

IV. 活動の実際

3. 子育て世代ピアカフェ開催



住み慣れた地域で生き生き子育てピアカフェ実施企画書 ～仲間発見・つながり発見～

1. 目的

未曾有のコロナ禍の中、感染予防を主軸に抑圧された感情や寄り添いつながり感消失の危機感で育てにくさを抱えた子育て世代のエンパワメントを支え、ポストコロナの新しい日常を住み慣れた地域で、共感できる仲間と共にいきいきと子育てできる力を育むために、子育て世代ピアカフェを実施する。

2. 対象者

1)2) 計30名:先着順

- ・乳幼児期の子を持つ親（こども同伴可）
- ・思春期の子を持つ親（こども同伴可）

3. 参加費

- ・無料:ハーバリウム作成材料費 500円



4. 実施日・会場

- ・第1回目:令和3年12月5日

宇都宮市保健センター研修室(トナリエ9F)

- ・第2回目:令和4年1月15日

小山市健康医療介総合支援センター

5. 実施方法

対面式カフェ形式(1グループ4人以内)



当日準備及び実施内容(プログラム)

当日の集合と準備

ア 9:10集合

イ 準備

- ・ テーブルと椅子の配置
- ・ パーテーションと保育のコーナー
- ・ 受付テーブルと消毒, 体温計
- ・ ハーバリウムの資材, カードの配付
- ・ その他

時間	内容	目的	準備
9:45	受付	体調チェック 体温測定・問診 自由にテーブルに座ってもらう	体温計 手指消毒 パーテーション マイク
10:00	オープンエクササイズ	はじめましてどうぞよろしく	CDデッキ CD音楽
10:30	クリスマスハーバリウム作成 カードにメッセージを書く	誰かにありがとうのメッセージとともに贈る	ハーバリウム サンタのカード
11:20	ピアカフェ メッセージの紹介 フリートーキング	誰かへの感謝の気持ちを知らせる	作成したハーバリウムとサンタのカード
11:55	クローズドセレモニー	振り返りと今後のママピアカフェへの期待をもつ	
12:00	解散		
12:00【希望者】 12:30【解散】	相談コーナー (育児, 思春期について)	希望者はグループワーク中にも受ける	



宇都宮市ピアカフェ紹介

宇都宮市保健センター

12月4日(土) 10時から12時

参加者21名

- ・乳児から思春期のお子さんのママ 11名
- ・こども0歳から12歳 10名



子育てピアカフェによろこそ…

コロナ禍の中、これまでの生活様式が変わり、人とのつながりも希薄になりがち…な中で、子育てにストレスを感じていませんか？

コロナにめげずに、仲間と共にいきいきと子育てできるパワーを充電するためのピアカフェです。

感染症対策をしっかりとした会場で、みなさまが足を運んでくださるのをお待ちしております。

【内容】

♥愛する人へのプレゼント(ハーバリウム)をつくり、ピアカフェで仲間とともに楽しくワイワイしませんか？

♥保健師や助産師、養護教諭等の相談コーナーもあります



とちぎ新型コロナウイルス対応 緊急支援助成活動
NPO 法人 とちぎみらい with ピア

子育て世代/
Peer Cafe
* ピアカフェ *

コロナ禍の中、これまでの生活様式が変わり、人とのつながりも希薄になりがち…な中で、子育てにストレスを感じていませんか？
コロナにめげずに、仲間と共にいきいきと子育てできるパワーを充電するためのピアカフェです。
感染症対策をしっかりとした会場で、みなさまが足を運んでくださるのをお待ちしております。



日時：12月 4日(土) 10:00~12:00
場所：宇都宮市保健センター
(JR 宇都宮駅西口前 トナリエ9F)
対象者：乳幼児期・思春期の子を持つ親
お子様の同伴もOKです！
内容：♥愛する人へのプレゼント(ハーバリウム)をつくり、ピアカフェで仲間とともにたのしくワイワイしませんか？
♥保健師や助産師、養護教諭等の相談コーナーもあります
主催：NPO 法人 とちぎみらい with ピア
後援：宇都宮市(交渉中)
参加費：500円(材料費として)
申し込み期限：11月27日(土)

お申込み・問い合わせ先
URL: <https://ws.fornzu.net/Egan/392601500/>
(氏名、連絡先を入力してください)





おはよう、…、体温図ろうね！！



おはようございます、今日は先ずは楽しんでくださいね💖💖



みなさん、ようこそ、いらっしました！！

コロナにめげずに、同じ境遇にいる仲間と共に、いきいきと子育てできるパワーを充電するためのピアカフェです。



ママたちはあっち・・・一緒に遊ぼ・・・！！
お絵かきしようよ！！



みなさん、初めまして・・・私は・・・





いつの間にか、世代を超えたママ同士のおしゃべりが・・・弾んできた・・・♡🌀



皆で愛する人へのプレゼントづくり・・・
アクリル板越しでも・・・楽しそう🌀🌀





全員集合

コロナが落ち着いて、また逢えたらいいですね！
子どもたちも一緒にね♡♡♡



思春期の子を持つママがいつのまか
自分の時はね…、育児相談始めてた…。



子育てピアカフェ(宇都宮市保健センター)参加ママの感想

自分の子ども(3歳)より小さい子を育てる方、お子さんがもう大きくなっている先輩ママさんなど幅広い方とお話できて、いろいろアドバイスをもらったり人生相談を聞いてもらったりと、とにかく楽しかったです。

様々な年代のママさんと話すことができ、同じ悩みを持っていたりして安心できた。ハーバリウムも子どもと一緒に参加でき良かった。

小さいお子さんのいるお母さん方と交流することが普段ないので、懐かしくて楽しかったです。ハーバリウム作りも、「無」になる一瞬がとてもリフレッシュになりました。ありがとうございました。

ハーバリウムをつくることができてよかったです。ありがとうございました。

お世話になりました。今、子育て真っ最中の方たちと触れ合えて楽しかったです。高校生の息子になりましたが、まだまだ子育てに手を抜かず子どもとも向き合っていきたいと思います。

ハーバリウムづくりが何ととっても楽しかったですし(とってもお得に滅多にできない体験が!）、その後のセッションも、自然に多くの方と交流できたことが貴重な時間でした。働く子育て世代の若いお母さんの声を聞けたのもよかった。



素敵にできたハーバリウム・・・



愛する人を思いながら・・・



おどろきモード

子育て最前線

新型コロナウイルス禍のステイホームで人と人の関わりが希薄になりがちなか、子育て中の母親が仲間とつながり、一人の女性としてかけがえのない存在だと実感してほしい。子育て世代や若者たちを支えるNPO法人「とちぎみらいwithピア」が対面とオンラインの両方で子育て中の女性向け講座を始めたこと聞き、長男(3)の子育て真っ最中の記者も参加してみた。(武藤久美)

対面でもオンラインでも

子育て仲間と楽しく交流

「コロナ禍で外出が制限され、子育て仲間と交流する機会が少なくなりました。オンライン講座に参加して、子育て仲間と楽しく交流したい」と話すのは、とちぎみらいwithピアの代表理事、高村建幸氏です。

高村氏は、子育て世代の女性たちが、子育ての悩みや不安を共有し、互いに支え合える場をつくりたいと、2019年にNPO法人「とちぎみらいwithピア」を設立しました。当初は対面での講座を開催していましたが、新型コロナウイルスの影響で、対面での開催が難しくなりました。そこで、オンラインでの講座を開催することになりました。

高村氏は、オンライン講座のメリットとして、「子育て仲間と交流できる」「子育ての悩みを共有できる」「子育ての楽しさを共有できる」と挙げています。また、高村氏は、オンライン講座のデメリットとして、「対面での講座よりも、交流が浅くなる」とも挙げています。

高村氏は、オンライン講座の開催に当たっては、参加者のプライバシーを保護するために、参加者の氏名を公表しないようにしています。また、参加者の発言も、高村氏の許可なく、公開しないようにしています。

高村氏は、オンライン講座の開催を通じて、子育て世代の女性たちが、子育ての悩みや不安を共有し、互いに支え合える場をつくりたいと考えています。高村氏は、オンライン講座の開催を通じて、子育て世代の女性たちが、子育ての楽しさを共有し、互いに支え合える場をつくりたいと考えています。

高村氏は、オンライン講座の開催を通じて、子育て世代の女性たちが、子育ての悩みや不安を共有し、互いに支え合える場をつくりたいと考えています。高村氏は、オンライン講座の開催を通じて、子育て世代の女性たちが、子育ての楽しさを共有し、互いに支え合える場をつくりたいと考えています。

小山市ピアカフェ紹介

小山市健康医療介護総合支援センター

1月15日(土) 13時から15時

参加者4名

- ・乳児から思春期のお子さんのママ 3名
- ・こども0歳 1名



子育て世代ピアカフェへようこそ

コロナ禍の中、これまでの生活様式が変わり、人とのつながりも希薄になりがち..な中で、子育てにストレスを感じていませんか？

コロナにめげずに、仲間と共にいきいきと子育てできるパワーを充電するためのピアカフェです。

感染症対策をしっかりとした会場で、みなさまが足を運んでくださるのをお待ちしております。

-内容-

♥愛する人へのプレゼント(ハーバリウム)をつくり、ピアカフェで仲間とともに楽しくワイワイしませんか？

♥保健師や助産師, 養護教諭等の相談コーナーもあります。



とちぎ新型コロナウイルス対応 緊急支援助成活動
NPO 法人 とちぎみらい with ピア

子育て世代ママ・パパ

Peer Cafe

ピアカフェ

コロナ禍の中、これまでの生活様式が変わり、人とのつながりも希薄になりがち..な中で、子育てにストレスを感じていませんか？ コロナにめげずに、仲間と共にいきいきと子育てできるパワーを充電するためのピアカフェです。
感染症対策をしっかりとした会場で、みなさまが足を運んでくださるのをお待ちしております。

日時：令和4年1月15日(土) 13:00~15:00
場所：小山市健康医療介護総合支援センター (健康の森 さくら)
(JR 小山駅西口前 バス停から「新市民病院」下車徒歩3分)
対象者：乳幼児期・思春期の子を持つ親
お子様の同伴もOKです!
内容：♥愛する人へのプレゼント(ハーバリウム)をつくり、ピアカフェで仲間とともにたのしくワイワイしませんか？
♥保健師や助産師, 養護教諭等の相談コーナーもあります

主催：NPO 法人 とちぎみらい with ピア
後援：小山市 (交渉中)
参加費：500円 (材料費として)
申し込み期限：令和4年1月8日(土)

お申込み・問い合わせ先
URL <https://ws.formzu.net/fgen/S20281179/>
(氏名、連絡先、メッセージに同伴お子様の年齢を入力してください)
また、裏面の本会ホームページからも申し込みます



◆タイムスケジュール◆

時間	内容
13:00	オープニングセレモニー&オリエンテーション ★多はじめまして どうぞよろしく!~
13:20	早春のハーバリウムを作ろう! ★多カードにメッセージを書こう!
14:00	ピアカフェ ~仲間と共に生き生き子育てしていきたい~
14:50	クロードセレモニー
15:00	解散
15:00 ~	相談コーナー 専門職が対応します。お気軽にご相談ください。

◆会場案内◆

住所：〒323-0827
小山市大字鳥谷 2251-7
小山市健康医療介護
総合支援センター
(健康の森 さくら)
※無料駐車場有

アクセスマップ



NPO 法人 とちぎみらい with ピアについて

思春期の若者および妊娠期からの切れ目のない子育て世代と彼らを支えるすべての人々に対してピア(仲間)同士の支えあい:ピアサポートによるエンパワーメント向上に関する事業を行い、人生の夢を実現しながら生き生きと健やかに暮らせる未来、社会を目指す地域づくりに寄与することを目的としています。保健師、助産師、養護教諭、保育士、思春期保健相談士などで構成されています。

事務所：宇都宮市花房2丁目 花房オフィス

URL：<https://tochigimiraiwithpeer.org>

蔓延防止発令の中・・・
ずっと楽しみにしていたので・・・と緊張しつつも笑顔で参加したママたち・・・





すっごく、楽しい..
綺麗に入るかな？



ようこそ、いらっしゃいました。さあ、ハーバリウムを作りましょ🍷
お花の組み合わせを選んでみてくれるかな？



乳幼児を持つ母親、思春期の子を持つ母親、子育てという共通の思いや悩みを分かち合って…



今日はありがとうございました
悩みを聞いていただき、アドバイス
いただけましたので、また頑張る息子と
向き合っていきたいと思います!

悩みを相談でき、
スッキリした。
ハーバリウムの作成
が楽しかった。

悩みを聞いて、新しい事を見たり、
楽しい時間を過ごせたり
子どもと見られる方がたくさんいて、
大変に楽しかったです。



子育てピアカフェ(小山市健康医療介護総合支援センター)参加ママの感想

子育てピアカフェ結果

受講人数はコロナ禍の激動の中で激減したが、終了時の感想として、「今後定期的に集まれる場所、相談できる場所が欲しい。また開催して欲しい」と異口同音に答えていた。

他方彼らを支える支援者も双事業の効果の認識と共に、ポストコロナの新しい日常を支えるとちぎみらいピアセンター設置への興味関心と期待が高まったと答えていた。

感染予防策を講じながらもハーバリウムを一緒に制作し、その後の交流を通して、受講生同士子育ての悩みや不安を打ち明けたり、世代が違っても同じ子育て経験者ということで相談をしてみたりなど、仲間づくりが大切であることが実感されたようである。

自由記載のメッセージカードから「コロナの中で孤独だったので、このような機会が欲しかった」、「また開催して欲しい」気持ちが強いことが伺われ、また彼らを支える支援者も一緒に活動したので、仲間が集うピアカフェの効果と必要性を認識すると共に、ポストコロナの新しい日常を支えるとちぎみらいピアセンター設置への興味関心と期待が高まったようであった。



V. 総括



活動終了後の目標達成状況:アウトカム

1. 公開研修会を受講し、多様な子育て観を獲得しエンパワメントされた子育て世代を支える支援者が増えた。
2. リフレッシュママクラス®を受講し、育てにくさから解放され、新しい価値観で子育てを楽しめるようになった母親が増えた。
3. 子育てピアカフェに参加し、世代を超えて子育て仲間同士が寄り添いつながり交流の場の集いのニーズを確認した母親が増えた。

以上の結果から、ポストコロナを見据え新しい日常を取り戻すために、住み慣れた地域で仲間と集う居場所づくり(とちぎみらいピアセンター)への興味関心と期待度が高まった状態が伺われた。



今後の活動目標

1. 残念ながら緊急事態宣言や蔓延防止令が発出され、子育て当事者の参加人数が減少してしまい量的数値目標が測定することができなかつたので、数値目標値は表せなかつた。

2. その代わりに、リフレッシュママクラス®参加母親や子育てピアカフェ参加母親が参加中の言動や参加後に記述したメッセージカードを読み取ると、本NPOが休眠プロジェクト活動で目標としていた、活動実施以降に目標とするポストコロナ時代を見据え新しい日常を取り戻すために、住み慣れた地域で仲間と集う居場所づくり(とちぎみらいピアセンター)への興味関心と期待度が高まった状態を感じ取ることができた。

3. 次年度は思春期部門を主力にこの休眠預金プロジェクトにおける活動を応用しながら、とちぎみらいピアセンター設立構想案の検討を深めたい。



実施スケジュールの達成状況

活動	進捗	概要
プロジェクトチーム設置	計画通り	2021年7月プロジェクトチーム設置し、活動計画の再検討
オンデマンド公開研修会	遅延あり	県の後援を受け、2021年10月の日程を11月に遅延変更実施
リフレッシュママクラス®	遅延あり	全県内2ヶ所実施、対面式を足利市で1月・2月、ライブ配信を12月実施
子育てピアカフェ	遅延あり	宇都宮市(12月)・小山市(1月)の後援を受け、各市施設にて実施
事業完了報告書作成	計画通り	プロジェクト全般に関する指定報告書作成、2月に提出
事業紹介報告集作成	計画通り	プロジェクト全般に関する実施結果紹介報告集作成、3月発行
プロジェクトチーム設置	計画通り	2022年3月プロジェクトチーム解散



予想外の目標達成状況:アウトカム(1)

コロナ感染者拡大により緊急事態宣言や蔓延防止令が頻繁に発出され、当初計画の変更や縮小を余儀なくされた。身近な日常生活や仕事・ボランティア活動への支障だけでなく、逆に効用をもたらす新たな視点も発見できた。

その結果、ウイズコロナやポストコロナ時代における新しい日常生活のあり方を支える支援方法を垣間見ることができたように考えている。

オンデマンド研修会の効果、リフレッシュママクラス®や子育てピアカフェで顕在化したピアセンター活動に期待と関心が高まっていたこと、併せて今まで対面式実施が基本であったリフレッシュママクラス®の展開方法として、初めて試みで実施したライブ配信で新たな視点の目標(遠方地域の仲間づくり)や展開方法(オンラインの駆使)が見いだされたことで、新しい活動の方向性が見つけられた。



予想外の目標達成状況:アウトカム(2)

一方で、NPO活動の部門会議や活動打ち合わせに、遠方のため欠席がちの者ZOOM会議頻繁に参加できた。

集合型だけでないからこそ緊密な連絡が取れたことは、思いがけない発見でもあった。ウイズコロナ生活が継続され、かつポストコロナ時代における新しい日常生活のあり方・NPO活動の新らしい展開方法が見出せた。

また、プロジェクト展開において栃木県・宇都宮市・小山市・足利市の関係各部署の後援や協力をいただけたことは、関心の深さが確認でき、活動の信憑性に確信が得られた。

活動で発見された様々な問題・課題は、さらにNPO とちぎみらいwith ピアの本来の活動を発展・実現してくれると信じて意を強く推進していきたい。



他組織・団体との連携状況

組織・団体名	連携状況
栃木県保健福祉部 子ども政策課	休眠預金助成を説明し、コロナ禍の中の子育て世代を支える保健師・助産師・保育士・児童福祉等々支援者を対象のオンデマンド研修会の後援を依頼し、快諾された。
宇都宮市保健福祉部 子ども部	休眠預金助成を説明し、子育てピアカフェの後援を依頼し、快諾され、会場を借用できた。保育士たちが対象者の集会最後に、PRの場を提供してくれた。
小山市保健福祉部 健康増進課	休眠預金助成を説明し、子育てピアカフェの後援を依頼し、快諾され、会場を借用できた。担当保健師たちが当日協力支援してくれた。
足利市健康福祉部 健康増進課	休眠預金助成を説明し、リフレッシュママクラス®受講生の確保とPRに協力してくれた。
ボランティア団体 あしかが子育て応援ネット	休眠預金助成を説明し、リフレッシュママクラス®実施会場の確保及び借用、当日の運営に協力してくれた。



広報実績

広報内容	内容
メディア掲載(TV・ラジオ・新聞・雑誌・WEB等)	・CRT栃木放送 10月20日17時45分からニュース、10月24日10時からキラキラママ 生出演 放送・下野新聞 10月23日はぐくもっと 12月25日はぐくもっと 掲載
広報制作物等 当該事業費を使って製作したもの	・オンライン・オンデマンド公開研修研修チラシ「多様な子育てで、ポストコロナ時代の新しい日常を支える子育て支援者セミナー」 ・ライブ配信リフレッシュママクラス®研修会チラシ・対面リフレッシュママクラス®研修会チラシ ・子育て世代ピアカフェチラシ(宇都宮市保健センター)・子育て世代ピアカフェチラシ(小山市健康医療介護総合支援センター)
広報制作物、購入物等でシンボルマークの活用方法(事例)	各研修会広報活動チラシにシンボルマーク表示 当NPOホームページ掲載
報告書等	栃木県後援報告書・宇都宮市報告書・小山市報告書 事業紹介報告集作成



活動終了時の課題を取り巻く環境の変化

本NPOは発足した段階でコロナ禍に見舞われ、活動が停滞し、支障をきたしていた。そこを脱皮すべくかつコロナ禍だけでなくポストコロナ時代に求められる活動への新展開を見据えて、新型コロナ対応緊急支援助成活動**ひとり**にしない、させない助成に申請した。

採択されたことで滞っていた活動に弾みがつき、NPOが求めていた活動に進捗が見られたことに何よりも会員一同エンパワメントすることができた。

改めて、このような機会の提供機構・団体である一般財団法人日本民間公益活動連携機構(JANPIA)及び認定NPO法人とちぎボランティアネットワーク「とちぎコミュニティ基金」に深甚の謝意を申し上げる。



NPO 令和4年度の活動:ピアセンター設置構想実現への第2次活動

コロナ禍における思春期問題に関するオンデマンド研修会やNPO所属の思春期ピアカウンセラー®の養成、コロナ禍で停滞していた若者イベントとしてのキャリア・ファミリープランニングなど具体的なピア活動の再開、思春期ピアカフェの構想・ピアセンター設立場所の確保や協力者の確保等々について、活動を進めていきたい。

子育て部門は、本プロジェクトで実施できた子育てピアカフェや対面リフレッシュママクラス®実施と、ライブ配信の再検討と継続実施等の基盤(グラウンド)づくり等継続実施し、ピアセンター設置構想構築を思春期部門と連動して進めていく。

また上記の活動は、国際的課題であるSDGsの視点抜きには実現し得ないことを念頭に置き、取り組んでいきたい。

他方、NPO運営の課題として助言を受けたガバナンス・コンプライアンスの充実のために、規定内容と外部委員選考等を検討していきたい。



特定非営利活動法人 とちぎみらいwithピア

令和3年度新型コロナウイルス対応緊急支援助成事業

子育て世代人生の夢再構築

～ポストコロナめざしてピアセンターの設立～

発行日

令和4年2月28日

編集発行人

プロジェクト総括 高村壽子

takamura@jichi.ac.jp

印刷所

有限会社 高橋平版社

