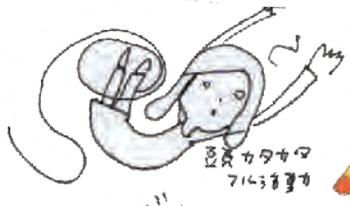


2015.10-2016.9
 りるるるあるは
 の歩みmap

1周年
 子ども小青春展ステージ= 20万人 ぎこちました



7月

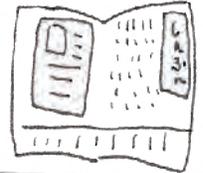
原画展の
 じやんがは 大変でしたか
 たくさんの ちが
 来て頂きました

子どもの気持ち
 絵本原画展

保健室プロジェクト
 Part 2 総合英語

いろいろな学会や
 イベント= 出展しました
 オンラインのポスタ
 最優秀賞

今期は
 いろいろと
 がんばりに取り組んでまい
 ました



キッズワー
 サポーターの
 みよさ
 ありがとうごさいます

関東から
 とびせて
 いろいろと
 くるへ
 行きました



TVの
 しや
 キー
 ました

埼玉県の小中学校
 全に届けられました



1月
 高し
 講演

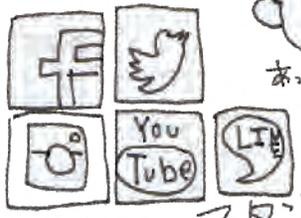


2月



保健室プロジェクト
 Part 1

2015.10
 2期
 スタート



この期間に
 年
 スタ
 ました



いろいろと
 SVPのみよさ

【資料2】声 —たくさんの声をありがとうございます

ウェブサイトを通したアンケートを行い、111件の回答をいただきました。

「子ども情報ステーション」への声

・「小中高生のみなさんへ」の項目がとても良かった。自分が幼い頃に、このページを読めていたら、もし母がこのサイトを読んでいてくれたら、とつい考えてしまった。子供でもわかりやすく、かつ大切なことが詰まっていてとても良いページだと思う。いいところを探すのが大人になった今でも苦痛だったが、「笑える」など些細なことが「いいこと」に含まれていて、本当に小さなことでも「いいところ」だと思ってもいいのだと少し思えた。このページをもっとたくさんのこどもが見て、少しでも苦しいまま大人になってしまうような子が少なくなって欲しい。

・困っている子ども向けのコンテンツができたことが、まずとても嬉しかったし感動しました。文章もわかりやすく、レイアウトもとても見やすいです。イラストやキャラクターもかわいいですが、それだけでなく負の感情や世界の広がり（内にも外にも）の表現もとてもすてきだと思いました。この先、子どもたちと関わる事があれば、このステーションの存在を伝えたいと思います。

・支援が必要な人たちがたくさんいて、自分の対象に入っていなかったことを反省しています。今も親なき人達の支援が必要ですが、精神疾患があっても結婚する人が増えてきたり、精神疾患にり患する人も増え、その子供たちの支援が必要になったのだとひしひしと感じています。病院にいと、なかなかそこまで手が届かないですが、気にとめて支援していきたいと思っています。

・（ぶるす工房）スクールカウンセリング室の窓から、子どもたちに向けて「ハッピーカード」や「イイトコ探し」などのツールを掲示しています。各学年の掲示板には、「こんな時は相談してください」のポスターを貼っており、カウンセリング＝病んでいるというイメージを払拭するのに役に立っています。実際に、週1回しか勤務していないスクールカウンセラーを少し身近に感じてくれるようで、学年が下の子ほど声をかけてくれるようになりました。

・子どもへ説明するツールがあることで、より理解を促すことができた。子ども自身が実際に助けを求める行動をとることができ役に立ちました！これからもコンテンツを増やして欲しい！

改善点やご提案

・もっと当事者の方の率直な意見が聞きたいです。

・「子どもに親の病気を伝えた方がよい」ということを強調しすぎるのは、必ずしも良いことではないと思います。コンテンツを最初にみたとき、私自身は何とかして子どもに伝える術を考えなければならぬと、半ば脅迫的になりました。それは返って心の負担を増し、家族の健康を害します。あくまで一つの選択肢として、子どもが親の病気に巻き込まれて苦しい思いをしているとき、伝えるという方法もあるというくらいに留めるべきではないかと思います。数は少ないですが、当事者を支える配偶者数名で話をした内容です。私たちは、「子どもが知りたい」と思ったときに知らせれば良いと考えています。（コラムでとりあげました 2016.9.22）

・パートナーへのメッセージで、「ひとりで抱え込まない（家族会に参加するなど）」という部分はとても大切だと思います。一方、子どもが小さいと子どもを連れて参加するわけにもいかず、孤立している人たちがたくさんいます。そういった生きづらさにも焦点を当てて、コンテンツを増やしていただけることを期待しています。（パートナーの「集い」などのコーナーを設け、情報を募集しています 2016.10.6）

絵本への声

・精神疾患のある親のもとで育って、「変だと思うけど他の人に言えない、確かめることができない」と思ってきたことが、絵とストーリーで説明されていて、こんなに共感できるものがあるのかと、衝撃を受けました。

・家族（親）の精神疾患で困っている子どもの支援について、周囲に積極的に訴えるようになった。訴えかけやすくなった。

・周りの大人が助けてくれなかった人間にとっては辛かったが、これから子ども達や親や支援者への精神保健のツールになればと思います。

・サポートする人の大切さが良くわかりました。逆に、もしいない場合は、どうしたら良いのだろうと社会の受け皿、仕組みの在り方を考えてしまいました。

・発達障害の息子（小2）が、自分自身を理解するのに役立っています。時々寝る前に読んで欲しがります。母親である私も、子どもの気持ちを理解するのにとても役立ちました。給食を減らしてもらうこと、イヤーマフをして登校すること等、「自分だけじゃない」と思えるようで、自信をもって行えるようになりました。絵も象徴的で、タククンの表情がとても良いので、他の自己理解本とは違い「絵本」として楽しめるのが素晴らしいと思います。妹も一緒に楽しんでいます。

・本を読む前は、今の苦しくて辛い状況を何とか変えなきゃいけないと思っていたが、読んだ後はこの状況を無理に変えなくてもいいのだと思えた。

・大学生の授業で読みきかせに最適です。教職の授業で。

・とても分かりやすくまとめられていて、デイケアで誰でも読めるように、置いています。

・とにかく胸を打たれましたし、一人でも多くの子どもたちに、込められた想いが届いてほしいと願っております。

ここに掲載しきれなかったたくさんの方の声、サポーター登録時の応援メッセージ、イベントで直接伝えてくださった声など、多くの声に活動を支えていただきました。本当にありがとうございます。以前と比べると「自分の感じ方や考えは、描かれていることとはちがう」「このままでは活用できない」という声も届くようになりました。それだけ活動の広がりを感じています。声を集めながら、届かない多くの声も想像しながら、真摯に活動に取り組んでいきたいと思っています。そして、多様性に対応できるように、ふるすあるはとしても他団体との連携を通して、選択肢をふやしていきたいと思っています。

サイト内で紹介しています

》「子ども情報ステーションのご利用アンケート」の結果と声を紹介します

<http://kidsinfost.net/2016/08/11/questionnaire/>

》「プルスアルハの絵本のご利用アンケート」の声を紹介します

<http://kidsinfost.net/2016/11/17/questionnaire-2/>

》応援メッセージ

<https://pulusualuha.or.jp/support/supportmessage/>

》プルスアルハの絵本へ寄せられた「みなさまの声」

http://kidsinfost.net/utility/pulusualuha_picturebooks/voice/

【資料3】活動実績詳細

1.メディア掲載

- ・2016.7 埼玉県養護教員会会報誌第103号「ぶるすあるはと学校との連携について」
- ・2016.7 ノーマライゼーション8月号「精神障がいを抱えた親とその「子ども」を応援します～ぶるすあるはの活動」
- ・2016.7.31 北海道新聞「親の病気 子どもにどう伝える？」
- ・2016.7 子どもの本棚8月号「この本の舞台うら（子どもの気持ちを知る絵本）」
- ・2016.7 こころの元気+「私の親は病気ですーまわりの人はどうしたらいいのか」
- ・2016.7.13 しんぶん赤旗「子どもの理解 絵本が助ける」
- ・2016.7.1-15 J:COM「ドキュメンタリー 言葉をひろう」
- ・2016.6.21 朝日新聞夕刊「悩む子の気持ち、絵本に 親が心の病、28日から原画展」
- ・2016.5.21 読売新聞埼玉版「絵本 心傷ついた子どもへ」
- ・2016.5.20 毎日新聞「虐待された児童の心情描く」
- ・2016.5.19 テレビ埼玉 ニュース930特集
- ・2016.5.2 朝日新聞埼玉版「悩み聞かせて、寄り添う絵本」
- ・2016.4.16 東京新聞埼玉版「虐待の悩み「話してみよう」」
- ・2016.4.1 週間金曜日「絵本で「君の心の荷物、私が聴くよ」伝える」
- ・2016.3 精神療法第42巻第2号 書評「発達凸凹なボクの世界」
- ・2016.3 月刊福祉4月号「精神疾患のある親と暮らす子どもたちを応援」
- ・2016.2 精神神経学雑誌 第118巻 第2号 書評「発達凸凹なボクの世界」
- ・2016.2.22 毎日新聞朝刊「心の不調を抱える親を応援」
- ・2016.2 月刊部落解放 2月号「絵本を通して精神障がいをかかえた親をもつ子どもを応援する」
- ・2015.12.11 時事通信社 厚生福祉「親の精神疾患に戸惑う子、絵本で支援」

連載

- ・2016.8～ 季刊（ビィ）Be! ぶるすあるはが贈るイラストコラム『あなたの中の子どものあなたへ』
- ・2016.3～ 心とからだの健康「こころの回覧板」

2. 学会発表

- ・2016.9.10 アルコール関連問題学会秋田大会 シンポジウム『次世代教育プログラムの開発と実践』
- ・2015.11.15 日本アルコール関連問題ソーシャルワーカー協会全国研究大会 シンポジウム『忘れてはいけない！子どもたちへの支援～最新の取り組みから☆プラスアルハと子ども支援プログラム～』

3. 講演 () は参加者概数

- ・2016.9.28 藤沢市児童福祉対策部研修会 (120)
- ・2016.9.14 ホームスタート・やしお ホームビジター養成講習会 (10)
- ・2016.8.31 厚木市民生委員児童委員協議会 平成28年度 全員研修『こころの不調を抱えた親と一緒に暮らす子どもの気持ち』 (290)
- ・2016.8.26 神奈川県精神福祉士協会スキルアップ研修『当事者家族に寄り添う』 (15)

- ・2016.8.10 木更津養護教員部学習会『家族が心に病気を持つ子どもへの関わり方、支援』（70）
- ・2016.8.1 朝霞市教職員ゲートキーパー研修『～子どものSOSに気づくために～』（12）
- ・2016.7.27 神奈川県障害理解のための普及啓発講演会『こころの病気を抱える親がいる子どもの支援について考えよう』（40）
- ・2016.7.10 埼玉中央断酒新生会 市民公開セミナー『アルコール依存症な親をもつ子どもたち—絵本を通して家族の応援を考える』（70）
- ・2016.5.28 全国保健師長会愛知県支部特別講演『こころの病みを持つ親と子どもたちへの支援』（100）
- ・2016.4.17 むぎのこ保育園職員研修『精神疾患の基礎知識—子どもと家族の理解と応援の手がかりに—』（40）
- ・2016.3.22 埼玉県市町村保健師協議会第5支部研修会『親がこころの不調を抱えたときの子どもと親のケア』（10）
- ・2016.3.19 埼玉県立大宮北特別支援学校『コミュニケーション上手になろう・・・家でも使えるツールを使ってちょっと肩の力を抜く方法』（15）
- ・2016.2.5 千葉県児童家庭支援センター大会『保護者が精神疾患を抱える家庭の支援』（100）
- ・2016.2.1 吉川市保健センター『子育てママのココロを大切にする方法』（10）
- ・2016.1.26 富山市保健所 相談援助者研修会『精神障害がある親と暮らす子どもの気持ちって？—家族全体を支えるために周りの大人ができること—』（35）
- ・2016.1.20 神奈川県社会福祉協議会 職員研修『親が精神障害などを抱える子どもの思い』（12）
- ・2016.1.18 埼玉県立大学看護学科ゲストスピーカー『家族の精神障がいと子ども支援』（80）
- ・2015.12.26 『子どものSOS—子どもたちの生きる力を育むために—』朝霞市ぐらんぱ育児支援事業（15）
- ・2015.12.22 『家のごちゃごちゃは自分のせい？と思い込んでいる子どもたちの理解と援助 —精神疾患の親と暮らす子どもの支援』（70）
- ・2015.12.17 『絵本を通して子どもの気持ちを知る』アルコール関連問題研究会（20）
- ・2015.12.11 『こころの不調を抱えた親と暮らす子どもたちの支援—身近な「おとな」であるために—』神奈川県民生委員児童委員研修（150）
- ・2015.12.9 はたらくらぶカフェ『家族のこころの病気を子どもに伝える絵本』（15）
- ・2015.10.29 『大切な人への伝え方—みんなが安心して生活するために—』はあといきいきプロジェクトはじめまして「統合失調症」さいたま市保健所主催（150）
- ・2015.10.28 マック・ダルク合同オープンスピーカーズ ゲストスピーカーとして絵本朗読（100）
- ・2015.10.23 『精神疾患の親をもつ子どもの気持ちと親子の支援』町田地域子育て相談センター研修（40）
- ・2015.10.15 『精神疾患の基礎知識—家族全体の理解の手がかりに—』埼玉県ファミリー・サポート・センター研修（80）

4. イベント

主催イベント

- ・2016.9.17 『チアキの感覚過敏を探検』（8）
 - ・2016.7.2 原画展関連トークイベント『ちあきの気持ちの描写が生まれるところ』（25）
 - ・2016.6.28-7.3 子どもの気持ち絵本原画展@HAGISO(谷中) (来訪者 延312名)
- ブース出展等
- ・2016.9.9-9.10 アルコール関連問題学会@秋田[ブース出展]（500）

- ・2016.8.28 プティパ主催「あんしん子育てサポートプロジェクト2016第9回学習会」[絵本販売（ネットワーク事業）]（19）
- ・2016.8.27 リカバリー全国フォーラム@池袋 コンボ主催[ブース出展]（2015実績 1400）
- ・2016.8.9 埼玉県精神保健福祉センター主催「子どもの悲嘆について～大切なひとを失った子供への対応と周囲の働きかけについて～」@さいたま市民会館おおみや[講演会会場にて絵本販売]（100）
- ・2016.6.2-4 第112回日本精神神経学会学術総会@幕張[ブース出展]（7,000）
- ・2016.5.14 親&子どものサポートを考える会主催 第2回精神障がいのある親とその子どもの支援に関する学習会@日本福祉大学東海キャンパス[絵本販売（ネットワーク事業）]（40）
- ・2016.2.20 家族支援フォーラム@さいたま[絵本販売]（80）
- ・2015.9.29-10.1 児童青年精神医学会@横浜[ブース出展]（1,500）

※啓発イベント等での、ぶるすあるはのツール掲示、書籍展示販売など、サポーターの方が中心となって活動を広げてくださる機会も増えました！

5. 定期発行者

- ・親がこころの不調をかかえたときの子どもと親のケアガイド（ぶるすあるはのチラシ） A3判両面
2016年秋号 2,500枚／2016年夏号 4,500枚／2016年春号 2,500枚／2015年秋冬号 3,000枚

6. 制作物

- ・LINE スタンプ「ハルのきもちいろいろ編」「アルハの日常生活編」クリエイター名：ぶるすあるはのちあき
- ・日本イーライリリー株式会社制作 啓発動画「うつ病を経験したわたしから大切なメッセージ」イラスト提供
- ・埼玉県立精神保健福祉センター発行 学食トレイチラシ『みんなの知恵でこころをメンテ』 埼玉県内の大学で配布
- ・埼玉県発行 依存症啓発リーフレット『やめたくてもやめられない…相談できる場所があります』埼玉県内の関係機関へ配布
- ・埼玉県中央児童相談所と制作『ボクは話せない…（埼玉県版）』 埼玉県内（さいたま市をのぞく）全小中学校と関係機関へ配布
- ・啓発絵本『こわい夢を変えよう』

7. 受賞ほか

- ・2016.6 オレンジリボン運動公式ポスターコンテスト2016 最優秀賞受賞（細尾ちあき）
- ・2016.2 第12回精神障害者自立支援活動賞(リリー賞)支援者部門 受賞
- ・2014.10-2016.9 SVP 東京 第10回投資・協働先
- ・平成28年度子どもゆめ基金 教材開発・普及活動

活動実績（メディア掲載・講演等）

》 <https://pulusualuha.or.jp/about/achievement/>

8. 『絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト』

支援者の方からの寄付と協力により、小中学校等へ絵本を寄贈

- ・2016.8 統合失調症編の絵本 80 冊
- ・2016.3 うつ病編の絵本 110 冊

プロジェクトページ

》 <https://pulusualuha.or.jp/activity/picturebooksproject/>

9. 『子ども情報ステーション』—2015.10.1-2016.9.30

ユーザー : 215,745

ページビュー : 850,936

ページビュー・ランキング

- 1) イラストで学ぶ発達障害
- 2) 精神科の受診を考えている方へ
- 3) 小学生のみなさんへ
- 4) 精神疾患 Q&A
- 5) イラストで学ぶ高次脳機能障害
- 6) プルスアルハのこころの絵本とカード
- 7) ぷるす工房 (ダウンロード)
- 8) イラストで学ぶ知的障害
- 9) 大人の知的障害かも?というときのサポートと療育手帳について
- 10) ゆるゆる子育てのコツ (親のみなさんへ)



【資料4】第2期の活動計画の達成度振り返り [] の数字は最低目標値/必要値

1、事業基盤を整備します

- ・寄付収入 [150万円/第2期] →約100万円（保健室プロジェクトへの寄付を含む）
- ・サポーター会員 [合計500人] →620人
- ・リアルイベントの開催 [3回] →原画展、トークイベント×2
- ・会員制度、事務周りの業務確立 →事務スタッフ、会計、会員登録、発送、メール管理、在庫管理など整備・進行中のものあり

2、情報サイトのコンテンツを拡充し、必要な人へと届くようにします

達成事項

- ・中高生向けページ開設 →開設
- ・ユーザー数の拡大 [月1万→2万] →1年で10万ユーザーを達成（2016.9の実績2.4万/月）。Google Ad Grantsの活用、Google Grantspro 承認（Google社の非営利団体向けサービス）
- ・大手メディアに [1回以上] 取り上げられる（→毎日新聞に掲載）

継続中/見直し

- ・いろいろな病気や障がいを知るページ（各論）新設 [10疾患] →6疾患
- ・関連サイトからの被リンク [10件] と自然検索拡大 →継続課題
- ・動画 [3本以上] →作成中
- ・コラムを週2本配信できる仕組みづくり →目標の見直し
- ・参加型のページの構想開始（精神障がいの親をもつ子どもや、精神障がいを抱えながら子育てしている親の知恵や工夫を共有） →取材記「声を聴いてください」の連載を開始、体験談インタビュー。

3、絵本の啓発をすすめます

- ・保健室献本プロジェクト（仮名）

今春の卒業・進級シーズンに初回実施 [100冊]。スキームを確定。第2回の実施計画を作成。

→「絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト」として第2期に2回実施。うつ病編を110冊、統合失調症編を80冊、学校へ寄贈。改良して継続中

- ・ハルくん全国プロジェクト、図書館プロジェクト

プロジェクトページの整備 →ページは引越し完了 プロジェクトとしては足踏み中。見直し。

- ・学会等でのブース出展 [3回以上] →児童青年精神医学会、精神神経学会（初）、リカバリーフォーラム、アルコール関連問題学会へ出展。

4、絵本の効果を検証します →ウェブアンケート実施、個別インタビュー3件、研究協力 進行中

5、LINEスタンプを作成します →2テーマ作成、発売中

6、制作中の冊子「ボクは話せない…」、横展開します

[現在確定している1自治体を含めて、5自治体]

→実績2件（埼玉県中央児童相談所（共同制作先）・子どもの虹情報研修センターで採用）

【資料5】第3期の活動計画 個別目標値 [] の数字は目標値/必要値

事業部門

1. 情報サイト「子ども情報ステーション」の運営事業

ユーザー拡大

- ・自然検索からの流入拡大[2016.9 約4,000→6,000アクセス/月]
- ・被リンク[関連10サイト]
- ・トータルユーザー[2016.9 約2.3万→3万ユーザー/月]

コンテンツ拡充

- ・新設—子ども向けの相談先を集約した情報ページ
- ・継続課題—病気や障がいのページ、体験談・取材記、パートナー向けのページ、動画

2. 心理教育絵本、テキスト等による普及啓発事業

・絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト（3回目まで実施し再評価。担当スタッフを1名配置。効果の見える化。普及先学校選定の根拠づけ。支援者の方への報告を改善。個人だけでなく対団体へのアプローチ）

- ・啓発絵本「ボクは話せない…」の普及[10自治体]
- ・学会・イベント等ブース出展[10回以上 出展スタッフの拡大]
- ・原画展またはそれに準ずるもの[1回開催]
- ・LINEスタンプ[新規1テーマ作成]

3. セミナー等による課題の認知拡大、社会への普及啓発事業

- ・講演は、団体の活動テーマに添ったものに絞って実施

4. 目的を同じくする他団体等との情報交換や他団体と連携した協働事業

- ・学習会への参加。サイトでの情報発信、継続

管理部門

- ・寄付収入 [第2期111万円→200万円/年]
寄付してくださった方への定期的なご報告
法人・団体へのアプローチ（規定の設定と表示 担当スタッフ配置）
社会課題と効果の見える化（活用事例の積み上げ、研究者との連携、団体のメッセージ強化）
- ・メディアへのアプローチの徹底
- ・サポーター会員拡大 [計620→740人]
- ・バックオフィスの整備（継続課題）
- ・認定NPO法人申請に向けた調査

第3期は、事業内容を整理し、第2期で取り組めなかった制作部門に重点的に取り組めるようにします。そのために普及啓発活動の実務作業には新たな人材の配置を予定しています。団体のビジョンとロードマップを再設計します。「コンテンツが届いた先の子どもの情景を思い描けるようになる」「団体の活動を簡潔にわかりやすく表現する」メッセージを強化します。



子どものきもち絵本原画展 2016.6.28-7.3 HAGISO