

2021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

特定非営利活動法人 a little

## 事業の背景

a littleで2020年度から引き続き実施している

「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」を通じて、ひとり親家庭が抱える課題が見えてきました。

### ひとり親家庭が抱える課題

#### 孤立

近くの友人や地域の人に助けを求められずに孤独に子育てをしている姿が見られます。子どもの見守りが必要な時や家事の手伝いが欲しい時にも、家族の中で解決し、子どもが家事や親の心の受け皿になるなど、子ども達に負担が大きくなっている場合もあります。

#### セルフケア不足

子どもや仕事を優先した生活を送っているため、親自身のセルフケアができていない人が多くみられます。通院や休息が必要な時も我慢をしているため、心身が不安定になる人がいることが分かってきました。

#### 複合的な課題

子育て・親子関係・経済的なこと・仕事のこと・心身のことなど、さまざまな困難が重なり、当事者はどこから解決していけばよいのかわからない状況の方が多くいます。制度やサービスなどによって解決できる場合もありますが、つながっていない家庭も多いことがわかりました。

### a little がめざす、ひとり親家庭への支援のかたち

「ケア」を受取り、人・地域・制度に「つながる」ことで可能になる変化



## この1年で取り組んだこととその結果

これらの課題解決につなげるため、a littleでは18歳以下のお子さんのいるひとり親家庭を対象に、家事と子育ての支援を行いました。ひとり親家庭の生活が整い、少しずつ力を取り戻し「人に頼ってもいい」と思えるようになり、地域や制度、他団体の支援などにつながることをめざしました。

### 「ケア」を届け、人・地域・制度に「つなげる」



#### 活動1

##### 家庭を訪問し、家事と子育て（ケア）をする

- ひとり親家庭（16世帯）による家事サポートのモニター利用 ⇒ p.4～  
→各家庭の課題とニーズをとらえることができ、ひとり親家庭向けの家事支援の在り方が見えてきました。

#### 活動2

##### 制度や他の支援団体・地域につなげる基盤を作る

- 支援団体・個人とのネットワークづくり ⇒ p.8～  
→他の支援団体との連携が始まり、協働してひとり親支援に取り組めるようになりました。

#### 活動3

##### 話ができる人と出会い、リフレッシュのための時間を提供する

- 交流会の実施 ⇒ p.10～  
→親子が楽しめ、安心できる場の提供ができました。  
→ボランティアが関われる場ができました。

#### 活動4

##### 活動を継続するための仕組みづくり

- 家事サポート運営基盤の強化 ⇒ p.12～  
→チームで動ける体制が整いました。  
→広報力がアップしました。





## 活動報告①

## 家庭を訪問し、家事と子育て(ケア)をやる

### ひとり親家庭(16世帯)による家事サポートのモニター利用

#### 事業概要

#### [内容]

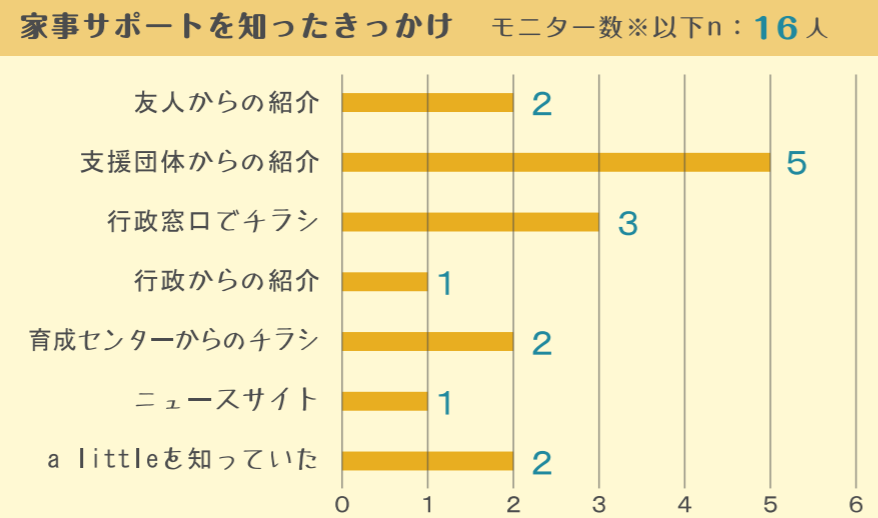
家庭に出向き、家事と育児の支援を行いました。(支援期間3か月程度・2時間・全12回)利用者には、開始時と終了時にアンケートにご協力をいただきました。

#### [特徴]

- コーディネーターによるヒヤリングを実施。(初回・中間・最終面談等)
  - ・個別のニーズにきめ細かに対応。
  - ・イベントへのお誘いや他支援につなげる。
- 家事サポートの担い手は「スペシャル・パートナー(SP)」
  - ・家事代行サービスや事業者ではなく、地域住民のひとりとしての関わり。
  - ・なにげない会話の中からお互いに知り合い、地域につながる第一歩。
  - ・地域の中での大きな家族になる意識を持ちながら活動。
  - ・生活を整える手伝いをすることで自然に築ける信頼関係。



#### [モニターの状況]



ひとり親対象の家事サポートモニター事業を知ったきっかけは、友人や支援団体から紹介された方が7人です。また、育成センターや行政窓口でチラシを受けとった方は5人です。今年度は市内の関係団体に本事業を説明させていただく機会を積極的にもったことでご紹介が増えました。神戸新聞のWEBサイトでも募集情報を掲載していただきましたが、お問合せは1人だけでした。ご本人が躊躇する気持ちがあるときに、支援者からの働きかけの重要性がよくわかりました。

#### サポート内容 n: 16人



サポートの内容は大きく分けて4つに分類できます。

#### 1) 掃除・片付けなどの一般的な家事

日常的な掃除・片付けやちょっとした料理などを中心にサポートするご家庭が3件ほどありました。お子さんの在宅時に合わせて訪問し、一緒に片付けることも複数の家庭でありました。

#### 2) お子さんの見守り

未就学児のいるご家庭で親御さんがお子さんと離れて自分の時間が持てるように、お子さんと一緒に公園などで2時間を過ごしました。お子さんにとっても大人と二人でたっぷり遊べる楽しい時間になりました。

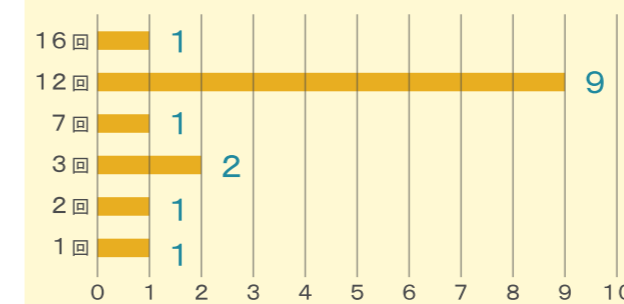
#### 3) 料理

親御さんが仕事で帰宅が遅かったり、体調不良などの理由があり食事の準備に困難がある家庭では、1回のサポートで数日分のおかずを作りました。料理の材料はご家庭であらかじめご準備いただきました。

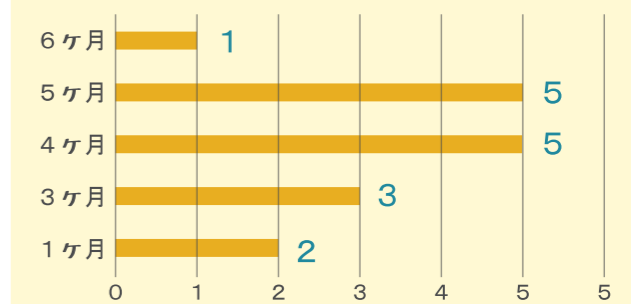
#### 4) 片付け

日常的な家事だけではなく、衣類の整理や普段つかずの場所の大掃除などを行いました。1回で終わることはほとんどなく、また1回のサポートに3人で訪問し一度に片付けることもありました。

#### サポート回数 n: 16人



#### モニター期間 n: 16人



基本的には、週1回、月4回のペースでご訪問するようにご提案していましたが、ご家庭のニーズに合わせて関わり方を変更しました。ご家族がコロナに罹患したり、会社から外部の人との接触を避けるように通知があったりと、思うように予定がこなせず事業終了を迎えてしまったご家庭もあります。また、行政サービスを利用するまでの手続きが完了するまでの短期間の利用の方もおられました。

標準的なモニター期間は3か月ですが、ご家庭によってはサポートの頻度が違ったためサポートした期間はばらつきがあります。上記モニター終了後は、制度利用までのつなぎ期間として無償の継続支援が続いていたり、食料支援・交流会等で接点を持っています。2家庭は有償利用に移行し、6か月以上、支援が続いています。8割のご家庭とは双方向のやり取りが続いています。

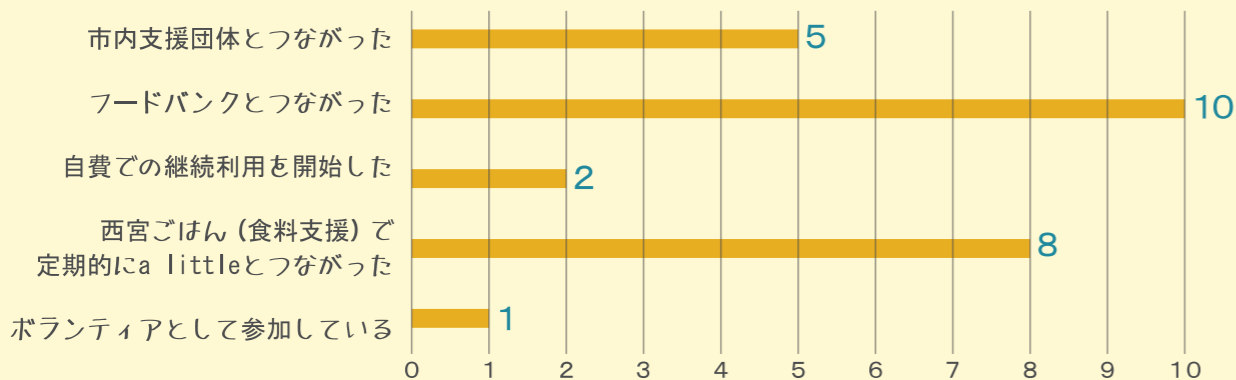
## 活動報告①

## 家庭を訪問し、家事と子育て(ケア)をやる

### 成果

家事サポートの支援が終了したあと、生活の変化やつながりの変化についてお聞きしました。「ケア」を届け、地域や制度に「つなげる」ことができたと感じられる結果が出ています。

#### 地域資源とのつながり 対象：モニター数※複数回答あり：16家庭



### 生活面や精神面での変化

- 身内(親、親戚など)に助けを求める回数が減った。
- 体調がよくなった。ぐっすり眠れるようになった。
- 薬の回数が減った。
- リトルを通して新しい知り合いができた。
- 料理に興味を持てるようになった。
- 自分の時間がもてた。
- 子育ての喜びや心配事などを分かち合える人がみつかった。



### モニターの声



- 動けないときにたくさんサポートしていただき大変助かりました。リトルさんの人柄がとても素敵で元気をもらえました。
- 家族や友人にも頼めない時や事があるので、臨機応変に対応していただきありがたかったです。
- サポートの間、子どもを見ていただけるので安心して眠りにつくことができました。
- 手続きは難しくなく自分を受け入れてくれて体調が悪いのを感じてくれて寝かせてくれました。
- 肉体的にも精神的にもとても助かりました。
- ご支援あるお陰で、今1人で子どもを見れてると思ってます。

### 家事サポートのSPの声



#### Q1 どんなときにやりがいを感じましたか？

- お母さんがリラックスして、お子さんと楽しそうにしているのを見るとホッとしました。
- 近所で友達になれました。
- 前の週のお料理が冷蔵庫に残っていなかったことがうれしかったです。
- 自分のリフレッシュのために習い事に通い始められたことです。
- 夏休みのお子さんのひとりの留守番に少しでも大人と一緒にいられたことです。
- 傷みそうな野菜を調理できたことです。
- 普段はお子さんとのふたりっきり生活の中で、私が行くことで子どもと一緒に見たり、大人同士で話す時間を作れたことです。
- モニターさんが、誰かに頼っても良いことを知ってくれるきっかけになったことです。
- 綺麗にしてくれて嬉しかった、と言っていただけたことです。
- 少し本音で喋ってくれたときや笑顔が見えた時にやりがいを感じます。
- 部屋を片付けていくなかで家族のスペースができていくのにやりがいを感じます。

#### Q2 今後のサポートをよりよくするためにしたらよいと思うことは？

- 二人体制で訪問する。同じSPが訪問する。事前に入ったSPと情報共有することは必要。
- お子さんを連れて遊びに行ったあと、何か保護者とやりとりが少しできたらいいと思います。たとえば、最近お子さんのことで困ってることは？とか、迷うことは？とかのアンケートを書いてもらうとか。話を聞くことも。
- 通常の家事サポート以外のニーズには、時間設定を長めにするなどの対応をすればよいと思います。
- 人によって必要な支援の回数や期間は違うので、その人の生活が安定するまで支援を継続できればいいと思います。



### まとめ

福祉の専門家ではなく、地域の助け合いの気持ちで参加しているSPにとっては、ひとり親の心身のしんどさを受け止めることが難しかったり、予想外の依頼があったときへの対応に苦慮することがありました。今後も地域で子育てを支援していくためには、ご家庭の状況を理解できるまでコーディネーターの十分なヒヤリングやSPを2人体制にするなどの工夫が必要であるとわかりました。またニーズにあった回数や期間を設定するなど柔軟な対応をしながら伴走支援を続ける必要性も見えてきました。





支援団体・個人とのネットワークづくり

ひとり親家庭が暮らしやすい西宮を実現するためには、ひとり親支援の活動に関わる団体・行政・個人がつながり、情報交換・連携を図ることが必要だと考えています。2020年に初めて地域共生連携会議を開催した際には、初対面という団体が多く見られましたが、今年度は具体的な連携が進み、関係も深まりました。本会議では、ひとり親の課題を共有し、みなさんと一緒に考える場をもちました。さまざまな課題がある中で、すぐに解決法が見つかるわけではないという視点に立ち、課題の本質を探り共に考え続ける対話の時間も持ちました。

第3回地域共生連携会議

「西宮市内における困窮世帯・ひとり親世帯の現状と課題」

日 時	2021年7月7日(水) 13:30~15:30
会 場	西宮市市民交流センター
参 加 者	11団体 13人/a little 6人
内 容	・活動報告 ・グループディスカッション 「a littleの家事サポートSPの声」を利用した3枚のはっぱのワーク



第3回地域共生連携会議

第4回地域共生連携会議「ヤングケアラーの現状と課題」

日 時	2021年11月5日(水) 13:30~15:30
会 場	西宮市市民交流センター
講 師	朝田 健太氏(ふうせんの会)
参 加 者	12団体 14人/a little 6人
内 容	・講演と質疑応答



第4回地域共生連携会議

第5回地域共生連携会議「市民団体と行政の連携のかたち」

日 時	2022年1月21日(金) 13:30~16:00
会 場	西宮市市民交流センター
講 師	原 美紀氏(認定NPO法人びーのびーの)
参 加 者	9団体 10人/a little 6人
内 容	・講演と質疑応答 ・意見交換、ワーク「連携とは？」



第5回地域共生連携会議



活動成果

地域共生連携会議や日ごろの活動を通じた他団体との連携は、ひとり親家庭への「つなげる活動」への大きな力になりました。複合的な課題を抱える家庭には、生活や家族の様子を聞き、一緒に考え、ニーズを満たす資源につなげました。行政支援や他団体につなげることで、当団体だけではカバーできない専門的な支援をすることができました。お互いの強みを生かし補い合う連携がスタートしています。

公的支援のつなぎの期間中の支援

障害福祉サービスなど行政サービスを利用するまでにさまざまな手続きがあり、すぐには支援が受けられない空白の時間が生まれることがあります。その間、a littleのサポートが入り支援することで、困った状態を放置することなく生活を支えることができました。(2家庭)



コープこうべからお米のご提供をいただきました。

食糧支援との連携

家事サポートモニター終了後の生活が滞らないように、地域資源につなげることも意識しました。市内の子ども食堂の多くが一時中止しましたが、お弁当配達という形で継続している団体があります。(認定NPO法人みやっこサポート・NPO法人なごみ・へいなん子ども食堂) 困窮世帯やケガや病気などで長期的に家事育児に困難な状況が続いている家庭を紹介し、食料支援につなげました。(5家庭) また認定NPO法人フードバンク関西の「子ども元気ネット」を紹介し、定期的に食料を届けていただくことができました。(10家庭)

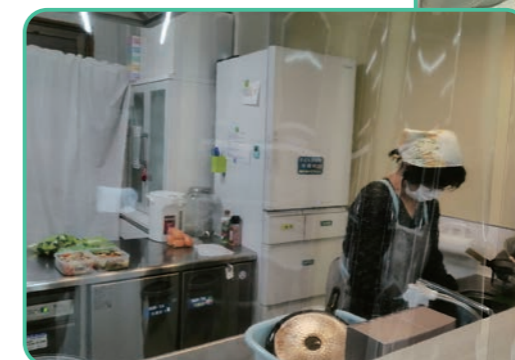
コープこうべさんは、お米をご提供いただきひとり親家庭にお配りしました。また、2022年1月からは毎月1回パンもご提供いただいています。また、当事業とは別に助成金を利用して食料提供「西宮ごはん」を行いました。(P10) 食を通じて多くのひとり親の方と出会い、長期的につなげるための関係づくりを始めています。



西宮市社会福祉協議会を通して企業や市民からの寄付の食材いただきました。



「西宮ごはん」の様子



認定NPO法人みやっこサポートのキッチンをお借りしてひとり親家庭へのお弁当づくり。コロナ禍の支援を連携して行いました。



## 活動報告③

# 話ができる人と出会い、リフレッシュのための時間を提供する

### 交流会の実施

日々、忙しい暮らしの中で自分の時間をもつことが難しい人たちが多いため、ゆっくりと自分のための時間を過ごしてもらいたいとの思いからセルフケアを意識した交流会を開催しました。当事者同士で集える安心感と家庭とも職場とも違う空間の中で、リラックスできる空間づくりを意識しました。同年代のボランティアや学生ボランティアなど多様な人と一緒に過ごすことで会話の幅も広がり、次への参加への期待もふくらむ時間になりました。また、親子で楽しめる企画も実施しました。コロナ禍で特に外出の機会が減った家庭も多く、元気いっぱい体を動かすことができ、参加者同士の距離もぐっと近づきました。

イベント内容	日時	参加者	場所
ヨガ	2021年7月24日(土)13時半~15時半	4人	越木岩公民館体育館
ネイル	2021年10月24日(日)10時~12時	4人(お子さん1人)	西宮市男女共同参画センターウエーブ
芋ほり&BBQ	2021年11月13日(土)10時~15時	5家族(12人)	たけちゃんファーム
防災イベント&大人の交流会	2022年3月21日(月)13時半~16時半	13家族(28人)	西宮市市民交流センター



福祉ネイリストと話をしながら爪の手入れをしてもらっています。



芋ほりの日は晴天に。子ども達同士も仲良くなりました。

### ひとり親の孤立を防ぎ・食でつながる「西宮ごはん」

本事業を進める中でひとり親とのつながりをどのように作っていくのかを苦慮しました。必要な方に情報が行き届いていないのか、それとも家事サポートに対するハードルがあるのかなどいくつかの要因があると考えられました。より多くのひとり親とつながる手段として他団体から補助金を利用し、2021年11月~2022年3月まで月1回(計6回)食料提供「西宮ごはん」を開催いたしました。その結果、のべ142世帯をご支援することができました。「つながる」ことを目的にした「西宮ごはん」でしたが、参加者の声を聞いてみると生活の困窮状態も見えてきました。NPO団体として、どのような形で経済的な支援を進めるのがよいのか新しい課題が見えてきました。



多くのボランティアさんに支えられて活動できた1年でした。

### 活動の中心になってくれた 遠藤大樹さん

自分自身もひとり親家庭で育ち、周りの方々のサポートに助けられた経験から、ひとり親家庭支援に思いがあり、『西宮ひとり親家庭支援』と検索して見つけたのがa littleのHPでした。初めは、簡単なものからお手伝いさせてもらい、10月からは食料提供『西宮ごはん』の担当を任せてもらうようになり、企画、調達や当日の運営等を行っています。

食糧支援や交流会に参加する中で、何度か一緒になったひとり親家庭のお子さんから『あの人前にも会ったことある人や』という言葉もらえるようになるなど、少しずつ活動に入り込めるようになってきたなと実感しています。これからも自分ができることをしていきたいと思っています。



遠藤さん(右端)と追手門学院大の学生さんたち

### 大学生ボランティアさん ももちゃん

交流会で1歳のお子さんの遊び相手を担当しました。上手く接することができるか最初は少し緊張していましたが、本当に楽しかったし癒されました。でも、癒されたと同時に体力も使った為、一日中子どもと一緒にいる世のお母さん達の苦勞を垣間見た気がしました。2時間弱という短い時間でしたが、私がお子さんと遊ぶことでお母さんが少しでも安らげる時間を過ごせるなら、私で良ければどんどん使ってもらいたいと思っています。普段は同年代の子達と話す機会が圧倒的に多いため、ママさん達の育児・悩みに関するお話は興味深く聞かせていただきました。自分が将来育児をする時にはa littleさんのような方達と繋がってみたいと思いました。自分が助け合いの輪の中に居る、また自分を気にかけてくれる人が側に居る、という状況を作ってくれる方々だと思うからです。



### その他のボランティアさんの声

- 小さな団体でもできることがあり、そこで自分でも関われる事を知り、活動できたことに感謝している。
- みんなで何かをしたりすることの達成感を味わえて楽しい時間が作れるし、しんどい時期も一人ではないと思えることが大事だなと思いました。
- 食料品を受け取った人達がとても喜んでいてくれるのを見て、自分たちの活動に意味があるということを実感出来たので楽しかったです。
- 家事支援は一人で入ることが多く、基本的にコーディネーターと利用者さんとの関わりまでになりますが、世代や団体をまたいで、社会問題を共有できて良かったです。
- 様々な家庭の方とお話したり、交流があったので、とてもいい時間を過ごせました。
- 自然の中での交流会では、心も開放されて楽しかったです。西宮ごはんでは、学生さんたちとの準備など色々な人が関われる場所をありがたく感じました。



事務所で仕分け作業中のボランティアさんたち



家事サポート運営基盤の強化

1) SPのフォロー体制の強化

チームによる家事サポート事業の運営

ミーティングに参加してもらい社会的な課題や実際の現場での不安を共有しました。  
(家事サポートミーティング・ボランティアミーティング ※各1回開催/月)



a littleスタッフによる研修

ひとり親の現状を知り、理解を深める研修を開催しました。(4講座)

- ① ひとり親家庭の現状と支援について  
(しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西・神戸ウエスト)
- ② DVと子どもへの影響  
(認定NPO法人女性と子ども支援センター ウィメンズネット・こうべ)
- ③ 身近な人とわかり合うコミュニケーション (認定NPO法人ムラのミライ)
- ④ 発達障害とはなにものか (訪問看護ステーション聲(こえ) 訪問看護師)



安木氏によるオンライン研修

臨床心理士によるスーパーバイズを受けました。(年3回)

過酷な状況にあるひとり親を支えるためにも、SP達の心が穏やかであることが大事だと考え、活動上で起こる気持ちの変化などを安心して出せる場を用意しました。言葉にすることでひとりで抱えなくてもよいと思える時間になりました。



臨床心理士によるグループワークの様子

ひとり親を支える活動団体へ視察に行きました。(6か所)

- 財団法人こどもサポート財団
- シンママ大阪応援団
- 居場所ぐーてん
- 認定NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ
- NPO法人バディチーム
- NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西

2) つながるツールの強化

公式LINE開設

ひとり親家庭と直接つながる方法として公式LINEを開設しました。モニターを利用した方や食糧支援を利用した方と日常的にやり取りができます。中には「話を聞いてほしい」とメッセージをしてくる方もおられ、LINEは心のハードルを下げるのに有効なツールであることが分かってきました。



Twitterの開始

日常的な活動報告や食糧支援などの告知を行っています。支援者もフォローしているので、リツイートなどによる拡散力が高く、情報発信の方法として力を感じます。

3) メディアを活用した広報の強化

イベント案内や報告として、ほぼ毎月メディア・関係者へのプレスリリースを配信しました。

取り上げていただきました

- ◆ 神戸新聞「ひとり親の家事支援」(2021年5月23日)
- ◆ JCOM 夢このまちいっぱい「ひとり親支援特集」(2021年7月16日号)
- ◆ ラジオ ゆめのたね ハピママコミュ「a littleの活動について」(2022年1月6日/13日再)
- ◆ NHK LOVE兵庫「10万円給付で独自支援相次ぐ」(2022年2月1日放送)
- ◆ NHK NEWS WEB「10万円給付について 支援NPO“周知徹底を”」(2022年2月1日掲載)



JCOM「夢このまちいっぱい」



神戸新聞



当団体が実施する訪問型のひとり親支援について調査をすすめていただいている追手門学院大学准教授の葛西リサ氏からメッセージをいただきました。

### ひとり親にケアを届ける方法 アリトルの活動の意義

ここ数年、母子世帯向けシェアハウスに注目が集まっている。これは、空き家の活用事例としてユニークであること、そして何より、育児と仕事の両立に苦慮するひとり親のケアニーズへの対応可能性を秘めているからである。

母子世帯の半数が貧困状態にあると言われているが、その中には、育児のために安定した職に就けないという理由も相当数含まれている。結果、多くが、時間の融通の利くパートに依存することになるが、生活のために、複数の仕事をかけもちしたり、就労時間を延ばしたりと、結果的には時間の貧困に陥ることとなる。息つく暇もない彼女らにとって、ケアはのどから手が出るほど欲しいサービスであろうことは容易に推測できる。しかし、そもそも低所得な母子世帯がケアの費用を負担することは難しい。そういった母子世帯の事情を熟知し、不動産業界は、住宅とケアをセットで提供するというサービスを始めている。

シェアの現場では、ケアの必要性が見直され始めている。入居者の多くが精神疾患などの課題を抱え、そのしわ寄せは子どもたちに向かっている。不動産事業者のみならず、行政やNPO様々な団体が、入居者にかかわり、風通しのよい、支援体制を組むチャレンジも各地でスタートしている。インタビュー調査では、シェアハウスに入居しなかったらどうなっていたかわからないという声は驚くほど多い。地域の中には、関係の貧困、社会からの孤立によりもがき苦しむ親子が無数に埋没しているのだろうと推測される。

期待が寄せられるシェアハウスであるが、2022年2月現在、全国に40カ所強しかなく、増加傾向にある母子世帯のほんの一部しかこれを利用できる状況にはない。また、限られた空間での集住を前提とする住宅であるため、そこに長期に住み続けるといことは難しい。結果、独立したアパートに移行したのち、課題を抱えるというケースも少なくない。もちろん、全国各地にある非営利組織も、当事者支援を積極的に行っているが、拠点へ来る人をサポートすることが前提であり、生活の様子がわかる住宅へのサポートまでは手が回っていない。

シェアハウスに入居せずとも、今いる地域でケアを受けることができる仕組みが必要である。住宅は、生活状況を映す鏡でもある。住宅を見れば、その家庭の様子がよくわかる。たとえ、月に数回でも、誰かが自分のためにケアを届けてくれ、自分の話にしっかり耳を傾けてくれる。アリトルの支援は、単なる家事代行サービスではなく、生活状況を察して、1.5キロ圏内で必要な社会資源をカスタマイズしてくれる点が画期的である。行政が提供する硬直的なサービスではなく、柔軟に当事者のところに寄り添うサポートに特徴がある。

また、2021年からは、定期的にフードパントリーを開催し、家事支援対象ではない当事者へも支援の対象を広げている。

スタッフによれば、数回のサポートで当事者の行動や表情に変化が生じるケースは少なくないという。サポートが入る前、ヤングケアラーともいえる状態にあったその子は、アリトルのサポートにより自分の時間を取り戻し、少し笑顔が増えた。ある母親は、自ら、困った事を体系立てて口にできるようになった。精神的に課題をかかえ経済的に困窮し、子の面倒を見る力がなかったある母親は、複数の社会資源に繋がり少しずつ生活の立て直しを行っている。

家事という手段を使ったこのアウトリーチ型の支援は、ひとり親のみならず、生きにくく、それでも、出口が見つからず、自宅という殻に閉じこもりもがき苦しむ多くの人々に普遍化できる支援ではないかと期待される。

追手門学院大学 葛西リサ

### 今年度の連携実績

- 追手門学院大学地域創造学部葛西リサ研究室として、アリトルが開催するフードパントリーにて観察調査を実施。
- 2020年度、サポート家庭の10事例の検証、及び、2021年度サポート家庭16事例の検証評価を実施。
- 2022年3月防災イベントを共同開催。
- 2022年度は、サポート家庭に対する、調査をともに実施。調査票を用いて家庭訪問型の質的調査を実施する予定である。調査計画は、本研究室とアリトルが共同で開発する。

### 課題と展望について

16家庭の生活を支えるために私たちに何ができるのか、そのために私たちにどんな力が必要かを考え続けた1年でした。一緒に悩み考え行動した仲間たちと共に課題に向かっていきました。私たちに出会い、SOSを出してくれた人たちに家事サポートという形で「ケアを届け」、地域や制度に「つなげる」ことができました。ここで私たちの役割は終わりではありません。ひとり親家庭が地域の中で自分らしくのびのびと暮らせ、気に入った今の場所に暮らし続けられる環境を作っていきたいと思っています。そのために、長期的な視野で伴走していく体制づくりを進めていきます。

#### 「つなぐ」と「つなぎなおす」

家事サポートを進めている中で地域の人や資源につなげることを意識してきました。中には一度つながった関係性が何かの理由で切れてしまっている場合があります。支援が必要な場合はもう一度「つなぎなおす」必要があることもわかってきました。

#### 子ども達の最善の利益のために

親御さんたちの困りごとを解決するだけでなく、子ども達のしんどさにも注目して働きかけていきます。子ども達が安心して家で過ごせ、子どもらしい時間を送れるように支援の方法を探していきます。信頼できる大人や同世代の仲間との出会いを作っていきます。

#### コロナ禍での連携支援の強化

本年度はコロナ感染者や濃厚接触者などが爆発的に増え、ひとり親家庭も影響を大きく受けました。長期間の支援が必要にもかかわらず、支援者側も同じように活動制限され、支援の担い手がいないう状況も出てきました。支援を止めないためにも、地域の中で行政・支援団体・個人など多様な担い手が連携できる体制を作っていきます。

#### 当事者が主体的に関われる場を作る

セルフケアの場として交流会を複数回重ねていくうちに、中には主体的な関わりをもつ人たちが出てきました。準備や片付け、交流会の講師など、得意分野を生かさまざまな関わりができることが増えてきました。ご自身が楽しみながら、運営に参加できる場づくりを意識して作っていきます。ケアされるところから助け合いのある社会の中で自立していけることを支えていきます。

「たすけて」と言える社会へ  
「たすけるよ」と言える社会へ





## 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。

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勞した経験をもつ、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！

2021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：2022年3月



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 兵庫県西宮市城ヶ堀町2-22早川総合ビル3F ムラのミライ内

TEL：090-1205-7684（平日9時から17時）

E-mail：alittle.infomail@gmail.com HP：https://alittle.sakura.ne.jp/wp/

制作：(有)プレココ