

事業計画書

<p>現在の地域課題に対する本事業での実施内容</p>	<p><事業の目的> 子どもやママ（保護者）の居場所をつくる取り組み 激動で変化の激しい現代。あらゆる状況に対応した子育てをしなければなりません。正解がない子育ての不安から、ママの『産後うつ』『虐待』『自殺』『孤独感』を引き起こし、そんなママの子育て状況が子どもの『不登校』の原因になっていることもあります。そんな状況でもママ（両親）は専門家や学校に相談ができていないのが現状です。子育ての環境を考えたとき、家庭と幼稚園や学校だけにその責務をゆだねる時代ではありません。次世代を担う子どもたちを『地域と一緒に育てる』という意識を持ち行動していかなければなりません。本事業は子どもやママ（両親）が笑顔で楽しみ、ゆっくりと過ごしながら人との繋がり、自己肯定感や人間力を高める子育ての学びを得られる機会となる、そんな場と時間の過ごし方を提供することを目的とします。</p> <p>【課題】</p> <p>第一の課題 一人孤独になりがちなママの居場所づくり、コミュニティー（仲間）づくり ある調査では、子育てをする母親の9割以上が「孤立を感じた経験がある」と回答していて、子育てをしながら孤立を感じている人が多くいることがわかります。親が孤立を感じ追い込まれてしまう前に、頼ったり相談できる環境づくりをしていく必要があります。</p> <p>第二の課題 子どもカフェ『食の支援』を中心とした子どもたちの居場所作り 長野県が取り組んでいる信州子どもカフェの『子どもの居場所づくり』の活動からもわかるように子育て中の方からのニーズが高いことが証明されています。子どもカフェを通じて上記の課題を解決したい。</p> <p>第三の課題 子どもとママ（両親）の自己肯定感を育む居場所づくり 正解がない子育てにおいて、ママの自己肯定感が大きく影響します。自己肯定感とは、『心の免疫力、生きる力、どんな自分にもyesと言える感覚』です。子どもの自己肯定感をいかに育むかが子育ての重要なポイントであり、それにはママの自己肯定感が大きく影響しています。ママがそれを学ぶ機会場所がないという声を多く聞きました。当団体では親子での学びの場、ワークショップなどを実施し上記の課題を解決したい。</p>
-----------------------------	---

<p>対象となる人・ 範囲</p>	<p>子育て中の親とその子を主たる対象者とする</p>
<p>事業の効果、 達成目標 (達成目標はでき る限り数値で示す こと)</p>	<p>○安心安全な場であり続ける。 ○子育てに追われるママたちの憩いの場所づくり。 ○子育て中のママを対象としたコミュニティー（仲間）作りや悩みを共有できる場づくり。 ○子育てに必要な学びを提供することで、ママの子育ての悩みが解決される。 ○子どもの自己肯定感の土台が育まれることで、変化の激しい現代に柔軟に対応できる心を持てる。 ○親子でさまざまな体験をすることで親子の絆を育む場づくり。 ○1回のカフェ利用者達成目標 15組（25名～30名） ○1回の講座達成目標 15組（25名～30名） ○特別講師による講演イベント目標 1回100名</p>
<p>詳細 (活動内容・方 法・スケジュール 等をできるだけ詳 しく、別添資料の ある場合はその旨 を記載する)</p>	<p><活動内容></p> <ul style="list-style-type: none"> ●対象：主として未就園児～小学生及びその親、不登校児及びその親 ●実施時期：子どもカフェ 月1回（第一日曜日開催） ぬくもり絆カフェ 月1回（第三日曜日開催） ●場所：佐久市内公民館室内を主とする （開催内容によって公演や森など屋外） ●規模：1回当たり 親子15組（25名～30名） ●告知方法：SNSをはじめ、利用者の方からの口コミやシェアにより広めていただく。一方で幅広く周知するために子育て中の方と関わりがある場にポスター掲示とチラシ配布 ●運営方法：団体として大切にしていること 全承認、全肯定で相手を受け入れる、決して否定をしない 真っ白な心で、相手の話を聞き寄り添える場所 誰もが笑顔に元気になれる、未来に夢と希望を持てる場所 ●団体の強み：子どもやママの居場所、そして子育ての悩み解決としてニーズが高い『食』と心の動き『自己肯定感』に着目をし、利用者に満足をいただけるよう、心に寄り添えるように、団体メンバーには『栄養士』『保育士』『メンタルトレーナー』がいます。また、佐久平女性大学を卒業し同じ思いを持つ仲間を中心に学校で学んだことを活かして活動していきます。

●スケジュールその他別添参照

【アピールポイント】

現代の日本は、圧倒的に子育てをママがしている家庭が大半をしめ、子供と接する時間が多い母親が孤立感とストレスで苦しんでいるケースが多い。

そんなママ達の心に寄り添うためにも、当団体メンバーには経験豊富な『調理栄養士』『保育士』『メンタルトレーナー』がいます。

より多くのママ（両親）やお子さんに集まっていただくことで、自己肯定感の育まれる『居場所』になることができます。

子ども達に関わる大人達が、集まれる場所、相談できる場所、助け合える場所、子育てに必要な学びを受けられる場所の提供を、この事業を通じて実現することができます。この実現によりママの自己肯定感を育むことができることで、12歳までに出来上がる人格形成の土台がしっかりとした子ども達が増えます。ママと子どもの自己肯定感が育まれることで、社会問題となっている、不登校、自殺、虐待なども減っていくことにつながると考えられます。

また、このような事業を通じて佐久市が子育てのしやすい街となることに少しでも貢献できることで、後に移住者が増えることにもつながる。

【発展性】

- ママ達の人生が輝くための1歩となる場とする（社会復帰及び自立支援）
- 子ども達の自己肯定感を育む場とする
- 移住者の情報交換の場となる

【実現可能性】

- 年間事業計画書に基づき開催
- 経験豊富なメンバーを揃えており、事前の計画及び準備を行なっていくため実現可能

【団体の自立促進】

- 資金の確保
 - ・寄付金の検討
 - ・2年目以降、参加費徴収努力
 - ・イベントの企画開催
- 人材の確保
 - ・団体の思いに賛同し活動してくれるメンバーを、常に募集。

記載ポイント

事業の
・独自性
・発展性
・実現可能性
・団体の自立促進

<p>重点テーマに 該当する理由</p>	<p>子どもや保護者の居場所をつくる取り組み 子どもカフェでは、月に1度昼食の提供。 ぬくもり絆カフェでは、子育てに不安を抱える保護者達がコミュニケーション を取れる場所の提供及び、子育てを少しでも楽にできるよう、子育てに役立つ 学びを受けられる講座を提供。孤独を感じているママ達の心に寄り添います。 また、親子でワークショップを楽しんでもらい親子の絆を育む取組も行なって いきます。以上の理由により重点テーマに該当いたします。</p>
<p>翌年度以降の 取組</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●継続的な子どもや保護者の安心安全な居場所づくり及び交流と学びの場として取り組んでいく。 ●子どもカフェ、講演会、コミュニティー、ワークショップ、イベントの企画

子どもとママが自己肯定感を育み笑顔になれる居場所
『ぬくもり絆プロジェクト』

年間事業計画書

目標人数→毎回30名様

4月～9月予定

月	日	イベント	テーマ	詳細
4月	7日	子どもカフェ	ランチ	
	21日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子育ての大切さ！0歳～12歳までに人格形成100%の土台が出来上がる
5月	5日	子どもカフェ	ランチ	子どもの日スペシャル
	19日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子どもへの声かけは、ほめるより大切なのは『勇気づけ』
6月	2日	子どもカフェ	ランチ	
	16日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	フィンガーペインティングで子どももママも自己肯定感UP
7月	7日	子どもカフェ	ランチ	
	21日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子育て×アドラー心理学者（特別講師 飛田 剛先生 講演）
8月	4日	子どもカフェ	ランチ	自然の中で食べる楽しさ、ランチBBQ（予定）
	18日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子育ては、ママの自己肯定感が9割
9月	1日	子どもカフェ	ランチ	
	15日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	自己肯定感の大切さ！（特別講師 中島 輝先生 講演）

10月～2025年3月予定

10月	6日	子どもカフェ	ランチ	
	13日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	ハロウィン飛び出るお化けのワークショップ
11月	3日	子どもカフェ	ランチ	
	17日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	自己肯定感の6つの感とは？
12月	1日	子どもカフェ	ランチ	
	15日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	びりべたクリスマスリースのワークショップ
1月	12日	子どもカフェ	ランチ	
	26日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	4つのカラータイプの氣質を知ること子育てがもっと楽しく！
2月	2日	子どもカフェ	ランチ	
	16日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子どもの関心に関心を持つことの大切さについて
3月	2日	子どもカフェ	ランチ	
	16日	ぬくもり絆カフェ	カフェ&学び	子どもの根底にある「よい習慣」が人間としてのベースを作る