の皆（当事者以外）に知ってもらう活動と一緒に取り組んでくれる学生ボランティアメンバー（エバンジェリスト）を募集しています。



【QRコードからフォームへ入力して申込】

活動場所 オンラインのみ

必要経費 自己使用分の通信費用

募集対象 大学生または高校生、性別地域不問



02 LINE

たくさんの患者さんを見てきたナースにLINEで気軽に相談！

ユースの「カラダとココロ」の不調や悩みを、日常の中でフレンドナースとチャットで相談できます。正しい情報を得たり、ナースからアドバイスを受けたり、会話を楽しみながら「カラダとココロ」を整えていきましょう！！

どんなことが相談できる？

- 生理痛や月経不調
お腹が痛い、生理が来ない
- PMS: 生理前の身心不調
イライラ、不安
- 性や妊娠のこと
どうしていいかわからない
- 家族の看護や介護のこと
家事や兄弟の世話、家族の病気
- 睡眠不良
眠れない、とにかく眠い
- ダイエット
食べ過ぎ、食べれない
- 起立性調節障害
頭痛、倦怠感、めまい
- その他
カラダとココロの不調など



ご利用方法

- 1 まずはこのQRコードからLINEに登録をお願いします。



me care
チャットサポート

- 2 LINEを開いたら、下のメニューから「その他のこと」を押して、登録名（仮称・呼称でも可）を入力して送信してください。※登録はここまでです！

- 3 気軽に何度でも相談しましょう！相談の際は、内容に近いメニューボタンを、当てはまらない場合や迷った時は「その他のこと」を押した後にフレンドナースの質問にお答えください。

