2022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

「NPO法人a little」は、子育て世代の女性たちを中心に設立した団体です。この事業に取り組む背景には、a littleメンバーが家事を一手に担うことでの多くの負担や生きづらさを感じてきた経験があります。これは私たちだけでなく、さまざまな産前・産後や子育ての場面で起こっていることであり、その生きづらさへのサポートが見えづらい地域社会となっています。地域から子育て環境を変えていく取り組みとして、家事や育児を支援する家事サポート事業「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」をスタートさせました。

家事サポートはさまざまな子育て世代に共通のニーズであり、だれが家事を担うのか、その状況も社会とともに変化しています。昨今ではヤングケアラーという社会課題も問われており、家族をケアすることへのサポートがより一層求められています。

私たちは、2018年に「NPO法人ムラのミライ」と共同で、子育て世帯の実態調査を行いました。そこから「ワンオペ育児」の実態が浮かび上がりました。しかし、その中に「ひとり親家庭」からの回答がないことがわかり、「ひとり親家庭」の社会からの孤立がより深刻化していることにも気づきました。一方で、家事・育児で、実母以外の近隣（半径1.5キロ圏内）の知人を頼っていることも見えてきました。そこで、ひとり親家庭への支援から家事サポート事業を実施し、半径1.5キロ圏内での助け合いをキーワードに地域で切れ目のないサポートの仕組みづくりに取り組み、地域で家事サポートを循環させる事業に取り組くんできました。

私たちがめざす、ひとり親家庭への支援のかたち

安心して「ケア」を受け取り・手渡せる、人・地域・制度につながる関係づくり

「ひとり親家庭」

この１年で取り組んできたこと

ひとり親家庭のニーズによりそって取り組んできた中で、ひとり親家庭の抱える課題が見えてきました。

① ひとり親であることを周囲に伝えられない生きづらさ
② ひとくくりにできないひとり親の複雑な環境と制度のギャップ
③ 公的支援での傷ついた経験や苦手意識や不信感

などがあり、いずれも出してもいいはずの「SOS」が出せない状況が見え隠れしています。これらをふまえて、３つの活動に取り組みました。

活動１

家庭を訪問し、家事と子育てをケアする家事サポート ⇒ p.4～

活動２

制度や他の支援団体、そして地域につなげる基盤づくり ⇒ p.6～

活動３

活動を継続するためのコミュニティづくり ⇒ p.8～

取り組みを通じて見えてきた課題

❶ 多くの家庭が複数の課題を抱えながらも周囲にひとり親であることを打ち明けらずに助けを求められない状況。子どもが親にしか頼れない状況や、親自身も子どもに依存し家族だけで孤立している家庭がある。少数ではあるが、ヤングケアラーや虐待のリスクの高い家庭も見受けられた。

❷ 未婚・別居中・疾患や障害の有無・有職無職などひとり親の状況はさまざまで制度の狭間で支援を受けられずに養育が困難になっている家庭がある。使えるサービスや支援が少なく、あっても有償であるためひとり親家庭では利用しにくい。特に学校・園以外の子どもの見守りが少なく、不登校や夜間など支援が届いていない子ども達がいる。

❸ 行政や福祉サービスの利用経験者もいるが、何らかの行き違いにより支援に対する不信感をもち、つながりを切ってしまった人たちがいることが分かった。親だけが子育てを一手に担っていることは、子ども達の心身の状態や学習機会等に影響を及ぼす。場合によっては命の危険も高まる。親ひとりで子どもを支えきれない状況であるが「SOS」を出せない環境にあり、ほかに支え手を見つけることができずにいる。また、子ども達自身は「SOS」を出せない。孤立した家庭の中に長期的な視点に立った親と子に対する伴走支援が必要である。時には一度切れてしまった支援やつながりをほかに代わるものにつなぎなおす働きかけが必要である。

活動報告①

家庭を訪問し、家事と子育てをケアする家事サポート

概　要

地域で孤立しているひとり親家庭を対象に家事サポートを実施。家庭とサポーターとの関係構築をはじめ、サポーターのフォローや体制づくりも含め、保護者たちが利用しやすい家事サポートの形を構築し、ひとり親家庭が継続的に地域でつながりをもてる環境を築いていきます。
家事サポートでは、基本２人で訪問し、２時間ほど家事サポートを実施。各家庭９回～３５回、３か月～１１か月の期間、それぞれの状況に合わせてサポートを続けました。また、コロナ罹患した家庭には、食料やこども達向けの絵本や本などを届けました。

訪 問 家 庭：８世帯
訪 問 回 数：延べ112回
コロナ対応：延べ14回（12世帯）※家事サポート以外のご家庭含む

● 家事をケアする担当と、子どもをケアする担当のペアで訪問

- 保護者との関係構築、子どもとの関係構築を分担し、コミュニケーションをスムーズに
- 家事が得意、子どもとの遊びや保育が得意など、サポーターの特性を活かす

今回は、２人で家庭を訪問することで、子どもとのコミュニケーションも重視しました。一緒に遊ぶなど、親が担う家事だけでなく、子どもにも対等に接することで、子どもとの信頼関係を構築。何気ない会話もはずむようになり、思いや悩みを伝えてくれるようになり、親も子どもが安心して会話している様子を見て、自身も思いを伝え合えるようになる、好循環の信頼関係が築けました。

● コーディネーターによるヒアリングと、家事サポートする中でのサポーターの気づき

- 個別のニーズにきめ細かく対応
- 活動やイベントなど身近な地域につなげるケア
- その他の支援などにつなげるケア

これまでコーディネーターによるヒアリングを窓口にして、家事サポートの入り口にしてきました。今回は、さらに家事サポートを通じて得た信頼関係で、見えてくるニーズにも対応。より細かく悩みや困りごとをキャッチすることで、家庭訪問する家事サポートだからできるケアを行いました。

● ひとり親サポーター養成講座

- サポーターのスキルアップ
- 新たなサポーター養成

ひとり親サポートの体制づくりとして、サポーターの養成講座を行いました。サポーターを募集し、研修を実施。実際のサポートで活かせるよう、またサポートの中での心の負担を軽減できるよう、コーディネーターや専門家との連携も含め、講座を開きました。

7月29日(金)

1）a littleのひとり親支援の活動
講師：a littleスタッフ

2）家庭支援について（家庭訪問／ケースワークの原則）
講師：神戸女子短期大学　畠山由佳子さん

講師：畠山由佳子さん

7月30日(土)

3）ひとり親家庭のさまざまな背景
講師：NPO法人しんぐるまざあず・ふぉーらむ・関西・神戸ウェスト　安木麻貴さん

4）a littleのひとり親支援の活動実例紹介とボランティア登録
講師：a littleスタッフ

講師：安木麻貴さん

8月11日(木・祝)

5）発達障害について学ぶ
講師：河西陽子さん（臨床心理士）

講師：河西陽子さん

● 臨床心理士によるサポーターのケア

- サポーターが直面する訪問家庭からのニーズや課題からスーパーバイズ
- 地域と家庭を家事でつなぐサポーターと、家庭と支援を専門性でつなぐスーパーバイザー

サポーターが家庭訪問するなかで、関係を築きながらさまざまなニーズや課題にも直面します。中には、サポーターが悩み活動が難しくなることもありえます。そこで、臨床心理士によるサポーターの個別相談・グループ相談を実施しました。

活動報告②

制度や他の支援団体、そして地域につなげる基盤づくり

概　要

家事サポートでできることの一つは、家事負担の軽減や、そこから生まれるゆとりで家族や地域との関係を回復・豊かにすることです。ひとり親家庭のかかえる課題には、専門性が必要な支援や制度なども含まれます。それらを切れ目なくつなぐための、連携構築をめざし地域共生連携会議やケース会議などを実施しました。

● 地域共生連携会議（合同研修会）の実施

さまざまな活動団体が福祉的な課題やニーズを問題意識として共有し、お互いに活動の場面でも連携できるよう合同研修会を開催しました。地域福祉の関心と理解を深めるために、ヤングケアラーと精神疾患をテーマに学びと交流の機会を設けました。

第６回地域共生連携会議

日　　時：2022年11月17日(木)　13時半～15時半
会　　場：西宮市総合福祉センター
テ ー マ：ヤングケアラーへの理解を深める
内　　容：①各団体の活動紹介
②グループディスカッション
③各団体の「ヤングケアラー」への問題意識・課題の共有
参加対象：市内活動団体・行政職員・関心のある市民・市議会議員・メディア
共　　催：NPO法人a little・NPO法人なごみ
後　　援：西宮市社会福祉協議会・西宮市社会福祉事業団

2022年(令和4年)12月19日　月曜日
西宮
「ヤングケアラー」理解深める
NPOや社協などが連携会議

2022年12月19日
神戸新聞掲載

ヤングケアラー 42事例共有 西宮
支援つなぐきっかけ
故障防げ 初の野球肘検診

2022年12年20日
毎日新聞掲載

第７回地域共生連携会議

日　　時：2023年2月3日(金)　13時半～15時半
会　　場：西宮市総合福祉センター
テ ー マ：精神疾患のある方への理解を深める
講　　師：特定非営利活動法人ハートフル　角野太一さん
共　　催：NPO法人a little・NPO法人なごみ
協　　力：西宮市社会福祉協議会

● 事務局内のケース会議及び運営会議の開催

定期的に事務局内でケース会議を持つことで、サポーター、コーディネーター、専門家等と個別の支援について検討を重ねました。また、学校区でのケース会議にも出席することもあり、関係機関と連携して支援に取り組むこともあります。このように、関係機関と連携することで、活動の幅も広がりました。
今回、家事サポートで対象となったひとり親家庭は８世帯で、本事業を知るきっかけは支援団体からの紹介が大半でした。3年間継続して取り組んできたことで、支援団体からの紹介はスムーズに行われ、必要としている家庭に家事サービスを届ける上で、相談機能のあるさまざまな関係機関・支援団体や地域との連携・ネットワークがより重要であることが見えてきました。

● 専門機関との連携とアウトリーチの重要性

SOSをキャッチできる、その一歩が支援への糸口になります。しかし、こちらが何らかの支援につながって欲しい思っても、当事者が自ら相談機関に出向くことは実際には難しく、多くの場合、必要な支援につながらないのが現状です。いかに積極的に働きかけ、情報や支援を届けるアウトリーチ活動をするかが私たちの取り組みの課題でもあります。訪問型の家事サポートもアウトリーチ活動の一つですが、その家事サポートにつながるまでのアウトリーチには、行政や支援機関との連携が足掛かりとなりました。
具体的には、自治体や社会福祉協議会、児童相談所など支援機関との連携がこの取り組みを通じて生まれ、困窮家庭への家事サポートも実施しています。それぞれの困窮に対応できる専門性のある機関だからこそできるアウトリーチと、地域という距離感での家事サポートのアウトリーチの両輪が重要であることが見えてきました。
まだまだSOSを発したいはずの人たちとの情報の共有という壁はありますが、さまざまな分野の相談機関などと連携することで、アウトリーチ活動の可能性を広げ、地域全体・社会全体で見守り助け合うプラットフォームを築いていく大きな一歩となりました。

活動報告③

地域での暮らしを継続するためのコミュニティづくり

概　要

家事サポートだけでなく、地域で暮らしていく中で築かれていくコミュニティづくりにも取り組みました。まずは、子どもたちのコミュニティとして、学習支援とイベントを実施。大学生などの学生ボランティアもまじえ、身近な世代の大人たちに出会うことから、安心して地域コミュニティへ参加していけるきっかけづくりを行いました。

● 学習支援の実施

子どもたち夏季および冬季休暇中に、宿題や自習などの他に、カードゲーム、ボードゲームなどで遊べる場を開きました。学生スタッフが参加し、勉強を教えたり、一緒に遊んだりしながら、昼は弁当をみんなで一緒に食べて交流しました。年齢層は、幼稚園から小学6年生まで幅広く、高校生も一人参加しました。

- 8月 1日（月）10時～13時　上田公会堂　1人
- 8月 3日（水）10時～13時　北瓦木センター　6人
- 8月15日（月）12時～15時　上田公会堂　4人
- 8月17日（水）10時～13時　北瓦木センター　6人
- 12月26日（月）10時～13時　つどい場はまかぜ　5人
- 12月27日（火）10時～13時　ふれぼの　2人
- 12月28日（水）10時～13時　北瓦木センター　9人

勉強のあとはゲームで遊びました

● 保護者向けのイベント

子育ての悩みや、ひとり親特有の悩みや情報を当事者同士で共有したり、学んだりできる機会をつくりました。学び合い、教え合うことで自信をつけながら、安心できる居場所をめざし取り組みました。こども達は別室で地域のボランティアや学生ボランティアと一緒に遊んで過ごしました。

- 10月30日（日）ネイル体験・おしゃべり会　3人
- 11月27日（日）アクセサリーづくり　4人
- 1月28日（月）メッセージカードづくり　6人

ネイリストとおしゃべりも

● 子どもイベントの開催

大学生ボランティアなど子どもたちの年齢に近い若者と一緒に遊ぶ機会を設け、安心して接することのできる大人との出会いの場をつくりました。

7月2日(土) 里浜探検　5人

香櫨園浜～夙川を生き物を探して探検。大学生たちと一緒に楽しんだ。追手門学院大学と関西学院大学の学生がボランティアで参加。

こども1人にボランティアさん1人が付き添いました

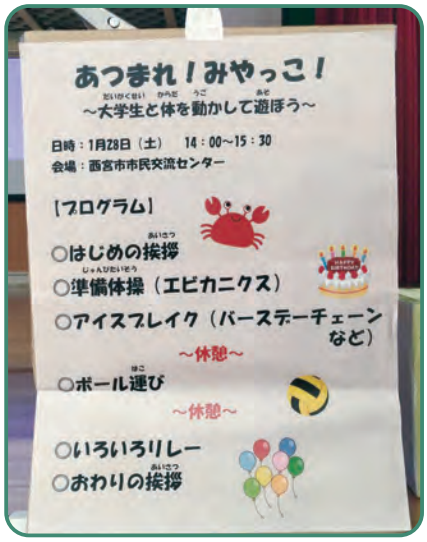
12月17日(土) クリスマスイベント　10人

甲山森林公園にて子育て広場luce（ルーチェ）の2名を講師にクリスマスリース・パフェづくりなどを行いました。

こども達が作ったクリスマスリース

1月28日(土) 体育館遊び　7人

関西学院大の学生が企画・運営し開催しました。
学生たちと一緒に体を動かしてあそびました。



体をいっぱい動かしました

これからの展望と課題　３年間の取り組みを通じて

家事という価値観、支援という価値観

わたしたちの取り組みの中、家事サポートをはじめたキッカケは、サポーターそれぞれ異なります。しかし、その根底には、家事や専業主婦という価値観に縛られている社会の現状も感じています。それが生きづらさにもつながり、多様化する家族がよりしんどさを抱え込んでしまう状況を生み出しています。家事は親や家族が支えるという価値観は根強く、他者が関わることに抵抗を感じる人も少なくありません。しかし、親や家族に頼れず孤立するケースも多く見てきました。

親や家族からの孤立は連鎖し、社会からの孤立も引き起こします。一方で、専門的・福祉的な支援を受けることはハードルが高いというプレッシャーものしかかります。地域の他者だからできる、ほどよい距離感でのサポートの重要性は、この取り組みを通じてはっきりと見えてきました。そこに家事として入る。専門性の求められる福祉や制度での支援ではなく、家事という手段で日常的なコミュニケーションを広げ、小さなケアを積み重ねていくことで孤立の連鎖を防ぐ、これが私たちのモデルです。

ひとり親家庭によりそう家事サポート

３年間の取り組みの中で、ひとり親家庭の家事サポートの手法も変化してきました。

１年目は、一人で訪問、訪問開始前と、訪問終了後にコーディネーターがヒアリングするスタイルで実践。コーディネーターがニーズや課題を引き出し、サポートの方法を検討しましたが、一人での訪問によるサポーターの負担をケアすることに課題が残りました。

２年目は、複数のサポーターが交代で訪問することにし、コーディネーターもニーズや課題の把握に努める体制を組みました。ここでは、訪問先の家庭とのコミュニケーション不足で保護者が不在で子どもだけの状況があるなど、家事をメインにサポーターを増員するだけでは抱えきれない課題も見えてきました。

そして３年目では１回のサポートに二人体制で入り、保護者担当と子ども担当に役割分担することで、保護者の声に耳を傾ける、子どもの声に耳を傾ける、それぞれの信頼関係の構築に力を入れました。この結果、訪問家庭とのコミュニケーションがスムーズになり、サポーターのケアも進めやすくなりました。

ひとり親家庭によりそう家事サポートの体制と手法が形になってきており、家事を通じたアウトリーチとケアを地域で事業化していく展望が見えてきました。

家に入ることと関係を築くこと

一方で、家事＝家に入る、ということを抵抗なく受け入れられる家庭は全てではありません。少なからず抵抗を感じたり、入ってほしくない家庭もあります。今回の事業を通じて訪問した家庭には、家の状況に関係なく、とにかく助けてほしいという「SOS」を発しての家事サポートもありました。家事サポートは一つの手段でしかないことも事実で、そのためには家事以外の地域やコミュニティでのつながりが必要になります。
家に入るというハードルをチャンスに変えるのが、家事を通じた日常のコミュニケーションでした。家事サポートをしていると、訪問家庭からは、地域のちょっとおせっかいな人、というイメージを思ってくれているようです。いわゆる福祉の専門家でも支援制度の担当者でもなく、日常の延長線上にいるほどよい距離感の人として関われているあらわれだと感じます。そこに家事サポートを積み重ねて、安心感もプラスされていくことで、必要なときに「たすけて」と言える関係が見えてきます。

地域と専門性が連携する家事サポートという総合相談窓口

「たすけて」と言える社会へ。「たすけるよ」と言える社会へ。これが、私たちの思いです。その一歩として、家事サポートから信頼関係を構築し、生きづらさ、しんどさ、悩みに対して声を出し合える、掛け合える仕組みを形にしてきました。「たすけて」も「たすけるよ」も言いづらい社会が現状です。この社会課題に気づき手を上げてくれた一人ひとりが、サポーターをはじめメンバーとして集まりました。
社会の課題に光をあてることは、自分の力にも光をあてることにもつながる。サポーター自身の可能性にもチャレンジできる仕組みとして、サポーターの養成やケアしていくことも大切な取り組みとして続けてきました。そして、専門家と連携することで、必要な支援をしっかりと届けられるような体制も模索してきました。
ひとり親家庭は、だれにでも起こりうる一つの状況であり、そこで生きづらさを生むさまざまな社会課題こそが問題です。そこに気づき動き出すときの取り組みや居場所が、地域にはまだまだ必要です。地域をベースにした家事サポートが、関わり合いの総合相談の窓口のように機能していくことをめざし、これからも取り組んでいきます。

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」

設立メンバー全員が苦労した経験を持つ産前・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

ひとり親家庭を
支えるご寄付を
募っています。

2022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：2023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
〒662-0945　兵庫県西宮市川東町８番10号
TEL：090-5557-9783
E-mail：alittle.infomail@gmail.com　HP：https://alittle.sakura.ne.jp/wp/

制　作：（有）プレコロ　編　集：平川　隆啓