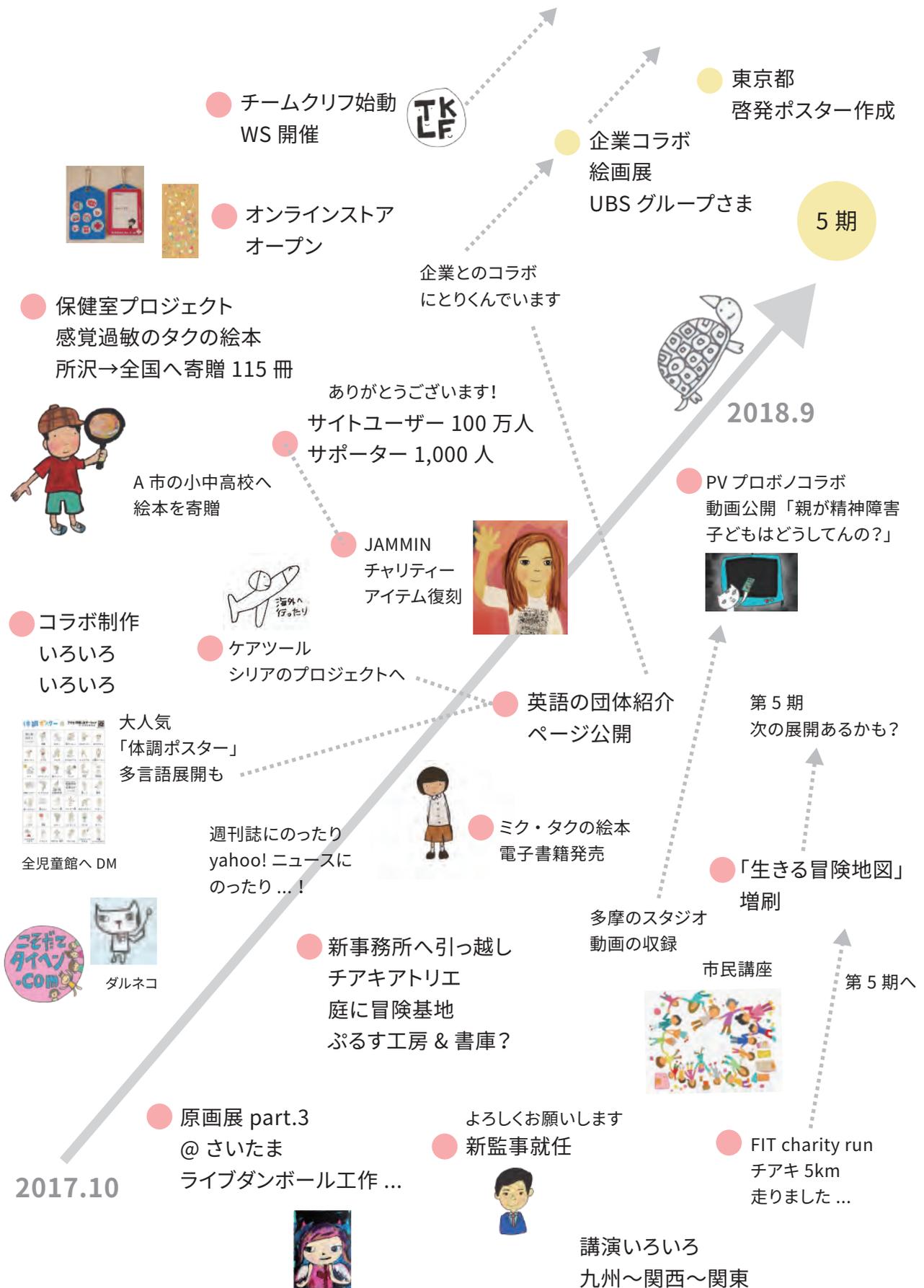


## 【資料 2】 ぷるすあるはのあゆみマップ



## 【資料3】 声 —たくさんの声をありがとうございます

今期もウェブサイトを通してアンケートを行いました。また、サポーター登録時の応援メッセージ、イベント出展時の直接の声など、たくさんの声を届けていただきました。ありがとうございます。

応援メッセージ とても力をいただいています！

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

### ■ご利用アンケート 2018 (79 件の回答)

サイトをみでの感想など

- ・ 子供にも分かりやすく障害や病気についての説明用資料に最適
- ・ 「知ったかぶるのを辞めて、当事者から話を聴く」姿勢に変わった。
- ・ ぷるす工房を使ってる
- ・ 今日の気持ち、保健室登校の子どもたちにいろいろあっていいんだよという事を教えたくて毎日使っていました。
- ・ 自分の精神疾患についても分かりやすく書かれていて自分自身で納得しました。子供向けの元気ツール(ダウンロード等)も、大人だけ自分自身の役にも立ちました。
- ・ 支援の中で、精神障害の親を持つ子供、そのパートナーのケースに対して、絵本やホームページの資料が役に立ちました。
- ・ 絵が自分の好きなタッチなので、色合いも含め、見ると嬉しくなる
- ・ 子どもたちの支援で使えるようなツールを見つけることができました。
- ・ サポートを必要としている子どもや親の気持ち、また寄り添うためにどうかかわるのかを具体的に示していただいていることがサポートする立場の人間の理解を深めていくのにとっても助かっています。
- ・ とても分かりやすく参考になりました。地域の学校の先生方への情報提供に使わせていただきます。
- ・ 当事者です。子ども情報ステーションでは、自分を御すための言葉に巡り会えます。また、そこで得た知識が、人とのコミュニケーションを円滑にするのに役立っています。ありがとうございます。
- ・ 絵カードが、子供の気持ちの表現材料に非常に役に立っています。また、ぷるすあるはさんの日々の眩みや絵に励まされる事が多いです。
- ・ 主には発達障がいのお子さんの支援をしています。発達障がいのお子さんにも役立つツールがたくさんあり、使用させていただいています。
- ・ 感情カードが役に立った
- ・ いちばんは、当事者（子ども）がどう感じているか、が少しかもしれないですがわかったことです。
- ・ 不調を抱えた人が周囲にとってどんな風に見えてどう接したらいいのか、本人はどう感じやすいのかを立場の視点を変えて考えるきっかけになった。イラストが優しく分かりやすい。困った時どうしたらいいのか様々な手段を知れた。
- ・ 他のスタッフと共通言語ができた
- ・ 内容ももちろんですが、絵からの情報がわかりやすいし、絵もすてきです。真剣な内容だけど、イラストのかわいらしさから、心理教育場面で読んでみようかなという人がいるのではないかと思います。
- ・ 病気の説明の絵が可愛くてほっこりします
- ・ イラストが多くわかりやすかったです。各立場に向けて分かれているので探している情報を探しやすいととても助かりました。体験談によって学びを深めることもできました。
- ・ 子育てのみならず、パートナーとの関係が難しいと訴える母親向けに、リラクゼーションとともに、ぷるす工房のものをに使わせていただいている
- ・ 思春期の息子にプリントアウトして渡しています。イラストが分かりやすく説得力があります。
- ・ 病状や子どもの感じ方など、自身では想像や理解の及ばないことが分かりやすく伝わりました
- ・ 読みやすいので、子どもに渡しやすい

- ・ダウンロードコンテンツのページで子へのアプローチの仕方や自分で伝えにくいことの表現方法を見つける糸口になったと思う
- ・子ども向けとはいえ、疾患の説明は素晴らしく、ご家族や当事者本人への疾病の説明にイラストを使わせていただいています。かわいいし、きれいだし、好評です。

#### 絵本をみての感想など

- ・発達障害についての理解が深まった。アルコール依存症の子どもの立場としては、自分は悪くないのメッセージがありがたかった。
- ・優しく暖かいイラストは解りやすくて助かりました。
- ・感覚過敏は、自分一人じゃないと思えた。大人である私自身がこたえや、言葉がすぐには見つからない時に励まされた。語彙[ごい]が少ないこどもは、もっとしんどいだろうなと思えた。
- ・保健室にこっそり置いてあります
- ・絵本は子供の視点で易しい表現で表記されているので、わかりやすくてよい。また、後半に、病気に対する内容のページもあり、支援の場でも活用しやすい。全国の学校、市町村の図書館、保健室も含め、この絵本がもっと多くの子どもたち、支援者、教員、大人の目に触れる機会があったら、大人になってまで抱え込まず済む子どもが増えると思います。
- ・色がダークよりなので、ページが重い
- ・子どもたちに関わる人に広く読んでもらいたい内容だと思いました。
- ・書かれている子どもの気持ちが細やかな絵と色彩と文章でストレートに心に響いてきます。
- ・子どもが自分の特性を前向きに受け入れることができた。(危機的な状況の中に居た時、毎日毎日読んでいました) 親として、子どもの気持ちにより共感的に寄り添えた。
- ・とても、子供の気持ちに寄り添っていて、親や大人が気付けない気持ちに気づかせてもらえました。
- ・支援者・大人にも子どもの立場で描かれていてわかりやすく、よいとおもいます。子どもにはそのままと少し強すぎる内容もあるので、一部抜粋して使っていただくこともあります。3歳の娘が感覚過敏が強いので、特に感覚過敏の絵本は当事者家族として読ませていただきました。子どもを理解してもらうために、担任などに伝えるのにわかりやすく、ありがたいと思いました。
- ・当事者の子どもの不安や悩み、イライラが、実感をもって分かったこと
- ・自分の感じ方や経験としては「そうだよな、こんな感じだった」「登場人物達は本当に苦しんでるけど自分の甘えてるだけだ」という気持ちどちらも湧いてきた。悲しみや悔しさ、恐怖、怒りも思い出した。病院の外来に置いてあったので読んだのが2冊と主治医から借りたのが1冊でした。もし親の立場で子どもの病気について本読んだら お前のせいで自分たち親は云々って怒られるんじゃないかと怖くなった。自分の親が病院に来たり、絵本を読むことはないだろうけどその怖さがあって、他の家族が心配になった。それだけ気持ちが揺さぶられる絵本だったということだと思う。
- ・相談室に置いて、誰でも読めるようにしたら、時々、涙を流して読んでる人がいた
- ・言葉がうまく伝わらないときの方法としてのツール作成に参考にさせていただきます。
- ・僕のこと忘れちゃったの？を、当事者の方たちへの心理教育の一環として読み聞かせを行っています。読み聞かせでは、涙を流されている方もいらっしゃいました。
- ・生きていてもいいんだよ、というメッセージが伝わってきます

#### 改善点や提案 (いただいたすべてのご意見です)



- ・作文コンクール等があると良い (年齢無制限)
- ・相貌失認[そうぼうしつにん]やチックなども知りたい
- ・ぶるす工房ダウンロードがわからない。アイフォンだから??タッチすると水色になってしまう。
- ・イラストを改定したい
- ・これからも実際に使えるワークなどをたくさんあると嬉しいです。
- ・具体的に使える情報・ツールのさらなる充実。イラストで精神疾患が分かりやすく紹介されていること。(今でも充分良いと思っていますが、さらに良くなると期待して)
- ・ぶるすあるふぁという名前が認知しにくい、定着しにくいのではないだろうか？

- ・自身の経験で危険な状態にあることが分かっているにもかかわらず結局誰も何もしてくれないんだということを経験してしまいました。「困ったときは相談しよう」、それは理想であり、相談されても受ける側が無能であった場合、法的に何もできないスポットにあった場合、福祉も警察も医療も何もしない。これが現実でもあります。すべての小中高大学校で地域住民も参加できる形で、具体的に出来る行動を学ぶ機会を行政福祉が作ってほしいと思います。(例えばCAPのプログラムのような)。ジャーナリストの堀潤さん主催の8bitnewsに、「ぶるすあるはさん取材してメディアに取り上げてもらえませんか?」という意見を以前送りました。(勝手にすみません)ぶるすあるはの柔らかくて優しい情報の伝え方と、発信する力のある堀潤さんが繋がって、どんどん行動できる大人が増えてくれたらうれしいです。ご検討いただけたらいいな…。
- ・カードのイラスト無しバージョン(イラスト書き込むスペース有り)のものがあれば助かります。自分の気持ちや困ったことを伝えるのにカードが便利そうだけど、子の感覚によって既存のイラストが使いにくい時に、元のカードをベースに子に合ったカードを作れると良いと思ったので。
- ・精神疾患を抱え、子育て中のママが繋がれる場所がほしい

※回答者の年齢やお立場、役に立ったコンテンツランキングとともに、声はサイトで紹介しています。

》「子ども情報ステーションのご利用アンケート 2018」の結果と声を紹介します  
<https://kidsinfost.net/2018/09/24/questionnaire-5/>

役立った・関心をもったコンテンツで多かったのは…

イラストで学ぶ病気や障がい、小・中高生のみなさんへ、ダウンロード(ぶるす工房)  
 昨年のアンケートと同じこの3ページが上位をしめました。

これまでに寄せられた改善点で、取り組んでいることとして

- ・ダウンロードコーナーの一覧を作成し、ツールを見つけやすくしました
- ・リクエストのあった素材をダウンロード素材にいくつか追加しました
- ・病気を抱えて子育て中のママのグループの情報を収集、5期には公開できるようにします

繰り返しいただいている声で、反映しきれていないものもあり・・・ひきつづきの課題として、取り組んでいきます。進捗を随時報告していきます。

「自分の体験や感じ方はちがった」「それはちがうのでは」という声もありますが、それらの声は直接は届かないことが多いです。届けていただけると大変ありがたいですし、届かない声を想像し、多方面にアンテナを張りながら、真摯に活動に取り組んでいきたいと思っています。多様性に対応できるように、ぶ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。

## 2017 までのアンケート結果

- 》「子ども情報ステーションのご利用アンケート 2017」の結果と声  
<https://kidsinfost.net/2017/08/02/questionnaire-3/>
- 》「子ども情報ステーションのご利用アンケート 2016」の結果と声  
<http://kidsinfost.net/2016/08/11/questionnaire/>
- 》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/](http://kidsinfost.net/utility/pulusualuha_picturebooks/voice/)



サイトアンケート 2018



応援メッセージ



## 【資料 4】 各事業の報告・振り返り (1)サイト「子ども情報ステーション」

# 子ども情報ステーション

by ぶるすあるは



NPO 法人ぶるすあるはの活動の柱のひとつ、情報サイト企画運営。精神障がいやこころの不調、発達凸凹をかかえた親とその子どもたちを応援するサイトです。

第4期も少しずつコンテンツを増やしてきました。子どもゆめ基金の助成2年目を受け(2年で終了)、「イラストで学ぶ病気や障がい」「コミュニケーション・相談ツール」の充実をはかりました。基金を活用し、全国の児童館 4,555 箇所へサイトのダウンロード素材のDMを配布しました。

新たなコンテンツでは、PV プロボノとのコラボで、動画「親が精神障害 子どもはどうしてんの?」を制作公開。これまで情報が薄かったサービスや社会資源情報を掲載し、他団体とのコラボ記事などにも取り組んでいます。3期にひきつづき、学校メンタルヘルスリテラシー教育\*、精神障がいをかかえた親の子育て・子育て支援の取り組みや当事者の方の声の取材記事を、少しずつ公開しています。また、オンラインストアを開設し、コンテンツを求めている方に直接お届けできるようになりました。

\*こころの不調や精神疾患についての知識を得ることで、病気を予防したり、自分のこころの不調に気づいてまわりの大人や友達、専門相談機関などに相談できる力をつけていくことをめざす教育

### トピックス ■データで見る子ども情報ステーションの歩み

開設から3年あまりで累計127万人以上の利用



図1. 子ども情報ステーションのユーザー数推移 (2015/8/1 - 2018/9/30)

開設以来、順調にユーザーが増加し、直近の数ヶ月は月間14万人が利用する情報サイトになりました。第4期のユーザーは688,606人となり、第3期の364,548人と比較すると、188%増加しています。増加の理由として次の3つが考えられます。

### 1. Google など検索エンジンにおける検索順位が上がったこと

よく検索されるキーワード「精神科」や「双極性障害」、そして「識字障害」などについて、検索順位が上位に表示されました。その結果、Googleなどの検索サービスを經由して子ども情報ステーションにたどりつく方が大変増えました。

### 図2. 子ども情報ステーション訪問のきっかけ

(2017/10/1 - 2018/9/30)

490,628と71.2%のユーザーが検索エンジン経由で来ています。

前期の同割合16%と比較すると、大幅に増加しています。



## 2. 前期よりインフラを改善し、ページの表示速度を速めてきたこと

ページの読み込み時間は平均 6.08 秒と、前期 8.67 秒から 2.6 秒ほど改善しました。まだ改善の余地はありますので、引き続き高速化を目指し、より活用しやすいサイトをつくってまいります。

## 3. 継続的にページを新規追加、更新してきたこと

表 1. のアクセス数ランキング上位 10 件のうち、★のついた 7 コンテンツを追加、更新しました。なかでも、アルコール問題 Q&A は、平均ページ滞在時間が 482 秒（≒8 分）と、じっくりと読み込まれていることがわかります。他のページも概ね 3 分程度読まれています。これらのページのように、今後も情報コンテンツの質と量を適切にたもち、新たなコンテンツの制作に取り組んでまいりたいと考えています。



表 1. ページ別訪問数および平均ページ滞在時間 (2017/10/1 - 2018/9/30)

ページ タイトル	訪問数	平均ページ滞在時間
★精神科の受診を考えている方へ	140,873	160.26
★アルコール問題 Q&A—依存症のメカニズムや診断、治療、家族のかかわりなど	61,062	482.25
ディスレクシア・読字障害(前編)...症状と音韻処理	49,296	194.54
★双極性障害[そうきょくせいしょうがい] (そううつ病)	48,424	158.67
★子ども情報ステーション by ぶるすあるは	25,322	76.79
スクールソーシャルワーカーって？—暮らしの中での困りごとを抱えている生徒と家族を支えるための専門職—	35,636	321.30
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	30,477	183.52
★感覚過敏[かびん]と鈍麻[どんま]—発達障害にともないやすい感覚の特性	29,345	243.61
★強迫性障害 [きょうはくせいしょうがい]	27,196	184.45
★統合失調症 [とうごうしっちょうしょう]	28,565	192.33

### ■動画「親が精神障害 子どもはどうしてんの？」

これまで、ぶるすあるはだけでは伝えきれなかったこと、客観的な視点、別の視点、たのなか先生の協力のもと、そして PV プロボノの強力クリエイターさんたち（感動！）とのコラボで、素敵な動画になりました。衣装やイラスト etc…チアキワールドも炸裂。動画の公開にあわせて、サイトにはさらにくわしい情報や相談先情報、制作裏話も掲載しました。子どもたちの応援の輪を広げていきます。



#### 制作スタッフ

プロジェクトリーダー、クリエイティブディレクター：宮原契子

演出、編集：内田英恵 撮影：高橋聡、中野貴大

音楽ディレクター（録音、MA）：藤木和人

作曲、演奏：川嶋成美、藤木和人 アルハ（声）：佐藤信二

事務局プロジェクト担当：高橋克人（以上 PV プロボノ）

イラスト、衣装、小物：チアキ

出演：アルハ、たのなか先生、センセ、チアキ、キタノ



## ■ぶるすあるはのオンラインストア状況



今期のはじめより検討していましたが、ぶるすあるは独自サイトのオンラインストア企画を実現することができました。もともとこの企画は、某ネット書店…などでは絵本が品切れになって買えないことが多いため、いつでもネットで絵本を購入することができるようにしたいというところからはじまりました。また、絵本の『ボクは話せない…』などをメール等で注文を受けていましたが、決済など運用上の手続きが多くなってきたこともあります。そこで、BASE というネット通販のインフラを利用して、2018年7月末に通販サイトを開設しました。

》 <https://pulusualuha.thebase.in/>

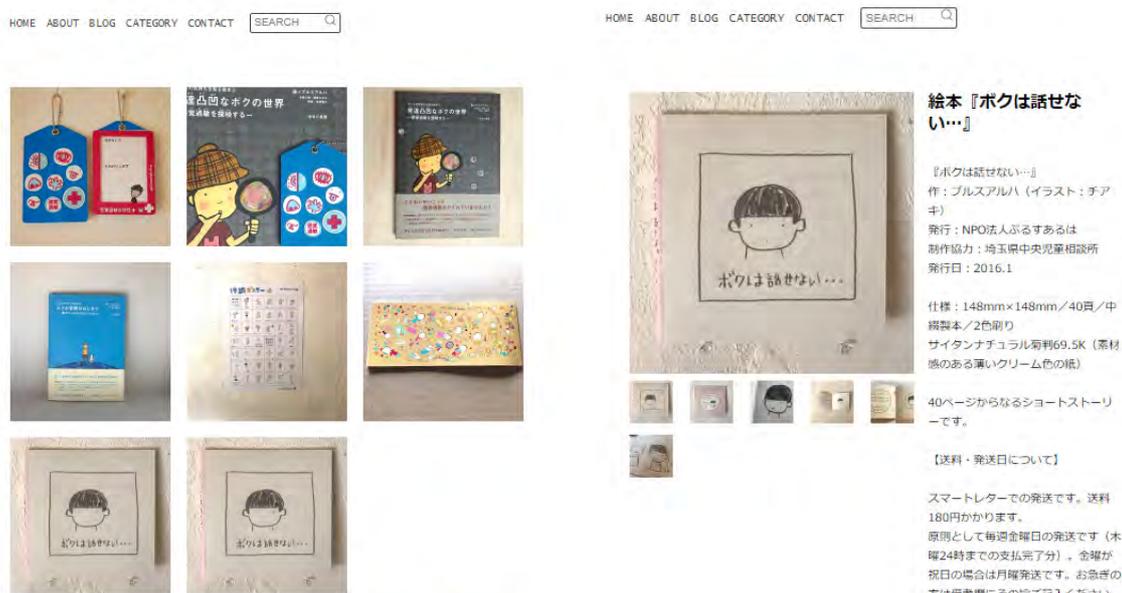
最初は、パステルや一筆箋など数点ではじめましたが、徐々に商品数は増えています。

絵本に関しては、ネット書店のような販売形態はできないのですが…素敵なオプション（チアキのサインなど）を付けての販売は可能となり、絵本も購入できるようになりました。

開設後2ヶ月はまだ売上げは少々ではありますが、次期は売上げが伸びることを期待しています。

利用される方に必要とされる、安心や希望につながるコンテンツを増やしていきたいと思えます。

# ぶるすあるは



最後に。取材にご協力いただいたみなさま、ありがとうございます。

writer Suzuki Yoさん、ざっきー先生、はづさん、うしばさん、さくちるさん、アドバイザーの先生、ほか、多くの方にご協力いただきました。encourageの林さん、コラボありがとうございます。コンテンツ制作チームのメンバーのみなさん、ありがとうございます。

## (2)絵本の普及のためのプロジェクト

### ■絵本で届ける保健室あんしんプロジェクト



寄付を募り、出身校や身近な子どもが通っている小中学校の保健室に、プルスアルハの絵本を届けるプロジェクト。2016年のうつ病編(110冊)、統合失調症編(80冊)、アルコール依存症編(120冊)につづくシリーズ第4弾は、発達凸凹・感覚過敏のタクくんの絵本。

2017年、発達障害サイエンスカフェ「感覚の世界を探検」でご一緒したことがご縁で、Light it up blue 所沢実行委員会とのコラボ企画でした。まずは所沢の学校へ、目標達成したら全国へ。結果、目標の200%を達成し、所沢の小中学校・特別支援学校・インターナショナルスクール計50校と、全国の特別支援学校50校、支援者等からの指定の15冊、計115冊を寄贈しました。ご協力ありがとうございました。

今期は、企業様からの寄付で絵本7冊セットを献本したり、夏の教育関係者向けのワークショップ【資料5・TKLF】の中で絵本を紹介し、学校へ持ち帰って活用いただくなど、新たな広がりもありました。



\*受け取った養護教諭の先生方からの声(一部ご紹介)

- ・(不登校って言わないで…)の本を読んで、いろいろ過去のことを話してくれた生徒がいました。そんな状況があったのを知らなかったの、びっくりしたのと、本の力に驚きました。
- ・自分自身が知らなかった事を知ることができた。そのような生徒が以前いたときにあったらよかったです。特別扱いされたくない、知られたくないという思いと、誰かに話したいという思いの葛藤があった。
- ・優しい絵で、読み切りで、とてもいい本だと思いました。生かされていなくてよい方法があれば知りたいです。

### ■ハルくん全国プロジェクト



アルコール依存症の家庭で育つハルの絵本を'お国ことば'で朗読しよう!

NPO 法人 ASK さんとのコラボ企画。今期新たに、阿波弁、熊本弁、新潟弁が登場。現在マップでは、23のお国言葉が並んでいます。2014年、アルコール健康障害対策基本法施行の年に始まった本プロジェクト、子ども支援ツール、啓発ツールとして、一定の支援を得ています。沖縄では、リカバリーパレード\*＆ハルくんプロジェクトが毎年行われています。

\*「依存症」の回復に向かって歩んでいる本人と、家族、友人、支援者などが、回復の喜びを祝うパレード。一般の人たちに「依存症は回復する」ことを自分の顔、声でアピールするイベントで、全国各地で開催されています。



### (3) SNS 発信



### (4) 企業のみなさまとのコラボ企画



第4期に初めて取り組んだこととして、民間企業との協働があります。

FIT チャリティラン 2017 の支援先団体に選出いただいたことから、ご縁をいただきました。

社員の方と豆本をいっしょに作り、子ども支援をしている団体へ寄贈する「豆本制作寄贈プロジェクト」やメンタルヘルス（セルフケア）のワークと絡めて、団体が取り組む社会課題について知っていただく機会など。また、企業からのご寄付での絵本寄贈、2018年10月には、UBS グループ様との企業コラボ絵画展が実現しました（5期にくわしくご報告します）。コラボの目的や目標を明確にし、第5期、ひきつづき取り組みます。



左) 社内チャリティーイベントで、ぶるすあるはの活動、ツールをご紹介いただきました（J.P.モルガン様）  
右) 豆本制作寄贈プロジェクトの様子。（ウェルズ・ファーゴ様）  
ありがとうございました。

※英語の団体紹介ページができました。コンテンツが海外へ・・・！

## What is PULUSU?

We have released an English page which is created with Ms. Lisa Hosokawa, Third Space Tokyo.

Lisa and PULUSU deeply shared vision and value through a production process. Hope you can visit the page and find our thoughts and tools.



国際 NGO 「Hand in Hand for Syria」が行なっている、シリア国内にて障害を負った負傷者の方々へ、理学療法と精神保健サービスを提供するプロジェクトで、ぶるすあるはのセルフケアツールを活用いただきました。（本件、ホワイト&ケースさまに、プロボノ支援をいただきました。ありがとうございました。）

## 【資料 5】 他団体との連携・精神障がいをかかえる親と子の支援情報

### ■TKFL:TEAM KIDs LIFE FUTURE (チームクリフ)



研究者などとのコラボチーム、始動しました。

精神障がいのある親と暮らす子どもたちの「生きる」と「未来」を応援する研究者や NPO 法人から成る団体です。科学研究費補助金（基盤研究(C)研究課題番号 16K04149 研究代表者長沼葉月さん(首都大学東京)) をうけて、学齢期の子どもへの支援を考えるための、養護教諭等、学校関係者を対象としたワークショップを開催（8/9 実施）、調査研究にもとづく情報発信などを行います。

「子ども情報ステーション」内のページで情報発信を行い、ぶるすあるはは、事務局機能を担います。  
<公開しています>

- ・「メンタルヘルス面での課題を抱えた親の元で暮らす児童生徒の実態と支援ニーズに関するアンケート」（埼玉県の公立小中学校の養護教諭対象の調査結果）
- ・子どもと家族を支える社会福祉サービスあれこれ（調査でよせられた「支援ニーズ」をもとに、精神障がいのある親とその子ども、家族をささえるサービスをまとめました。）

### ■情報発信



親が精神障がいをかかえている子どもの支援。親が精神疾患をかかえている（成人した）子どもの立場の方の集いが少しずつ全国にでき、子どもだけでなく、パートナーや家族全体を支援する動きもあります。「ヤングケアラー」\*という言葉がメディアで耳にする機会もふえました。サイト「子ども情報ステーション」では、団体等の紹介のページを設置し、イベント参加レポート、新刊紹介など随時発信しています。ひきつづき、アンテナを張って情報収集、発信していきます。

\*ケアラー（carer）とは、サポートの必要な家族や友人などを無償でケアする人のことです。18 歳未満の子どもをヤングケアラー、18 歳-おおむね 30 代くらいまでを若者ケアラーと言います。

※気なるメディアの数字を検証しました（2018.9）

「精神疾患の親をもつ子は、もしかしたら同じように精神疾患になるの？」

メディアで取り上げられたデータで気になることがあり...このテーマにとりくむ研究者の方々と共に、試行錯誤しながらコラムを書きました。精神疾患をかかえている親御さんとその子ども、ご家族が安心して生活していけるように共に考え、発信していきたいと思います。



「精神障がいをかかえた親の子どもをテーマとした取材について」

（団体として、取材をうけるときの、情報発信についての指針を、法人サイトに掲載しています）



## 【資料6】活動実績詳細 メディア掲載、講演、イベント出展ほか

### 1. メディア掲載

- ・2018.10.14 NHK おはよう日本（感覚過敏パステース）
  - ・2018.10 精神保健医療福祉白書 2017/2018
  - ・2018.10 「クスリをやめたい」その思いでつながった仲間のおかげで、今生きています。“薬物依存症”のPenさんが歩んでいる回復の道のり」（soar とコラボでインタビュー記事を公開）
  - ・2018.7 CAP ニュース 107 号
  - ・2018.4.26 「感覚過敏」とともに工夫して暮らす細尾ちあきさん | soar（ソア）
  - ・2018.1.27 毎日新聞夕刊「人模様」
  - ・2018.1.13 しんぶん赤旗
  - ・2017.12.24 虐待とネグレクト 19 巻 3 号 各地の取り組みから学ぶ
  - ・2017.12.06 「ノーマラ伊豆の国」ポスターに絵本のイラストが採用
  - ・2017.11.20 北海道新聞
  - ・2017.10.24 週刊女性「ちゃんと知りたい！発達障害」
  - ・2017.10.19 大宮経済新聞、テレビ埼玉ニュース 930 で原画展 part.3 について紹介
  - ・2017.10.12 ウェブサイト・KENKO JIMAN で記事掲載
- 連載 2016.8～2018.9 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と今のあなたへ』



薬物依存症  
Penさんインタビュー  
(soarのサイト)

### 2. 講演等 ()は参加者概数

- ・2018.09.16 第23回聖路加看護学会学術大会 シンポジウム (200)
- ・2018.09.13 身近なメンタルヘルズ講座（ホワイト&ケースさま）(35)
- ・2018.09.06 豆本寄贈プロジェクト（ウェルズ・ファーゴさま）(20)
- ・2018.08.09 精神障害のある親と暮らす子どもへの支援を考える 養護教諭等対象ワークショップ（TKLFのメンバーとして参加）(70)
- ・2018.07.27 豆本寄贈プロジェクト part.2（J.P.モルガンさま）(30)
- ・2018.07.24 朝霞市教職員向けゲートキーパー研修 (15)
- ・2018.07.03 豆本寄贈プロジェクト（J.P.モルガンさま）(25)
- ・2018.06.24 精神保健看護学会市民講座「親が精神障がいを抱えている子どもたちを絵本を通して応援する」(80)
- ・2018.03.17 尼崎市「こころの健康のつどい」－「絵本を通して家族全体を応援 『ひとりちやうで』(100)
- ・2018.03.02 横浜市青少年相談センター・若者相談支援スキルアップ研修 (70)
- ・2018.02.25 さいたま市市民後見人養成研修 (20)
- ・2018.02.20 港北区主任児童委員連絡会研修「精神障がいを抱えた親とその“子ども”の支援について」(50)
- ・2018.02.18 アルコール関連問題学会関東甲信越大会 ハルクんの絵本朗読 (50)
- ・2018.02.17 アルコール・薬物家族支援フォーラム ハルクんの絵本朗読 (80)
- ・2018.02.16 高次脳機能障害支援コーディネーター全国会議・シンポジウム (100)
- ・2018.02.10 アディクション看護学会研修会「依存症事例対応への基礎編」(20)
- ・2018.02.01 さいたま市立木崎小学校 学校保健安全委員会 (80)
- ・2018.01.25 さいたま市後見人候補者フォローアップ研修 (35)
- ・2018.01.18 世田谷区地域用保護児童支援協議会「機能不全家族の中で育つ子どもの心理とその支援」(80)
- ・2017.12.14 埼玉県立大学 健康相談活動 講義 (30)
- ・2017.11.18 武蔵野市精神保健福祉啓発事業「ひとりじゃないよ－親がこころの病気の子どもへ身近な大人ができること－」(76)
- ・2017.11.17 習志野市役所子育て支援課「こころの不調や発達の凸凹(でこぼこ)をかかえた親とその子どもの支援」(65)

- ・2017.11.10 宮崎県精神保健福祉大会「ひとりじゃないよ一親が精神疾患をかかえた子どもたちを応援」(800?)
- ・2017.11.07 東松山保健所 H29 年度子どもの心の健康づくり研修会「こころの不調を抱えている親をもつ子どもへの支援」(80)
- ・2017.10.31 多摩総合精神保健福祉センター 薬物・アルコール等相談家族教室公開講座『ボクのことわすれちゃったの？ お酒の飲み方に心配のある家庭で暮らす子どものケアについて』(30)

### 3. イベント、ブース出展等

#### 主催イベント

- ・2017.10.17-22 子どものきもち絵本原画展 part.3 (419)

#### ブース出展等

- ・2018.09.17 リカバリー全国フォーラム (1,337) \*和菓子屋さんの本棚さんプロデュース
- ・2018.09.14-15 第 54 回公益社団法人日本精神保健福祉士協会全国大会・第 17 回日本精神保健福祉士学会学術集會長崎大会 (928)
- ・2018.06.23-24 精神保健看護学会@東京
- ・2018.04.01 ライト・イット・アップ・ブルー所沢イベント (150)
- ・2018.03.05 写真展「フォスター」
- ・2018.02.24 四日市こころの健康・福祉のフェスティバル (200)
- ・2018.02.18 アルコール関連問題学会関東甲信越大会@埼玉 (500)
- ・2018.02.17 アルコール・薬物家族支援フォーラム@埼玉 (100)
- ・2018.02.03 全国精神保健福祉相談員会@神奈川 (300) \*和菓子屋さんの本棚さんプロデュース
- ・2018.01.28 あんしん子育てサポートプロジェクト学習会@埼玉 (35) プティパ主催
- ・2017.12.9 ピアスタッフの集い@埼玉 (約 200)
- ・2017.12.2-3 日本子ども虐待防止学会@千葉 (約 2,000)
- ・2017.11.12 アルコール関連問題啓発イベント@東京「ハルクン全国プロジェクト」パネル展示 (210)

\*「和菓子屋さんの本棚」さんは、キッズパワーサポーターさんで、出張出展くださっています。初回、和菓子屋の本棚で展示を行ったのが由来です。チャリティー文房具企画制作も担い、豆本職人さんでもいらっしゃいます。

### 4. 制作物

制作物の  
紹介ページ



#### コラボ制作

- ・東京都児童虐待防止普及啓発ポスター作成(2018.11 掲示 都営バス全営業所、都営地下鉄全線(浅草線、三田線、新宿線、大江戸線)、日暮里・舎人ライナーの全車両、都内、児童相談所(11ヶ所)・区市町村(50自治体))
- ・公益社団法人福岡犯罪被害者支援センター ウェブサイトコンテンツ共同制作「境界線ってなに？」
- ・さいたま市障害者更生相談センター 高次脳機能障害啓発ポスター イラスト作成
- ・埼玉ダルク 薬物依存症啓発・相談先カード制作
- ・さいたま市発達障害者支援センター 啓発リーフレット制作
- ・東京ダルク ウェブサイトデザイン・イラスト制作
- ・「ピフレンディングボランティアに参加しませんか？」リーフレット制作(名桜大学・ゼミ)
- ・「こそだてタイヘン.com」ウェブサイトイラスト制作



### 5. 定期刊行物

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  
2018年夏秋号 3,000枚+1,500枚/2018年春号 4,000枚/2017年冬号 3,000枚

\*実績サイト掲載ページ <https://pulusualuha.or.jp/about/achievement/>

## 【資料7】第4期の個別活動計画振り返り・第5期への計画 □は目標(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

◎検索サイトからのアクセスを拡大 [8,000アクセス/月] → 140,000/月

○ユニークユーザー累計 [2018年9月時点で100万人] →126万人

##### コンテンツ拡充

○病気や障がいのページ[5疾患を追加] →5テーマを追加

△パートナー向け→Q&Aコラムページスタート △精神保健福祉スタッフ向け →拡充必要

×保育士向けページ作成[公開] →継続課題

△定期的なコラム公開のシステムづくり、新規コンテンツ作成のパッケージ化 →継続課題

#### 2. 心理教育絵本、テキスト等による普及啓発事業

○学会、イベント等ブース出展[10回以上・その内、初めての箇所に2回以上]

△※重点ターゲット:精神保健福祉士、スクールソーシャルワーカー →5期は養護教諭、小児科(初)

△発達凸凹のポスター、リーフレット(制作中)[汎用性のある形で公開] →ポスター・ページ作成、活用法要検討

△新規コンテンツ作成は、ニーズの高いものは、随時積極的に行う →継続。(コラボ先のニーズに応えきれない案件がいくつかあった、次期への課題)

○コンテンツ販売チャンネルの拡大検討 →オンラインストア開設

#### 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

・依頼による講演は新規受付を休止 →休止のまま

×(原画展プロジェクトにあわせて、ツールの活用方法をまとめ、それを紹介するイベントを開催)

#### 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[1回]。

○社会への啓発動画(制作中)[動画公開・連動するページ公開] →作成・公開

○研究協力 『精神障がいのある親と暮らす子どもへの「チーム学校」を基盤とした支援モデルの開発(進行中)』ほか →プロジェクトスタート

### 重点項目

FITチャリティーラン寄付金をもとにした、子どものきもち絵本原画展・関連プロジェクトの実施。必要としているより多くの方へ、ふるすあるはのコンテンツを届けていくためには、事業を持続可能なものとし、普及力を高める必要があります。本原画展は、企業スポンサーを得ることを目標とし、その足がかりとなるプロジェクトです。企業担当者向け説明会の開催、団体の活動、取り組む社会課題、アイデンティティをこめた図録の作成を行います。

→(第5期になった)10月にクローズドの企業絵画展が実現しましたが、第4期中に一般の方にも鑑賞いただける原画展の開催や、作品コンセプトブックの作成はできませんでした。2019年の開催に向けて、現在準備中です。FITの縁から、絵画展を含めて、4社の企業様とコラボのイベントを開催することができました。コラボの目的を明確化し、第5期、ひきつづき取り組みます。

### 管理部門

×個人の継続寄付 [第3期61万円→100万円/年]

○サポーター会員拡大 [計740→850人]

△バックオフィスの整備、認定NPO法人申請に向けた調査 (継続課題)

→財務基盤の整備は未改善、バックオフィスの整備もひきつづきの課題です。キッズパワーサポーター会員は着実に増え、活動は少しずつ広がっています。コンテンツ活用例など成果の見える化、寄付しやすいサイトページへ改善等、に取り組みます。

## 【資料7-2】第5期活動計画

3ヶ月毎の普及のための取り組み項目を、ロードマップにまとめました。活動をひろげるための、重点機関として、教育・医療をあげています。初夏に、一般向け原画展の開催を目指して取り組みます。活動内容・絵のメッセージを、直に、届ける機会です。さらに、団体活動基盤の整備につなげられるように工夫します。コンテンツ制作では、2019年1-3月を制作集中期間として、出版物にとりくみます。積み残しになっている、ベーシックなサイトコンテンツ制作に、ひきつづき取り組みます。

普及計画	第4期 ~2018.9	第5 2018.10-12	2019.1-3	2019.4-6	2019.7-9
教育機関 (最重要)	<p>目標)子どもをサポートできる教員が増える、学校にコンテンツが置かれ子どもや教員が情報にアクセスできるようになる 全小中学校にリーチすることで、全ての子どもにリーチできる</p>				
	<p>チームクリフ 埼玉で普及(関東、全 国へと広げる準備)</p> <p>絵本で届ける 保健室あんしんプロ</p>	<p>・&lt;ワークショップ開催(8月・絵本 などのツール活用)&gt; ・プロジェクトページ公開 ・ヒアリング、戦略素案作成</p> <p>感覚過敏の絵本、115冊献本</p>	<p>&lt;フォロー調査&gt; &lt;学会発表(12月)&gt; ・既存取り組み検証・ヒアリング</p> <p>(A市23校献本・フィードバック回 収)</p>	<p>・全国養護教諭研究会出展(2月)</p> <p>(B市22校・献本・アンケート実 施・発信)</p>	<p>(来期への準備) &lt;地域の資源の調査・研究まとめ・発信・ツール作成&gt; &lt;資金調達&gt;</p>
医療機関 (重点)	<p>目標)コンテンツが置かれる、子ども・子育て支援を実践するスタッフがふえる(病気をかかえたご本人、ご家族へ直接情報を届けられる)</p>				
	<p>コンテンツ作成 普及</p> <p>学会出展</p>	<p>・(医療スタッフ向けページ作成)</p> <p>・精神保健福祉士全国大会ほか</p>	<p>・医療スタッフ向けページ作成 (研究者とのコラボによる)医療機関向け啓発シート作成 ・医療機関向け絵本セット</p> <p>・デイケア学会・虐待防止学会 ・小児精神神経学会&lt;チームク リフ発表&gt;</p>		<p>アディクション看護学会 小児保健協会 (精神神経学会)</p>
支援者 * サポーター	<p>目標)支援の必要性がひろがり、子どもをサポートできる支援者、大人がふえる(より多くの子どもをサポートできる) 団体基盤確立のためのサポーター拡大、コンテンツ販売強化</p>				
	<p>サイトコンテンツ</p> <p>原画展</p> <p>サポーター 寄付</p>	<p>・サイトコンテンツ強化 (パートナー向け、精神保健福祉 スタッフ、病気の当事者グルー プ) ・一般向け啓発動画</p> <p>・原画展</p> <p>(サポーター拡大、寄付拡大) ・グッズチャリティー</p>	<p>・サイトコンテンツ強化 ・コンテンツ販売強化</p> <p>・イベント出展パッケージ化</p>	<p>・ベーシックコンテンツ完成 ・コンテンツ活用ヒアリングまとめ ・サイト更新システム整備</p>	<p>・活用法のより具体的提案</p> <p>・一般向け原画展 コンセプトブック作成・パッケージ化・絵画販売</p>
企業	<p>目標)団体基盤確立のためのファンドレイジングと認知拡大、ネットワークからのインパクト拡大、 病気をかかえながら働く親と子ども・家族支援</p>				
	<p>コラボ企画</p> <p>企業向けコンテンツ</p>	<p>・ヒアリング ・団体資料、ページ作成 ・コラボイベント</p>	<p>・企業コラボ原画展 ・ここまでの実施内容を整理、資 料作成</p>	<p>・団体紹介資料作成(印刷)</p> <p>(企業向け営業)</p>	<p>・企業向けコンテンツ作成</p>

数値目標 子ども情報ステーション(ユニークユーザー累計) 3000千人(300万人)  
キッズパワーサポーター 1,500人



# ぷるすあるは

にかかわるひとたちの  
自由にひとこと 2018

ぷるすあるはの監事としてののはじめての期でした。  
応援してくださっている方々、いつもありがとうございます。  
体調ポスターがとても気に入っており、家族や自分の体調管理にもついています。様々な国の言語に翻訳もされていて、ぷるすあるはの活動の広がりを感じています。

池山



役員

未来にゴー

カラフルなそれぞれの、いろんなカタチが混ざり合ったクレヨンの絵を描きました  
少し前に展示したクレヨンの絵にさらに重ねて時間と共にたくさん出会いや重なりで  
ぷるすあるは、サイト・子ども情報ステーション  
わたしたちも、一緒に昨日から明日へたくさんのサポーターの方の応援をエネルギーに変換して、さらに未来にゴーしていきます

お家や現場で使えるツール、アイテムに頑固なチアキこだわります  
そして

絵を描ける楽しさを、皆さんに教えてもらいました  
少し言葉足らずなチアキは言葉にならないことを絵やイラストに  
キタノは現実のバランスをとる天秤

子ども情報ステーションは

プロボノの IT/web チーム、他職種チーム（保健師、心理士、教員、養護教諭...）の強みのカケラで、常に柔軟でありたいと思います。

よしっ

真面目な思いを書きました (^ ^ )  
真面目にカラフルな落書き描いて  
今後ともよろしくお願いします チアキ



前年度は FIT チャリティーランの支援団体に選出されるなど、新たな素晴らしい出会いに恵まれた年度でした。ゆっくりではありますが、今年度も頑張っていきますのでよろしくお願いいたします。

Assy



一昨年も去年も、ぷるすは“活動”しました。そして今期も本当によく“活動”しました。都営バスでチアキさんの絵を見つけたときは、嬉しかった気持ちと同時に、<泣いていいよ>の一言が、多く子どもたちに届きますようにと心からそう思いました。たくさんの皆さんに支えられ、出会いもありました。有難うございました。大人も子供も誰もが生きやすい社会になりますように、さて来期は、どんな活動になるのでしょうか。応援よろしく願います。吉岡幸子



ホット アルハ

アルハに押され気味の...  
ゴマスキー



マスケット  
キャラクター



活動を円滑に行えるよう、微力ながら事務会計業務の効率化を推進していきます。Yuko  
事務・会計担当



サイトコンテンツ  
制作チーム

今期もコラムをはじめいろいろなことに関わらせていただきました。一番びっくりしたのはヤフーニュースに取材が取り上げられたことです。来期も楽しんで取り組んでいきたいと思ひます。おがてい



ご支援いただいているみなさま、サポーターのみなさま、ありがとうございます。  
It/web/ 新規企画チーム、事業戦略チーム、原画展の道具チーム、プロボノ、ボランティアスタッフのみなさん、ここに登場しきれない、さらに多くの方に、今期もぷるすあるはの活動をささえていただきました！ ありがとうございます。キタノ

