

企業さまとのコラボレポート(2018-2019)

企業さまとのコラボレポート(2018-2019)	1
UBSグループ様	1
ギャラリートーク&豆本寄贈プロジェクト with UBSグループさま	1
J.P.モルガン様	11
豆本寄贈プロジェクト with J.P.モルガンさま	11
豆本寄贈プロジェクトpart2 with J.P.モルガンさま	16
社内チャリティーミニゴルフ大会 J.P.モルガンさま	21
豆本寄贈プロジェクトpart3 with J.P.モルガンさま	30
空を未来に、ドットが広がる絵を展示ーJ.P.モルガンさま	33
豆本寄贈プロジェクトpart4 with J.P.モルガンさま	37
社内チャリティーミニゴルフ大会2019 J.P.モルガンさま	40
ウェルズ・ファーゴ様	45
豆本寄贈プロジェクト withウェルズ・ファーゴさま	45
ホワイト&ケース様	49
身近なメンタルヘルス講座ーストレス・うつ・セルフケアのワークーホワイト&ケースさま	49

UBSグループ様

ギャラリートーク&豆本寄贈プロジェクト with UBSグループさま

2018.10.17-24

UBSグループ様主催、大手町ファーストスクエアB1ギャラリーで開催された絵画展「みえない子どもたちをみる」

最終日のランチタイムに、社員の方向けのイベント・ギャラリートーク&豆本寄贈プロジェクトを行いました。

ギャラリートーク



メインの作品コーナー3箇所のうち、今回は「広い世界が待ってるし」というこちらの壁をご紹介。
家のコラージュ作品。いつのまにか、平面から立体の作品になっていく様子。春は暁の空の色。
本絵画展のメインビジュアルにもなった「子どもの瞳の大人の街」

ロボットの絵。瞳のメッセージ。

描き出しには完成のイメージはなく、キャンバスをパレットにして色をのせていくうちに、子どもの表情が浮かんでくること。

今回のテーマの「色」のこと。etc





短い時間ではとても語りつくせない、制作のエピソードを、ちょっぴりお話ししました。
みなさん、とても真剣に聞いてくださいました。
目にとまった包帯の絵は？ 何度も登場する「有刺鉄線」の意味は？の質問も。

...もしかしたら、子どもは、見えない包帯で自分の手当をしながら、大人の前では笑いながら、生きているかもしれない。見えない包帯を信じない大人のことは、子どもはよく見える。

...有刺鉄線は、差別や偏見。それらはなくならないけど、有刺鉄線をちょっと開いて、向こうとこちらと、少し行き来できたら...

* *

今回の絵画展の核心に迫る質問でした。

* *

向かいの壁の作品「子どもたちが住む街」には、鏡が埋め込まれています。
鏡をのぞくと、自分と自分のうしろに、子どもたちが映りこみます。
みなさんには、もう、子どもたちが見えています。みなさんが、誰かのヒーローに。



活動紹介&豆本制作&ふりかえり

ギャラリートークの後は、会場を会議室へ移し、「精神障がいをかかえた親とその子どもを応援する」ぷるすあるはの活動紹介。そして、3種類の豆本を作成しました。



最後の振り返りの時間は、「チアキの絵やコンテンツの活用法？ 団体の活動の認知度をあげるには？」というテーマで小グループで話し合い、その内容・たくさんのアイデアをフィードバックいただきました。

*

ギャラリートークから豆本づくりに振り返りまで、と駆け足の内容でしたが、密度の濃い、有意義な時間になりました。

準備企画いただいたスタッフのみなさま、ご参加いただいたみなさま、ありがとうございました！

アンケートの声をご紹介します

(全ての掲載は難しく一部になりますが、たくさんの声をありがとうございました！)

- ・とても印象的な絵&それぞれに想いが詰まっているので、絵の背景を理解しながらみることで、活動への関心と理解が深まっていくと感じました
- ・百聞は一見に如かず、実際に見てインパクトを感じた
- ・企業のボランティアイベントは非常に有効だと思います
- ・It was eye-opening to understand it's just not some with mental problems who are affected but their family members as well (that we usually neglect and don't understand their environment)
- ・展示の意図を明確にした方がよい
- ・時間が少なすぎ、今回のボランティアプロジェクトの意図、活動内容についての理解は進まなかったようです
- ・豆本づくりは楽しい
- ・自分が見てかじたことと、作者の説明とで、感じ方が似ていたところ、違った所があって、興味深かった。新しい世界の見方に触れることができるとても有意義だった。
- ・絵はただ見ても素晴らしいと思ったが、お話を伺えたことで、絵にこめられた想いやメッセージを理解できて、本当に有意義でした。
- ・直接的な支援は、子ども達に100%ポジティブな環境を与えることができるか心配だが、今回のような活動を通して、そのような状況にいる子ども達のことを、より多くの人に伝えることはできると感じた
- ・(できそうなこと)豆本の製作、寄付、知り合いに豆本を渡す、幼稚園の先生や学校の先生にお伝えすること
- ・匿名でかまいませんので、実例で紹介いただければ、考える助けになるかもしれません。

- ・また展示会があれば知らせてほしいです。
- ・ミラーに写る子供達の絵に感動しました。
- ・期間を2週間でも良いかと思いました。
- ・豆本がかわいくてよかったです。

(チアキへの質問^^)

- ・モザイクの絵はどのような気持ちがかめられているのでしょうか？とても印象に残りました。
- ・絵に力があり、とてもお上手だと思いますが、我流ですか？どこかで学ばれたのですか？



(チアキの回答)

- ・モザイクの絵は外に広がる世界を描きました。
 - ・絵を習ったことはありません。
- (看護学校卒、ずっと看護師として働いてきました。プルスアルハの活動をするようになってから、アーティストの方にアドバイスをいただく機会や、ワークショップに参加したりすることはあります。使う画材が増えたり、表現の幅は広がってきたようです。)

今回、社員のみなさまが作った豆本は、子ども支援を行なっている団体へ寄贈します。



(写真は一部です)

↓↓アルバム・作品紹介へ

<https://kidsinfost.net/2018/10/21/gallery-9/>



An art exhibition
"TO RECOGNIZE CHILDREN WHOM WE CANNOT SEE"

みえない子どもたちをみる

- NPO 法人ふるすあるは・チアキ絵画展 -

J.P.モルガン様



豆本寄贈プロジェクト with J.P.モルガンさま

2018.7.3

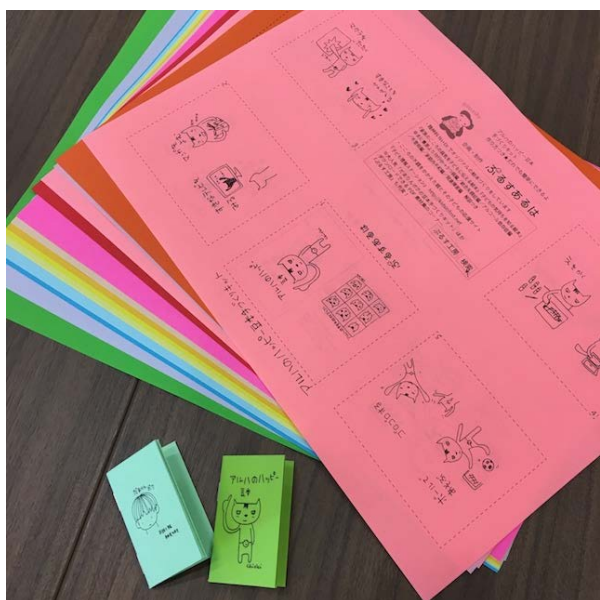
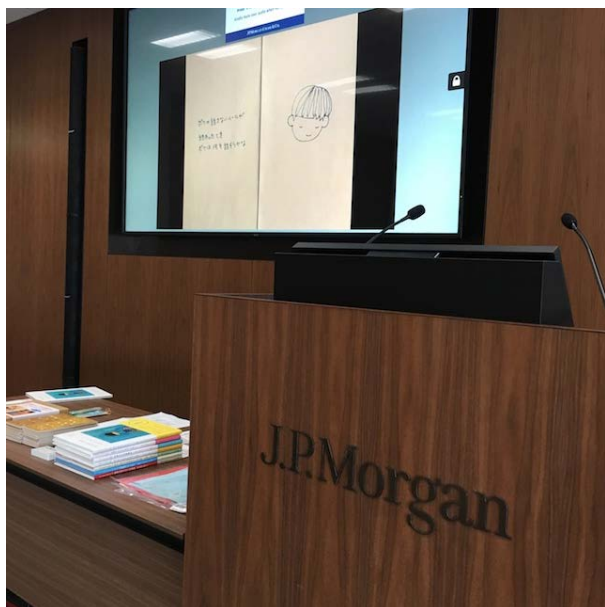
J.P.モルガン様のフィランソロピー活動の一環として、人事部の方にご参加いただき、豆本制作を行いました。



豆本は「だまりんボク」と「アルハのハッピー豆本」の2種類。
カラフルな豆本づくりにみなさん熱中... 楽しい時間を過ごしました。
豆本は、社員のみなさんの想いをのせて、支援している児童養護施設へプレゼントいただくとのこと。
カラフルカワイイ豆本。どんな気持ちも大丈夫。ちょっぴり元気になれることのメッセージ...etc届いたら嬉しいです。

豆本制作に先だって、絵本朗読と活動紹介も行いました。
親が病気をかかえている子どもたちのこと、社員や身近な人のメンタルヘルスに関する情報、真剣に聞いてくださいました。

ご参加いただいたみなさま、CSRユニットのみなさま、ありがとうございました。



* 豆本は手作りキットをサイトからダウンロードして作れます

》だまりんボク

<https://kidsinfost.net/?portfolio=boku>

》アルハのハッピー豆本

<https://kidsinfost.net/?portfolio=mame-book>

サイトにはもうひと種類

》MIRUとIRUの冒険豆本

<https://kidsinfost.net/?portfolio=adventure>

* 今日朗読した絵本は...

》「ボクのせいかもしれない...お母さんがうつ病になったのー」(youtubeの作者の朗読ページ

<https://kidsinfost.net/2018/07/01/event-44/>

豆本寄贈プロジェクトpart2 with J.P.モルガンさま

2018.7.27

J.P.モルガン様のフィランソロピー活動の一環として、社員の方にご参加いただき、豆本制作を行いました。

7/3の第一弾が大変好評だったとのことでの第二弾。嬉しいです。

‘Mamehon Project’(^^)



最初に、事業案内、絵本朗読を行いました。

今日は、チアキが関西弁で朗読。

親が病気をかかえている子どもたちのこと、社員や身近な人のメンタルヘルスに関する情報、真剣に聞いてくださいました。

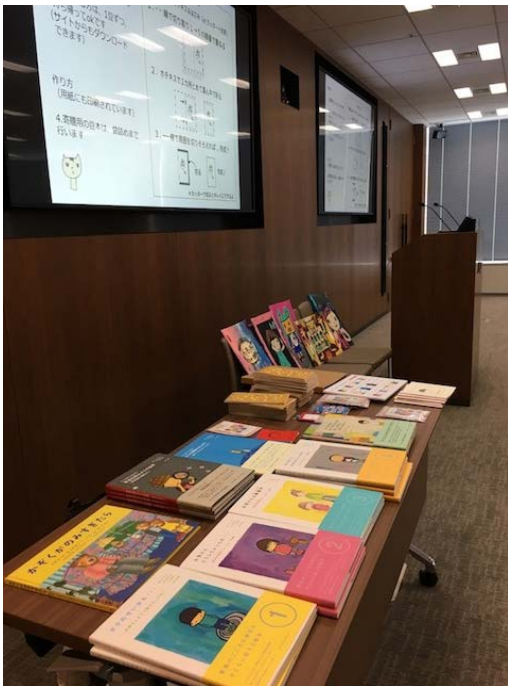
前回にひきつづき、制作する豆本は「だまりんボク」と「アルハのハッピー豆本」の2種類。

カラフルな豆本づくりにみなさん熱中... 楽しい時間を過ごしました。

豆本は、社員のみなさんの想いをのせて、支援している児童養護施設へプレゼントいただくとのこと。カラフルカワイイ豆本。どんな気持ちも大丈夫。ちょっぴり元気になれることのメッセージ...etc届いたら嬉しいです。



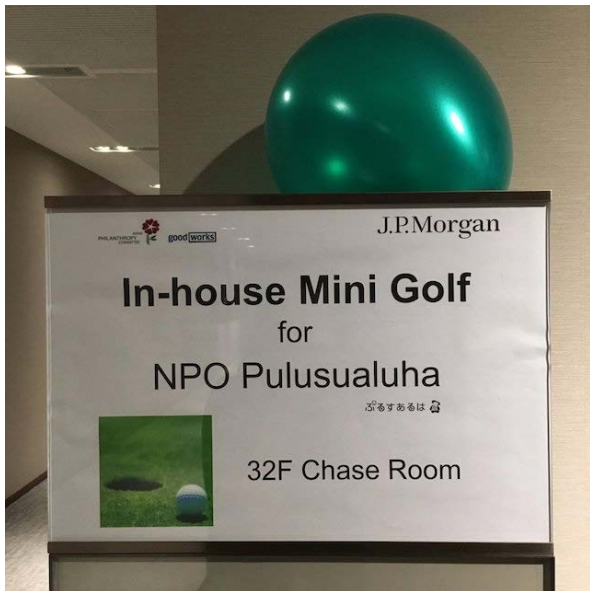
ご参加いただいた40名の社員の皆様、アレンジいただいたCSRユニットの方々、ありがとうございました！



社内チャリティーミニゴルフ大会 J.P.モルガンさま

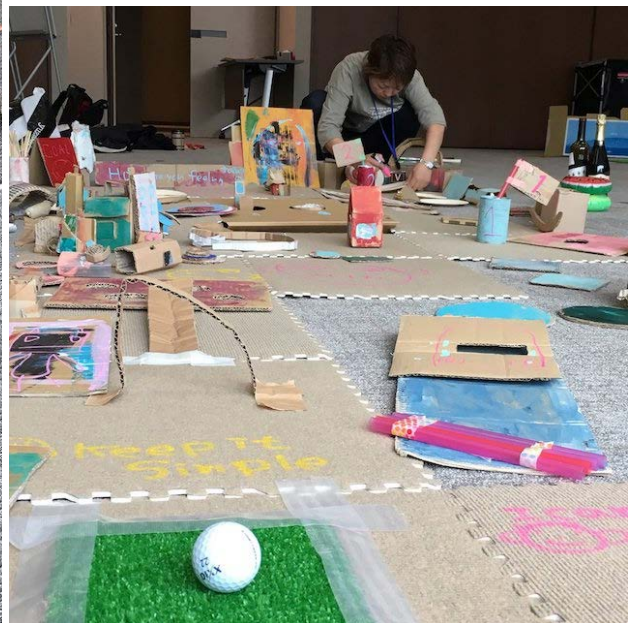
2018.9.3

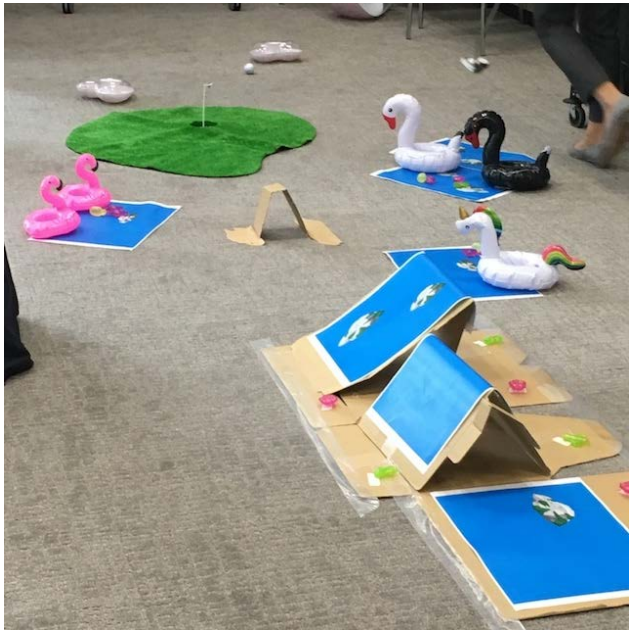
J.P.モルガンさまのチャリティーミニゴルフイベントにお声かけいただきました。
7月の2回の豆本プロジェクトにつづいての第3弾の企画です。



会場には手作りのゴルフパターコース。
社員の方がチームを組んでスコアを競うイベントの中に、チャリティーの要素が入る企画です。
今回、ふるすあるはの取り組む社会課題と、セフルケアアイテムの紹介、そしてコースのあとに豆本制作・子どもからの真剣質問に答える時間を盛り込んでいただきました。

1コースはふるすあるがが担当しました。チアキのダンボール工作(^)。楽しんでつくりました。
みなさんプレイは真剣モード！でした。



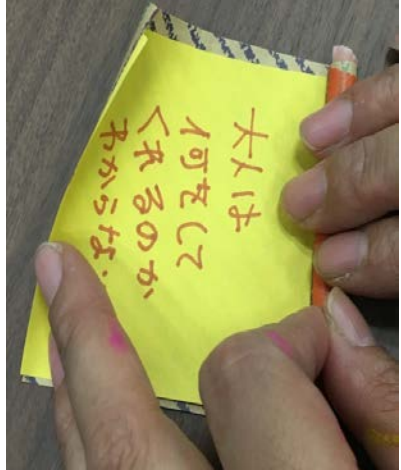
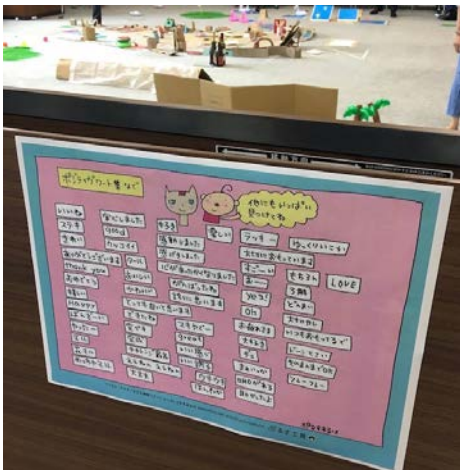


子ども情報ステーション

by ぶるすあるは

In keeping with our mission to reach as many children as possible, we launched a website called "Kids Information Station" in 2015. It has grown into a rich library of factual information, tips for everyday living, personal stories of people affected by mental disorders, and posts of Chiaki's artwork and poetic observations. As of April 2018, the site was serving more than 40,000 unique visitors per month. The total number of unique users since the site opened is nearing 1 million.

ぶらぶらみつける	情報をさがす	ダウンロードする
<ul style="list-style-type: none"> 小学生のみなさんへ 中学生のみなさんへ 親のみなさんへ パートナーのみなさんへ 学校の先生方へ 	<ul style="list-style-type: none"> イラストで学ぶ 読書や絵が 親が不調のときの 子どものケアガイド 相談員・イベント こころのメンテ 生きる知恵と工夫集 	<ul style="list-style-type: none"> ダウンロード (印刷用) 印刷用PDFページ (無料)・こころをメンテするツール、コミュニケーションツール、読書のよきパートナーなど多数掲載。
	<p>商品をさがす</p> <ul style="list-style-type: none"> ストア (本とカードとLINEスタンプ) 	



7月の豆本プロジェクトにひきつづき、活動へのご理解、応援をいただき、ありがとうございます。
たくさん準備していただいた、フィランソロピー・コミッティのみなさま、本当にありがとうございました。

子どもたちの応援につながったら、そして、社員の方のメンタルヘルスの関心、向上につながったら幸いです。

J.P.モルガンさまのCSR活動についてはこちらをご参照ください。

<https://www.jpmorgan.co.jp/country/JP/JA/corporate-responsibility>

* 今回紹介いただいたセルフケア&学びのツール

》ストレスコップ

<https://kidsinfost.net/?portfolio=stress-cup>

》ポジティブワード集

<https://kidsinfost.net/?portfolio=positive-word>

》簡単リラックス

<https://kidsinfost.net/?portfolio=relax>

》うつ病

<https://kidsinfost.net/disorder/illust-study/depression/>

豆本寄贈プロジェクトpart3 with J.P.モルガンさま

2019.4.19

J.P.モルガン様のフィランソロピー活動の一環として、社員の方にご参加いただき、'Mamehon Project' 豆本制作を行いました。

昨年、2回実施し、好評だったとのことで今年も呼んでいただきました。嬉しいです。



最初に、事業案内、絵本朗読を行いました。

絵本は「ボクのせいかも...ーお母さんがうつ病になったのー」

親が病気をかかえている子どもたちのこと、社員や身近な人のメンタルヘルスに関する情報、真剣に聞いていただきました。

制作する豆本は「だまりんボク」と「アルハのハッピー豆本」「ミルとイルの冒険豆本」
カラフルな豆本づくりを行いました。
豆本は、社員のみなさんの想いをのせて、子どもたちへ届けます。

ご参加いただいた約60名の社員の皆様、アレンジいただいたCSRユニットの方々、ありがとうございました！

なにかまた次のコラボがまたできたらと思います。



空を未来に、ドットが広がる絵を展示—J.P.モルガンさま

2019年5月15日



展覧会『生きる冒険地図ー子ども×チアキ×ふるすあるは』の開催にあわせて、J.P.モルガン様のスカイカフェに、絵を展示させていただきました。

2018年-2019年、CSRユニットの方々のアレンジで、3回の豆本プロジェクトの実施と、チャリティーミニゴルフ大会へ参加させていただきました。

そして今回、チアキの絵を展示させていただき、ありがとうございます。

無数のドットはチアキの目に映る春の世界です。光の重なり。人の重なり。空を未来に見立てて、子どもたちの世界が広がるイメージをのせました。この展示をきっかけに、社会課題の啓発と子どもたちへの応援メッセージが少しでも広がれば幸いです。



展示にうかがった日。5月の気持ちのよい空が広がっていました。



展覧会情報

5/24(金)-6/5(水)『生きる冒険地図—子ども×チアキ×ふるすあるは』

国分寺カフェスローにて

》公式ページへ

<https://kidsinfost.net/irumiru-exhibition/>

豆本寄贈プロジェクトpart4 with J.P.モルガンさま

J.P.モルガン様のフィランソロピー活動の一環として、社員の方にご参加いただき、'Mamehon Project' 豆本制作を行いました。

昨年、2回実施し、好評だったとのことで今年も呼んでいただきました。嬉しいです。

*

2019.9.19 -part.4

J.P.モルガンさまの社員40名のみなさまと、ふるすあるはの活動紹介、アイテム紹介とともに豆本づくりを行いました。

準備していった100枚の豆本キットがあっという間になくなりました。

昨年から、4回目の'Mamehon Project' 豆本プロジェクト。「3回目！」と参加くださる方も！

完成した豆本は、きょうだい支援を行なっているNPOへ寄贈する予定です。

ご参加いただいたみなさま、CSRユニットのみなさま、ありがとうございました。





社内チャリティーミニゴルフ大会2019 J.P.モルガンさま
2019.10.24

昨年に引き続き、J.P.モルガンさまのチャリティーミニゴルフイベントにお声かけいただきました。



会場には手作りのゴルフパターコース。

社員の方がチームを組んでスコアを競うイベントの中に、チャリティーの要素が入る企画です。

ふるすあるはの取り組み、絵本の紹介、そしてコースのあとに豆本制作の時間を盛り込んでいただきました。





豆本プロジェクトにひきつづき、活動へのご理解、応援をいただき、ありがとうございます。
今回作成した豆本は、12月の小平市の展覧会会場で、子どもたちへのプチギフトになります。

J.P.モルガンさまのCSR活動についてはこちらをご参照ください。
<https://www.jpmorgan.co.jp/country/JP/JA/corporate-responsibility>

ウェルズ・ファーゴ様

豆本寄贈プロジェクト withウェルズ・ファーゴさま

2018.9.6

ウェルズ・ファーゴ*様のボランティア月間の一環として、豆本制作寄贈プロジェクトを行いました。



最初に、絵本朗読と活動紹介。

みなさん、真剣にきいてくださいました。

親が病気をかかえている子どもたちのこと、初めて知る機会になった方も多く... これをきっかけに、子どもたちの応援に参加していただけたらとても心強いです。

豆本は「だまりんボク」と「アルハのハッピー豆本」の2種類。

寄贈先のきょうだいさん支援を行なっているNPO法人しぶたねさんへ、社員のみなさんの想いをのせて届けます。

カラフルな豆本づくり...制作に熱中したり、ワイワイ見せ合ったりしながら、和やかな雰囲気でも楽しい時間を過ごしました。





(アンケートの声から一部抜粋して紹介します)

非常にわかりやすく親身になって子供たち親たちの気持ちを考えることができました。絵本で心が温かくなりました。

子供の視点から親を見るという事を考えた事があまりなかったので良い機会でした。

あまり考えたこともないような状況につらい思いをしている子供たちの存在にびっくりしました。

こういう活動があることを知らなかったので、勉強になりました。

もっとくわしく知りたいと思いました。

豆本づくり楽しかったです。

豆本を通じて一人でも多くの方々が元気になったり喜んでもらえたら何よりです。

*

ご参加いただいたみなさま、準備運営くださった浅野様、金津様、ご縁をくださったレイモンド様ありがとうございました。

*ウェルズ・ファーゴ

カリフォルニア州サンフランシスコに本社を置く、米国四大銀行グループのひとつで、資産規模・時価総額ベースで世界最大級の金融機関です。

米国内の商業銀行・リテール部門が強く、リーマンショック後の金融危機の時期には、「最も安定した銀行」と評価されました。伝統的にシリコンバレー、スタートアップ企業との関係が深く、先進的なテクノロジーを積極的に取り入れる文化を有しています。証券・投資銀行事業では今後の伸びしろが期待されており、また、国際部門での戦略的な事業拡大により、日本においては米ドル建債券のトレーディング・販売業務を中心に急成長しています。

FITチャリティ・ランにも企業スポンサーとして参加されています。
(FITチャリティ・ランは、東京の金融サービスおよび関連事業を展開する企業が、業界規模で地域に根ざした、社会的に意義ある活動をしているものの、認知度等の問題により十分な活動資金を確保できていない非営利団体を支援することを目的とするチャリティ・イベントです。ふるすあるは2017年の支援先団体に選出いただきました。)

》ホームページへ(日本)

<https://www.wellsfargo.com/cib/global-services/asia-pacific/japan-jpn/>

》FITチャリティ・ラン 公式ページ

<http://fitforcharity.org/ja/index.html>

豆本の寄贈先は… NPO法人しづたねさん

しづたねは、病気の子どもの「きょうだい」のための団体です。

小さな身体で不安や孤立感などを抱えるきょうだいたちが
子ども時代を「子ども」として過ごせるように…

- ①主役になって安心してあそびきるワークショップ
- ②病院内にきょうだいの居場所をつくるボランティア活動
- ③きょうだいさんのための小冊子の配布
- ④きょうだい支援のたねまき、啓発などを行います。



豆本のプレゼントを通して、応援してくれる
大人の存在を感じてもらえたらと思っています。
大切にされた記憶が、きょうだいの10年後、
20年後に届くあたたかな光になります。
ありがとうございます。

》NPO法人しづたねさんのホームページへ

<http://sibtane.com/>

ホワイト&ケース様

身近なメンタルヘルス講座ーストレス・うつ・セルフケアのワークーホワイト&ケ ースさま

2018.9.13

国際的な法律事務所ホワイト&ケースさま※の、ダイバーシティ&インクルージョン週間のプログラムの
一環として、メンタルヘルスをテーマにミニセミナーを行いました。

ホワイト&ケースさまには、シリアの国際NGOへツールを提供する件で、プロボノ支援をいただいた経緯
があり(ありがとうございます！)、また、2017年にご支援いただいた「FIT チャリティ・ラン」に企業スポン
サーとして参加されていらっしゃいます。

》ぷるすあるはのセルフケアツール、シリアの支援プロジェクトへ

<https://kidsinfost.net/2018/06/12/syria/>

今回の内容は

- ・ぷるすあるはの事業案内
- ・絵本の朗読
- ・ストレスとうつとセルフケア(知識+参加型のワーク)

トータルで1時間弱、同時通訳付の会に、弁護士、リーガルアシスタント、秘書の方ほか、30名ほどの方が参加くださいました。

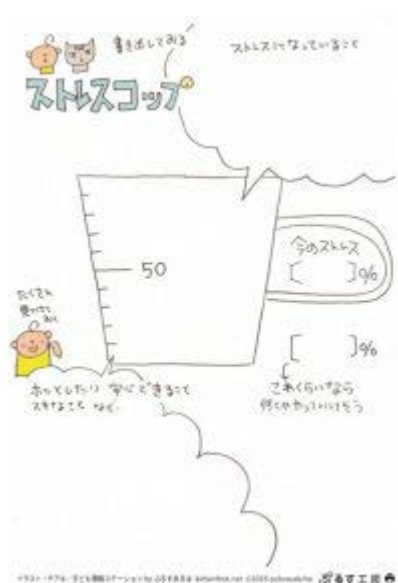
取り組んでいる社会課題と、事業についての簡単な説明の後、絵本朗読。今回は「ボクのせいかも...—お母さんがうつ病になったの—」を読みました。

<絵本、とてもよかったです、涙がでました>との感想も。



メインのワークは...

「ストレスコップ」を自分のことにあてはめて、実際に書き込んでみるところからスタート。



みなさんは、今、ストレスどれくらいたまっていますか？

シンプルなシートですが、普段忙しい生活の中で、立ち止まって考える機会はなかなかありません。

その後、スライドと絵本の動画を通して、うつ病についての基礎知識を確認。引き金、職場のストレス、症状、回復のためのサポートについてなど。

》I had a black dog, his name was depression

<https://www.youtube.com/watch?v=XiCrniLQGYc>

(Matthew Johnstoneの描いた絵本『I Had a Black Dog』を原案にWHOが作成したうつ病の啓発動画)

ストレスへの対処では、物事のとらえ方(認知)に注目してみました。

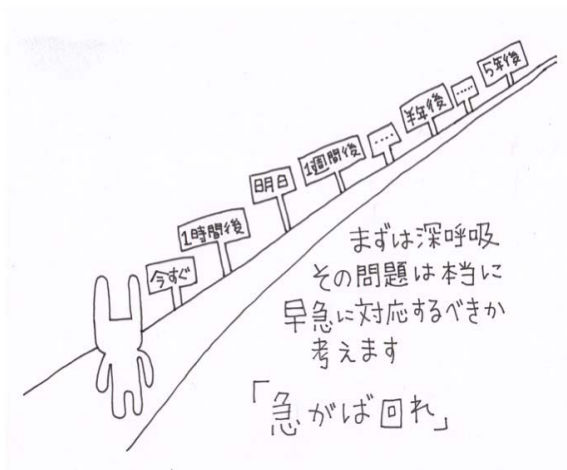
自分のとらえかたのパターン、極端なパターンを知り、「ほかのとらえ方も探ってみよう」という工夫を共有しました。

》自分をしんどくしやすい4つの思考パターン

<https://kidsinfost.net/2016/10/18/cognition/>



© Pulusuaha All Rights Reserved.



手放してみる



ストレス解消のポイントは、バリエーションをたくさんもつこと。

そして基本になるのが...

「睡眠をとる・疲れたら休む」

「困ったらまわりに助けを求める」

...これが、さまざまな要因から本当に難しい現代社会ですが、改めて、取り組めそうなことを考えるきっかけになればと思います。

調子が悪くなってからだとできなくなるので、余力のあるうちに、そなえておくことが肝です。

アンケートの声を紹介します

- ・日頃から気になっていたことがクリアになりました 私自身だけでなく、家族や友人にも関わってくることなので、とても勉強になりました
- ・ストレス要因、軽減策を書き出してみることで、抽象的には考えていたと思いますが、書くことで整理される
- ・とらえ方をほぐす方法が参考になりました
- ・ストレスを風船に入れて飛ばそうと思いました
- ・この種のテーマのセミナーに参加したのは初めてです、とても楽な気持ちで拝聴することができました
- ・ストレスマネジメントに関しては、全員出席で今回のようなお話を聞いて共有できればよかったと思いました
- ・このイベントがなければぶるすあるはの事は知りえなかったのととてもよかったです。子供側の事は今まで考えたことがありませんでした

(全部は紹介できませんでしたが...たくさんの声をありがとうございました！)

ご参加いただいたみなさま、企画準備くださった土田さま、ありがとうございました！

*

※ホワイト&ケースは米国ニューヨークに主要拠点を持つ国際的な法律事務所です。東京オフィスの正式名称は ホワイト&ケース法律事務所 ホワイト&ケース外国法事務弁護士事務所(外国法共同事業)

》ホワイト&ケース

<https://www.whitecase.com/ja/law/asia-pacific/japan>

》FITチャリティ・ラン

<http://fitforcharity.org/ja/index.html>