2020年度　独立行政法人福祉医療機構　地域連携活動支援事業

半径1.5キロで脱ワンオペ育児
ひとり親家庭への子育て支援

事業報告書

a little

はじめに

「半径1.5キロで脱ワンオペ育児　ひとり親家庭への子育て支援」事業が終わり、１年を振り返っています。新型コロナウイルスの影響は非常に大きく、４月の緊急事態宣言と同時に、対面での活動を停止する苦渋の決断をしました。専門家の協力のもと、議論を重ね、感染対策マニュアルを作り、サポート先の理解をいただいたうえで、ようやく７月に再開しました。８月からは、本事業の大きな柱、ひとり親家庭への家事サポートが始まりました。

事業を進める中で見えてきたことがいくつかあります。

まず、当たり前ですが、ひとり親家庭をひとくくりにはできません。ひとり親になった経緯も課題もさまざまです。重なるストレスから医療の介入が必要な方、養育支援が必要な方、お子さんに特性があるケースも珍しくありません。疲労が蓄積し、毎日の生活の歯車が回らなくなっており、家事サポートによって、それが再び回り始める家庭もありました。

次に、各団体、行政ともに誠実に活動しているものの、ワンストップとなる窓口がなく、切れ目のない支援がまだ実現していないことです。本事業を通じて、複数の支援団体と１つの家庭をつなげることができました。家事、食糧、学習、医療、相談と、１団体では網羅できませんが、つながることで、それぞれの家庭の糧になりました。同時に、コーディネートする機関が必要なことも見えました。未熟ながらも各支援の仲立ちをすることで、ひとり親家庭が、安心してサポートを受けるのを見守ることができています。

先日、私がサポートに入った方（Aさん）と、メッセージのやり取りをしました。

Aさん：もっと早く知り合いたかったです。あの時死ななくて良かった。
こんな素敵な出会いが待ってたんやもん。a little、○○○、○○食堂（いずれも連携団体の名前）
フードバンク・・・こんなにもたくさんの支えがあるんやもん！
私：死にそうなくらい、死にたくなるくらいしんどかったですよね。
生きていてくれてありがとうございます。

Aさんへの支援の輪が広がり、生きていく希望を感じてくれていることがわかり、とても嬉しく思いました。そして、これまでどれだけのことを一人で抱え、乗り越えてきたのだろうと想像し、Aさんへの尊敬の気持ちが高まりました。

来年度は、新規の家事サポート利用ひとり親家庭と出会い、つながりを広げるとともに、今年度出会った家庭への継続支援、家事サポーター養成、他団体との連携の強化を図っていきたいと考えております。持続可能な支援の形を作る懸け橋となる事業を進めてまいりたいと思いますので、どうぞ宜しくお願いいたします！

NPO法人 a little理事長　さかぐちゆうこ

事業について

「半径1.5キロで脱ワンオペ育児 ひとり親家庭への子育て支援」事業について

事業の背景

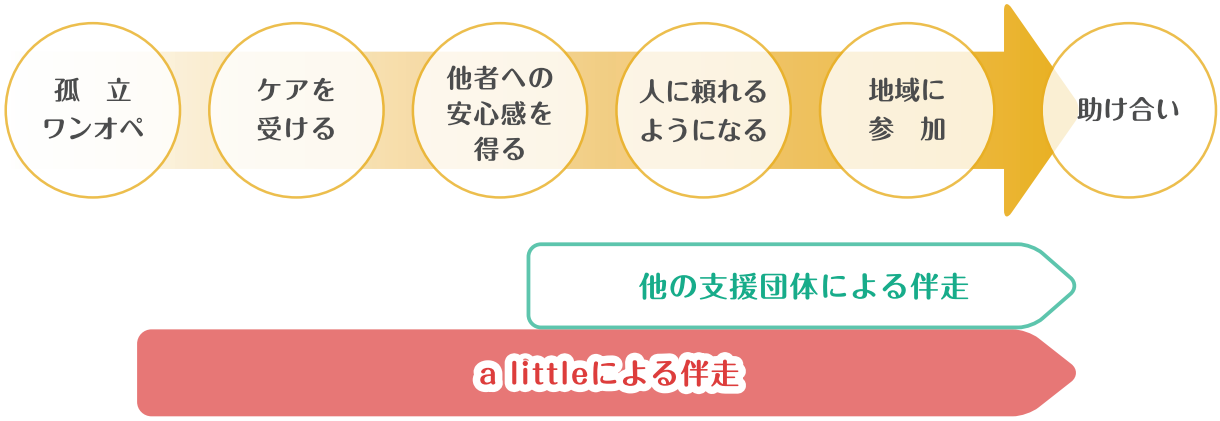
NPO法人a little（以下、当会）は、兵庫県西宮市に住む産前産後・子育て世代を主な対象に、彼らが地域とつながりを持てる場づくりや、家事を通じて支援する家事サポート事業を行ってきました。同時に、これらの利用者が、後にサポートする側になれる、地域での“支え合い”の仕組みづくりも行ってきました。

子育て世代のなかでも、ひとり親家庭の孤立は特に深刻であると認識していたものの、当会の家事サポートの利用に結びつかないのが現状でした。行政による支援は最も深刻なケースに限られ、かつ継続的な関わりを持てる家庭はわずか。しかし、声が上がらない、SOSが出ていないからといって存在がないわけではありません。

2018年にNPO法人ムラのミライと共同で実施した、子育て世帯の実態調査では、いわゆる「ワンオペ育児」の実態が浮かび上がった一方で、少数ながら実母以外から支援を受けた人もおり、その7割以上が、自宅から半径1.5キロ圏内にいる人を頼っていたことがわかりました。

そこで、「半径1.5キロ圏内での助け合い」をキーワードに、ひとり親家庭が地域から孤立するのを防ぎ、切れ目のない支援を実現する仕組みづくりを目的に、本事業を開始しました。

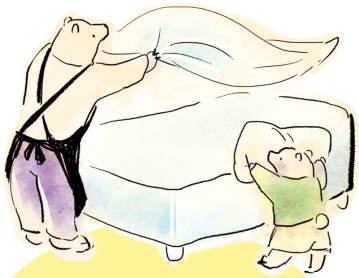
私たちがめざす、ひとり親家庭への支援のかたち



地域から孤立し、ワンオペ育児をしているひとり親に家事サポートを届けることで、ひとり親家庭の生活が整い、徐々に心身の状況が改善され、力を取り戻し、「人に頼ってもいい」と思えるようになる。その後、他の支援団体や専門家ともつながりながら、助け合いの循環に入っていける。このような支援の確立をめざしています。

この1年で取り組んだこととその結果

詳細は各ページをご覧ください。



活動1

ひとり親家庭（10世帯）による家事サポートのモニター利用

⇒ p.5〜7

子ども食堂
行政の支援など
他の支援につなげる
実績ができた

- ひとり親の現状と支援制度への理解を深めた
- SP※が円滑に家事サポートに取り組めるようになった

※SP（P5 参照）

活動2

支援団体・個人とのネットワークづくり

⇒ p.8〜9

活動3

家事サポート運営基盤の確立

⇒ p.10

家事サポートが果たす役割が明確に

1. ケアを届ける
2. 地域につなげる

⇒ p.6〜7

- 人に頼ってもいいと思ってもらう
- 他団体や行政の支援にアクセスする

生活を整え
本来の力を取り戻す

2021年度以降の活動

- 家事サポートに「セルフケア」の視点を取り入れる
- チームとして取り組めるように団体内での役割分担・能力強化を図る
- 行政・支援団体・個人との具体的な協働をすすめる ⇒ p.11

活動報告① 家事サポートの無料モニター利用

家事サポートを通じて、ひとり親家庭が継続的に地域でつながりを持てる体制を構築するために、西宮市のひとり親家庭10世帯に、家事サポートの無料モニター利用してもらいました。

a littleの家事サポートについて

家事サポートの担い手＝スペシャル・パートナー（以下、SP）が利用者の家庭を訪問し、家事を手伝うことで、子育て世代の家事の負担を減らす活動です。一方通行の支援ではなく、地域の中での支え合いの仕組みであることが大きな特徴です。
家事サポート利用者も、SPも当会の会員ですので、利用者は支援を受けるだけなく、会員として当会の活動を支えています。また、利用者が後に所定の研修に参加し、SPとして他の家庭を支援するケースもあります。

本事業での取り組み

この家事サポートを通じて、ひとり親家庭が継続的に地域でつながりを持てる体制を構築するために、西宮市在住のひとり親家庭に、無料モニター（※）として利用してもらいました。

［ 対象 ］

西宮市在住で、小学生以下の子どものいるひとり親家庭10世帯

［ モニター利用の内容 ］

全12回（週1回×2時間×12回）の家事サポートを利用してもらい、利用前後のアンケートや、利用中のヒアリングへの協力をお願いしました。

※通常、家事サポートにかかる費用は利用者が負担しますが、本事業ではWAM助成から負担しました。（登録料1,000円のみ利用者負担）

無料モニター利用の流れ

利用者 / a little

- 申し込み → 申込受付
- 当会コーディネーターから電話連絡
  - ・現在の状況の聞き取り
  - ・事業の趣旨やアンケートなどの説明
- 開始時アンケート、面談（利用者、コーディネーター）
- 利用者登録
- SPの調整
- 1か月の訪問予定、担当SP等を記載した確認書を利用者に送付
- 家事サポート（週1回2時間×12回）
  - 面談時の希望をもとに、毎回訪問時に利用者と相談しながら詳細なサポート内容を決め、実施。
  - 中間ヒアリング（利用者、コーディネーター）
- 終了時アンケート、面談（利用者、コーディネーター）

活動報告①

家事サポートの無料モニター利用から見えてきた共通の課題

ひとり親家庭10世帯への家事サポートにより、３つの共通する課題が見えてきました。

1）地域から孤立し子育てをひとりで担っている
2）親のセルフケア不足による不安定な子育て
3）複合的な課題を抱えている

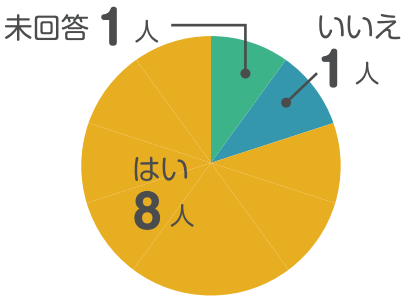
結果、人に助けを求める余裕がなくなり、悪循環に陥ってしまっていると推測できます。

データ１　開始前アンケートより

Q.この１か月間で家に来て食事づくりや掃除、子どもと留守番をしてくれた人はいますか？

「はい」の内訳：実父母、現パートナー→身内以外に、家事を手伝ってもらっていないことが読み取れました。

Q.ひとり親になったことを誰かに話したことはありますか？



「はい」の内訳：全員が実父母・友人と答えた一方で近所の人を挙げたのは2人にとどまりました。

データ２

家事サポートで、子どもの預かりや見守りを希望した世帯

4 世帯／**10**世帯

10世帯のうち、4世帯が子どもの預かりや見守りを希望。その時間を通院や休息、行政等への問合せに充てていました。

課題の解決に向けて

こうした状況にあるひとり親家庭が、地域にある支援制度・団体につながるためには、まず、ひとり親家庭が「人に頼ってもよい」と支援に前向きになること。そのために、自己治癒力を高め、本来持っている力を取り戻すことが必要と考えています。また、支援者／団体は、その家庭の課題をとらえ、必要な支援につなげるネットワークが求められると考えます。

データ３　終了時のモニター利用者からの声（抜粋）

- 今まで自分のことは後回しにして通院できずにいたが、通院できるようになった。
- 仕事が忙しく日々の生活にただ追われる状態だったが、少し立ち止まって今後の生活について考えることができた。
- 人に頼っても良いと思えるようになり、遠慮なくa little以外のサポートも受けられるようになった。
- はじめは、他人が家に来ることを苦痛に感じたが、週1回来てもらえることがすごく助けになった。

活動報告①

データ 4　他団体の支援活動へとつないでいった事例

- 食　料：フードバンクやお弁当配達等の民間団体による支援の利用　7件
- 子ども：学習塾や居場所等の利用　2件（問い合わせ含む）
- 行　政：自立支援、子育て支援等の相談　4件

データ 5　モニター利用をきっかけに a littleの活動に参加した方

- ひとり親交流会(12月開催)：参加者5人のうち、3人がモニター利用者
- a little主催の催しに参加したモニター利用者が2人

a littleが果たす役割

1) 家事サポートを通じてケアを届ける

ひとつめは、ひとり親家庭が地域に信頼できる人を見つけ、本来持っている力を取り戻すために、「ケアを届ける役割」です。SPとの信頼関係を築き、他者を頼ることに前向きになれた利用者もいます。また、子どもとの向き合い方にも変化が生まれるケースもありました。

データ 6　終了時のモニター利用者からの声（抜粋）

SPさんが来てくれている時は、子どもに対する心持ちに余裕ができた。普段であれば怒ってしまうことを抑えられて、優しくなれた。ごはんがあることでも余裕ができた。

2) 課題を的確に把握し、地域の行政・支援団体・個人とつなぐ

ふたつめは、「つなぐ役割」です。サポートに入ることで、個々の家庭が日常的に抱える課題を把握することができます。それをもとに、行政・団体・個人と構築したネットワーク（P8-9）を活かし、適切な支援団体につなぐ、または当会との協働事業を立ち上げるといった可能性があります。

SP からの声

私のサポート内容は、お子さんの保育所へのお迎え、風呂の手伝い、遊び、料理、簡単な掃除などでしたが、どれもこれも楽しくて。それは、お子さんの笑顔と、話すうちにホッとした顔になってくれるお母さまのおかげです。保育所の用意、風呂を終えてご飯の準備ができると、無事明日を迎えられるかなーと今日が終えられそうなことに安堵&感謝。
サポートを繋ぎながら、関係を築きながら、ひとり親のご家庭にエネルギーが沸いてくる日を信じています。信じて続けていくこの働きは、私にも大切な場所です。

新型コロナウイルス感染症の影響

コロナ禍において、今まで以上にひとり親家庭の孤立が進んでいます。うつや発達障がい等の症状が進んで生活を維持することが難しくなり、子どもの養育へ影響を及ぼしているケースや、失業（それに伴う求職）または複数の仕事の掛け持ちによって、時間的、精神的、経済的な不安が拡大しているケースが見られました。

活動報告② ひとり親家庭支援に取り組む団体・個人とのネットワークづくり

地域共生連携会議の開催

ひとり親家庭が利用しやすい支援を実現するためには、ひとり親家庭への支援活動に携わる団体・行政・個人との情報交換、連携を図っていくことが不可欠と考え、支援者の情報交換・ネットワークづくりを目的とした地域共生連携会議を2回開催しました。

第1回地域共生連携会議「ひとり親支援と地域連携の重要性」

日　　時	2020年10月28日（水）13:30～15:30
会　　場	西宮市総合福祉センター
講　　師	瀧野真継さん（児童養護施設 三光塾 施設長）
参　加　者	8団体9人（支援団体8人、行政1人）
当日プログラム	・講演「三光塾で大切にしていること」（瀧野真継さん） ・活動報告「半径1.5キロで脱ワンオペ育児ひとり親家庭への子育て支援」事業について（NPO法人a little） ・参加者による情報交換

第2回地域共生連携会議　「コロナ禍のひとり親家庭の現状」

日　　時	2021年1月18日（月）13:30～15:30
会　　場	西宮市市民交流センター
講　　師	葛西リサさん（追手門学院大学地域創造学部准教授）
参　加　者	10団体15人（支援団体9人、行政3人、市議会議員3人）
当日プログラム	・講演「コロナ禍のひとり親家庭の現状」（葛西リサさん） ・活動報告「ひとり親家庭を対象とした家事サポートモニター利用から見えてきたこと」（NPO法人a little） ・参加者による情報交換

第1回地域共生連携会議

第2回地域共生連携会議

ひとり親家庭支援に取り組む団体の情報収集

西宮市でひとり親家庭支援に取り組んでいると思われる団体をリストアップし、事務所への訪問や、電話でのヒアリングを行い、モニター利用家庭へ情報提供できることがあるかを問い合わせ、当会との協働について呼びかけました。

45団体：NPO・社会福祉協議会・個人等（33）、行政（12）

連携団体の一覧

本事業は、次の団体・個人との連携・協力をいただきながら実施しました。

団体名	連携目的	実　績
関西学院子どもセンター	広報協力･子育て相談対応	「さぽさぽ」にて、ひとり親家庭の家事サポート利用促進に関する広報
コープこうべ第2地区本部	サポーター養成講座の協働や人的交流で協力	食料譲渡会等で他団体と交流できた（新型コロナウイルス感染拡大防止のため、協働での講座開催は実施せず）
NPO法人 しんぐるまざあず･ふぉーらむ･関西	サポーター養成講座の講師・情報提供	「ひとり親の現状と支援」をテーマとした、全４回の関係者向け研修（オンライン）の講師、および、ひとり親家庭が必要とする情報の提供
西宮市男女共同参画センター	広報協力・相談	ひとり親家庭に関する情報提供と相談、および「シングルマザーズカフェ」でのひとり親家庭の家事サポート利用促進に関する広報協力等
(社福) 西宮市社会福祉協議会	生活相談対応	モニター利用家庭に出向き、生活相談と市のサービスを紹介
NPO法人 ムラのミライ	基盤整備に関する指導	住民主体の活動実現、組織基盤強化に関するアドバイス及び運営スタッフへの研修（毎月2回開催）
藤澤真莉（臨床心理士）	ひとり親･スタッフの心のケア･相談対応	乳児のいるモニター利用家庭（親）への相談対応（オンライン）
森田輝（助産師）	子育て相談対応	子育てに関する相談対応について、SPへのアドバイス提供（電話）

そのほか、NPO法人なごみ、西宮市くらし相談センターつむぎ、認定NPO法人フードバンク関西、へいなん子ども食堂、NPO法人みやっこサポート等と連携しながら活動を進めました。

活動報告③　家事サポート運営基盤の確立

家事サポート運営体制づくり

家事サポート実施体制の強化

NPO法人ムラのミライの協力のもと、家事サポートマニュアル作成及び会計等の書類等を整備、SPが円滑に事務報告できる仕組みを整えました。

ひとり親の現状と支援への理解を深める研修

NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西の安木麻貴さんを講師に迎え、「ひとり親の現状と支援」をテーマとした、全4回の関係者向け研修（オンライン）を実施しました。（延べ50人が参加）

オンライン研修

広報の強化

オンラインでの情報発信

本事業のウェブサイトを作成し、主催イベントの告知、活動報告、ひとり親支援に関する情報提供等をおこないました。また、当会Facebookページでも活動の進捗を報告しました。

事業ウェブサイト

メディア掲載

本事業に関する報道機関向けプレスリリースを発信し、以下に掲載していただきました。

◆神戸新聞「ひとり親家庭の子育て支援 サポーターや寄付募る 西宮のNPO」（2020年9月17日）
◆神戸新聞「ひとり親世帯対象にヨガ教室　体ほぐし　親睦深める」（2020年12月28日）
◆神戸新聞「ひとり親家庭の家事支援　西宮のNPO法人　寄付を募集」（2021年1月28日）

募金キャンペーンの実施

ひとり親支援活動へのご寄付を事業ウェブサイトや会報で呼びかけ、2021年2月末までに28件（3団体・25個人）・700,000円のご寄付をいただきました。いただいたご寄付は、様々な理由で家事サポート費用を自己負担できないひとり親家庭への家事サポートにあたり、SPの人件費、交通費等の経費に活用させていただきます。勇気を出して支援を望んでこられた方としっかりつながり、伴走支援したいと考えています。

今後の展開と課題

本事業を通して、これまではアクセスのなかった、ひとり親家庭の生活を直接支援することができました。日々を過ごすことで精一杯だった利用者が、子ども食堂に足を運ぶようになるなど、地域に一歩踏み出す後押しになったと考えています。また、家事サポート事業の運営基盤の整備、行政・支援団体・個人とのネットワークづくりにも取り組んだことで、ひとり親支援は「ケアを届ける」「地域につなげる」活動であるという当会での位置づけが明確になりました。

本年度の成果を着実な第一歩とし、家事サポートを起点にひとり親家庭がさまざまな支援とつながる…というめざす支援のかたち（p.3）を実現するため、2021年度からは、次の活動にも力を入れていきます。

負担を減らす→ケアを届ける

従来の家事サポートは、家事の負担を減らすことに重点を置いていました。本事業での実践、地域共生連携会議等での学びを経て、心への寄り添いを含む「ケアを届ける」視点から家事サポートをとらえなおしました。また今後は、親のセルフケアも取り入れていきます。具体的には、家事サポートのほかに、ひとり親同士の交流会（ヨガ、アロマ、遠足など）を実施し、親がリフレッシュする時間を持てるようにします。

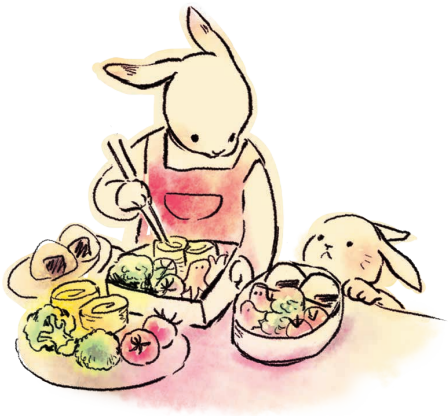
ひとり親家庭への支援を継続的・効果的におこなうための基盤整備

家事サポートから行政・支援団体等へ効果的につないでいくには、SP個人の努力に頼るのではなく、団体内での役割分担や体制を整えていく必要があります。

これまで家事サポートを主に担っていたSP、コーディネーターに加え、行政・他団体・個人の窓口になる連携担当者、事業全体を把握する事務局、会計担当がチームとして取り組める体制をつくります。また、家事サポートでの悩みを一人で抱えずに活動を継続できるように、SP養成研修をより現実に即した内容に改善したり、専門家のスーパーバイズのもとで心のケアに取り組みます。

ひとり親家庭への支援における、協働の可能性を探る

本年度の活動では、家事サポートを起点に個々の家庭の課題をとらえ、行政機関や支援団体につなぐ一定の成果を得られたものの、紹介や付き添いが主となっていました。引き続き情報交換や経験共有に取り組みつつ、ひとり親支援のために、これら行政・支援団体・個人との具体的な協働の可能性があるかどうかを探っていきたいと考えています。



一人一人ができることはほんの少し。だから分かち合いたい。

a littleは、2015年、西宮市在住の子育て世代の女性たちが中心となって設立しました。
当時、設立メンバーの多くが妊娠・出産・家族の転勤などの理由で、仕事を中断し、家族をケアする役割を一手に担い、生きづらさを感じていました。

どうしたら、「私らしく」生きられる社会になるだろう。
「一生続けられる仕事がないなら、自分たちでつくる」
「まずは日々の生活そのものを仕事にしよう」

と、設立メンバー全員が苦労した経験をもつ、産前・産後の家事や育児を支援する家事サポート事業から始めることになりました。一人ひとりができることはほんの少し。だから分かち合いたい。そんな意味を込めて、私たちの活動＝a littleはスタートしました。

詳しい情報や最新情報は、ホームページまたはFacebookページから

a little 西宮 検索 で検索

ひとり親家庭の家事サポート利用を支えるご寄付を募っています！

2020年度　独立行政法人福祉医療機構　地域連携活動支援事業
半径1.5キロで脱ワンオペ育児　ひとり親家庭への子育て支援事業報告書
発　行：2021年3月

WAM助成
独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

特定非営利活動法人　a little
〒662-0964　兵庫県西宮市弓場町6-35-206
[プロジェクト事務所]
〒662-0856　兵庫県西宮市城ケ堀町2-22早川総合ビル3F ムラのミライ内
TEL：090-5557-9783（平日9時から17時）　FAX：0798-31-3584
E-mail：alittle.infomail@gmail.com　HP：https://alittle.sakura.ne.jp/wp/

制　作：（有）プレコロ