

# けあ

# けあ



ケアする人をケアする  
茨城の団体情報

32

団体掲載

# はじめに

『けあけあ』を手にとっていただき、誠にありがとうございます。このブックレットは、その名のとおり、茨城県内のケアラーをケアする様々な市民活動団体の情報を掲載しています。

コロナ禍が長期化する中、孤立しがちなヤングケアラーの課題解決に向けた社会的関心が近年急速に高まり、徐々にですが行政予算化、制度化の動きがあります。茨城県では「茨城県ケアラー・ヤングケアラーを支援し、共に生きやすい社会を実現するための条例」が、2021年12月14日に施行されました。また国も内閣官房に孤独・孤立対策担当室と担当大臣を設置し、「孤独・孤立対策の推進に関する法律案」が国会に提出されるなど、孤独・孤立になりがちな多様な市民を支えようとする力を入れています。多様なケアラー支援や支える地域の居場所の充実が求められています。

ヤングケアラー支援に関心が集まる一方、家族介護者の負担は若年者に限ったことではなく、生きづらさを抱えた課題当事者に寄り添う様々な家族介護者を支える居場所が地域に必要です。例えば、組織の中核にいる40～50代の従業員が、親の介護のため離職せざるを得ない現実、少子高齢化がさらに進展し、労働力不足が目立つ日本では非常に重要な問題です。

介護保険制度の導入を初めとして、介護の社会化が進み、家族を介護するケアラーの負担軽減に向けた関心や動きが高まりました。ケアラーも困っている現状に声を上げたり、ケアラー同士がつながる動きも徐々に進んでいます。「家族の面倒は家族が見なければならぬ」という社会の意識が、欧米諸国と比較し日本は特に強く、家族に過度な負担がかかってしまう現状を変える必要があります。少子高齢社会の中では、ケアのさらなる社会化が必要です。

これらケアラーの課題に取り組む地域の多様な居場所は、ボランティアな小規模団体が多いため情報を発信する力が十分でなく、その存在や活動実態があまり知られていません。茨城県域のセーフティネット推進機関である当団体も、これまでケアラー支援団体とのつながりを十分構築できていませんでした。そこで、このブックレットを作成することで、ケアラー支援団体の活動実態を把握し、今後その運営をサポートしたり、ケアラーに紹介できるようにしたいと考えました。

この冊子に掲載されている市民活動団体が、ケアラー支援団体の全てということではもちろんありません。存在を把握しながらも、掲載が叶わなかった団体もごさいます。また、非公開を希望する情報もあるため、このブックレットを読んで、連絡先などをさらに確認されたい方は、団体、またはコモンズにご連絡ください。団体におつなぎします。

掲載する団体をリストアップする際には、紙幅の関係から一部に限らざるを得ませんでした。例えば、障がいのある方の家族会など、団体数が多い分野は、ネットワーク組織や代表的な組織、また他団体を紹介できるような組織のみを掲載しています。茨城県内の団体を掲載するよう心掛けましたが、県内に該当する支援機関がない場合、他の都道府県の組織や全国組織を掲載しています。その他、隣県の団体が県内でも活動している場合は掲載しています。

このブックレットの読者は、地域包括支援センター職員など、ケアラーとの接点がある方を主に想定しています。サポートしている世帯に対し、このブックレットに掲載している団体情報が役に立つと思われましたら、ぜひ該当ページを印刷して、課題を抱える家族を支えるケアラーに渡していただきたいと思えます。

なお、このブックレットのデータ版は、以下のページから無料でダウンロード可能です。掲載団体の一覧も、加工可能なエクセル・ファイルでダウンロードできます。気になった団体の情報にすぐアクセスできるよう、ご活用ください。

相談機関の方には、このブックレットに併せて、『リンク～茨城のセーフティネットづくりに関わる団体ブックレット～』（2021年度改訂）も、併せてぜひご活用ください。

なるべく多くの相談機関、またケアラーに、このブックレットに掲載された団体の情報をお届けしたいと思います。一方、課題を抱える家族や友人を支えることに忙しいケアラーには、このブックレットだけでは支援情報が十分に行き届かないことが懸念されます。このブックレット発行にとどまらず、これを契機に、様々なかたちで当事者に情報が届く仕組みを今後も構築したいと思いますので、ぜひそのアイデアをお寄せください。

最後に、このブックレット発行にあたって情報をご提供くださったケアラー支援団体の皆様、また「茨城県ケアラー・ヤングケアラー実態調査」の調査結果の掲載をご承諾いただきました茨城県（福祉部 福祉政策課 地域福祉グループ）の皆様には感謝申し上げます。誠にありがとうございました。

このブックレットが活用され、ケアラーの方々のご苦勞が少しでも和らぐことを願います。



『けあけあ』データ版

<http://www.npocommons.org/topics/care2.html>



『リンク～茨城のセーフティネットづくりに関わる団体ブックレット～』

<http://www.npocommons.org/topics/link.html>



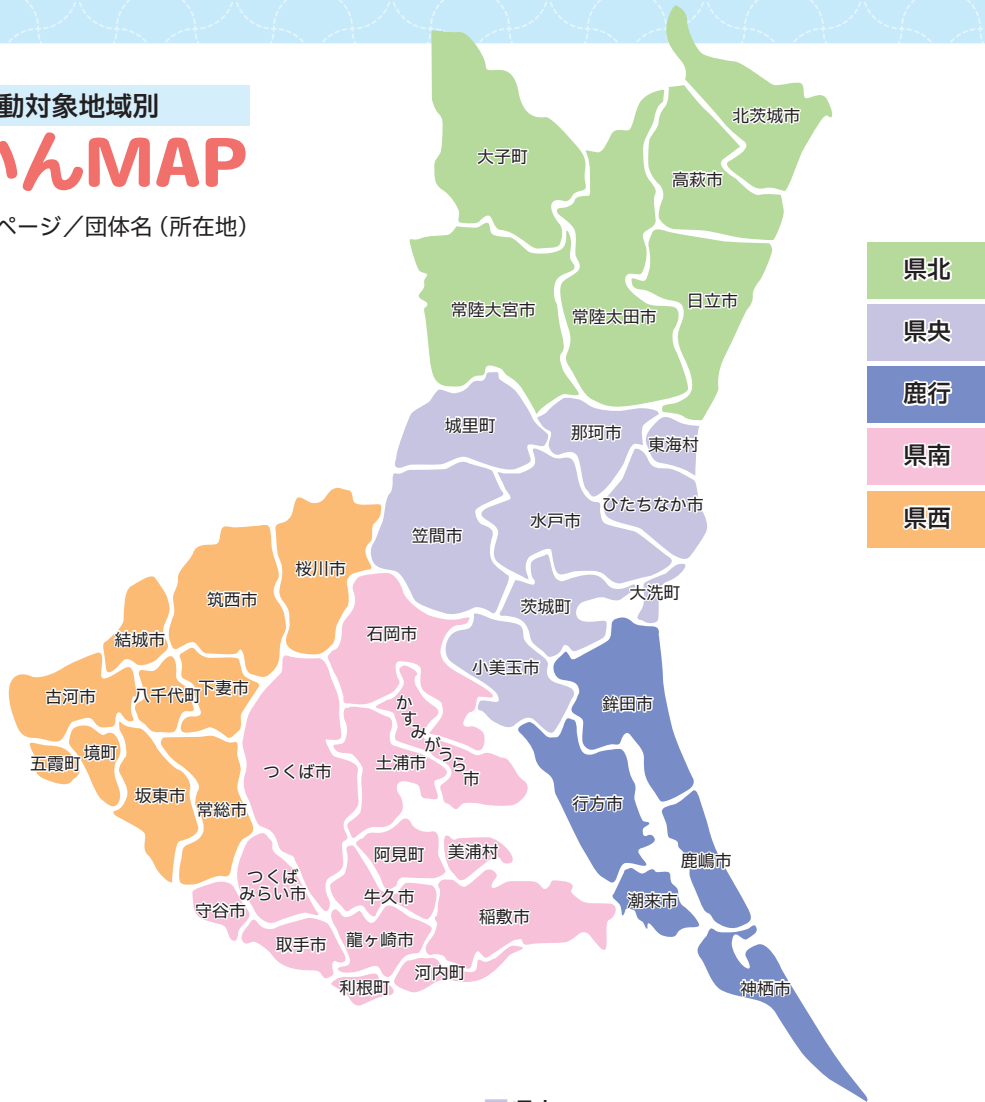
# も く じ

■はじめに	1
■もくじ	2
■さくいんMAP	3
■カテゴリー別一覧	4
■団体の紹介	
ソワンアンドソワレ	12
茨城県自閉症協会	14
茨城県手をつなぐ育成会	16
いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい	18
肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら～ち	20
かけはしねっと	22
Burano	26
ナラノンファミリーグループジャパン	27
茨城県断酒つくばね会	28
茨城依存症回復支援協会	30
ギャマノン	32
いばらき被害者支援センター	34
スキマサポートセンター	36
茨城県難病団体連絡協議会	37
日本ケアラー連盟	38
ともに歩む認知症の会・茨城	40
認知症介護家族の会うさぎ	42
日立市そよかぜの会	44
ひまわりの会	46
不登校・多様な学びネットワーク 茨城	48
ami seed	52
ひきこもり不登校／つながり考える鹿行の会	54
てふてふの会	56
難病カフェ アミーゴ	58
水戸こどもの劇場	60
双子サークルかみすついでん	62
ゆったりカフェ龍の会	64
茨城県里親連合会	65
グリーフサポートいばらき ぶるーすかい	66
正安寺グリーフサポートカフェ	68
Sanaの会	70
千葉県東葛地区・生と死を考える会	72
■茨城県ケアラー・ヤングケアラー実態調査の紹介	74
■茨城県ケアラー実態調査の結果概要	75
■高齢者、障がい者をサポートするケアラーの声	87
■ヤングケアラーの声	92
■スクールソーシャルワーカーから見たヤングケアラーの課題	94
■さくいん 50音順	95

主な活動対象地域別

# さくいんMAP

MAP番号／掲載ページ／団体名（所在地）



■ 全国

- 1 P.27 ナラノンファミリーグループジャパン（東京都）
- 2 P.32 ギャマンソン
- 3 P.38 日本ケアラー連盟（東京都）
- 4 P.36 スキマサポートセンター（大阪府）

■ 全県

- 5 P.14 茨城県自閉症協会（東茨城郡）
- 6 P.16 茨城県手をつなぐ育成会（水戸市）
- 7 P.18 いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい(水戸市)
- 8 P.22 かけはしねっと（つくば市）
- 9 P.28 茨城県断酒つくばね会（土浦市）
- 10 P.34 いばらき被害者支援センター（水戸市）
- 11 P.48 不登校・多様な学びネットワーク 茨城(つくば市)
- 12 P.37 茨城県難病団体連絡協議会（水戸市）
- 13 P.66 グリーフサポートいばらき ぶるーすかい(水戸市)
- 14 P.70 Sanaの会（土浦市）
- 15 P.65 茨城県里親連合会（常陸太田市）

■ 県北

- 18 P.44 日立市そよかぜの会（日立市）

■ 県央

- 17 P.58 難病カフェ アミーゴ（美浦村）
- 19 P.30 茨城依存症回復支援協会（笠間市）
- 20 P.40 とみに歩む認知症の会・茨城（水戸市）
- 21 P.56 てふてふの会（水戸市）
- 22 P.60 水戸こどもの劇場（水戸市）
- 23 P.68 正安寺グリーフサポートカフェ（ひたちなか市）

■ 鹿行

- 24 P.54 ひさこもり不登校／つながり考える鹿行の会(銚田市)
- 25 P.62 双子サークルかみすついでん

■ 県南

- 16 P.52 ami seed（阿見町）
- 17 P.58 難病カフェ アミーゴ（美浦村）
- 26 P.12 ソワンアンドソワレ（牛久市）
- 27 P.20 肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら～ち
- 28 P.42 認知症介護家族の会うさぎ（稲敷市）
- 29 P.46 ひまわりの会
- 30 P.64 ゆったりカフェ龍の会（龍ヶ崎市）
- 31 P.72 千葉県東葛地区・生と死を考える会（千葉県）

■ 県西

- 16 P.52 ami seed（阿見町）
- 32 P.26 Burano（古河市）





●:関わる本人や家族の主なお悩み  
 ●:関わる本人や家族に関係するお悩み

関わる本人や家族のお悩み																
依存症						その他										
ギャンブル依存	買い物・浪費・借金依存	窃盗症	ネット依存	ゲーム依存	性依存	犯罪被害・加害	ヤングケアラー	認知症	不登校	ひきこもり	難病	多胎児	里親	自死	グリーフケア	外国ルーツ
●																
							●									
●	●	●			●	●		●		●						
	●						●	●	●	●		●	●	●		
							●				●					
●																
						●										

## カテゴリー別一覧

MAP 番号	主な 活動対象 地域	法人格 団体名 電話番号 掲載ページ	障がい							
			知的 障がい	精神 障がい	摂食 障がい	発達 障がい	身体 障がい	医療的 ケア児	アルコー ル依存	薬物 依存
11	■ 全県	ボランティア団体 不登校・多様な学びネットワーク 茨城 ☎ 080-2381-8611 P.48	●	●	●	●	●	●		
12	■ 全県	ボランティア団体 茨城県難病団体連絡協議会 ☎ 029-244-4535 P.37	●	●			●			
13	■ 全県	任意団体 グリーフサポートいばらき ぶるーすかい ☎ 029-232-2721 P.66								
14	■ 全県	ボランティア団体 Sanaの会 ☎ 029-826-6622 P.70			●			●		
15	■ 全県	ボランティア団体 茨城県里親連合会 ☎ 0294-87-6656 P.65								
16	■ 県南 ■ 県西	ボランティア団体 ami seed ☎ 080-6531-4650 P.52		●	●	●		●	●	●
17	■ 県央 ■ 県南	ボランティア団体 難病カフェ アミーゴ ☎ 090-2986-8198 P.58		●		●	●	●		
18	■ 県北	ボランティア団体 日立市そよかぜの会 ☎ 080-3200-5514 P.44								
19	■ 県央	NPO法人 茨城依存症回復支援協会 ☎ 0296-78-5287 P.30	●						●	●
20	■ 県央	NPO法人 ともに歩む認知症の会・茨城 ☎ 080-9819-4829 P.40		●						



- : 関わる本人や家族の主な悩み
- : 関わる本人や家族に関係する悩み

関わる本人や家族のお悩み																
依存症						その他										
ギャンブル依存	買い物・浪費・借金依存	窃盗症	ネット依存	ゲーム依存	性依存	犯罪被害・加害	ヤングケアラー	認知症	不登校	ひきこもり	難病	多胎児	里親	自死	グリーフケア	外国ルーツ
			●	●			●		●	●				●	●	●
											●					
															●	
			●							●					●	
													●			
●	●		●				●		●	●	●	●				●
											●					
								●								
							●	●			●					

## カテゴリー別一覧

MAP 番号	主な 活動対象 地域	法人格 団体名 電話番号 掲載ページ	障がい								
			知的 障がい	精神 障がい	摂食 障がい	発達 障がい	身体 障がい	医療的 ケア児	アルコー ル依存	薬物 依存	
21	■ 県央	ボランティア団体 てふてふの会 ☎ 029-291-8990 P.56				●					
22	■ 県央	認定NPO法人 水戸こどもの劇場 ☎ 029-255-0908 P.60	●			●	●	●			
23	■ 県央	宗教法人 正安寺グリーンサポートカフェ ☎ 029-274-5623 P.68									
24	■ 鹿行	ボランティア団体 ひきこもり不登校／つながり考える鹿行の会 ☎ 080-3277-2002 P.54									
25	■ 鹿行	ボランティア団体 双子サークルかみすついでん ☎ 080-5560-5298 P.62									
26	■ 県南	NPO法人 ソワンアンドソワレ ☎ 080-3714-0612 P.12	●	●	●	●	●	●			
27	■ 県南	ボランティア団体 肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら〜ち ☎ なし P.20	●	●	●	●	●	●			
28	■ 県南	NPO法人 認知症介護家族の会 うさぎ ☎ 0299-77-9173 P.42		●			●				
29	■ 県南	ボランティア団体 ひまわりの会 ☎ 非公開 P.46									
30	■ 県南	ボランティア団体 ゆったりカフェ龍の会 ☎ 090-6519-3807 P.64		●		●					

- : 関わる本人や家族の主なお悩み
- : 関わる本人や家族に関係するお悩み

関わる本人や家族のお悩み																
依存症						その他										
ギャンブル依存	買い物・浪費・借金依存	窃盗症	ネット依存	ゲーム依存	性依存	犯罪被害・加害	ヤングケアラー	認知症	不登校	ひきこもり	難病	多胎児	里親	自死	グリーンケア	外国ルーツ
									●	●						
									●			●				
															●	
									●	●						
												●				
							●				●					
							●				●					
								●							●	
								●								
									●	●				●		



## カテゴリー別一覧

MAP 番号	主な 活動対象 地域	法人格 団体名 電話番号 掲載ページ	障がい							
			知的 障がい	精神 障がい	摂食 障がい	発達 障がい	身体 障がい	医療的 ケア児	アルコー ル依存	薬物 依存
			31	■ 県南	認定NPO法人 千葉県東葛地区・生と死を考える会 ☎ 04-7141-2440 P.72					
32	■ 県西	一般社団法人 Burano ☎ 0280-23-4490 P.26	●				●	●		

- :関わる本人や家族の主なお悩み
- :関わる本人や家族に関係するお悩み

関わる本人や家族のお悩み																
依存症						その他										
ギャンブル依存	買い物・浪費・借金依存	窃盗症	ネット依存	ゲーム依存	性依存	犯罪被害・加害	ヤングケアラー	認知症	不登校	ひきこもり	難病	多胎児	里親	自死	グリーフケア	外国ルーツ
											●			●	●	
							●				●					

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

障がいや病気、介護の壁をなくし、誰もが生きがいをもって暮らせる社会へ

NPO法人

# ソワンアンドソワレ

理事長 なかじま さとみ 中島 沙都美

WEBサイト



**連絡先** 〒300-1216  
茨城県牛久市神谷5丁目  
15-14

map



**主な活動場所** タマノハウスB棟  
茨城県牛久市南3丁目12-1

**TEL** 080-3714-0612  
火曜午前10時～午後3時

**MAIL** sowasowaradio@yahoo.co.jp

**WEB** <https://sowasowa-web.jimdosite.com>

Facebook

<https://www.facebook.com/sowasowaibaraki>

Instagram

[https://www.instagram.com/sowasowa\\_ibaraki/](https://www.instagram.com/sowasowa_ibaraki/)

各サイト「そわそわ 茨城」で検索

**活動開始年** 2019年

**年間財政規模** 50万～100万円

**会員数** 10～30名

**設立経緯**

立ち上げメンバー自身が何らかの障がいや病気を抱える家族がいるケアラーで、24時間看護やひきこもり、外出困難などの生きづらさを経験したことで、障がいや病気、看護などの理由で差別や生きづらさを感じない社会の実現を目指すに至りました。

## 団体の目的

障がいや病気、介護などの困難を抱える方に対して、情報の提供や地域の特性を生かした就労機会の支援事業および子育てに関する事業を行い、障がいや病気、介護などにかかわらず誰もが家庭や仕事、地域交流などの生きがいを持って幸せに暮らせる、豊かな地域社会の創生に寄与することを目的とする。

### ●主な活動対象地域

牛久市

### ●支援対象

主にケアラーと障がい当事者

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしている／過去にサポートした。

### ●活動内容

- ・あらゆるケアラーの方を対象に、相談支援、交流などの居場所支援を行います。
- ・障がいや病気、介護に関する情報提供および講演活動などによる啓発を行います。
- ・障がいや病気、介護などが起因となって収入に困難が生じた方の就労に関する事業。

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

毎週火曜10時～15時に電話相談(予約優先)  
予約制でzoom相談可  
相談料 無料



Facebook



Instagram



### ●ケアラー向け研修訓練

就労に困っているケアラー向けに、パソコンやハンドメイドその他の職業訓練を行います。料金は無料（実費負担の場合あり）。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

相談者様の同意を得てご紹介することもあります。

### ●提携している支援ネットワーク

認定NPO法人茨城NPOセンター・コモンズ、NPO法人ちゃんみよTV、NPO法人ほっとピア、NPO法人にじいる、NPO法人きらきらスペース、NPO法人茨城居場所研究会

### ●連携している公的機関

茨城県福祉部福祉政策課、茨城県社会福祉協議会、牛久市社会福祉協議会、牛久市福祉事務所

### ●活動を実施する上で大切にしていること

まずは相談者（ケアラー）さんの悩みによく耳を傾けます。気兼ねなく胸の内を吐き出すことで心が軽くなれるよう、普段から自らのケア経験談等を交えて雑談し、柔らかな雰囲気づくりに努めています。

### ●団体の強み

スタッフのほとんどがケアラー当事者、ケアラー経験者になっており、相談者に寄り添った対応ができる環境を作っています。

### ●活動実績や成果

成果として「市役所などの公的機関に行けばいいのか、どこに相談すればいいかわからず困っていた」、「話を聞いてもらえて、これまで流せなかった涙を流せた」などのお声をいただき、気持ちの受け皿となっている実感を得ています。

### ●活動で感じる社会的課題

- ・ケアラーという概念をもっと浸透させる必要がある。（自らが支援対象だと気づいていない方が多い）
- ・ケアラー支援に対しては補助金などが整備されていないため、サポート側が支援に専念しづらい状況である。

### ●ケアラーへのメッセージ

いつ・どこで・誰が障がい者やケアラーになっても不思議ではありません。健康なときは忘れがちですが、人が生きている限り当たり前のことです。

家族や親しい人の介護では、なかなか人には話しづらいたくさんの苦労やつらさがあると思います。

私たちは、つらいときはつらいと言い、あなたがあなたのままに泣いたり笑ったりできる環境を用意しています。お気軽にお問い合わせください。

### ●備考

ハンドメイドやアロマグッズ作り、ミニ料理教室等の各種ワークショップも開催します。SNSやケアラー会員LINEでお知らせします。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 自閉症スペクトラムのこれからを考えます

任意団体

いばらきけん

じへいしょう

きょうかい

# 茨城県自閉症協会

会長 あきた はるみ  
秋田 晴美

WEBサイト



**連絡先** 〒311-3157

茨城県東茨城郡茨城町小幡北山  
2766-36  
社会福祉法人梅の里内

**TEL** 070-2009-7946

留守電対応（折り返しこちらから連絡いたします）

**FAX** 029-292-5310

**MAIL** asibaraki@yahoo.co.jp

**WEB** <https://asibaraki2020.jimdofree.com>

**活動開始年** 1974年

**年間財政規模** 100万～200万

**会員数** 100～300名

**設立経緯**

県内において昭和40年頃から自閉症ではないかと診断される子どもが出始めました。当時は相談する機関などなく、どのような対応をしていったら良いか途方に暮れていました。そのような時代に地域を越え、交流を深め、自閉症児・者親の会全国協議会（現在の一般社団法人日本自閉症協会）に連絡を取り始め、昭和49年（1974年）に茨城県自閉症者親の会が発足。全国協議会の組織改編に伴い日本自閉症協会茨城支部へ。そして茨城県自閉症協会と名称が変化しました。

### 団体の目的

自閉症児・者がいきいきと暮らしていける社会の実現を目指し、会員同士が情報を共有し、学び合い、関係する方々とともに、自閉症児・者の尊厳と権利を護り、福祉の増進に寄与することを目的としています。

#### ●主な活動対象地域

県内全域

#### ●支援対象

自閉症児・者とその家族

#### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

#### ●活動内容

障がいのある方とその家族が参加する事業として「サマーキャンプ」「協会キャンプ」「スケート」等を開催しています。どれも会員同士の交流に役立っています。サマーキャンプでは災害時のための避難所体験も兼ねられるように、県内の研修施設を利用し、テント泊の体験もしています。

また、「自閉症セミナー」では、会員からのアンケートを参考に、現在の障がい者家族の課題からテーマを選び、少しでも課題解決に向けて学び考えることができるような講演会を開催しています。この自閉症セミナーは、会員だけでなく一般の方の参加も募っています。

---

県内を5つの地区（県北ひたちなか・中央・  
県西・県南・鹿行）にわけ、それぞれの地区で  
の活動も地区役員によって企画され開催されて  
います。

●他の福祉機関への相談者の紹介

相談があった場合、内容によって県発達障害  
者支援センター等を紹介することがある。

●連携している公的機関

- ・県発達障害者支援センターあい
- ・県発達障害者支援センターcolorsつくば
- ・県障害福祉課

●活動を実施する上で大切にしていること

会員の家族が楽しんで活動できる場であるこ  
と。

●団体の強み

保護者が主軸となっている団体であるため、  
保護者の視点からの活動ができること。会員家  
族が子どもの所属する場所とは違ったところで  
交流を持てること。

●活動で感じる社会的課題

「親の支援なきあと」の問題。保護者の高齢  
化や亡くなることによって、障がいのある子ど  
もを支援できなくなる時は必ずくるが、親が安  
心できるような社会資源が不足していること。

●ケアラーへのメッセージ

どうしていいのかわからないとき、一緒に考  
えることはできます。いつでもメールをくださ  
い。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

かなえよう 私の願い みんなの願い!

一般社団法人

いばらきけん

て

いくせいかい

# 茨城県手をつなぐ育成会

会長 ながい たつお  
永井 立雄

WEBサイト



連絡先 〒310-0851

主な活動場所 茨城県水戸市千波町1918  
セキショウ・ウェルビーイング福祉会館内

map



TEL 029-243-3838

平日午前8時30分～午後5時15分

FAX 029-243-3854

MAIL iba-ikuseikai@bz03.plala.or.jp

WEB http://www.ibaikuseikai.com/

活動開始年 1961年

年間財政規模 100万～1,000万円

会員数 300名以上

設立経緯

1952年（昭和27年）に東京の小学校の特殊学級（当時）に通う子どもの3人の母親が、知的障がいのある子どもの幸せを求めて、全国に呼びかけて育成会活動が始まり、茨城県では1961年（昭和36年）に県育成会が発足しました。

## 団体の目的

障害者福祉に対する県民の理解を深めるとともに、知的障害者とその家族に対する福祉の推進事業を行い、共生社会の実現と福祉の向上に寄与する。

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

知的障害児者及びその家族など

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

- ・知的障害者の権利擁護と地域生活の支援
- ・会員等に対する研修及び広報
- ・単位育成会への支援及び全国育成会連合会、都道府県育成会など目的を同じくする団体との連携
- ・国、県、市町村及び関係機関に対する働きかけと連携
- ・社会啓発
- ・障害者相談

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

「なんでも相談室」（県受託）を開設し、電話相談に応じています。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

必要に応じて本人の同意を得て、紹介しています。

### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人茨城県心身障害者福祉協会、茨城県特別支援学校知的障害教育校長会、茨城県教育研究会特別支援教育研究部、茨城県肢体不自由児協会、茨城県肢体不自由児者父母の会連合会 など

### ●提携している公的機関

茨城県、茨城県教育委員会、県内の市町村、県内の社会福祉協議会など

---

●活動を実施する上で大切にしていること

障がいのある人が安心して暮らすことができるよう、地域での生活支援の仕組みが整い、障害者が社会参加・共生・自立ができる社会の実現を目指します。

●団体の強み

知的障害児者とその家族で構成されており、全国組織もあり、障害への理解と福祉サービス制度の充実にも貢献しています。

●活動実績や成果

事業実施により、会員等の資質の向上と福祉サービスの充実に貢献しています。

●活動で感じる社会的課題

障害種別に関わらず、障がいのある人への理解が十分ではなく、合理的配慮も浸透していませんと感じています。

●ケアラーへのメッセージ

ケアラー支援の方策については、当会も積極的に関与していきたいと思えます。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

小さいのちと心をまもりたい

認定NPO法人

# いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい

理事長 さかもと ひろゆき 坂本 博之

連絡先 〒311-4143

主な活動場所 茨城県水戸市大塚町  
1866-102

map



TEL 029-309-7690

月・水・木曜  
午前10時～午後3時

FAX 029-309-7690

MAIL network-i@ams.odn.ne.jp

活動開始年 2000年

年間財政規模 100万～1,000万円

会員数 100～300名

設立経緯

県内で起きた幼児虐待死亡事件をきっかけに、虐待死を防ぎ、虐待事件を減らすのに、どうしたらよいか…市民目線で考えていこうと有志が集まり会を結成した。

## 団体の目的

子どもへの虐待を防止すると共に、子どもの人権について考える。

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

被虐待体験により心の傷に悩んでいる方、家族関係で悩みを抱えている方、子育てをつらいと感じている方

### ●活動内容

- ・オレンジライン…被虐待体験や家族関係、人間関係に悩みを抱えている方の電話相談
- ・オレンジサロン…被虐待体験により悩みを抱える方の居場所
- ・家族に関わる法律相談の電話相談
- ・講演会
- ・研修会

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

- ・電話相談により、対応、必要があれば関係機関等に同行します。
- ・相談料・利用料はありません。

### ●ケアラー向け研修訓練

特にケアラー向けの研修・訓練は行っていません。個別に情報の提供は行います。料金はかかりません。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

相談者本人の希望があれば、本人同意のもとに、他機関への紹介を行います。

### ●提携している支援ネットワーク

特定の団体と常に連携しているわけではなく、必要に応じて連絡を取り合っています。

### ●連携している公的機関

児童相談所・各市町村関係課など

### ●活動を実施する上で大切にしていること

相談者の気持ちを大切にしています。相談に至るまでのつらさ、不安等、聞いてほしいことをたくさん抱えている方が多いからです。



---

### ●団体の強み

会員の中に専門職の方がたくさんいるので、必要に応じて専門的なアドバイスがもらえます。

### ●活動実績や成果

当事者同士で、話し合いをすることで共感が生まれ、精神的に安定してくると、新しい参加者のピアサポーターになっている事例が見受けられる。

### ●活動で感じる社会的課題

日本では、子育て、障害、病気等のケアなどは第一義的に家族の責任とする考え方が根強く、その結果、心中、介護殺人等が起きている。

そこまで至らなくても介護者がうつ状態に陥っている現実がある。

### ●ケアラーへのメッセージ

自分自身を大切にすることを、忘れないで下さい。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

みんなで人生を楽しもう

ボランティア団体

したいふじゆうじ

いりょうてき

じ

かぞくかい

# 肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら〜ち

共同代表 わたびき 綿引、こすげ 小菅

主な活動場所 守谷市内の公共施設

MAIL sorachi2021niji@gmail.com

WEB Twitter  
https://twitter.com/sorachi2021  
Facebook  
https://m.facebook.com/sorachi2021

活動開始年 2021年  
年間財政規模 10万円未満  
会員数 10~30名

設立経緯 肢体不自由児や医療的ケア児の親が、LINEグループを作り情報交換をしていました。やがて、「同じように困っている人たちに情報を届けたい」「障がいがあることで直面する問題について、知ってもらいたい、何とかしたい」と思うようになりました。

## 団体の目的

親同士や支援者とながらを持つ。  
必要な支援の情報を提供する。  
過ぎしやすいまちづくり。

●主な活動対象地域  
守谷市

●支援対象  
肢体不自由児、医療的ケア児とその家族、支援者

●ヤングケアラーへの関わり  
ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

●活動内容  
・LINEやzoomでの交流会  
・就園、就学、防災等の勉強会  
・きょうだい児支援  
・家族や地域の方が参加するイベント  
・写真展や展示会等の啓発活動  
・インクルーシブな社会の実現

●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など  
LINEやzoomでの相談。イベント等に参加する。

●他の福祉機関への相談者の紹介  
他の家族会や、福祉サービス事業所等の情報提供

●連携している公的機関  
守谷市保健センター  
守谷市社会福祉課  
守谷市市民活動支援センター

●活動を実施する上で大切にしていること  
「障がいがあるから、やりたいことができない」ではなく「障がいがあるからこそ、できることがある」と考え、みんなが気持ちよく過ごせる社会にしていきたい。

Twitter



Facebook



### ●団体の強み

当事者がいるのでリアルな話ができる。先輩のアドバイスを聞くことができる。

### ●活動実績や成果

- ・写真展(守谷市内3ヶ所)、障がい者週間展示
- ・勉強会(防災、障害基礎年金、就学)
- ・座談会(特別支援学校、訪問リハビリ、訪問美容)
- ・イベント(ボッチャ体験、折り紙クラブ)
- ・オンライン交流

### ●活動で感じる社会的課題

障がい、医療的ケア、どんな問題を抱えているのか、を知ってもらうこと。

### ●ケアラーへのメッセージ

悩みを一人で抱え込まずに、お気軽にお問い合わせください。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 医療的ケアを必要とする子どもの親の会

NPO法人

# かけはしねっと

代表理事 ねもと 根本 きみこ 希美子

WEBサイト



**連絡先** 〒300-2667  
茨城県つくば市中別府591-111

**TEL** 029-828-6751

**FAX** 029-828-6751

**MAIL** kakehashi\_20161120@yahoo.co.jp

**WEB** ホームページ

<https://kakehashinet.jp/>

Facebook 「かけはしねっと」で検索

公式LINE @564cqtdx

メンバーリスト

当会メールアドレス宛に登録希望の旨記載しメールください

**活動開始年** 2016年  
**年間財政規模** 50万～100万円  
**会員数** 50～100名

**設立経緯** 医療的ケアとは、病院以外の場所で家族などが行う、生きていく上で必要な医療的援助のことで、喀痰の吸引や経管栄養、導尿、人工呼吸器の管理等があります。小児医療が急速に進み全国には約2万人、茨城県内には400名を超える医療的ケア児がいると推計されます。退院後おうちに帰って生活を始めると、地域の中での支援体制は十分とは言えず、そのケアは家族・ケアラー任せとなり、外出も困難な引きこもらざるを得ない状況に孤立する家族が少なくありません。当事者同士のつながりづくりが、誰もが安心して暮らせる社会につながると強く感じ団体設立に至りました。楽しいイベントの開催や、個々では難しい自治体への要望などを通じて、障がいがあってもなくて、医療的ケアが必要であってもなくても、誰もが生きやすい社会となり、暮らしを充実させていきたい。そんな思いをもつ親たちが集まって活動しています。

### 団体の目的

医療的ケアを必要とする子どもの家族同士、ケアラー同士を繋いだり、サポートする各関係機関を繋いだり、育児や福祉医療等に関する情報の発信、情報交換・交流の為にイベント等企画により親睦を深め、災害時を含めた相互協力ができるようなかけはしになりたい。

医療的ケアを必要とする子どもとその家族が今よりもっと安心して健やかに生活していくことができるような地域社会を目指して。

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

障がい児、医療的ケアを必要とする子どものご家族や支援者ならどなたでも

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしている／過去にサポートした。

### ●活動内容

- ・医療的ケアを必要とする子どもの家族同士・支援者との交流（オンライン・対面）
- ・ウェブサイト、SNS等による情報発信
- ・シンポジウムや講演会開催などによる地域への啓発
- ・育児や療養生活、福祉、医療、教育環境等に関する相談へ対応

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

いつでも、随時相談に応じます。

まずはメール等で連絡ください。ご要望に応じ対面、電話、メール、オンライン等でお話しをお伺いします。料金無料。

### ●ケアラー向け研修訓練

定期的なプログラムはなし。

ケアラーや支援者等に向けた、講演会や研修会などは行うことがあります。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

本人の同意を得て紹介させていただくことができます。家族会や公的な相談窓口等の情報提供を必要に応じて行っています。

### ●提携している支援ネットワーク

全国医療的ケアライン（アイライン）  
全国小児在宅医療研究会家族連絡会  
つくば市福祉団体等連絡協議会

### ●連携している公的機関

茨城県、近隣市町村担当課、医療機関

### ●活動を実施する上で大切にしていること

子どもの障がい特性や医療的ケア等の状況、家族構成、生活環境等それぞれ家族の抱える大変さは違います。

そのことを受け止め、共感し、寄り添う気持ちを大切にしています。

### ●団体の強み

医療的ケアを必要とする子どもを育てるママたちが立ち上げた会です。代表理事は障害者支援施設で相談員をしていた経験があり、社会福祉士の国家資格を有しています。経験と豊富な知識で受けとめることができ、ケアラー当事者だからこそ分かり合える、「独りじゃないよ」というメッセージを伝える力を持っています。

### ●活動実績や成果

新型コロナウイルス等感染拡大時期にあっても、オンラインビデオ会議ツールを使用し家族交流・余暇支援、地域の啓発等の事業を継続して行ってきました。

行政との関係性維持にもつながり、医療的ケア児支援法（通称）が成立。各自治体が体制整備を進める中で、当事者の立場から意見、家族の声を伝える機会を頂くことができました。

新型コロナウイルスに一家で罹患された医療的ケア児家族からの相談を受けました。辛い時理解してくれる人の存在、話ができる相手の存在に救われたと感謝の言葉を頂きました。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

●活動で感じる社会的課題

- ・医療、福祉等支援サービスの地域偏在
- ・ケアラーの離職防止。就労支援には医療・福祉資源（医療的ケア児の受け皿）の充実と、医療的ケア児やその家族への社会的な理解が必要不可欠
- ・医療的ケア児受け入れのための看護師配置
- ・医療的ケア児から者へ移行後の支援体制（子どもから大人へ。親なき後まで）

●ケアラーへのメッセージ

お気軽にお問い合わせください。

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ







知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

世界はもっとカラフルにできる。

# 一般社団法人 ぶらーの Burano

代表理事 あきやま みく  
秋山 未来

WEBサイト



連絡先 〒306-0231

主な活動場所 茨城県古河市小堤  
1881-13

map



TEL 0280-23-4490

月～土曜午前9時～午後6時

FAX 0280-23-4491

MAIL info@burano.or.jp

WEB http://burano.or.jp/

活動開始年 2018年

年間財政規模 3,000万円以上

会員数 10名未満

**設立経緯** 医療的ケアや重度の障害がある子どもたちの親で立ち上げた子どもたちと家族の欲張り拠点。子どもたちと遊びを通じて発達支援を行う「多機能型重症児デイサービスTitta」、障害がある子どもの保護者のための就労支援「Kikka」、きょうだい支援「Linoha」を運営しています。

## 団体の目的

医療的ケアや重度の障害があっても、もっと欲張りになれる社会を目指して様々な活動を行なっています。

### ●主な活動対象地域

古河市周辺

### ●支援対象

医療的ケア児、重症心身障害児、きょうだい児、保護者

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしている／過去にサポートした。

### ●活動内容

医療的ケア児や重症心身障害児にまつわる様々な困りごとに対応しています。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

必要に応じてお繋ぎしています。

### ●提携している支援ネットワーク

病院、福祉事業所

### ●連携している公的機関

近隣市町

### ●活動を実施する上で大切にしていること

子どもたちを中心に考えること。

### ●団体の強み

親の視点を生かした取り組み。

### ●活動実績や成果

2018年より活動がスタートし5年目になりました。

薬物依存症者の家族や友人達の集まりです。

NPO法人

# ナラノンファミリーグループジャパン

WEBサイト



**連絡先** 〒171-0021

東京都豊島区西池袋2-1-2  
島幸目白2-C

**TEL** 03-5951-3571

平日午前10時～午後4時（電話での相談は受け付けていません）

**主な活動場所**

全国（ナラノンのホームページにミーティング場の情報があります）

**FAX** 03-5951-3571

**MAIL** naranon@sirius.ocn.ne.jp

**WEB** <http://nar-anon.jp/>

**活動開始年** 1989年

## 団体の目的

身近な人の薬物（覚せい剤、シンナー、処方薬、市販薬など）の問題で苦しんでいる家族や友人達が、12ステップを実践しながら回復し、希望のメッセージを、まだ苦しんでいる家族や友人達に希望のメッセージを伝えていくことです。

### ●主な活動対象地域

全国（茨城県は水戸、筑西、牛久、つくばの4グループ）

### ●支援対象

薬物依存症の家族や友人達

### ●活動内容

相談の受け付けはしていません。直接ミーティング会場へお越しください。

### ●活動を実施する上で大切にしていること

ナラノンは、メンバーの自由な献金により自立しているセルフヘルプグループです。入会の手続や会員名簿などはなく、本名や住所・職業など話す必要はありません。また、特定の宗教とも関係がありません。ミーティングで話された事の秘密は守られます。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 酒害者を一人も残すな

NPO法人

いばらきけん

だんしゅ

かい

# 茨城県断酒つくばね会

理事長 たかはし ゆきお  
高橋 幸夫

**連絡先** 〒300-0816  
茨城県土浦市永国東町14-1

**TEL** 029-822-1895  
随時

**FAX** 029-822-1895

**MAIL** yqrgp968@ybb.ne.jp

**活動開始年** 1985年

**年間財政規模** 100万～1,000万円

**会員数** 50～100名

**設立経緯** 酒害に悩む酒害者とその家族を救済すること、アルコール依存症の正しい理解と病気に対する偏見をなくすため、公益性のある活動を推進するために設立した。

### 団体の目的

茨城県に於いて、アルコール依存症に関する啓蒙を行い、酒害の及ぼす社会悪の防止に努めると共に、自らの意志により断酒生活を実行しようとする者の社会性回復の促進を図り、もって広く保健、社会福祉に寄与することを目的とする。

#### ●主な活動対象地域

水戸市、鹿嶋市、石岡市、土浦市、牛久市、龍ヶ崎市、守谷市、筑西市

#### ●他の福祉機関への相談者の紹介

精神保健福祉センター・アルコール専門病院の紹介豊後荘病院・筑波大付属病院 など

#### ●支援対象

酒害者とその家族、行政・医療の支援者など、どなたでも

#### ●提携している支援ネットワーク

公益社団法人全日本断酒連盟傘下の全国断酒会

#### ●ヤングケアラーへの関わり

アルコール依存症は、酒害者本人だけではなく、家族ぐるみの病気だから。

#### ●連携している公的機関

- ・茨城県福祉部
- ・茨城県精神保健福祉センター
- ・茨城県内保健所
- ・茨城県内保健センター
- ・その他

#### ●活動内容

##### ●個人向け相談・支援

茨城県内9断酒会により、酒害相談を実施（月曜を除き毎日開催、時間帯は各会場ごと設定（料金無料）。

各相談窓口まで、お問い合わせください。

#### ●活動を実施する上で大切にしていること

医療・行政との連携を図り、積極的なアウトリーチを行う。（酒害相談等）また同じ疾病を持つ仲間の体験談で共感でき、仲間と過ごせる場所が確保する。

---

### ●団体の強み

アルコール依存症は生涯完治しない病気です。  
同じ病気の仲間と断酒継続を実践できること。

### ●活動実績や成果

- ・酒害相談窓口県内9箇所で開催
- ・機関紙「つくばね」発行
- ・行政・医療との連携での研修会・セミナーの開催
- ・酒害啓発活動推進

＊平成28年厚生労働大臣賞受賞

### ●活動で感じる社会的課題

- ・アルコール依存症が病気と言うことへの認識不足（偏見持たれる病気）
- ・相談し難い病気

### ●ケアラーへのメッセージ

アルコール依存症は、家族ぐるみの病気です。  
気兼ねなく相談して下さい。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 自分達の生きられる場所を創っていこう!

NPO法人

いばらき

いそんしょう

かいふく

しえん

きょうかい

# 茨城依存症回復支援協会

理事長 あげいし ひろいき  
揚石 廣行

連絡先 〒309-1722

主な活動場所 茨城県笠間市平町122-4

map



TEL 0296-78-5287

(緊急：070-7527-1484)

平日午前9時～午後5時半

FAX 0296-73-4224

MAIL iarsa@nifty.com

活動開始年 2010年

年間財政規模 3,000万円以上

会員数 50～100名

設立経緯

薬物依存症と精神・知的などの重複障害を抱え、薬物依存からの回復だけではなかなかすぐに社会復帰につなげられない方たちが、それぞれに合った生きられる場所を創るために設立。

### 団体の目的

一人での社会復帰が困難な当事者たちが、仲間と共に作業を通じて、地域社会とつながり、社会の一員として自立した生活を目指す。

#### ●主な活動対象地域

笠間市

#### ●支援対象

薬物・アルコール・ギャンブル等の依存症と精神などの重複障がい者

#### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

#### ●活動内容

- ・薬物等の依存症と精神・知的・発達等との重複障害を抱えた仲間たちが、自立した生活を目指して、自前の畑での農作業や委託された除草作業を通じて地域社会と交流する機会を持つ。
- ・薬物依存からの回復を目指し、自助グループを通じて同じ悩みを抱えた仲間たちと交流することを支援。
- ・いったん壊れた家族関係の再構築のために、

当事者と家族との交流の場を設ける。

- ・重複障害を持つ当事者の家族からの相談にも応じ、回復支援を行っています。

#### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時相談に応じます。電話対応後、日程調整して面談も可。相談料はいただきません。

#### ●他の福祉機関への相談者の紹介

茨城ダルク家族会をメインに、他機関で行っている家族会を紹介。

#### ●提携している支援ネットワーク

- ・当事者には、茨城ダルクを通じて、全国のダルク・マック
- ・家族には、NPO法人全国薬物依存症者家族会連合会を通じて各家族会

#### ●連携している公的機関

- ・茨城県精神保健福祉センター
- ・茨城県立こころの医療センター



### ●活動を実施する上で大切にしていること

依存症者特有の症状や苦悩を、当事者スタッフが同じ気持ちを理解・共有し、再び薬物使用をせずに、それぞれに合った生活が持続出来るよう支援している。

### ●団体の強み

- ・12名中8名が当事者スタッフで、利用者と同じ視線に立ち、問題解決を支援することができる。
- ・全国の薬物関連施設・団体との連携。

### ●活動実績や成果

- ・全国のダルクにつながったあとも、社会復帰が困難だった人たちが、グループホームを利用しながら自立し、薬物使用に至ることもほとんどなく、障害者就労継続支援B型の作業を通じて規則正しい生活を送れるようになっています。
- ・家族も落ちついた生活をしていることに安心していただいています。
- ・利用者からスタッフになった方も2名出ています。

### ●活動で感じる社会的課題

依存症への社会的理解の低さ。特に薬物依存への偏見や拒否反応は強くあり、身近な問題として認知されることが大切と感じています。

### ●ケアラーへのメッセージ

世間体などを気にして、家族の問題として抱え込まないで、まずは相談することが大切です。

### ●備考

子供の薬物などの依存症の問題を解決していくには、関わる家族が本人との関係を変えていくことも大切です。

本人が親の手を離れ自立した生活を目指せるよう学んでいきましょう。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## ギャンブルの問題の影響を受けた家族・友人のための自助グループ

一般社団法人

# ギャマノン

WEBサイト



**主な活動場所** 全国（ギャマノンHP参照）

**TEL** 03-6659-4879  
月曜・木曜午前10～12時

**FAX** 03-6659-4879

**MAIL** info@gam-anon.jp

**WEB** https://www.gam-anon.jp

**活動開始年** 1991年

**設立経緯** 1989年日本においてギャンブル依存症者本人の自助グループG A（ギャンブラーズ・アノニマス）が発足し、続いて1991年に日本においてGAM-ANON（ギャマノン）が発足された。

### 団体の目的

医師・カウンセラーなどは同席せず、ギャンブル依存症本人の家族・友人という同じ立場の人たちが集まって悩みや苦しみを分かち合い、勇気と元気をもらうために各地でミーティングが行われています。

### ●主な活動対象地域

全国

### ●支援対象

ギャンブル依存症者の家族・友人

### ●ヤングケアラーへの関わり

自助グループのため、ご本人の参加意志があれば年齢に関わらず参加できます。

### ●活動内容

ミーティングではギャマノン書籍の読み合わせの他、言いつばなし、聞きつばなしの分かち合いが行われます。原則、相談やアドバイスは行いません。

### ●提携している支援ネットワーク

G Aとは協力関係にありますが、ギャマノンはいかなる機関、団体からも独立しています。

### ●活動を実施する上で大切にしていること

- ・アノニシティ（無名性）を守ること。
- ・どんな宗教・政党・組織・団体にも縛られていないこと。

### ●団体の強み

参加するには資格も会費も必要ありません。必要なのはただひとつ、強迫的ギャンブラーに悩まされている自分自身に幸せが欲しいという願いだけです。

### ●活動実績や成果

現在全国200を越える会場でミーティングが行われています。年に一度「全国の集い」を開催しています。

### ●活動で感じる社会的課題

ギャンブル依存症の一般の認知度・理解が低いこと。

---

●ケアラーへのメッセージ

家族（友人）にギャンブル依存症の問題があるかも、と思ったら、まず一度参加なさってみてください。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

ひとりで悩まずにご相談ください

公益社団法人

# いばらき被害者支援センター

理事長 あらかわ 荒川 せいじ 誠司

**連絡先** 〒310-0802

**主な活動場所** 茨城県水戸市柵町1-3-1  
茨城県水戸合同庁舎 6階

map



**TEL** 029-232-2738 (事務局)

犯罪被害相談：029-232-2736

平日午前10時～午後4時

性暴力被害相談：029-350-2001

平日午前9時～午後5時

**FAX** 029-232-3100

**MAIL** jimu@ivac.or.jp

**WEB** <https://www.ivac.or.jp>

<https://www.ivac.or.jp/network>

(性暴力被害者サポートネットワーク茨城)

**活動開始年** 1995年

**年間財政規模** 1,000万～  
3,000万円

**会員数** 50～100名

**設立経緯**

設立当時、サリン事件・ハイジャック・無差別テロ・航空機事故・大震災のような大型犯罪・大型災害の発生という新たな事態を迎えて、社会が大きく変わろうとしていた。長いこと信じられていた「安全と水はタダ」といった観念が通用しなくなったにもかかわらず、被害者を支援する公的・私的機関が十分に整備されておらず、被害者は諸外国と比べて極めて悲惨な現状に置かれていた。

おりしも発生した阪神・淡路大震災の経験を通して、ボランティアへの関心が高まってきたことと相成り、諸外国の被害者支援の組織を参考に、被害者支援に関心のある者たちが集まり、わが国初めての本格的な被害者支援センターを設立する運びとなった。

## 団体の目的

犯罪、事故、災害等の被害者並びにその家族及び遺族（以下「犯罪被害者等」という。）に対して精神的支援その他各種支援活動を行うとともに、社会全体の被害者支援意識の高揚を図り、もって被害者等の被害の回復と軽減に資すること。

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

犯罪被害者等

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

WEBサイト



性暴力被害者サポート  
ネットワーク茨城



### ●活動内容

近年、何の落ち度もなく突然悲惨な被害に巻き込まれる事件・事故は後を絶たず、県民の誰もが、ある日突然被害者になる可能性がある。当センターは、上記目的達成のため右記の事業を行っている。

- ・被害者等に対する電話及び面接等の相談事業
- ・被害者等への役務の提供他による直接的支援事業
- ・当センターが支援した遺族を対象とした自助グループ支援事業
- ・被害者等支援に関する広報及び啓発事業
- ・支援活動員等の養成及び研修事業

### ●提携している支援ネットワーク

公益社団法人全国被害者支援ネットワーク  
同ネットワークに加盟する都道府県の犯罪被害者支援団体

### ●連携している公的機関

茨城県、茨城県警察、各市町村、県及び市町村社会福祉協議会、水戸地方検察庁、法テラス茨城、茨城県精神保健福祉センター、茨城県福祉相談センター、茨城県発達障害支援センター、茨城県立こころの医療センター

### ●活動を実施する上で大切にしていること

犯罪被害者は、生命・身体・財産などに対する直接の被害（一時被害）だけでなく、捜査機関、司法機関での事情聴取や医療機関での受診時などに被害の様子を何度も説明させられたり、その際、心無い言葉や態度で対応されたりした場合や、マスコミの取材や誤報、近所や職場などでの噂や好奇の目などによって「二次（的）被害」が起こる。また、被害に遭ったことによる精神的な苦痛から休職や失職に追い込まれたり、被害をめぐる家族間の不和や罪悪感が家庭崩壊につながる事例なども二次（的）被害の一

種である。犯罪は今まで経験したことの無い強いショックと数々の苦痛を与える。傷ついた心は周りから励ますつもりで発せられた言葉にも深く傷つくということさえある。

したがって、支援に際し被害者等に二次（的）被害を与えることのないように、細心の注意を払いながら対応している。

### ●団体の強み

弁護士や心理職などの専門家や専門的な訓練を受けた支援員が対応するが、相談や支援は全て無料で受けることができる。

### ●活動実績や成果

2022年度の総支援件数は、電話相談が744件、直接的支援（裁判、検察、警察、病院等の付添いや、裁判の代理傍聴）が159件、面接相談が53件、メール相談が85件、自助グループ開催が6回、合計1,047件と、ここ数年増加傾向にある。性暴力・性犯罪の被害者を支援する「性暴力被害者サポートネットワーク茨城」における支援件数は、総支援件数のうち590件と、同様に増加傾向にあり、今年度から24時間365日の支援体制の拡充を図った。

こうした支援事業以外に広報事業や養成・研修事業等を行っている。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 犯罪加害者家族支援

NPO法人

# スキマサポートセンター

理事長 さとう 佐藤 じんご 仁孝

WEBサイト



**連絡先** 〒531-0071

大阪府大阪市北区中津1-11-8  
森川ビル502

**TEL** 070-5650-9473

24時間

**MAIL** sukisapo@gmail.com

**WEB** <http://sukima-support.red>

**活動開始年** 2018年

**設立経緯** スキマサポートセンターは犯罪を繰り返させない社会をめざしています。

家族が本人を支えられるように、また本人が自立できるよう、もう被害者を生まないように。これまで支援の対象ともなされず、セーフティネットの「隙間」にいた犯罪加害者のご家族に対する支援を中心に行っています。

### ●主な活動対象地域

大阪を中心に関西エリア、他関東エリア等も出張による対応可能

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

必要に応じて他機関の情報提供・他機関連携を行います。

### ●支援対象

犯罪加害者家族、犯罪加害者本人。問題行動の内容は問いません。

### ●団体の強み

臨床心理士・公認心理師・弁護士・精神保健福祉士等の専門家で構成されており、ご相談内容に応じて多面的な支援を提供できます。

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

犯罪加害者家族の支援、犯罪加害者本人の更生支援・再犯防止。



知的障がい

精神障がい

摂食障がい

発達障がい

身体障がい

医療的ケア児

アルコール依存

薬物依存

ギャンブル依存

買い物・浪費・借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪被害・加害

ヤングケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフケア

外国ルーツ

## 難病患者の福祉医療の向上を

ボランティア団体

いばらきけん

なんびょう

だんたい

れんらくきょうぎかい

# 茨城県難病団体連絡協議会

会長 あいざわ さとこ 会澤 里子

WEBSITE



### 連絡先

〒310-0851

茨城県水戸市千波町1918

茨城県総合福祉会館内

### 主な活動場所

茨城県総合福祉会館

茨城県水戸市千波町1918

map



### TEL

029-244-4535

平日午前10時～午後4時

### FAX

029-244-4535

### MAIL

iba-nanren@lake.ocn.ne.jp

### WEB

http://ibananren.web.fc2.com/

### 活動開始年

1983年

### 設立経緯

県内の難病患者団体で協議会設立

### 年間財政規模

100万～1,000万円

### 会員数

300名以上

## 団体の目的

難病患者の医療福祉の向上

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

難病患者・家族

### ●活動内容

難病に関わる相談

難病に関わる医療講演開催

患者会の支援

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

難病に関わる相談があれば電話による相談無料。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

相談内容により難病相談支援センターなどへ紹介。

### ●連携している公的機関

茨城県難病相談支援センター

### ●活動を実施する上で大切にしていること

患者本人の立場に立った対応。

### ●団体の強み

難病に関わる機関で一番患者の立場に立てる。

### ●活動実績や成果

電話による難病相談を永年実施。

患者会への支援。

### ●活動で感じる社会的課題

医療費助成は重症化しないと受けられないこと。

### ●ケアラーへのメッセージ

気軽にお問い合わせください。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 支える人を支えたい

一般社団法人  
にほん

# 日本ケアラー連盟

代表理事 こだま まみ つどめ まさとし ほりこし えいこ まきの ふみこ  
児玉 真美、津止 正敏、堀越 栄子、牧野 史子

WEBサイト



連絡先 〒160-0022

主な活動場所 東京都新宿区新宿1-24-7  
ルネ御苑プラザ513

map



TEL 03-3355-8028

毎週月曜日  
午後1～5時（祝祭日を除く）

FAX 03-6809-1093

MAIL info@carersjapan.com

WEB https://carersjapan.com/

Facebook

https://ja-jp.facebook.com/  
carersjapan2010/

活動開始年 2010年

年間財政規模 1,00万円～

1,000万円

会員数 100～300名

**設立経緯** 2009年当時、関係者での研究会の折、精神障害のお子さんを介護している参加者から、ケアしている者へサポートが欲しいとの意見があり、世界の介護者支援の仕組みなどを調査研究。超高齢化が進む日本にこそケアラー支援が必要との共通認識の下、ケアラーの実態や抱える課題を可視化し、具体的な調査や政策・施策の提起をする活動を開始した。

### 団体の目的

- ① ケアラーの課題を明らかにし、ケアラー支援の必要性を訴える。
- ② ケアラーの健康と生活、人権を守る。
- ③ 法制化を図り、社会全体でケアラーを支えるしくみをつくる。
- ④ ケアラー支援で持続可能な社会を作る。

#### ●主な活動対象地域

全国

#### ●支援対象

全世代のケアラー（ただし、直接的な個別支援ではなく、中間支援や支援ツールの提供などが中心）

#### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしている／過去にサポートした。

#### ●活動内容

- ①主に、ケアラー・ヤングケアラー支援に取り組む活動団体や、ぴあサポートグループ、自治体や市民活動団体などへの中間支援
- ②支援ツールや研修プログラム等の提供
- ③政策提言
- ④調査研究 など

#### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

具体的な相談・支援は個別支援を行う支援団体をお願いしている。

支援ツールとして、ケアラー手帳、ケアラー緊急時の第三者への引き継ぎ書「ケアラーのバトン」などのツールは提供している。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 認知症とともに生きる

NPO法人

# あゆ にんちしょう かい いばらき とともに歩む認知症の会・茨城

代表 しぶや 澁谷 ふみこ 史子

**連絡先** 〒310-0841  
茨城県水戸市酒門町  
1959-27

map



**TEL** 080-9819-4829  
午前9時～午後5時  
**FAX** 029-247-2180  
**MAIL** tomoniyumu.d.2017@gmail.com  
**WEB** <https://tomoniyumud2017.wixsite.com/website-1>  
<https://youtu.be/c4K1sNU5Yhc>  
(動画：厚労省認知症希望の道)

**主な活動場所** 水戸市福祉ボランティア  
センターミオス、  
茨城県衛生会館

**活動開始年** 2015年

**設立経緯** 2015年交流の場で出会った認知症本人と介護家族等が、自分たちが体験している貴重な体験を語れる場所、そして主体的に活動できる会を作りたいと熱い思いで設立。認知症本人と介護家族等が集まれる場所を作り、活動しながら2017年NPO法人化。

### 団体の目的

- ・支えられる側と支える側に分け隔てるのではなく、認知症とともによりよく生きていくことが出来る社会を目指します。
- ・認知症の人及び家族等の尊厳を守ります。
- ・住み慣れた地域のよい環境で、自分らしく暮らし続けられることを支援します。

### ●主な活動対象地域

県央地域

### ●支援対象

認知症に関わる悩みを抱えている方

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

- ・地域向け認知症カフェ「となりの縁側」  
毎月第2土曜14時～15時  
茨城県衛生会館1F
- ・家族向け認知症カフェ「オレンジサロン」  
毎月第3日曜10時～12時  
水戸市ボランティアセンターミオス  
(どちらもオンライン同時開設)
- ・認知症本人の悩み相談（認知症当事者による相談可）
- ・認知症に関わる家族や介護者等の悩みの相談
- ・認知症に関する講演会や学習会の開催

WEBサイト



厚労省認知症希望の道



### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

認知症カフェ参加費：100円(お茶代として)  
但し感染症拡大時期は  
お茶提供なしのため無  
料

認知症カフェ：オンライン (ZOOM) と会場  
でのハイブリッド形式を開催

個別相談：無料 (要事前予約・オンラインで  
も可能)

### ●ケアラー向け研修訓練

- ・認知症サポーター養成講座の開催。
- ・認知症本人や家族による講演。料金は要相談。

### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人日本認知症ワーキンググループ  
レビー小体型認知症サポートネットワーク茨  
城

### ●連携している公的機関

水戸市高齢福祉課  
公益社団法人茨城県看護協会  
茨城県社会福祉協議会  
水戸市社会福祉協議会

### ●活動を実施する上で大切にしていること

認知症の人及び家族等の尊厳を守ること。支  
えられる側と支える側に分け隔てるのではなく、  
認知症とともによりよく生きていくこと。

### ●団体の強み

認知症本人も一緒に運営に参加しており、当  
事者の気持ちや思いの発信が介護のヒントにな  
っている。長年看護に携わった医療従事者や介  
護経験者もあり、専門的なアドバイスも受けら  
れる。

### ●活動実績や成果

2015年から認知症カフェを100回以上開催  
しており、参加者はのべ1500人以上になりま  
した。認知症本人が運営に参画しており、当事  
者目線で発信をし、認知症や介護に対する考え  
方が変わる方が多くいます。

また、認知症に関する講演会も毎年開催し、  
認知症理解の啓発をしております。

### ●ケアラーへのメッセージ

同じ悩みを抱えている者同士で交流すること  
で心が軽くなります。あなただけではありませ  
ん。お気軽にお問い合わせください。

### ●備考

当会は認知症本人も一緒に活動しています。  
活動を通して本人が異変を感じる初期段階があ  
ることがわかりました。その時に適切な対応を  
する事で、今の生活を維持できるのです。本人  
の声を活かし、認知症を正しく理解することで  
家族もケアが変わります。

認知症を他人事ととらえず自分の事として考  
えてみませんか？



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

認知症の人と介護家族を地域全体で見守り、支え合う地域をつくろう

NPO法人

# 認知症介護家族の会うさぎ

理事長 もろおか あけみ 諸岡 明美

**連絡先** 〒300-0617  
茨城県稲敷市福田1597番地

map



**TEL** 0299-77-9173  
平日午前9時～午後5時

**FAX** 0299-77-9174

**MAIL** kaigo-k-usagi@iaa.itkeeper.ne.jp

**WEB** https://usagi.or.jp

**主な活動場所** デイサービスうさぎ  
茨城県稲敷市福田1597番地

**活動開始年** 2011年

**年間財政規模** 3,000万円以上

**会員数** 10～30名

**設立経緯** 在宅で認知症の介護をしている家族の身体的・精神的負担は重く、介護離職や家庭崩壊まで至るケースもある。認知症は徘徊等の症状もあり、これは家族だけの問題ではなく地域の問題と考えている。認知症の介護は決して一人で抱え込まないでという思いから設立に至った。

## 団体の目的

この法人は、認知症の人と介護家族及び地域の人々に対して、認知症介護普及啓発事業、介護相談事業、介護家族交流事業、介護保険法に基づく居宅サービス事業等を行い、認知症介護家族のみならず地域の人々の認知症への理解が深まり、認知症の人とその家族を地域の人々で支える意識が啓発され、福祉等のサービスの質を向上させることに寄与することを目的とする。

### ●主な活動対象地域

稲敷市

### ●支援対象

認知症の人とその介護家族、地域の高齢者又は認知症に関心のある方、地域の全ての人々

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

- ・認知症介護普及啓発事業では、年2回「認知症介護教室」を開催し、講師を招いて、認知症や介護に関する講演会をしている。
- ・その教室の2部で、「認知症カフェ」を行い、介護相談事業、介護家族交流事業の場としている。
- ・介護相談については、随時受けている。
- ・介護保険法に基づく居宅サービス事業では、「デイサービスうさぎ」「訪問介護うさぎ」「居宅介護支援事業所うさぎ」を運営している。

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

介護相談については、随時受けています。電話での対応や来所して頂けるのであれば、デイサービスうさぎで相談に応じています。無料。





### ●ケアラー向け研修訓練

認知症介護普及啓発事業では、年2回「認知症介護教室」を開催し、講師を招いて、認知症や介護に関する講演会をしています。

認知症とは何か、また認知症に関する新しい情報提供や自宅での認知症介護の具体的な方法・介護の在り方等、それぞれの専門家にお願ひしています。参加費無料。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

- ・内容や状況によっては、地域包括支援センターを紹介し、介護保険の利用をお勧めしています。
- ・本人のご要望を伺い、ボランティア連絡協議会に連絡し、ボランティア団体を紹介して頂くこともあります。

### ●提携している支援ネットワーク

社会福祉法人蒼天  
生活協同組合パルシステム茨城 栃木

### ●連携している公的機関

茨城県、稲敷市高齢福祉課、稲敷市地域包括支援センター、稲敷市社会福祉協議会

### ●活動を実施する上で大切にしていること

認知症の人の人格や思いを何よりも尊重し、出来る限りの支援をするというミッションを掲げています。又、介護家族の状況をよく理解した上で、その気持ちに寄り添い、少しでも負担が軽減するように心掛けています。そのためにも、介護家族が辛さや喜び等を共有できる場と時間を提供するようにしています。

### ●団体の強み

認知症の人と介護家族の支援のために様々な取り組みを継続的に行ってきたこと。

### ●活動実績や成果

認知症介護普及啓発事業として2012年から「認知症介護教室」は14回、「認知症カフェ」13回開催した。その他、写真展や「ペコロスの母に会いに行く」の映画上映会を行った。又、「認知症サポーター養成講座」のキャラバンメイトを6年受けている。更に3年前より「認知症サポーターステップアップ講座」の講師も引き受け、受講生9人による「オレンジパートナー」ボランティア団体を立ち上げた。オレンジカフェ等で活動している。

- ・介護相談事業、介護家族交流事業は、「認知症カフェ」の中で行ってきた。
- ・介護保険法に基づく居宅サービス事業は、2011年12月にデイサービスうさぎを開設。2016年6月には、居宅介護支援事業所うさぎ、2020年5月には訪問介護うさぎを開設し、地域の関連機関と協力しながら地域福祉の為に活動を続けている。
- ・4年前より稲敷市の委託を受け、「いな式オレンジカフェ」を年6～8回開催している。江戸崎商店街の真ん中にある古民家で地域の認知症の人その家族、認知症に関心ある方、シニア世代の方々が集まって楽しく交流している。相談も受け付けている。

### ●活動で感じる社会的課題

認知症に対する誤解や偏見は、少しずつ減ってはいますが、まだまだ時間がかかります。この活動を地道に継続していくためにも、活動自体への理解と協力が必要と思います。

### ●ケアラーへのメッセージ

認知症のケアは、1人で抱え込まないで！

一人で悩まないで仲間と一緒に語ろう!

ボランティア団体

# 日立市そよかぜの会

会長 今村 温

WEBサイト



**連絡先** 〒316-0015

茨城県日立市金沢町7丁目  
16-12

map



**TEL** 080-3200-5514

随時

**MAIL** arthur.imamu@net1.jway.ne.jp

**WEB** <https://soyokaze-kaigo.jimdofree.com>

**主な活動場所**

日立市女性センター  
茨城県日立市鮎川町1-1-10

**活動開始年** 1993年

**年間財政規模** 10万円

**会員数** 20名

**設立経緯** 平成30年に役員の高齢化により、会の閉鎖が決定されたが、介護されている方々への支援の重要性を考慮し、有志が集まり、活動規模を介護者中心に絞り、継続することに決定

## 団体の目的

認知症の人を介護する家族等が交流や情報交換を通してお互いに支えあい会員同士の連帯感を深めるとともに福祉の向上を図る

### ●主な活動対象地域

日立市

### ●支援対象

認知症の人の介護で悩んでおられる方

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

- ・毎月最後の火曜の定例会議：会員の介護の状況報告と相談
- ・プチ会：定例会議に参加できない人の希望日に合わせ少数での話し合い
- ・個人会：個人的に相談したい方のための話し合い
- ・認知症並びに介護に関する研修会：専門家をお呼びしての講義と会員による発表会
- ・年度内に会報「そよかぜ」を9月と3月に発行し配布（市内交流センター、病院、スーパー店舗など各所）

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時相談に応じます。

都合に合わせて個別にお話を聞きます。月1回の定例会は集団ですが初回は見学からで大丈夫です。継続して入会希望の場合は年会費として1000円徴収して会を運営しています。

---

### ●ケアラー向け研修訓練

- ・認知症並びに介護に関する専門家をお呼びしての研修会。参加者は無料。
- ・会員が別の場所で研修した場合、その会員による発表会。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

専門的な相談窓口として日立市高齢福祉課、居住地域担当の地域包括支援センターなどを紹介しています。

その後はご相談するご本人の判断にお任せして見守っています。

### ●連携している公的機関

- ・日立市高齢福祉課
- ・日立市社会福祉協議会
- ・地域包括支援センター

### ●活動を実施する上で大切にしていること

介護で悩まれておられる方のお話を聞き、日頃のうっぴんを吐き出して、心が軽くなるように心がけています。

### ●団体の強み

認知症の家族を実際に介護されておられる、あるいは、終わられた経験者の集まりですので、介護者の気持ちがよく理解でき、親身になって対応ができます。

### ●活動実績や成果

会に参加しお話しされることにより心が軽くなるという方が多くおられます。

### ●活動で感じる社会的課題

認知症は昔に比べ世の中に知られるようにはなってきたが、まだ隠したがる方も多い。

これからは若い世代からも認知症の症状を正しく理解してもらうこと。より身近なご近所の理解と見守りの体制が整って認知症になっても住みやすい街になって欲しいことなど。

### ●ケアラーへのメッセージ

常に笑顔で、相手にやさしく、気持ちに余裕をもって、決して怒らない。

認知症を発症した本人の気持ちを大切にしている介護者の自分自身の心の安定を保つことはとても大切です。たまにはお話をして詰まった気持ちを手放す時間を共有しましょう。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

一人で悩まないで、あなたは一人じゃないよ

ボランティア団体

# ひまわりの会

代表 ひらやま みえこ 平山 三恵子

MAIL [himawari.peerpower@gmail.com](mailto:himawari.peerpower@gmail.com)

**活動開始年** 2019年  
**年間財政規模** 10万円未満  
**会員数** 10名未満

**設立経緯** 私（平山）の母が認知症になり、この病気を理解することができず、どうしてよいのか分からない日々が続き、言葉で母にきつくあたったこともありました。そんな中同じ介護家族の方と話す機会があり「そんなの当たり前のあるあるだよ」と体験談を笑顔で語ってくれ、心が「フツ」と軽くなり、帰宅後母に優しく接することができた時のことを今でも覚えています。

認知症の介護家族は周りに相談することもできず、一人悩み・苦しんでいる方がとても多く、同じ思いを持つ仲間と安心して語れ、心が軽くなれる場所を目指し、介護家族と共に設立しました。

## 団体の目的

認知症のご本人と介護家族が、仲間と共に心穏やかに住み慣れた場所で過ごせる様に。

### ●主な活動対象地域

取手市

### ●支援対象

認知症のご本人と介護家族

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

「Memoryの放課後 家族会」

月1回 不定期で月2回開催

「一人で悩まないで、あなたは一人じゃないよ」をコンセプトに、同じ思いを持つ介護家族が安心して話せる居場所。

「Memoryの放課後 プラス家族と共に」

月1回開催

ご本人と介護家族が共に参加することで、家では見ることの出来ない互いの素顔や、参加者同士の繋がりが生まれ、共に安心して過ごせる居場所。

### ●ケアラー向け研修訓練

「Memoryの放課後 プラス家族と共に」で、専門の講師による講習会を不定期で開催予定。

### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人MCI リング

### ●活動を実施する上で大切にしていること

- ・ひまわりの会のスタッフだけではなく、ご本人と介護家族が皆で支え合うピアの力（仲間の力）で作り上げること。
- ・介護家族が一人になられても、繋がっていただけること。
- ・一人一人の心に寄り添う気持ちを大切にすること。

### ●団体の強み

ひまわりの会では、老人・認知症専門の講師を招き、ご本人も介護家族も一緒に楽しめるプログラムを行っています。

### ●活動実績や成果

「Memoryの放課後 家族会」

- ・気を使うことなく、話せる場所で参加するのを楽しみにしている。
- ・話すことで気持ちが楽になる。
- ・他の方の話を聞き勉強になる。

「Memoryの放課後 プラス家族と共に」

【介護家族】

- ・久しぶりに大声で笑った。
- ・家では見られない外での姿が見れた。
- ・いつもと違う楽しい時間を過ごせた。

【ご本人】

- ・楽しかった。
- ・工作で作った物を家に飾り、いつも楽しく見ている。
- ・次はいつ開催するの？楽しみにしている。と言う声を頂いています。

### ●活動で感じる社会的課題

「認知症」という病気は聞いたことはある人は多いと思いますが、本当の意味での病気の理解は、残念ながら関わったことがなければ分からないのが現実です。社会的にきちんと理解されるにはまだまだ時間がかかる難しい問題だと思えますが、この問題が解決されれば、ご本人も介護家族も住み慣れた場所で安心して暮らすことができると感じます。

### ●ケアラーへのメッセージ

一人で悩まないで、あなたは一人じゃないよ。一人では抱えきれないことも、仲間と語り支え合いましょう。

### ●備考

「Memoryの放課後 家族会」、「Memoryの放課後 家族と共に」に参加してくださる方々と、皆さん顔見知りになり、笑顔の輪が広がっていく姿を見ると、とても幸せな気持ちになります。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

子どもの豊かな育ちを支えるために手をつなぎ、不登校に関わるテーマを考えていく、支援者のネットワークです。

## ボランティア団体

# 不登校・多様な学びネットワーク 茨城

代表 いしだ 石田 かおり 佳織

**連絡先** 〒305-0031  
茨城県つくば市吾妻3-11-15  
ヴェルンハイムk103

**TEL** 080-2381-8611  
午前9時～午後8時

**MAIL** futamanet.ibaraki@gmail.com

**WEB** <https://ibaraki-futoukou.net/>  
Facebook <https://www.facebook.com/groups/futamanet.ibaraki>  
Twitter [https://twitter.com/futamanet\\_iba](https://twitter.com/futamanet_iba)  
Twitter <https://twitter.com/tayomanabiiba> (イベント告知)

**主な活動場所** 参加者用Facebookグループ、  
オンラインミーティング

**活動開始年** 2020年  
**年間財政規模** 10万円未満  
**会員数** 100～300名

**設立経緯** フリースクールなど支援団体では運営や経営に悩むことも多いため、皆でつながり共に考え、支え合う仕組みが必要だと感じた。また、不登校の子どもたちを取り巻く状況は様々な社会的課題が重なっており、支援者・学校・行政・地域の方が連携し、様々な方面から取り組んでいく必要性を感じたこと。

### 団体の目的

1. 支援者同士がつながり支え合う。
2. 子ども同士が県レベルでつながり、やりたいことを実現していくサポートをする。
3. 行政・学校・地域・社会と共に、子どもを取り巻く環境をより良くしていく。

#### ●主な活動対象地域

県内全域

#### ●支援対象

不登校や多様な学びの力になりたいという方はどなたでも。(支援者として)

#### ●ヤングケアラーへの関わり

現在ヤングケアラーを専門とする支援団体の参加はないが、参加団体の中にはヤングケアラーに関わっている団体がある可能性がある。

#### ●活動内容

・支援者同士の交流会や、不登校に関する様々

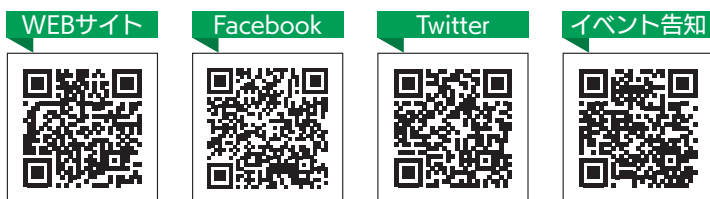
なテーマでの学習会

- ・県内の不登校支援情報の発信（不登校・多様な学び育ち応援サイト 等）
- ・個別の相談が来た場合は県内支援者へ橋渡し
- ・県や県内市町村との意見交換会や情報共有
- ・子ども同士がつながる機会の提供
- ・県内研究者との協同
- ・議員向け学習会や意見交換会
- ・他都道府県ネットワークとの交流、勉強会

#### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

当ネットワークとしては受けておらず、該当団体を紹介。





### ●ケアラー向け研修訓練

不登校全般については当ネットワーク世話人がお話できます。

特定のテーマ（HSC、読み書き障害、性的マイノリティ、保護者の声など）からの不登校の話については、参加団体のうちの専門の方を紹介します。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

当ネットワークには様々な地域、専門性の方がいるため、状況に応じて該当団体へ繋がります。

### ●提携している支援ネットワーク

- ・県内の不登校・多様な学びに関わる支援団体 122団体（当ネットワーク参加者）
- ・他都道府県の不登校・多様な学びに関わる 30のネットワークや団体

### ●連携している公的機関

茨城県教育庁 義務教育課生徒支援・いじめ対策推進室、特別支援教育課、高校教育課

茨城県総務部 総務課私学振興室

茨城県保健福祉部 子ども政策局 青少年家庭課

茨城県教育研修センター教育相談課

茨城県公認心理士協会

茨城県青少年育成協会

茨城県立こころの医療センター児童・思春期外来（ソーシャルワーカー）

茨城県発達障害者支援センター COLORS つくば

県内各市町村教育委員会（挨拶まわり中）

### ●活動を実施する上で大切にしていること

子どもを真ん中に、皆で手をつなぎ、考え、行動していくこと。

### ●団体の強み

県内の不登校や多様な学びに関わる様々な地域や専門性を持つ人たちが参加していること。そのため多様な状況やニーズを持つ不登校当事者や関係者に寄り添う支援を行うことができる。

### ●活動実績や成果

- ・当事者にとって不登校支援情報が得にくい中、県内の不登校支援情報を集約したサイトを作成した。周知に難航しやすい支援者の活動を支えることにもなっている。当事者からも支援者からもそうした声が届いている。
- ・不登校の実情が社会的にまだまだ見えにくい中、定期的に学習会や交流会をすることで、各団体の支援の質を高めたり、支援者同士連携し子ども達や保護者にとってより豊かな活動な支援ができるようになった、と参加団体から感想をもらう。

### ●活動で感じる社会的課題

- ・どこにも繋がれずに、一人で、または家庭で抱え込んでいる不登校当事者が圧倒的に多い。（支援情報の周知、教育機会確保法の周知、動きにくい状況にある家庭への支援、子どもの教育を支えるための経済的支援など）
- ・義務教育修了後は、子どもや保護者から動かないと、見えない存在になりやすく、その先ひきこもり等にもつながりやすい。
- ・不登校には教育や社会の状況が大きく関わっているため、学校や社会が一人一人にとって過ごしやすいものになっていく必要がある。また、子ども（人）が多様な存在であることが社会全体で認識されていく必要がある。

### ●ケアラーへのメッセージ

学校や学び育ちに関することはお気軽にご相談ください。

知的障がい

精神障がい

摂食障がい

発達障がい

身体障がい

医療的ケア児

アルコール依存

薬物依存

ギャンブル依存

買い物・浪費・借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪被害・加害

ヤングケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフケア


外国ルーツ



# 私たちは 子どもの豊かな育ちを支えるために手をつなぎ 不登校に関わるテーマを考えていくネットワークです


「多様なまま在ることができる」「自分らしい生き方を自分でデザインしていくことがゆるされる」「どんな環境でどんな自分らしさで生まれても幸せに生きていける」そんなふうに子どもが豊かに育っていきける土壌づくりを目指し、「不登校・多様な学びネットワーク茨城」が2020年12月に誕生しました。

## ネットワーク 3つの柱




**活動を支える つながり**

子どもを支える 大人同士が支え合う



**子ども同士の つながり**

つながるからこそできる 豊かな体験を子どもたちに



**子どもを取り巻く環境を より良くしよう**

行政・学校・地域・社会と共に 子どもを支えよう

### 【ネットワークの取り組み】

- ◆ ネットワーク参加者での学習会・交流会（月一回）
- ◆ 長期休み明け「ここにもあります。あなたらしくいられるところ」メッセージ音配信
- ◆ 合同相談会や子ども企画応援
- ◆ 県不登校支援連絡協議会参加、自治体担当課や議員との意見交換
- ◆ 不登校に関するアンケートなど（詳細は右記 QR 応援サイト ネットワークページをご覧ください）

### 【寄付について】

不登校・多様な学びネットワーク茨城へ、寄付等のご支援もありたくお受けしております。下記メールや応援サイトのネットワークページからお願いします。





**茨城県内の 不登校支援情報を集約!**

子どもが学校に行きたくないって言ったら・・・  
 どうしたらいいかわからない どこに相談したらいい? 悩みを聞いてくれる人はいる?  
 子どもの居場所を探したい この先どうなるんだろう?  
 そんな時、まずは覗いてみてください。  
 あなたの「困った」の答えがきっと見つかります。

<https://ibaraki-futoukou.net/>

**フリースクール等を利用されているご家庭向けの「授業料補助」について**



フリースクールを利用している

フリースクールをこれから利用する

住民税非課税世帯 要保護または準保護世帯

フリースクールに授業料補助を利用したことを確認

①授業料補助の申請書  
②通所証明  
③利用確認書  
④受給に関わる申立書

茨城県へ提出

<令和4年度茨城県フリースクール連携推進事業>  
 学校外のフリースクールへの通所に係る授業料等の2分の1以内で補助限度額が児童生徒1人につき1か月あたり最大15,000円支給されます。対象となる世帯は経済的に事情のある世帯(住民税非課税世帯、要保護又は準保護世帯)に限られます。詳しくは右側のQRのページをご覧ください。

赤い羽根共同募金 助成事業 茨城県教育委員会 後援

当ネットワークや参加団体についてのお問い合わせはこちらまで  
[futamanet.ibaraki@gmail.com](mailto:futamanet.ibaraki@gmail.com)





# 参加団体一覧

2023年1月18日現在  
ネットワーク参加 117 団体(190 名)中、希望の 81 団体を掲載

活動内容：♥子どもの居場所 ◆親の会 ♣相談・カウンセリング ▲オンライン・訪問サポート

## 県央地区

- ♥♥♥ おぼろ子どもの居場所 城里町
- ♥♥♥ フリースペース田園 那珂市 他
- ♥♥♥ 自由の学校 那珂市 他
- ♥♥♥ 茨城ゼミナール ひたちなか市
- ♥♥♥ さなぎ 学校が苦しい子と親の会 ひたちなか市
- ♥♥♥ 子どもの居場所 & フリースクール 花音~hane~ ひたちなか市
- ♥♥♥ フリースクールふらっと (NPO 法人ただいま) ひたちなか市
- ♥♥♥ 職学舎 ひたちなか市
- ♥♥♥ Pastel ひたちなか市
- ♥♥♥ LD-ADHD/ASD-HSC 親の会 @ ひと 水戸市
- ♥♥♥ グッジョブセンターみと (茨城 NPO センター・コムソ) 水戸市 他
- ♥♥♥ ここにあること 水戸市
- ♥♥♥ つばさアカデミー 水戸市 他
- ♥♥♥ 認定 NPO 法人 水戸こどもの劇場 子どもの居場所 水戸市
- ♥♥♥ 水戸心理・療育センター 水戸市
- ♥♥♥ みとなんでもクラブ(仮) 水戸市
- ♥♥♥ 志学塾サード 笠間市 他
- ♥♥♥ ゆめのいえ Play Earth Project 茨城町
- ♥♥♥ にじいろカフェ 小美玉市 他

## 県内全域

- ♥♥♥ 茨城 LD 等発達障害親の会 星の子 茨城県全域
- ♥♥♥ 茨城県ひきこもり相談支援センター 茨城県全域
- ♥♥♥ イマココ筑西 イマココ古河 イマココ龍ヶ崎 茨城県 栃木県
- ♥♥♥ 特定非営利活動法人 若年者社会参加支援普及協会 アストリング 茨城県全域
- ♥♥♥ 公益社団法人 茨城県青少年育成協会 茨城県全域
- ♥♥♥ For Everyone Study オンライン
- ♥♥♥ りすにんぐファーム オンライン

## 他県

- ♥♥♥ おやおやの会 (おやま親の会) 栃木県小山市

## 県西地区

- ♥♥♥ いばらき県西若者サポートステーション 県西 他
- ♥♥♥ 一般社団法人アイネット 筑西市 他
- ♥♥♥ ホームエデュケーション寺子屋てらこ 筑西市 他
- ♥♥♥ miniPlus フリースクール 筑西市 他
- ♥♥♥ 一般社団法人茨城サドバリースクール 筑西市 他
- ♥♥♥ でこぼこキッズ凸凹親の会 下妻市 他
- ♥♥♥ 「にじいろ☆すまいる」
- ♥♥♥ 不登校コミュニティしもつま 下妻市
- ♥♥♥ mother-stroke (マザーストローク) 結城市
- ♥♥♥ 結いの会 結城市
- ♥♥♥ ハレとケ 坂東市
- ♥♥♥ トーキョーコーヒー@茨城：みんなのいえ 常総市

## 県北地区

- ♥♥♥ 一般社団法人まちのこと 大子町 他
- ♥♥♥ 不登校を理解しあう会 常陸太田市
- ♥♥♥ NPO 法人 茨城居場所研究会 日立市 他
- ♥♥♥ NPO 法人 ひたち NPO センター・with you 日立市 他
- ♥♥♥ ぶらっとカフェ 日立市

## 鹿行地区

- ♥♥♥ 引きこもり・不登校 / つながり・考える鹿行の会 鉾田市
- ♥♥♥ ほっとサロン鹿島 鹿嶋市
- ♥♥♥ 神栖親の会ひまわり 神栖市

## 県南地区

- ♥♥♥ やさとあおぞら 石岡市
- ♥♥♥ ラテン家 石岡市
- ♥♥♥ スマイルアップ元気会 土浦市
- ♥♥♥ つちうら高等学院 土浦市
- ♥♥♥ 認定特定非営利活動法人 茨城 YMCA つくば市 他
- ♥♥♥ 就労支援事業所 カフェベルガ つくば市
- ♥♥♥ 認定 NPO 法人 キドックス つくば市
- ♥♥♥ 子供工房バオバブ つくば市
- ♥♥♥ こどもとつくる学校でんでん つくば市
- ♥♥♥ NPO 法人 居場所サポートクラブロベ つくば市
- ♥♥♥ 産後 TOMO サポ・ゆーみんのヨガ つくば市
- ♥♥♥ 雑木林で遊ぶ会 つくば市
- ♥♥♥ 竹園学園 “教室や学校に行きづらい子ども” の親の会 つくば市
- ♥♥♥ 竹園土曜ひろば つくば市
- ♥♥♥ つくば高等学院 つくば市
- ♥♥♥ つくば子ども支援ネット つくば市
- ♥♥♥ つくば子どもと教育相談センター つくば市
- ♥♥♥ Tsukuba Place Lab つくば市
- ♥♥♥ TSUKUBA 学びの杜学園 つくば市
- ♥♥♥ 花まる学習会 つくば市
- ♥♥♥ フリースクールつくば 空 つくば市
- ♥♥♥ フリースクールテラ子屋つくば つくば市
- ♥♥♥ BEK Lab(ベくらぼ) つくば市
- ♥♥♥ むすびつくば つくば市
- ♥♥♥ YK ストレスケアオフィス つくば市 他
- ♥♥♥ EUROPEAN SCHOOL TSUKUBA つくば市
- ♥♥♥ 認定 NPO 法人 Learning for All つくば市
- ♥♥♥ らくだの会 つくば市
- ♥♥♥ NPO 法人 きらきらスペース 牛久市
- ♥♥♥ フリースクール こどもの SONORA 牛久市 他
- ♥♥♥ ami seed 阿見町
- ♥♥♥ 特定非営利活動法人 青少年の自立を支える会シオン 阿見町
- ♥♥♥ ボニーと野遊び親子くらぶ 阿見町 他
- ♥♥♥ 社会福祉法人 蒼天 福敷市
- ♥♥♥ 子育てカウンセリング・リソースポート 守谷市
- ♥♥♥ 守谷ひがし野プレイパークの会 守谷市

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

私たちが私たちにできる事をする～誰かの笑顔のために～

# ボランティア団体 ami seed

代表 しみず 清水 なおみ 直美

WEBサイト



連絡先 〒300-1153

主な活動場所 茨城県稲敷郡阿見町実穀  
1269-20  
(伊東商事敷地内)

map



TEL 080-6531-4650

平日・週末午前9時～午後9時

MAIL amiseed2020@gmail.com

WEB https://www.amiseed.com

Twitter @AmiAmiseed1

Facebook Amiseed～阿見に種を  
蒔く～

Instagram ami.seed

活動開始年 2020年

年間財政規模 100万～1,000万円

会員数 10～30名

設立経緯 2020年コロナ最初の自粛中に、多くの  
ひとり親家庭や子どもたちなどの生活に影響する社会に  
なるのを予測。生活困窮、孤独孤立を防ぎ地域が繋がり  
寄り添い助けあう社会にするため団体を設立。

## 団体の目的

できる人ができる事で助けあい寄り添い、共に支えあいながら安心して暮ら  
せる地域の取り組みをすることで、生活困窮・孤独孤立を防ぐ目的がある。

### ●主な活動対象地域

県南・県西

### ●支援対象

不登校、ひきこもりがちなお子さんや若者、  
生活困窮、ひとり親家庭、独居高齢者

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしている／過去に  
サポートした。

### ●活動内容

無料学習支援、子ども食堂、フリースペース  
などの居場所として、自然に悩みを言える場所  
を開設している。ケアラーの家庭の中には、生  
活困窮も絡む。食料支援（フードドライブや子  
ども食堂）でサポートできる。

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時相談に応じます。

無料学習支援・食料支援即対応。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

必要な機関などにご本人の同意を得てつな  
ぎながら、サポートしております。

### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人LANS

### ●連携している公的機関

市町村社会福祉協議会

### ●活動を実施する上で大切にしていること

ご縁・つながりを一番大切にしております。

### ●団体の強み

食料支援などのサポートができ柔軟に対応ができる。また、無料学習支援など様々な支援事業を通して寄り添うことができる。

### ●活動実績や成果

無料学習支援を通して、夕食の提供や食料支援を行っている。お弁当を兄妹の分、親の分も持ち帰れると知ると声に出して喜ばれることが多い。ケアラーの子どもたちが望むことは、自分の親や家族に支援・寄り添ってくれる人がいることで、安心を感じられる居場所の成果がある。

不登校のお子さんへ家庭訪問の学習支援、農業体験などを行っております。

引きこもりがちの方など、イベントなどや様々なボランティア活動の依頼や、子ども食堂のお弁当配布などで外出するきっかけから、外へ少しずつ出る機会を増やしている。

### ●活動で感じる社会的課題

ケアラー・引きこもり・不登校などの悩みを抱える方の環境が複雑化しており深刻になっている。当事者が望んでいることと、社会が問題としてとらえることにズレがあると感じる。

どう相手を理解し寄り添えるかが課題である。

### ●ケアラーへのメッセージ

アットホームな団体です。ぜひ、一人でも、家族と一緒に気兼ねなくお越しください。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

集まれば元気!語り合えば勇気!

ボランティア団体

# ひきこもり不登校／つながり考える鹿行の会

世話人代表 小林 幸弘

**連絡先** 〒311-2116  
茨城県銚田市札822-34

map



**TEL** 080-3277-2002  
午前9時～午後5時

**FAX** 0291-39-7008

**MAIL** yukki.hati@gmail.com

**主な活動場所** 銚田中央公民館  
茨城県銚田市銚田1444-1

**活動開始年** 2017年  
**年間財政規模** 10万円未満  
**会員数** 10名未満

**設立経緯** 全国でひきこもりは146万人、不登校は24万人余。孤立を防ぎどこかにつながってほしい、適切な支援が必要、という思いで会を立ち上げた。特に鹿行地区では支援団体がきわめて少ない状態だった。

## 団体の目的

- ①ひきこもり不登校の家族との相談活動＝対話を通して、「理解と対応」をより深め、より適切なものにし、「親が変われば子が変わる」をめざす。
- ②ひきこもり不登校に関する地域市民の理解を広げる取り組みをする。

### ●主な活動対象地域

鹿行地区、県内全域

### ●支援対象

ひきこもり不登校の家族および当事者

### ●活動内容

- ・ひきこもり不登校の家族・当事者の交流と学習。女子会コーナー（居場所）。
- ・家族・当事者の個別相談
- ・ひきこもり不登校の地域に開かれた学習会や講演会

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時、個別相談に応じる。電話予約。利用料は公民館会議室利用料としての520円。相談時間は90分。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

相談内容によっては、他機関を紹介する。他の親の会の紹介もする。

### ●活動を実施する上で大切にしていること

子どもの「理解と対応」について、人間理解を共に考える立場で、丁寧な対話に努める。つまづきのドラマを丁寧に「理解」し、回復へのドラマを創っていくような「対応のあり方」を探究していく、そんな対話を積み重ねていく。指導助言が過ぎないように注意する。

### ●団体の強み

- ・随時個別相談に応じる。
- ・面接、電話、メールでの多様な方法で相談対話を行う。
- ・会のスタッフは3人いる。
  - ①元経験者のピアサポーター
  - ②精神保健福祉士
  - ③教育カウンセラー

### ●活動実績や成果

①二十歳から20年ひきこもっていた方が最近地域のショッピングセンターに行くようになった。訪問型の相談活動は3年目を迎えている。



- ②国立大学で不登校が続き7年生になった頃に相談があった。1年半の相談活動の中で一昨年卒業することができた。現在は就職が継続し2年目に入っている。
- ③中学2年間登校しづりが続いた。2年間の相談活動の中で、高校に進学。今高2で元気に登校が続いている。
- ④中学2年生から不登校気味に。現在は高1になり、7～8割の出席で登校が続いている。

●活動で感じる社会的課題

- ・行政の協力で、会の存在を広く知ってもらいたい。
- ・ひきこもりの行政窓口を明確にしてほしい。それを市民に広く周知してほしい。
- ・市の広報紙、地方新聞（茨城新聞）などで、ケアラー問題の欄を確保し、民間の取り組みの紹介を常に行ってほしい。

●ケアラーへのメッセージ

独りで悩まず、抱え込まず、まずは声を出してほしいです。「声に出す＝相談する＝問題を共有する」。ここから全てが始まります。

●備考

月例会に参加したり、個別相談することで、我が子の心の内が見えてきます。子どものこころが見えてくるといって「理解」ができてくると、適切な「対応」が出来てきます。

親子の関係性が改善し、子どもが元気を回復していきます。

～すべての子どもや若者が、自分らしく生きられるまちをめざして～

# ひきこもり・不登校 つながり・考える 鹿行の会

**※集まれば元気  
語り合えば勇気**

- ※ひきこもり・不登校
  - ・「なぜうちの子が？」
  - ・「この先どうなるの？」
  - ・「信じて待ちましょう。」とアドバイスされるが?
- ※とにかく語り合えよう。そこから(理解と対応)が深まりえてきます!!
- ※まずは一度おいで下さい。私たちは、共に語り合える仲間です。

**スタッフ①**

- ・元ひきこもり経験者
- ・ひきこもりピアサポーター(KHJ全国ひきこもり家族会連合会認定)

**スタッフ②**

- ・精神保健福祉士 ・社会福祉士 ・保育士

**スタッフ③**

- ・教育カウンセラー ・公立中学校相談員
- ・アドラー心理学ELMリーダー (ヒューマンギルド認定)
- ・全国保健室コーディネーター協議会会員
- ・ひきこもりピアサポーター(KHJ全国ひきこもり家族会連合会認定)

**活動内容**

1. 月例会
  - 日時：毎月第3日曜日13:30～16:00
  - ※曜日変更場合があります。事前に連絡してご参加下さい。
  - ※初めて参加される方も連絡下さい。(小林 080-3277-2002)
  - 場所：鉾田中央公民館(鉾田市役所となり)
  - 参加費：200円(当事者無料)
  - 対象者：ひきこもり・不登校の当事者および家族、支援をめざす方
2. 女子会：月例会の時に同時開催します(原則、奇数月の例会時)
3. 個別相談：面接、メール、電話などで随時。継続相談も行います。連絡先：080-3277-2002(小林)
4. 学習会、講演会
  - 例会時にミニ講座や体験交流会などを行います。
  - また、年に1、2回講演会を行います。

**■私たちの思い・考え方**

- ★家族同士の、または家族と支援者との対話によって、ひきこもりや不登校の我が子への「理解」が広がり、「対応」がより適切なものになっていきます。
- [理解①→対応①]
- [理解②→対応②]
- [理解③→対応③]
- [理解と対応]のより良い積み重ねを通して、親子の「関係性」が変わり、子どもが変わっていきます。
- ★多くの実践事例から、回復過程の教訓が多くつくり出されています。

**■私たちの活動の経過**

- (1) 鹿行全5市で対話交流会。
  - 2017年～2019年の3カ年で鹿行全5市で「ひきこもり・不登校つながり考える対話交流会」を開催。参加者計293名(内訳、家族86、当事者38、行政53(内民生委員29)、支援者49、一般67)。
- (2) 月例会の開催。
  - 2018年9月から毎月「ひきこもり・不登校家族会」を開いてきました。
  - 2018年度1年間で100名の参加、2019年度109名の参加を得ています。
- (3) 個別相談では、小中高大の不登校や、30代～40代のひきこもり相談が多く寄せられました。一部、訪問型支援も行いました。
- (4) 行政や民間の支援団体とも連携。
  - ・茨城県主催のひきこもり支援研修会に参加し、「茨城県ひきこもり者支援団体認定証」(令和3年2月8日)をいただきました。
  - ・学習会・講演会では、以下の方々に、鉾田市に来て頂きました。
  - 田上正樹氏：ジャーナリスト。著書「大人のひきこもり」「ひきこもる女性たち」他。
  - NHKドラマ「こもりびと」の編集にも関わる。
  - 石川清氏：元NHK記者。ひきこもり取材を通じて、支援者に転身。
  - 著書「長期ひきこもりの現場から」。NHKプロフェッショナルにも登場。
  - 上山琴美氏：キドックス代表理事、社会福祉士。次の世話を通じて、ひきこもり・不登校の子どもや青年の回復、自立支援に取り組む。つくば市。
  - 木本一風氏：銀座で組織コンサルタントとして働くも、うつ状態となり退社。悩み相談・シェアハウス事業「NPO法人いろり」を運営し、ひきこもり青年の自立支援に取り組む。つくば市。

ひきこもり・不登校 つながり・考える 鹿行の会  
連絡先 電話・ショートメール 080-3277-2002 (世話人代表・小林幸弘)  
FAX 0291-39-7008 e-mail yukki.hati@gmail.com  
\*鹿行の会は、KHJ全国ひきこもり家族会連合会の茨城県鹿行地区支部として登録しています。  
発行日 2021.5.1

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 想いがわかる者同士で語り合おう

### ボランティア団体

# てふてふの会<sup>かい</sup>

**連絡先** 〒310-0031

**主な活動場所** 茨城県水戸市大工町1-2-3  
トモスミとビル4階 みた  
しんビジネスセンターC-1  
茨城NPOセンター・コモンズ  
内



**TEL** 029-291-8990

平日午前9時～午後5時

**FAX** 029-300-4320

**MAIL** good.job@npocommons.org

**WEB** Facebook

「グッジョブセンターみと」で検索

**活動開始年** 2017年

**年間財政規模** 10万円未満

**会員数** 約10名

#### 設立経緯

県内の自立相談支援室やジョブカフェなど相談現場の相談員から、「当事者の深刻さはもちろんだが、それ以上に当事者の親が深刻に悩んでいる。親を何とかしたい」と、親の支援の必要性を訴える声が多く寄せられたこと。

#### ●主な活動対象地域

水戸市

#### ●支援対象

ひきこもりがちな方のご家族や支援者などなたでも

#### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

#### ●活動内容

- ・ひきこもりがちな方のご家族同士が交流。
- ・ルールはありません。悩みや不安を打ち明け、お互いへの理解を深め、ゆったりとした時間を共有します。

#### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時相談に応じます。

事前予約制

相談料：30分 1,000円～（交通費別途）

#### ●ケアラー向け研修訓練

てふてふの会を運営しているグッジョブセンターみとでは、ひきこもりの基礎知識、当事者支援・家族支援、発達障害の理解を深める、発達障害支援SSTなど、必要に応じて、グループまたは個人対象に出前講座を行います。料金は要相談。

#### ●他の福祉機関への相談者の紹介

- ・本人の同意を得て紹介することもあります。
- ・他機関で行っている親の会の情報提供を必要に応じて行っています。

#### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人LANS、わせがく高等学校水戸キャンパス、合同会社ALMA・i（あるま・あい）、社会福祉法人ナザレ園、一般社団法人栃木県若年者支援機構

### ●連携している公的機関

ハローワーク、ジョブカフェ、茨城県、市町村社会福祉協議会、茨城県発達障害者支援センター、保健所、茨城県精神保健センター、茨城県ひきこもり支援センター、茨城県水戸生涯学習センター など

### ●活動を実施する上で大切にしていること

支援する人、される人という関係ではなく、「対等な関係」を心掛けています。実際、支援している方からの学びも多くあります。学びをもらった時には、心からの感謝を伝えるようにしています。

### ●団体の強み

事務局のグッジョブセンターみとは、ひきこもり支援のため様々な事業を行っていることで、その方の状態に応じてメニューを選べます。

### ●活動実績や成果

30年以上ひきこもっていた子どもが、就労体験をスタートさせました。そこまでのご苦労等を当事者の親が、ひきこもり関連講座でお話しするなど、現在ひきこもっている子どもを抱える親に対して勇気を与えました。

### ●活動で感じる社会的課題

ひきこもりの課題解決は非常に難しいですが、みんなで集まって話すことにより気持ちが楽になります。

### ●ケアラーへのメッセージ

お気軽にお問い合わせください。

### ●備考

親の会に加入しているからと言って、子どものひきこもりが解決するわけではありません。このような会に所属していることで、子どものちょっとした変化を喜ぶ親の姿が、印象的です。

誰もが気軽に立ち寄り、おしゃべりを楽しめる場所

ボランティア団体

なんびょう

# 難病カフェ アミーゴ

代表 桑野 あゆみ

WEBサイト



**連絡先** 〒300-0427  
茨城県美浦村布佐982の3

map



**TEL** 090-2986-8198  
随時

**MAIL** nanbyoucafeamigo@gmail.com

**WEB** ブログ  
<https://ameblo.jp/amigo2016>  
Facebook、Twitter  
「難病カフェアミーゴ」で検索

**主な活動場所** ミオス（水戸市赤塚1-1）  
その他県南地域

**活動開始年** 2016年

**年間財政規模** 10万円未満

**会員数** 10名未満

**設立経緯**

難病当事者である設立スタッフの中で「難病患者や家族（支援者）を対象に、疾患を問わず申込不要・参加費無料で交流会ができないか」という案があり、気軽に立ち寄れる「難病カフェ」というネーミングで月に一度、水戸方面（奇数月）・土浦・つくば方面（偶数月）で試験的に交流会をスタートした。

## 団体の目的

難病であることで患者は生きづらさを、家族や支援者はそのサポートに不安を感じ孤立しているケースが多い。カフェのように当事者同士が気軽に交流する場を設けることで、情報共有や居場所の提供を行い個々のQOL向上を目指す。

### ●主な活動対象地域

水戸市、土浦市、つくば市

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

SNS、メール、電話などで随時受付中。

### ●支援対象

難病患者や障害者本人やご家族

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

相談内容に応じて県相談支援センター、県難病団体連絡協議会、ハローワーク（難病就労サポーター）へ繋ぐこともあります。

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●提携している支援ネットワーク

各患者会、他地域難病カフェ、関東難病カフェネットワーク等

### ●活動内容

奇数月は水戸方面、偶数月は土浦・つくば方面で交流会を実施（コロナ禍である現在は休会中、今後の状況により順次再開を検討中）。SNS、メール、電話などでの相談は随時受付中。

### ●提携している公的機関

茨城県難病相談支援センター、ハローワーク（難病就労サポーター）、茨城県難病団体連絡協議会、各患者会

### ●活動を実施する上で大切にしていること

主催者からの一方的な押し付けではなく、参加者の意見を取り入れた企画を毎回取り入れて、参加しやすい環境を作ることを心がけています。

### ●団体の強み

公的な団体ではないため、提案・企画から開催までの時間が早い。状況に応じて柔軟な対応をとることも可能で、参加に際しての制約も少ないため参加者も構えずに「気軽に」参加できる。

### ●活動実績や成果

参加者の意見を反映した「難病患者のための防災ガイドブック」は、2021年度内閣官房「国土強靱化民間の取り組み事例集」にも掲載され、茨城県のHPから閲覧・ダウンロードもできます。

### ●活動で感じる社会的課題

日常生活における難病患者への理解の薄さ、支援にたどり着く工程の複雑さに加え、自身が難病患者であることへの劣等感が負の方向へ絡み合っているように感じます。

### ●ケアラーへのメッセージ

患者さん本人には内緒でと連絡をくださる家族の方もいらっしゃいます。どうぞ気軽にご連絡ください。

### ●備考

患者は、ケアをして下さる方が自分に対して「お世話」をすることだけでなく、お互いを理解し合って同じ方向を向いて前に進んでくれることを望んでいると感じます。難病カフェを通して、そのきっかけを作ることができれば幸いです。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

こども・子育てをまんやかに。誰もが主役・みんなの居場所。

認定NPO法人

# 水戸こどもの劇場

代表理事 ひらの やよい  
平野 弥生

WEBサイト



**連絡先** 〒310-0912  
茨城県水戸市見川2-82-11

map



**主な活動場所** 水戸市福祉ボランティア会館、  
当団体事務所、  
いきいき交流センター葉山荘

**TEL** 029-255-0908  
平日午前10時～午後5時

**FAX** 029-255-0908

**MAIL** gekijo310@citrus.ocn.ne.jp

**WEB** <https://mito-kodomo.securesite.jp/wp/>

Facebook <https://www.facebook.com/mito.kodomo/>

Instagram <https://www.instagram.com/mito.kodomonogekijo/>

Twitter <https://twitter.com/kodomonogekijo>

**活動開始年** 1971年

**年間財政規模** 3,000万円以上

**会員数** 100～300名

**設立経緯**

1971年テレビの普及によって外で遊ばなくなったり、人との関わりが少なくなってきたことを心配した当時の親たちが、「子どもに夢を！たくましく豊かな創造性を！」を合言葉に作ったのがはじまり。

## 団体の目的

水戸市及び周辺地区住民に対して、子どもの夢を育てる文化や芸術の振興と、豊かな人間性を育む体験活動及び児童文化の研究と、子どもの自主的な活動を支え子どもの社会参画の支えとなる人材の育成に関する事業を行い、豊かな人づくりと文化的地域づくりに寄与することを目的とする。

### ●主な活動対象地域

水戸市及び近隣市町村

護者(水戸市以外にお住まいのかたもOK!)、

親子

### ●支援対象

多胎児サークルかるがも…

多胎児、多胎児家族、支援者ならどなたでも

comodo～コモド～

個性ある子育て家族のサロン…

発達が気になる、関係がとりにくい、HSC、園や学校へ足が向かない子どもなどの家族、支援者ならどなたでも

こどもの居場所ポルタ…

学校へ足が向かない小学生～中学生、保

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいませんが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

家族同士、スタッフとの交流

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

ホームページ申し込みフォームまたは電話での事前予約制。詳細はホームページをご覧ください。どうか、お電話でお問い合わせください。





### ●他の福祉機関への相談者の紹介

- ・本人の同意を得てつなぐこともあります。
- ・他機関で行っている会等の情報提供を必要に応じて行っています。

### ●活動を実施する上で大切にしていること

当事者や当事者家族、経験者が可能な限りスタッフとして参加し、共に悩み・共感しながら活動をしています。

### ●団体の強み

水戸こどもの劇場としては、様々な活動をしていますので、自分の興味のある他の活動にもスムーズに参加していくことが可能です。

### ●活動実績や成果

多胎児サークルかるがも…

様々な年代の多胎児を育てるご家庭と話をし、二人乗りベビーカーでも行きやすい場所やお出かけ時の工夫を聞いたことで、色々な場所に出かけたり、他の子育てイベント等にも参加することができるようになったご家庭があります。

comodo～コモド～

個性ある子育て家族のサロン…

生活や学習に課題のある子が使いやすく、親子がスムーズな生活を送りやすくなるためのツールや本等も準備しています。お試してから、我が子に合った物を購入できます。

参加者の声として、発達障害児の子育ての話ができる場所を探していました。就園、就学についての経験談を聞いて気持ちが少し楽になりました。

他の子と何か違う気がして不安でした。我が子だけどうして？ と孤独でしたが、comodoに参加したら同じように悩んでいる方、悩んでいた方たちに出会い心強い

です。

HSC・不登校の子の話ができる。話をしなくてもその場にいただけでもOKな場所。同じ目線のスタッフがいる。

こどもの居場所ポルタ…

子どもが学校に行きたくない。行きたいけど行けないという。朝起きられない。周りの子と合わない。そんな子どもたちの居場所になっています。自分らしく、安心して過ごせるようにおとなスタッフが寄り添い、見守っています。

親の会も開催しています。

### ●活動で感じる社会的課題

多胎児サークルかるがも…

保護者1名で多胎児の外出を準備し、外に連れ出すことや、オンラインだったとしても多胎児から目を離さずに安全に参加することはなかなか難しい現状がある。

支援者が行く、支援者がどこかに一緒に行くという支援が特に多胎児には必要なのではと感じることが多々ある。

comodo～コモド～

個性ある子育て家族のサロン、

こどもの居場所ポルタ…

まだまだ発達障害やHSC、不登校について理解されないことも多く、子どもはもちろん親やきょうだい児も心無い言葉をかけられることが多いのが現状だと思う。

理解を深めるための講座や講演会等の機会も作っていききたい。

### ●ケアラーへのメッセージ

ご参加をお待ちしております。

お気軽にお問い合わせください。

生まれ、双子・三つ子ママ&ファミリー!

ボランティア団体

# 双子サークルかみすついでん

代表 にしわき じゅんこ  
西脇 順子

主な  
活動場所

神栖市保健・福祉会館  
茨城県神栖市溝口1746-1



TEL

080-5560-5298

土日平日いつでも、夜間以外対応

MAIL

kamisutwin@yahoo.co.jp

WEB

<https://kamisutwin.jimdosite.com/>  
Twitter

<https://twitter.com/kamisutwin>

LINEオープンチャット

<https://t.co/WsxhCkpN2X>

活動開始年

2020年

設立経緯

代表の私の実家が県外にあり、里帰りから帰った時に知り合いの双子友達はずゼロでした。「神栖にも双子サークルがあったらいいのに」と思ったのが、サークル立ち上げのきっかけです。

年間財政規模

10万円未満

会員数

10名未満

## 団体の目的

多胎児育児をしている人同士の交流や情報交換

### ●主な活動対象地域

神栖市およびその近隣（千葉県を含む）

### ●団体の強み

近隣唯一の多胎サークルです。

### ●支援対象

双子、三つ子を育てる親、その家族、妊娠中の方

### ●活動実績や成果

コロナ禍や主催者の身辺事情により、会場を借りての活動が難しくなってきました。

これから双子を授かる若い方には、オフラインよりもオンラインで気軽にやり取りできる交換の場が求められているのではないかと思います、2022年12月より、LINEオープンチャット「双子サークルかみすついでん」をオープンしました。2023年春現在、神栖・鹿嶋・潮来、そして千葉県香取市の双子ママさん10名が参加しています。お下がり交換なども、インターネットを介してマッチングしてもらえればと思います、運用ルールを作っています。今後、LINEオープンチャット内で需要が見込まれるようであればオフ会も開催する予定です。

### ●活動内容

LINEオープンチャットを使った匿名・女性限定での情報交換

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

LINEオープンチャットの参加は無料。  
オフ会(開催未定)は参加費100円程度を予定。

### ●活動を実施する上で大切にしていること

コロナ禍に負けず活動を継続すること。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

WEBサイト



Twitter



LINEオープンチャット



### ●ケアラーへのメッセージ

人が少ない田舎で、かつ転入出の多い地域なので、なかなか同じ地域の双子・三つ子ママと会うことができず、お悩みかと思えます。LINEオープンチャットは顔を合わさない匿名の場ですので、多少の言いにくい悩みも、吐き出してスッキリして頂ければと思います。

ぜひ、お気軽にご参加下さい。



双子ママたちが作った交流の場

## 双子サークル かみすついでん

神栖市民活動支援センター登録団体  
SINCE 2020

オープンチャットの参加コードは公式サイトに掲載中

🔍 双子サークル かみすついでん

LINEオープンチャット  
女性限定 & 匿名のみ



情報交換  
ママ友作り  
お下がり譲渡

発行：2023/01

### オンライン交流の場「LINEオープンチャット」について

神栖市近隣の双子・三つ子育児に関する情報をお求めの方・提供したい方であれば、居住地や子どもの有無を問わず、どなたでもご参加いただけます。見学のみ参加もOKです。

女性限定・匿名のみなので、妊娠中の方も安心してご参加ください。

鹿嶋市・潮来市・銚田市・行方市・千葉県の方の参加や情報提供も大歓迎です。

オフ会開催の詳細は、LINEオープンチャット・Twitter・公式サイトでお知らせします。

☎ 080-5560-5298    📧 kamisutwin@yahoo.co.jp    🐦 @kamisutwin  
代表：ニシワキ（2014年生まれ双子ママ）

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## ありのままの思いを語り合える場

### ボランティア団体

# ゆったりカフェ龍の会

代表 なんぶ 南部 せつこ 節子

**連絡先** 〒301-0042  
茨城県龍ケ崎市長山5-14-11

**TEL** 090-6519-3807  
随時

**FAX** 0297-66-4039

**WEB** 南部節子個人でFB

**活動開始年** 2017年  
**年間財政規模** 10万円未満  
**会員数** 10名未満

**設立経緯** NPO法人全国自死遺族総合支援センタ  
ー事務局長としてやってきましたが、茨城に「わかち合  
いの会」がなく、地元で活動しようと思いました。

#### 団体の目的

自死、自殺などで大切な人を亡くした人が偏見にさらされることなく悲しみ  
と向き合い、必要かつ適切な支援を受けながらその人らしい生き方を再構築で  
きるように支援していきたい。

#### ●主な活動対象地域

県内全域（県外からの参加者もあり）

#### ●支援対象

大切な人を自死（自殺）で亡くされた方

#### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、  
今後利用者に含まれる可能性はある。

#### ●活動内容

親を自死で亡くした子どもが不登校、ひきこ  
もりになっていることが多く、電話相談を受け  
たり、他団体を紹介しています。

#### ●連携している公的機関

龍ヶ崎市社会福祉課  
茨城県精神保健センター

#### ●活動を実施する上で大切にしていること

スタッフも参加者も自死遺族であるので寄り  
添うことに努めています。

#### ●団体の強み

ファシリテーターも自死遺族なので参加しや  
すい。

#### ●活動実績や成果

私（代表）の息子も15年ニートで、35歳で  
発達障害とわかり、3年前にやっと就労したと  
いう体験があるので、参加者に体験を話すこと  
ができる。

#### ●活動で感じる社会的課題

行政や支援団体は相談にくるのを待つのでは  
なく、アウトリーチして欲しい。



ボランティア団体  
いばらきけん さとおや れんごうかい  
**茨城県里親連合会**

きょうかわ まこと  
会長 京川 誠

WEBサイト



連絡先 〒313-0016

主な活動場所

茨城県常陸太田市金井町  
3545 根本ビル2階  
地域家庭支援センターほ  
まれ内

map



TEL 0294-87-6656

平日午前10時～午後5時

FAX 0294-87-6657

MAIL jimukyoku@ibasato.xsrv.jp

WEB <https://xn--6oqy3j1tdc66b2wmxgjomldkd.jp/>

●主な活動対象地域

県内全域

●支援対象

里親・里子や支援者ならどなたでも

●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいないが、  
今後利用者に含まれる可能性はある。

知的障がい

精神障がい

摂食障がい

発達障がい

身体障がい

医療的ケア児

アルコール依存

薬物依存

ギャンブル依存

買い物・浪費・借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪被害・加害

ヤングケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフケア

外国ルーツ



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

大切な人を亡くした子どもが、安心して遊べる場・話せる場をつくろう

任意団体

# グリーフサポートいばらき ぶるーすかい

代表 いけうち しょうこ 池内 彰子

**連絡先** 〒310-8585

**主な活動場所** 茨城県水戸市見和  
1-430-1 常磐大学



**TEL** 029-232-2721

平日午前9時～午後5時

**FAX** 029-232-2721

**MAIL** ikeuchi@tokiwa.ac.jp

**活動開始年** 2019年

**設立経緯** グリーフサポートいばらきは死別体験をした子どものグリーフをサポートする活動の場として、子どものグリーフサポート活動を約10年以上実践している前防衛医科大学校精神看護学講座教授の高橋聡美氏が発起人となり、2019年に任意団体として北関東地方で初めて設立された。

## 団体の目的

大切な人を亡くした子どもに対するグリーフサポートを行うこと

### ●主な活動対象地域

県内全域

### ●支援対象

死別体験をした子どもとその保護者

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいませんが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●活動内容

死別体験をした子どもへの遊びを通したグリーフサポート。

### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

随時相談に応じます。  
無料。

### ●他の福祉機関への相談者の紹介

本人の同意を得てつなぐこともあります。  
他機関で行っている親の会の情報提供を必要に応じて行っています。

### ●提携している支援ネットワーク

協力を依頼している  
あしなが育英会レインボーハウス  
茨城社会安全研究会  
常磐大学地域連携センター

### ●活動を実施する上で大切にしていること

死別体験をした子どもが安心して気持ちを表現できる居場所となり、子どもたちが健やかに成長・発達していけるようにサポートしたい。

---

### ●団体の強み

団体の中心メンバーが大学看護学部教員であるため、保健医療福祉に関する知識の提供や教育・研修活動には習熟している。また、常磐大学の協力を得ることができ、大学の地域連携センターや研究会から専門的なサポートを得やすいこと。

### ●活動実績や成果

- ・2019年に2回、死別体験をした子どものグリーフサポートプログラムと、保護者の「わかち合いの会」を開催した。
- ・2020年に、グリーフサポートプログラムのファシリテーター養成研修会を開催した。

### ●ケアラーへのメッセージ

何かできることがあれば、サポートさせていただきます。

知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

大切な人を亡くされた方へー同じ体験をした人々のつどいー

宗教法人

しょうあんじ

# 正安寺グリーフサポートカフェ

住職 ますだ なお  
増田 直

**連絡先** 〒312-0011

**主な活動場所** 茨城県ひたちなか市  
中根3542  
正安寺

map



**TEL** 029-274-5623

何時でも可

**FAX** 029-273-5385

**MAIL** [namunamu.shoanji@gmail.com](mailto:namunamu.shoanji@gmail.com)

**WEB** <http://shoanji.info/>

**活動開始年** 2020年

**年間財政規模** 10万円未満

**会員数** 10名未満

**設立経緯**

一般社団法人リヴオンのグリーフサポート連続講座を、正安寺住職、正安寺坊守とともに当事者数名が受講したことがきっかけで、正安寺でも開催の必要性を感じた。

## 団体の目的

「グリーフ」とは、大切な方を失うことによって生じる、その人なりの自然な反応・状態・プロセスのことです。悲しみや怒り、安堵感など、どのような感情も反応も、おかしいものではありません。「グリーフ」はそこから乗り越えるものとか、立ち直るものではなく、抱きながら歩むものです。そしてそれをケアしたり、サポートしたりするために「グリーフサポートカフェ」を開催しています。

### ●主な活動対象地域

県内外問わずどなたでも

### ●提携している支援ネットワーク

一般社団法人リヴオン

### ●支援対象

大切な人を亡くされた方ならどなたでも

### ●活動を実施する上で大切にしていること

グリーフを抱えると、身体への影響、心への影響、社会的な影響など様々なことが起こります。どんな反応であっても、それをそのままに受け止めることを、スタッフ一同大切にしています。話したいときはまめに話し、話したくない時はまめに聞く。同じ気持ちを共有しながら、その時間を過ごすようにしています。

### ●ヤングケアラーへの関わり

ヤングケアラーをサポートしてはいませんが、今後利用者に含まれる可能性はある。

### ●団体の強み

様々なグリーフを抱えた当事者がスタッフとなっているので、話しやすい雰囲気ができています。

### ●活動内容

会の約束事として、守秘義務があるので安心してご参加いただけます。また、発言も強要いたしません。お茶を飲みながら、ゆったりとした時間を共有することを目的にしています。



●活動実績や成果

このような会を求めていた、という声や、参加できてよかったという声を、参加者の方からいただいています。県外からの参加者もあるので、開催しているところがなかなかないのかもしれないかもしれません。

●活動で感じる社会的課題

グリーンへの認知がもう少し広まれば、グリーンを抱える人が生きやすくなるのではないかと感じます。

●ケアラーへのメッセージ

気持ちが向きましたら、どうぞお問い合わせください。会が開催していないときであっても、ご相談に乗ることもできます。

●備考

3、6、9、12月の最終日曜午後2～4時で開催しています。



知的  
障がい

精神  
障がい

摂食  
障がい

発達  
障がい

身体  
障がい

医療的  
ケア児

アルコール  
依存

薬物依存

ギャンブル  
依存

買い物・浪費・  
借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪  
被害・加害

ヤング  
ケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフ  
ケア

外国  
ルーツ

## 子どもを亡くした親の会

# ボランティア団体 Sanaの会

つくば国際大学医療保健学部看護学科 助教 はなわ けいこ 瑠 恵子

WEBサイト



**連絡先** 〒300-0051  
茨城県土浦市真鍋6-8-33

map



**TEL** 029-826-6622  
平日午前9時～午後5時

**FAX** 029-826-6776

**MAIL** k-hanawa@tius.ac.jp

**WEB** <https://sana-grief.jimdofree.com>

**主な活動場所** 内原市民センター  
茨城県土浦市真鍋6-8-33

**活動開始年** 2020年  
**会員数** 10名未満

**設立経緯** 全国的に子どもを亡くされた方々への心理的なサポートグループが数多く確認されています。しかし茨城県はこのような活動がない状況でした。このため2020年に「Sanaの会」を立ち上げ、子どもを亡くされた方々への心理的な支援活動を行っております。

### 団体の目的

同じような思い、悲しみを共有することで自分一人ではないことに気づきます。自分だけではないと思うことで安心感が生まれます。そして少しずつ心が軽くなっていくのです。誰かと共に悲しみを乗り越え、元の自分に戻っていくお手伝いをすることが、Sanaの会の目的です。

● **主な活動対象地域**  
県内全域

● **支援対象**  
流産・死産を含む子どもを亡くされた遺族

● **ヤングケアラーへの関わり**  
ヤングケアラーをサポートしてはいませんが、今後利用者に含まれる可能性はある。

● **活動内容**  
お茶やお菓子を食べながら気軽に話をしましょう。話す内容は何でも構いません。話したいことを話したいだけ、泣きたいときは泣きたいだけで自分が好きなように、好きな話をしてみませんか？  
流産・死産の会「エンゼルクラス」、お孫様を亡くされた方の会「じいじ・ばあばの会」も開催しています。

● **ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など**  
無料

● **提携している支援ネットワーク**  
iKizuku働く天使ママ  
ひたちなか市正安寺(グリーフサポートカフェ)

● **連携している公的機関**  
土浦市こども包括支援課母子保健係  
いばらきみんなのがん相談室

● **活動を実施する上で大切にしていること**  
名前、住所は話したい方のみ紹介して頂いています。来ても、来なくても、ずっと来なくても、また来ても、好きな時に来ればいいじゃないですか。という気持ちで開催しております。  
「Sanaの会」で話し合いたい内容は守秘義務を厳守して頂いています。



### ●団体の強み

茨城県内では唯一の会になります。

### ●活動実績や成果

初回から現在まで毎回参加されている方もおります。

### ●活動で感じる社会的課題

茨城県はグリーフケアが何かを知る人が少ないように感じています。人は必ず死を迎えます。死別悲嘆は人生の中で誰でも経験する過程です。グリーフケアを知ることは、その時自分を守る一つの手段となるのです。大切な人を見送った後の喪失感をサポートする支援体制の整備は、今後社会的な課題になると考えております。

大切なお子様を亡くされたあなたへ

Sanaの会

[ホーム](#) [エンゼルクラス](#) [じいじ・ばあばの会](#) [お問合せ](#) [お約束事](#) [ブログ](#)

---

『Sanaの会』にきて話をしてみませんか？

---

### sanaの会について

sanaの会は、お子様を亡くされた方々がつどい、同じような思いを話し合いながら、少しずつ心を癒していく場所です。

同じような思いの方々と話をすることで、自分一人だけではないことがわかります。sanaの会は、何を話しても自由です。話したいことを好きなだけ話して、泣きたい時には思い切り泣いて、少しずつ笑顔になっていけるような、そんなお手伝いができたらと思っています。一人では耐えきれない悲しみも、誰かと一緒にその悲しみを乗り越えていくことができます。一緒にその悲しみを乗り越えていきませんか？



### 「エンゼルクラス」について

Sanaの会では、流産や死産を経験した方々、あるいは生まれて間もないお子様を亡くされたお母様・お父様を対象に「エンゼルクラス」を開催いたします。参加ご希望の方は、下記「お申し込み」欄よりお申込みください。誰かに悲しい気持ちを話すことで、心が軽くなっていきます。一緒に話をしませんか？



### 「じいじ・ばあばの会」について

sanaの会では、新たにお孫様を亡くされた祖父母の会を開催いたします。この会は、大切なお孫様を亡くされたおじい様、おばあ様限定の会になります。大切なお子様を亡くされた悲しみは、ご両親だけではありません。おじい様、おばあ様も同様に失ったお孫様への強い喪失悲嘆を感じています。愛するお子様を失った悲しみは、家族としてご両親とはまた違った悲しみを感じているのではないかと考えています。

知的障がい

精神障がい

摂食障がい

発達障がい

身体障がい

医療的ケア児

アルコール依存

薬物依存

ギャンブル依存

買い物・浪費・借金依存

窃盗症

ネット依存

ゲーム依存

性依存

犯罪被害・加害

ヤングケアラー

認知症

不登校

ひきこもり

難病

多胎児

里親

自死

グリーフケア

外国ルーツ

## 人生の意味を問い続ける

認定NPO法人

# 千葉県東葛地区・生と死を考える会

理事長 竹内 啓二

連絡先 千277-0855

主な活動場所 千葉県柏市南柏1-5-14  
南柏会館7階

map



TEL 04-7141-2440

電話はつながりにくいのでメールでご連絡ください。

FAX 04-7141-2441

MAIL mitsui@grief-care.com

WEB <https://grief-care-kashiwa.amebaownd.com/>

Facebook、Twitter 「とうかつ生と死を考える会」で検索

活動開始年 1993年

年間財政規模 100万～1,000万円

会員数 100～300名

設立経緯 上智大学名誉教授の故アルフォンス・デーケン氏が三つの目標①生と死の教育②死別体験者へのグリーフケア③ホスピス運動を掲げ「生と死を考える会」を設立し、当会の名誉会長水野治太郎（麗澤大学名誉教授）が賛同し、千葉県東葛地区にも設立をと願ったことによる。

### 団体の目的

自他のいのちの完成を目標に、生と死をめぐる諸問題を広く市民に投げかけ、相互の対話を促進することで、豊かな社会づくりに寄与すること（定款より）

#### ●主な活動対象地域

柏市

#### ●支援対象

がん等の病気当事者  
遺族等の死別体験者

#### ●活動内容

- ・生と死に関する研修会、勉強会、講座の開催
- ・病院施設のがん患者等への傾聴及びアロマトリートメント
- ・死別体験者のグリーフケア（分かち合いの会、電話相談、個別相談）

#### ●ケアラー向け相談対応の内容、方法、料金など

- （死別体験者を病気で家族等を世話をしていたケアラーと考えるなら）、
- ・分かち合いの会／各地月8回開催／2時間／無料
  - ・電話相談／月4回／2時間／一人30～40分間／無料
  - ・個別相談／都度対応／90分間／無料

#### ●ケアラー向け研修訓練

（スタッフを支援者としてケアラーと考えるなら）グリーフカウンセリング講座の開催（以前は水野が講師であったがそれに代わるものを検討中）

WEBサイト



### ●連携している公的機関

柏市、松戸市、流山市、守谷市、千葉市、八千代市、柏市社会福祉協議会

### ●活動を実施する上で大切にしていること

助言ではなく傾聴に徹すること  
参加者同士で比較しないこと  
安心安全な場を提供すること  
話した内容は外部に漏らさないこと

### ●団体の強み

- ・分かち合いの会等のボランティア活動の開催回数が他のグリーフの団体と比較して多いこと。
- ・スタッフがボランティアであること。（プロでない（お金をもらわない）ことで同じ目線で支援できる）。

### ●活動実績や成果

2023年で30年になりますが、グリーフケアの分かち合いに多くの参加者がいらっしゃいました。その参加者が今度はスタッフ側になり、自分の経験を活かしてつらく悲しい思いをしている人の話を聴く活動をしています。

### ●活動で感じる社会的課題

- ・グリーフを抱えてつらい思いをしている人数に対して支援者数が足りない事。回数の課題でもある。
- ・対象者を広げること。40歳までの若年層、10代。
- ・オンライン相談の必要性。

### ●ケアラーへのメッセージ

死別体験者でもボランティアについてでも、お気軽にお問い合わせください。

# 茨城県 ケアラー・ヤングケアラー 実態調査



## のご紹介

ケアラー・ヤングケアラーと支援機関双方の課題やニーズを把握し、必要な支援策を検討するため、茨城県は下記のとおり2つの調査を実施しました。

茨城県に調査概要の掲載許可をいただきましたので、ご紹介します。

なお、「茨城県ヤングケアラー実態調査」に関しては、紙幅に限りがありご紹介することができません。以下のQRコードからダウンロードできますので、ぜひご覧ください。

茨城県ヤングケアラー実態調査報告書▶





## 茨城県ケアラー・ヤングケアラー実態調査結果の概要

1. 調査目的 ケアラー・ヤングケアラーと支援機関双方の課題やニーズを把握し、必要な支援策を検討するために本調査を実施。
2. 実施時期 ・ヤングケアラー実態調査：令和4年4月～7月 ・ケアラー実態調査：令和4年5月～7月
3. 調査対象 以下のとおり

### <ヤングケアラー実態調査>

#### (1) 児童・生徒

対象	対象人数	調査方法
小学6年生(全体の約1割の人数を抽出)	約2,400人	書面
中学生 全学年(全数)	約77,000人	WEB
高校生 全学年(全数)	約76,000人	WEB

#### (2) 学校

対象	対象校数	調査方法
小学校 ※各市町村から1校を抽出 (義務教育学校前期課程含む)	44校	WEB
中学校(全校) (義務教育学校後期課程含む)	239校	WEB
中等教育学校(全校)	6校	WEB
高等学校(全校)	125校	WEB

#### (3) 要保護児童対策地域協議会

対象	対象数	調査方法
市町村要保護児童対策地域協議会	44か所	WEB

### <ケアラー実態調査>

#### (4) 当事者

対象	対象数	調査方法
高齢者のケアラー (6)アの利用者	273人	書面
障害者のケアラー (6)イの利用者	903人	書面

#### (5) ケアラー当事者団体

対象	対象数	調査方法
家族の会等	15か所	WEB

#### (6) 支援機関

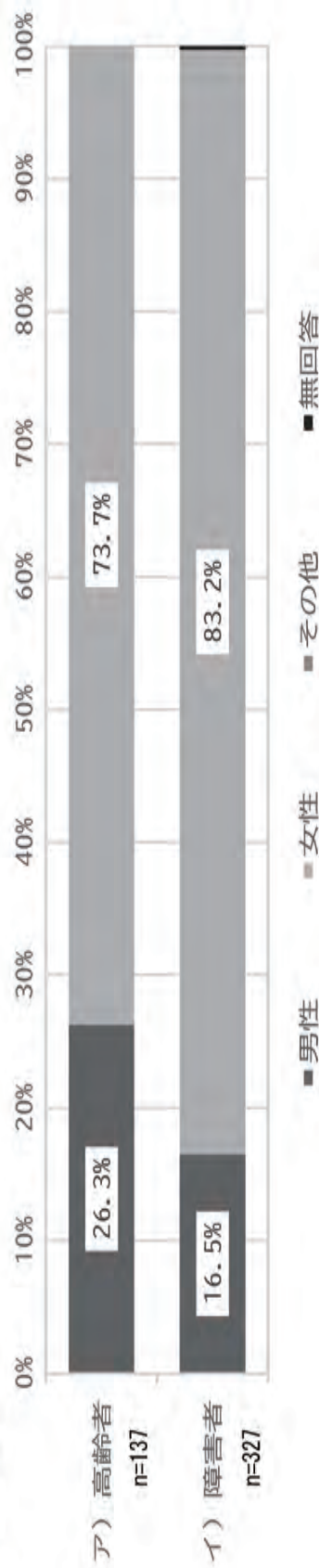
対象	対象数	調査方法
ア 地域包括支援センター	91か所	WEB
イ 障害者相談支援事業所	301か所	WEB
ウ 民生委員児童委員協議会	140か所	WEB



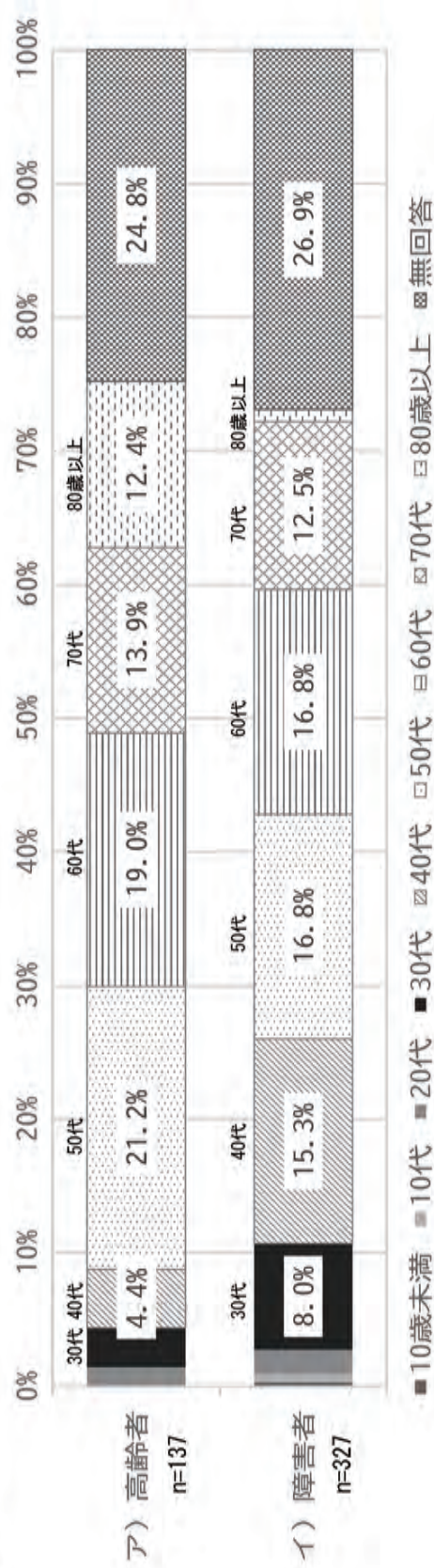
## (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (① 性別、② 年齢)

- ケアラーの性別は女性が多く、高齢者のケアラーで7割強、障害者のケアラーで8割強となっている。
- 年代は、高齢者のケアラーは50代から、障害者のケアラーは30代から割合が高くなっており、幅広い年代にわたっている。

### ① ケアラーの性別



### ② ケアラーの年齢

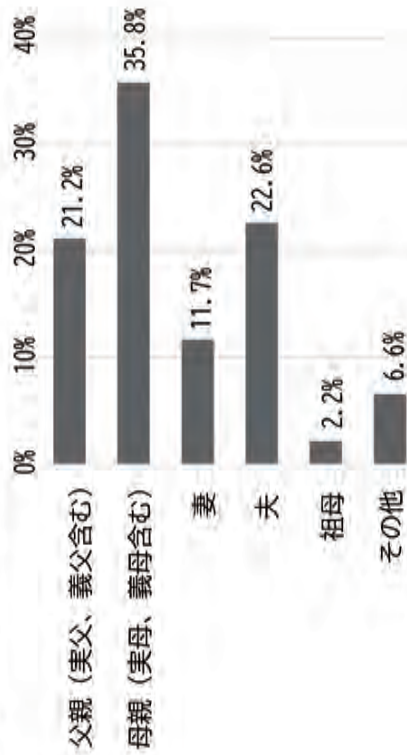


### (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (③ケアの相手)

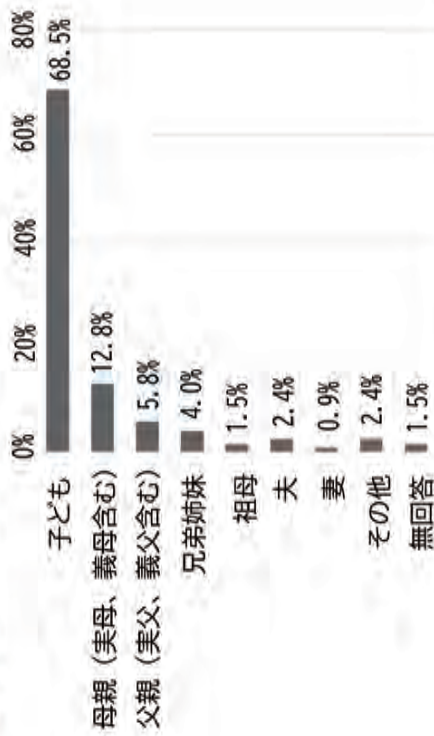
- 高齢者のケアラーのケアの相手(1人目)は、「母親」が35.8%で最も高く、「父親」が21.2%、障害者のケアラーのケアの相手(1人目)は、「子ども」が68.5%で最も高く、「母親」が12.8%、「父親」が5.8%となっている。また、いずれも、2人目、3人目をケアしている場合もある。

#### ③被介護者との関係

【高齢者のケアラー】(1人目)



【障害者のケアラー】(1人目)



項目	1人目		2人目		3人目	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
父親 (実父、義父含む)	29	21.2%	3	11.5%	2	28.6%
母親 (実母、義母含む)	49	35.8%	16	61.5%	1	14.3%
妻	16	11.7%	0	0.0%	0	0.0%
夫	31	22.6%	1	3.8%	1	14.3%
祖母	3	2.2%	0	0.0%	0	0.0%
その他	9	6.6%	6	23.1%	3	42.9%
合計	137	100.0%	26	100.0%	7	100.0%

項目	1人目		2人目		3人目	
	回答数	割合	回答数	割合	回答数	割合
子ども	224	68.5%	33	41.3%	5	35.7%
母親 (実母、義母含む)	42	12.8%	27	33.8%	6	42.9%
父親 (実父、義父含む)	19	5.8%	3	3.6%	1	7.1%
兄弟姉妹	13	4.0%	4	5.0%	1	7.1%
祖母	5	1.5%	0	0.0%	0	0.0%
夫	8	2.4%	3	3.8%	1	7.1%
妻	3	0.9%	5	6.3%	0	0.0%
その他	8	2.4%	5	6.3%	0	0.0%
無回答	5	1.5%	0	0.0%	0	0.0%
合計	327	100.0%	80	100.0%	14	100.0%

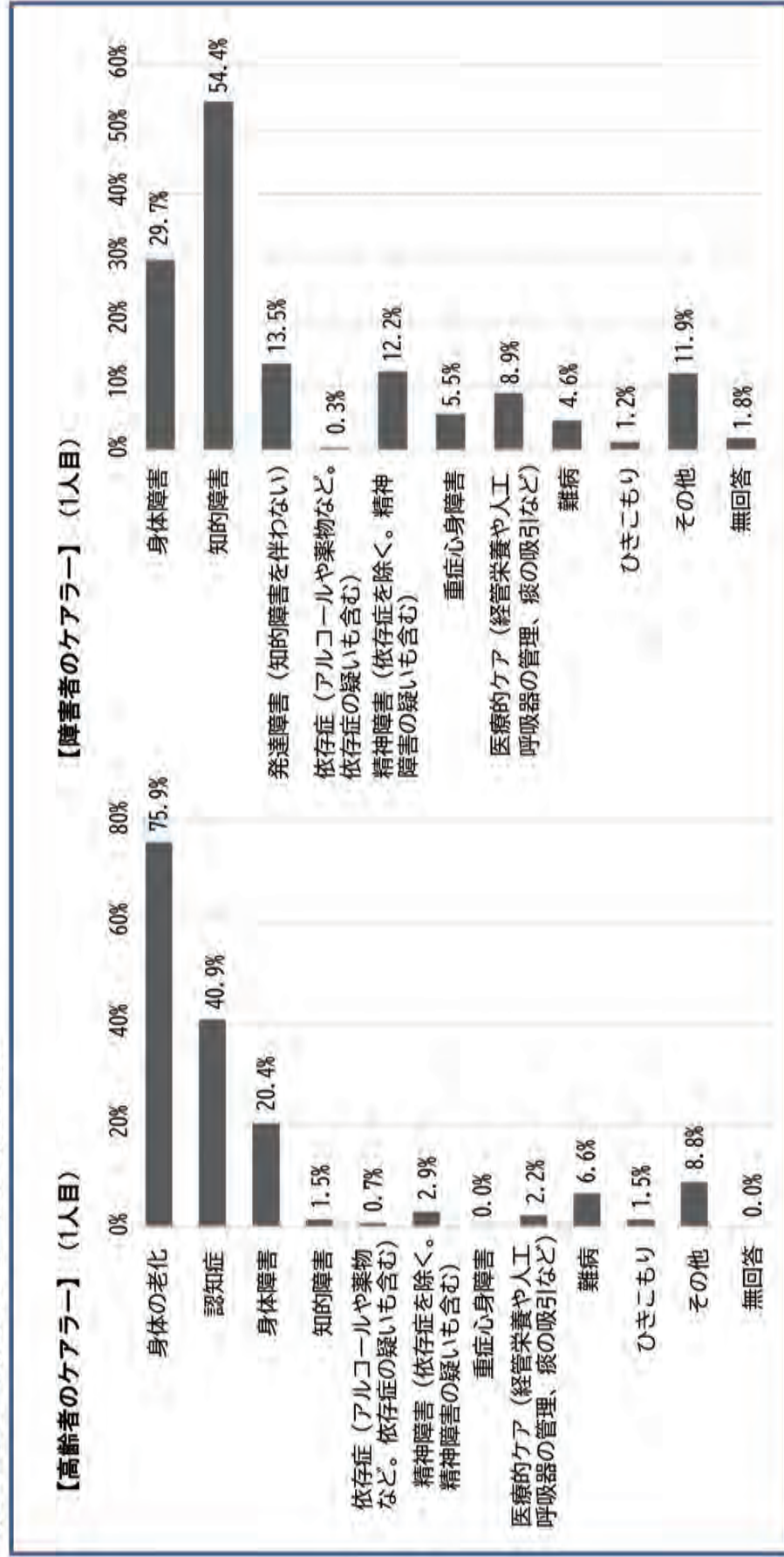


#### ④ケアラ―当事者を対象としたケアラ―実態調査（④ケアの状況・内容）

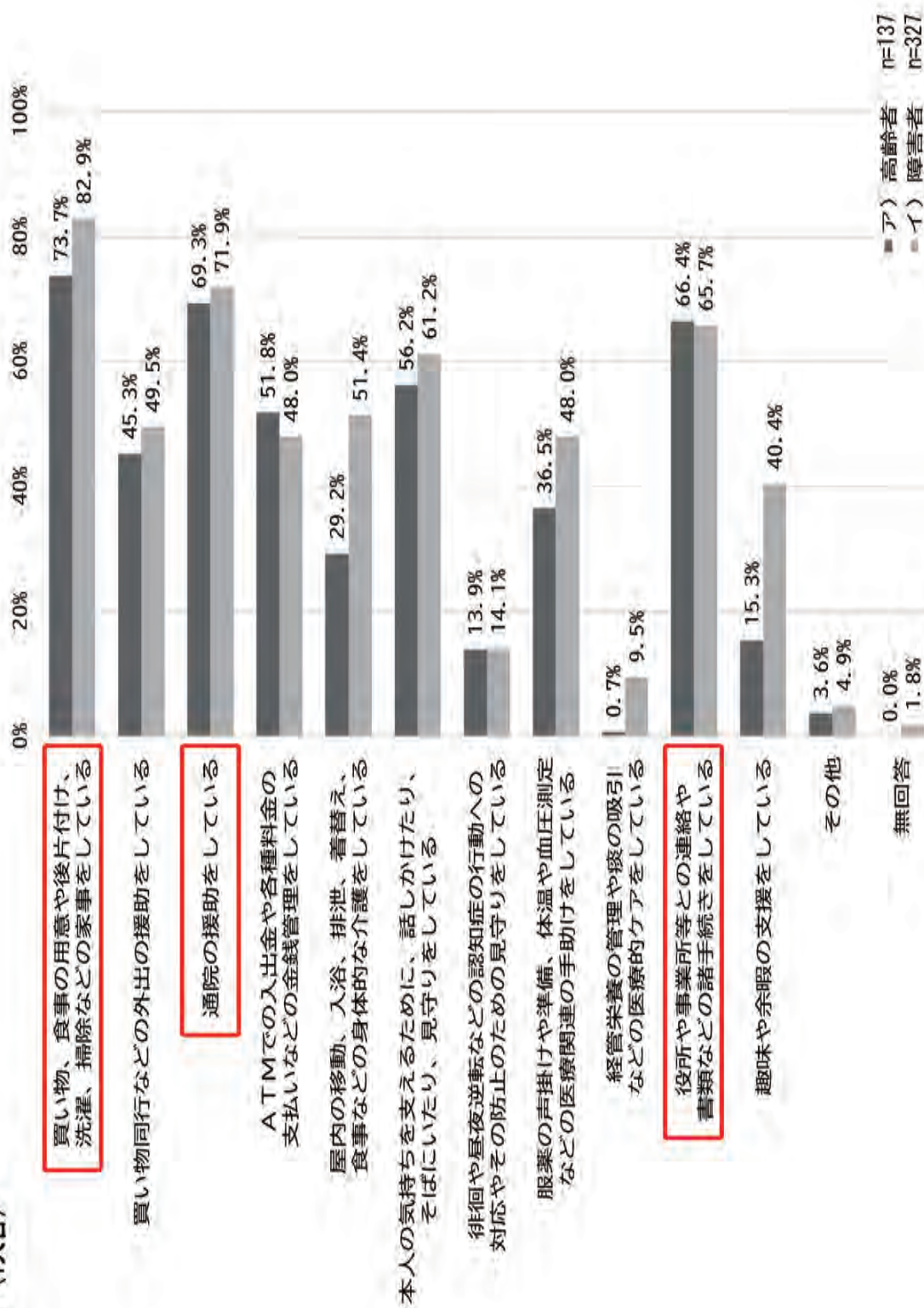
○ ケアの相手の状況は、高齢者のケアラ―では、「身体の老化」が75.9%で最も高く、次いで「認知症」が40.9%、「身体障害」が20.4%となっている。障害者のケアラ―では、「知的障害」が54.4%で最も高く、次いで「身体障害」が29.7%、「発達障害（知的障害を伴わない）」が13.5%となっている。

○ ケアの内容は、いずれも「買い物、食事の用意や後片付け、洗濯、掃除などの家事をしている」が最も高く、ほか「通院の援助をしている」、「役所や事業所等との連絡や書類の諸手続きをしている」など多岐にわたっている。

#### ④ケアしている相手の状況・内容（複数回答）



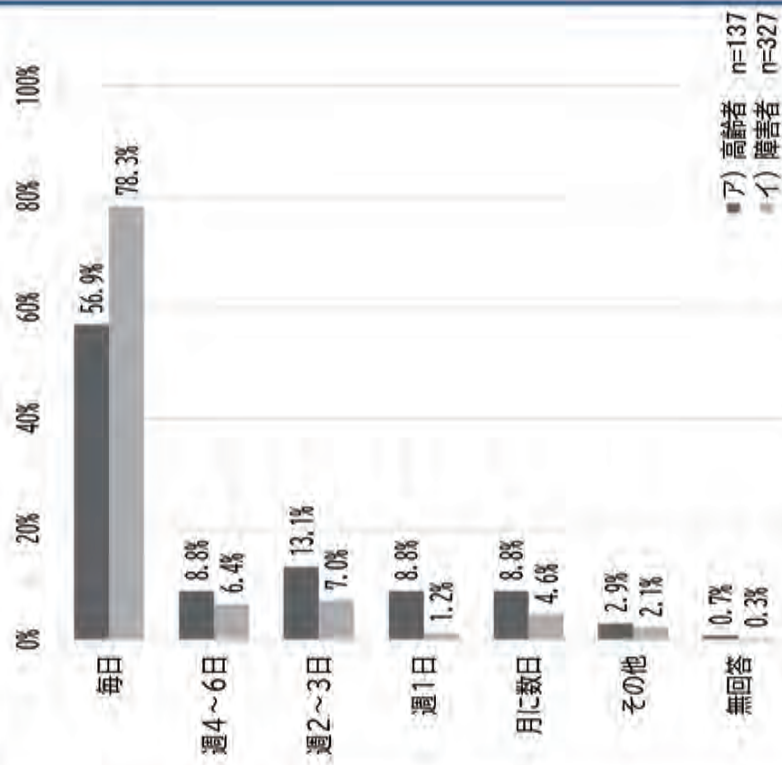
【ケアの内容】（1人目）



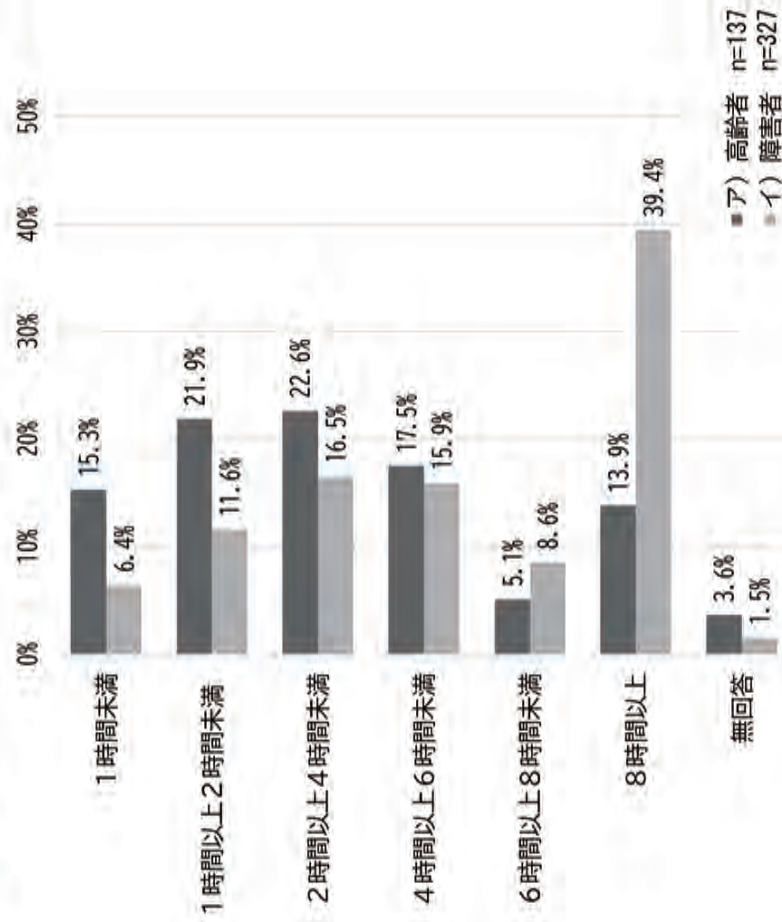
## (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (⑤ ケアの頻度、⑥ 時間)

- ケアの頻度は、「毎日」の場合が高齢者のケアラーでは約6割、障害者のケアラーでは約8割と最も高くなっている。
- 1日あたりのケアに費やす時間は、「8時間以上」の場合が障害者のケアラーでは約4割と最も高くなっている。

⑤ ケアの頻度



⑥ 1日あたりのケアに費やす時間

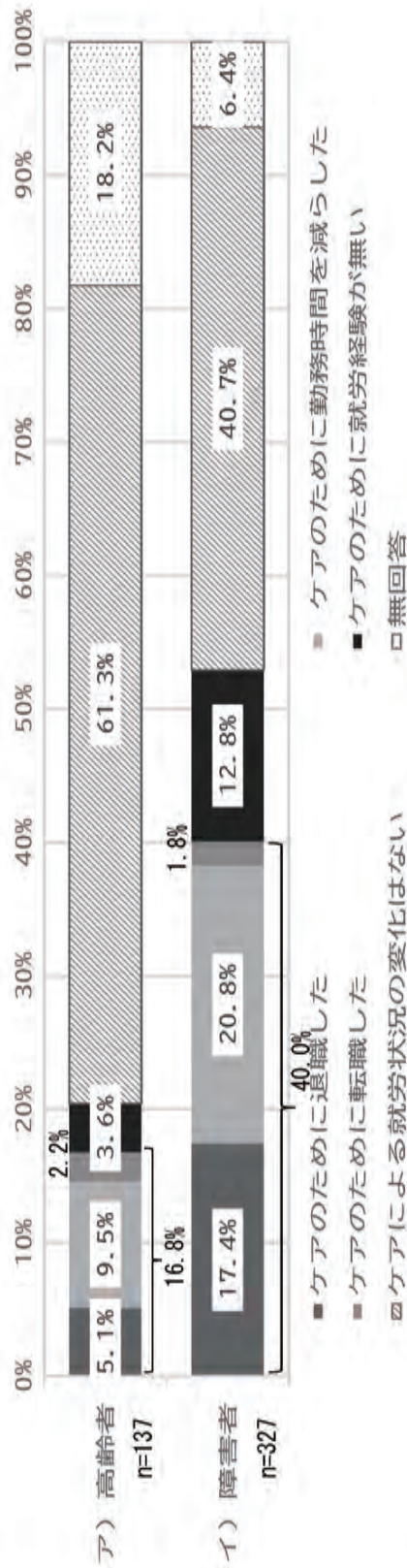




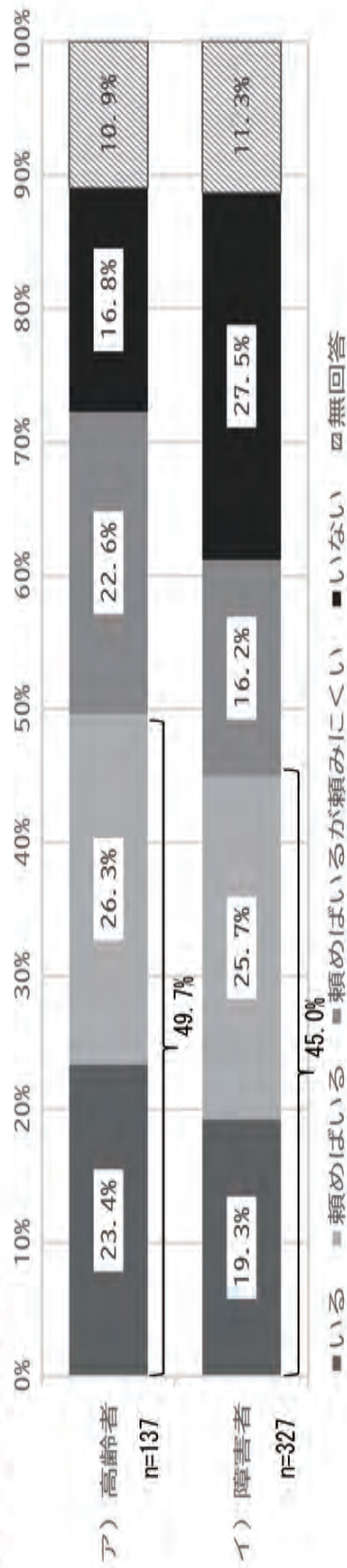
#### (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (⑦・⑧ 就労状況の変化等)

- ケアラーの就労状況の変化は、ケアのために退職や勤務時間を減らしたなどの場合が、高齢者のケアラーでは16.8%、障害者のケアラーでは40.0%となっており、障害者のケアラーでは、より就労状況の変化が高い。
- ケアを代わりにしてくれる人の有無は、「いる」「頼めばいい」場合に、高齢者のケアラーでは49.7%、障害者のケアラーでは45.0%となっている。また、障害者のケアラーでは、「いない」も27.5%と高い。

##### ⑦ ケアによる就労状況の変化



##### ⑧ 代わりにケアをする方の有無

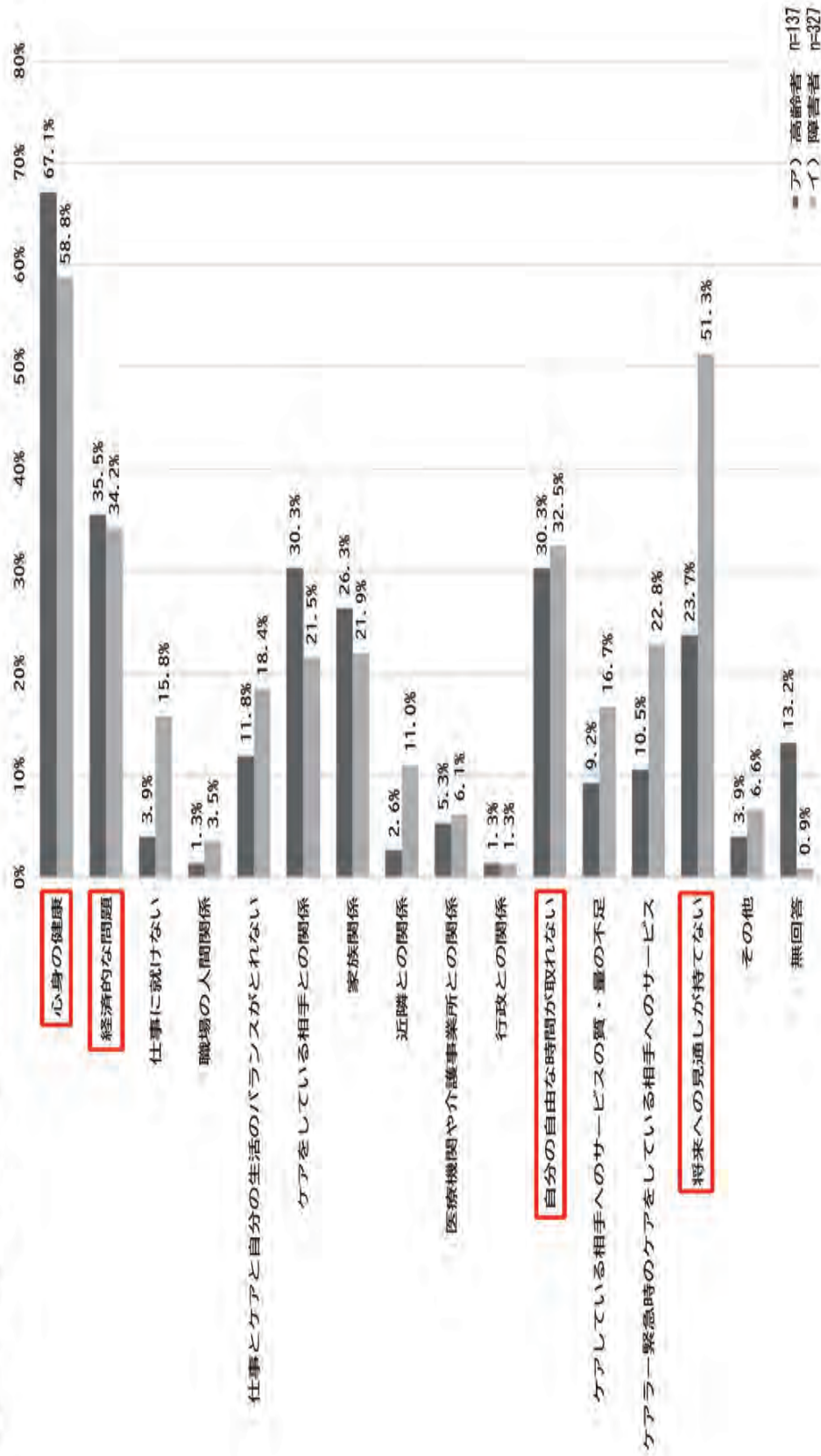


■ いる ■ 頼めばいい ■ 頼めばいいが頼みにくい ■ いない □ 無回答

#### (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (⑨ ケアラーの悩み)

○ ケアラー自身の悩みは、高齢者・障害者のケアーとも、「心身の健康」が最も高いほか、「経済的な問題」や「自分の自由な時間が取れない」も高くなっている。  
障害者のケアラーでは、「将来への見通しが持てない」との回答の割合も高い。

#### ⑨ ケアラーの生活や人生に関する悩み (複数回答)

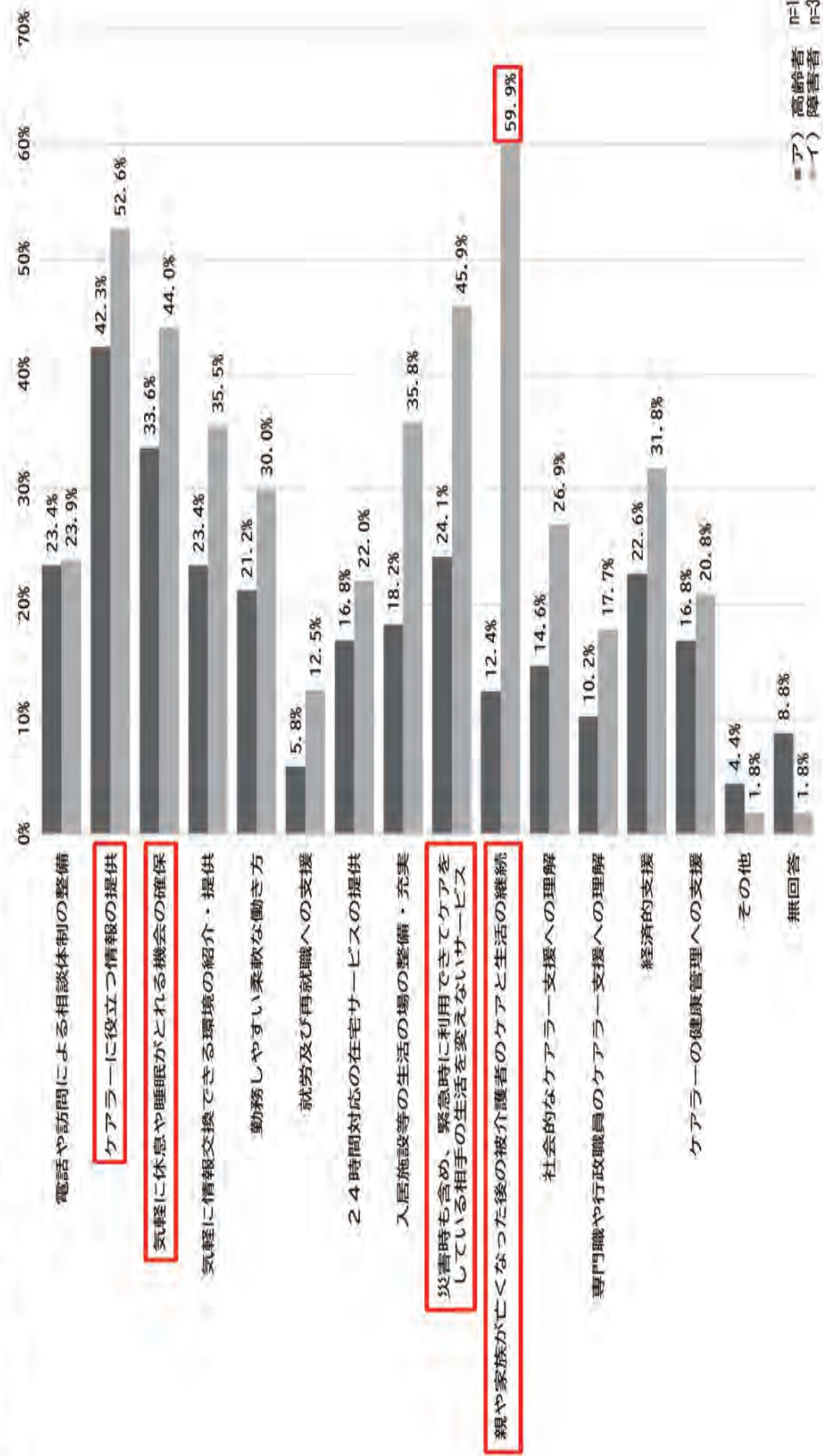




#### (4) ケアラー当事者を対象としたケアラー実態調査 (⑩必要な支援)

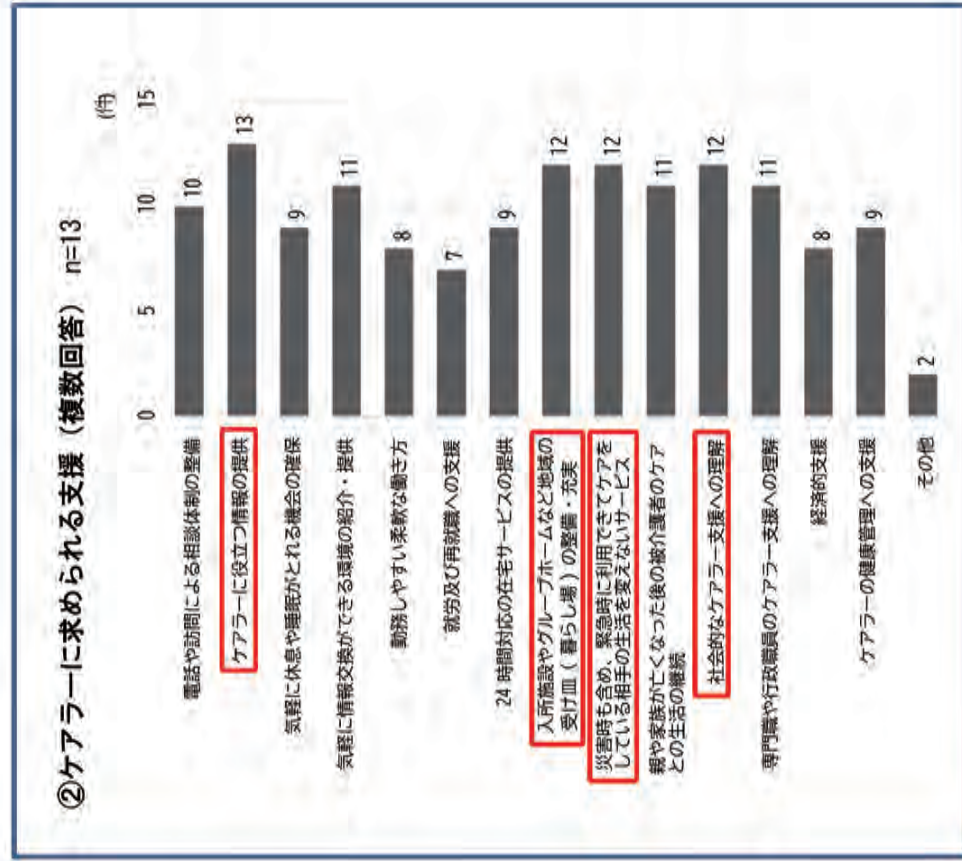
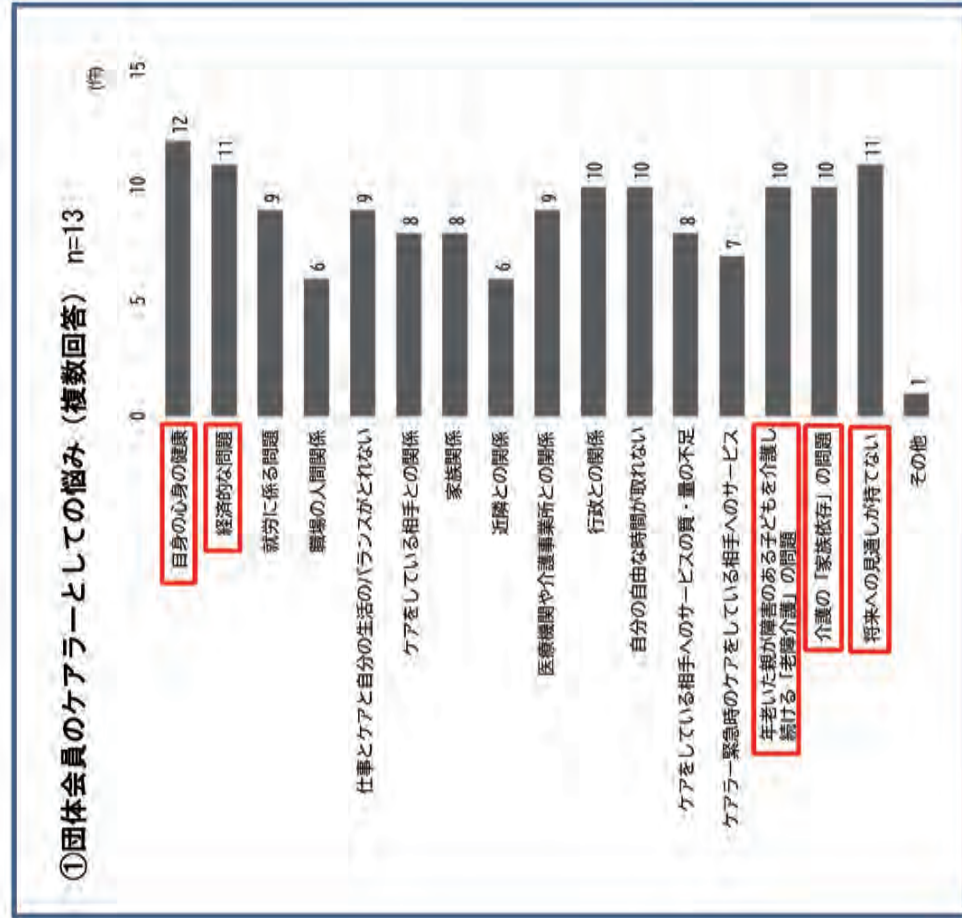
○ 必要な支援については、高齢者・障害者のケアラーともに「ケアラーに役立つ情報の提供」、「気軽に休息等がとれる機会の確保」、「緊急時に利用できるサービス」の割合が高いが、障害者のケアラーでは「親や家族が亡くなった後のケアの継続」も約6割と高い。

#### ⑩ケアラー自身に必要なと思われる支援 (複数回答)



## (5) ケアラー当事者団体を対象としたケアラー実態調査

- ケアラーの悩みは、「自身の心身の健康」が最も高い。他にも「経済的な問題」、他にも「経済的な問題」、「将来への見通しが持てない」、「介護の家族依存」など多岐にわたる。
- ケアラーに求められる支援については、「ケアラーに役立つ情報の提供」が最も高いほか、「地域の受け皿(暮らし場)の整備・充実」、「緊急時に利用できるサービス」、「社会的なケアラー支援への理解」などの割合も高い。

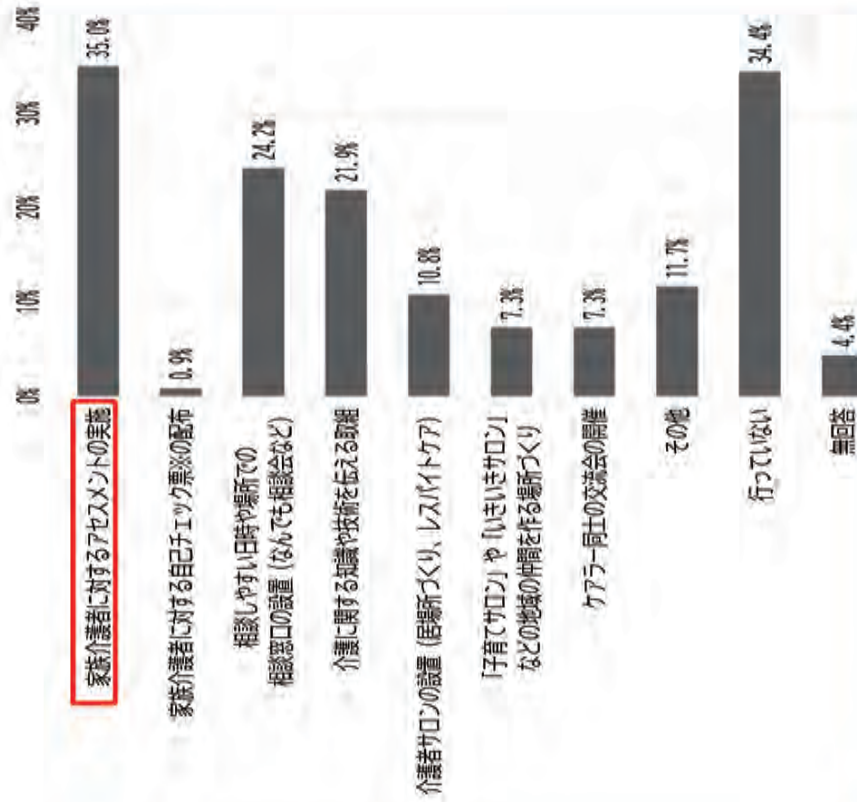




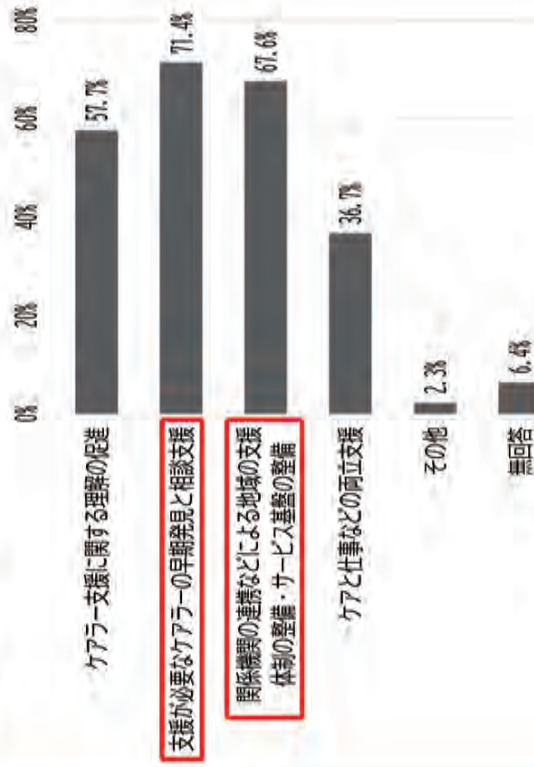
## (6) 支援機関を対象としたケアラー実態調査

- ケアラー本人へ直接的に行っている支援については、「家族介護者に対するアセスメントの実施」が最も高く35.0%となっている。
- ケアラー本人へ直接的に行っている支援以外にケアラー支援として必要なことについては、「支援が必要なケアラーの早期発見と相談支援」と「関係機関の連携などによる地域の支援体制の整備・サービス基盤の整備」の割合が高い。

① ケアラー本人へ直接的に行っている支援 (複数回答) n=343



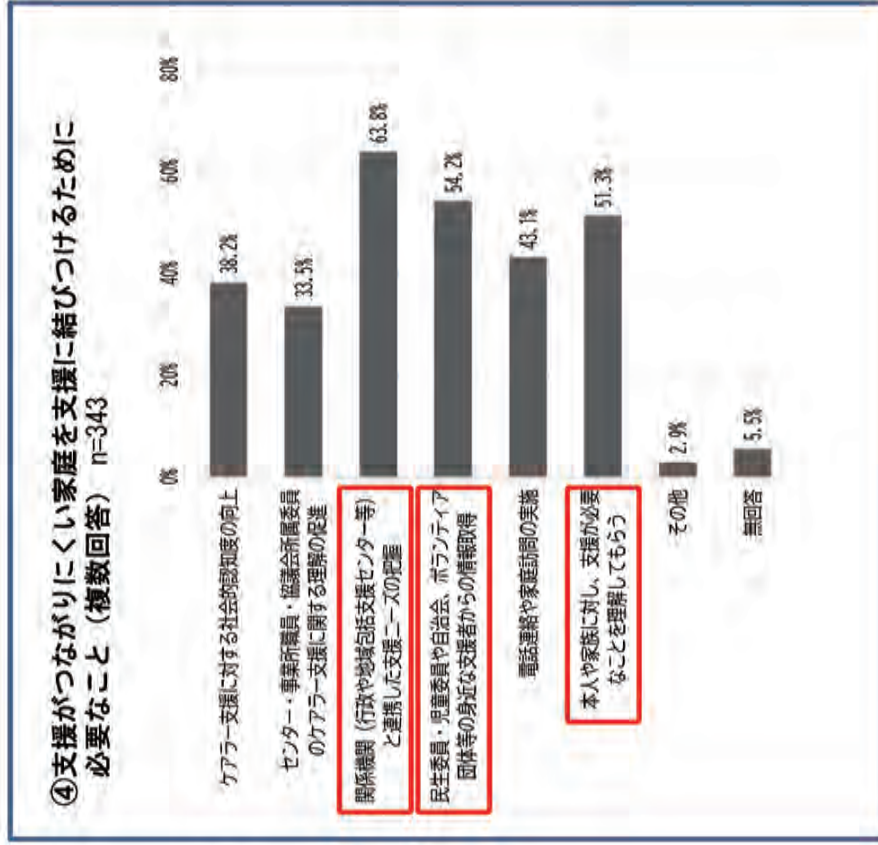
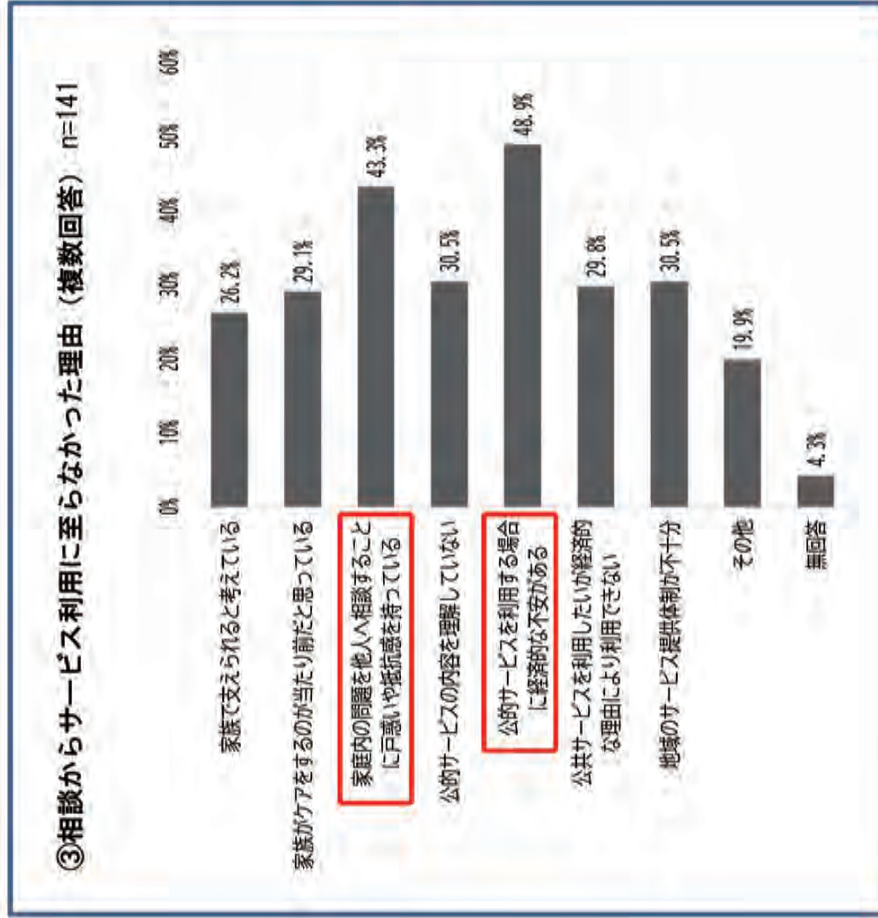
② ①の直接的支援以外にケアラー支援として必要なこと (複数回答) n=343





○ 相談からサービス利用に至らなかった理由については、「公的サービスを利用する場合に経済的な不安がある」が48.9%と最も高く、次いで「家庭内の問題を他人へ相談することに戸惑いや抵抗感を持っている」が43.3%となっている。

○ 支援がつながりにくい家庭を支援に結びつけるために必要なことについては、「関係機関と連携した支援ニーズの把握」が63.8%で最も高く、次いで「身近な支援者からの情報取得」が54.2%、「本人や家族による支援への理解」が51.3%となっている。



# 高齢者、障がい者をサポートする ケアラーの声

## ア) 高齢者の回答

### ◎サービスや支援の充実について

- ケアラーである自分自身も病気で健康不安があるため、ヘルパーなど日常生活を支えるサービスが気軽に頼めると良い。また、何かあった時、すぐにかけてもらえるサービスがあると安心出来る。(未記入、女性)
- 家族にとって心配なのは急激な変化で、患者の今後を予見するような助言をして頂き、対応方法教えてほしいと思います。ホームに入居する時期なども言ってほしい。(60代、男性)
- サロンなど気軽に行ける場所があればいい。(未記入、女性)
- サービスが必要と判断し、利用を勧めても本人自身が利用を拒否する場合、どうしたらよいか。(80歳以上、女性)
- 施設への入所が困難になってきている。(老健、特老など)入所費用も高額になっている。(60代、女性)

### ◎相談や連携について

- 悩みを相談する場がわからない。(50代、女性)
- 介護についての情報を広報や自治会などから発信してほしい。(どんなことでもケアラーにとっては役に立つと思います)(60代、女性)
- ケアラーとして働けなくなった場合のケア引継ぎ。(未記入、男性)
- ケアラーは自分自身が経験して初めて分かることばかりでした。人から聞いても経験がないと理解出来ないことがあります。もし要望できるようならケアラー同士の会などあれば良いなと思います。(60代、女性)

### ◎ケアラーのメンタルケアについて

- 体調が悪い時や介護に手助けが欲しい時には、夫に応援を頼んだこともありますが、私の母であるため、どうしても全てを一人で抱え込んでしまい、心身ともにつらくなりがちです。(70代、女性)
- 自分自身のことなのですが、毎日短時間で同じことを何回も繰り返して話をしたり、耳が遠く、認知が入っているため分からないことを言っていると強い口調で言ってしまうことがある。すごく自分が嫌になる事がある。(50代、女性)
- 何と言っても解放される日がないという事。高齢の認知症と2人の生活、自分は(あと3ヶ月で80才)悩みは自分が元気であるうちに夫を見送ることが出来るのか、いつも考えてしまいます。子供たちに迷惑かけたくない、という思いは強いが欠けている。(70代、女性)
- ケアラーの大変さはなかなか理解してもらえない。親を看取るのが当然。「諦め」の様な感情が生じます。もっとケアラーの大変さを社会で知ってもらいたい。特に田舎の中で生活して



いく上では世間の目もあり大変です。(未記入、女性)

#### ◎経済支援について

- 遠方から月に数回実家に行き様子を見ては帰るを繰り返す。経済的に問題ないので、お金で解決出来ることもあるが、仕事の都合で来られない家族はどうしたら良いのか、経済援助した方が良いのでは。(50代、男性)
- 介護面の負担として、被介護は年々介護が高まっていくので外部への手助けが必要となりますが、そのサービスを受け取るにあたり、補助金等の手助けがあると助かります。(未記入、女性)

#### ◎その他

- 今月初めに義父を亡くしましたが、ケアマネの助言やデイ職員の対応に大変励まされ、心の支えになりました。(60代、女性)
- 主介護者は主に母の為大きな負担は少ないが、母も病弱であり入退院を繰り返している状況。私自身子育て世代なので母が亡くなった後など、祖母の存在に不安を感じる面がある。(30代、女性)

#### イ) 障害者の回答

##### ◎サービスや支援の充実について

- ケアラーが助けを求めても良いのだと言われても、私たちは助けて、手伝ってと言にくい。また、いっぱいいっぱい何をしてほしいか考えつかない。使えるはずのサービスがあっても地域性で利用しづらかったり、なかったりで役に立たない。老人介護がダブっていた数年はかなり追いつめられていた。(60代、女性)
- ケアされる子供たちが学校や福祉サービスに行っている間だけの短時間の仕事が少ない。学校は長期休みがあり、その間は朝や夕方の方の家にいる時間が違ってくるのでパート等も就労しにくい(50代、女性)
- 在宅サービスやレスパイト施設の充実。(未記入、女性)
- ケアラー自身が倒れた時、被介護者が困らないようなサービスや支援、周囲の理解を広めていただきたいです。(40代、女性)
- 自分に何かあった時に預かってくれる場所がないため、家族がケアをするため仕事を休まなければならない。すぐに対応してくれる場所がないことが不安。(30代、女性)
- デイサービス等の利用でケアラー自身の時間を持つことが出来るようになったが、その時間に家事や買い物等をする、仕事に就くことが難しい。週2~3日3~4時間程度の仕事がしたい。社会的なつながりを持つことが出来ず孤立していきそうな気がする。(未記入、女性)
- 利用しようとする支援サービスの受け皿がなく使えない。入所施設があまりに少ない。休日の過ごし方が大変。親が具合悪くなった時にどうするか心配。(70代、女性)
- ケアラーに突然予定ができ、時間を作りたい時に支援をしてくれるサービスがあると助かる。(未記入、女性)

- 介護者が病気、ケガなどしてケアが出来ない時、安心して支援をしてもらえる場所、人が欲しい。(未記入、女性)
- 児童発達支援を利用させていただいていた時、10:00~16:00までだったため正社員の仕事が出来ませんでした。転職しました。辛かったです。障害があっても保育園のように勤務に合わせて預かって頂けるところがほしかったです。(40代、女性)
- ケアラーの悩み、必要とするサービス(援助)は個々に様々ですが、行政や関係機関等に相談等をする時には担当ごとに分けられてしまいます。もっと総合的に連携のとれた支援体制が必要と感じています。(60代、女性)
- 入所先など受け皿が沢山あれば、いつでもお願いできるので安心出来る。(未記入、女性)
- 睡眠がとれるようにショートステイの施設を増やしてほしい。ヘルプマークの浸透化。(30代、女性)
- 休みの日に預ける所があると助かる。(未記入、女性)
- 発達障害があり、登校時見守りが必要なため、仕事に就くのが難しい。朝登校時の見守支援があると助かります。(40代、女性)
- 特別支援学校卒業後、就労B型の事業所で手厚い支援を受けながら張り合いを持って楽しく働かせていただいております。一つ希望を言いますと、休日は親が見ないといけないという環境に置かれていますので、余暇活動を支えてくれる施設があるといいなと思います。思いきり楽しめて幸せそうな子供を見ていることが私の幸せにもつながります。(40代、女性)

#### ◎将来の不安について

- 「障害のある子の親亡き後」の対応について、情報がほしい。セミナーなども積極的に実施してほしい。また、支援施設(障害者)を増やしていただきたい。(60代、男性)
- 将来を考え入所施設を探しているが、聴覚過敏、無断外出等、対応して頂きたい条件が沢山あるためなかなか見つからない。細かい施設の情報が一覧で見られるものがあると嬉しい。(50代、女性)
- 精神の障害のある弟が高齢になった時に入所出来る施設が見つかるのか不安です。(60代、女性)
- ケアをする人とされる人の関係が重要であるので、現在息子の面倒を見られるのが主人と母である私と通所施設の方だけである。主人と私にもしものことがあると、息子の世話や仕事にとっても影響することが予想されることが悩みである。(50代、女性)
- ケアラーがケア出来なくなった時に今までとおなじ支援が受けられるか。ケアラーがしてきたことをしっかり受け継いでケアしてもらえるのか心配。(70代、女性)
- 将来のこと、こどもが安心して暮らせる環境。成人後の障害者の入居施設などが増えてほしい。支援者の充実。(未記入、女性)

#### ◎経済支援について

- 娘が稼ぐ金額はアルバイト代くらいの金額なのですが、障害年金を受給するには、難しいという感じなのでもう少し、何かしら定期的なお金の助成があればと思う。(40代、女性)



- ケアラーにとっての支援や経済的援助。(未記入、女性)
- 医療費の負担が大きい。障害者手帳を持っている人への医療費の助成などがあってほしい。(未記入、女性)
- 障害者に対して経済的支援をしてほしい。(未記入、女性)
- 将来的に入居させる施設が近くになく金銭的に不安。(50代、男性)

#### ◎相談や連携について

- 発達障害の兄弟がいる兄弟児への対応が分からない時に、相談に乗ってもらえる所があると良い。(子育てについて)(未記入、女性)
- 親が病気や自由に動けなくなる日が来るのであろうと考えると娘をこの先どうしてあげることがベストなのかと悩みます。相談の窓口を分かりやすくしていただきたいのと、個人情報を守りつつ相談に行ける場所の情報が身近にあると助かります。(50代、女性)
- 気軽にいつでも相談出来る所があれば良い。(70代、女性)
- 土日祝日の相談先が少ない。(50代、女性)
- もっと気軽に話せる場所がほしい。当事者同士の交流が出来る場所を作ってほしい。(未記入、女性)
- 相談支援事業所の方々が必要な情報を前もって知らせてくれるので助かっています。(60代、女性)

#### ◎緊急時の支援について

- 母子家庭で1人が持病を持っており、救急搬送の時、親は同行していかなくてはならないが、もう1人の子供をおいて行けない(見てくれている人がいない)。(50代、女性)
- 1番不安なことは災害時、緊急時にすぐにステイ出来るようにしてほしい。平常時、出来るだけケアに専念出来るようにしていきますのでよろしくお願い致します。(70代、女性)
- ケアラー(親)が、事故や病気で一時的にケアが出来ない時、在宅で生活を継続するため、有料のアドバイザーまたは、家政婦さんの派遣を依頼したいが、施設を紹介してほしい。(70代、男性)
- 医ケア児である子の災害時の避難場所や避難時の過ごす環境など不安が強くなります。安全面や休息出来る場所と環境、情報発信などもっと積極的に働きかけてほしいです。(未記入、女性)
- 親子2人で生活しているので、災害時の対応について不安である。どのような支援があるのか詳しく知りたい。(70代、女性)

#### ◎ケアラーの生活環境について

- 私も年齢が高くなり家事をこなすのにお時間がかかるようになり、子の入浴、排泄、食事のお世話、施設への毎日の送迎、お買い物や家事で1日が終わってしまいます…幸い夫も定年になり協力はしてくれますが…援助の使い方もよく分かりません。何年前、役所の福祉課に気軽に相談出来る方がおりましたが、次の年度には異動になってしまいちょっと残念でし

た。(60代、女性)

- 本人たちが耳を貸さないことに困っている。第三者として助言をしてほしい。休息をとりたい。(40代、女性)
- 自分の時間がとれない。(50代、女性)
- 母子家庭でも生活や働きやすい環境が整っていくといいです。(40代、女性)

#### ◎ケアラーのメンタルケアについて

- 介護等している時は相手に心配かけたくないのどにか元気でいなければならない。体調が悪くても無理せざるを得ないが、今は未だサービスを受けるほどではないと自分では思う。(50代、女性)
- 娘をケアしていると当たり前、当然と思われること(どうしようもなく落ち込む時に全く分かってもらえないこと。自分の子供なのだからケアするのは当たり前と思われる)。(60代、女性)
- 1人の介護が終わってもまた次がある。私自身、母の介護を務め終え、次は義母、夫と続くのだろうと思う。現在は、ケアの悩みは少ないが、今後は分からない。求める支援がケアラーへの支援体制として整っていると安心出来る。介護の社会化が進んでも心理的障害が低くならないと助けにならないかもしれない。(50代、女性)

#### ◎その他

- 家族以外の人に相談が出来ない。本人(母)が嫌がるのでなかなか出来ない。心を許して話せる人がいない。(20代、女性)
- 孤立しないように近隣の方が声掛けしてくれるが、身近な方へ何かを頼むということが苦手である。どうしても迷惑をかけるからであり、行政に頼るが、書類が複雑であり理解が難しい。(未記入、女性)
- 家以外で過ごせる場所がもう少し増えると良い。(70代、女性)

# ヤングケアラーの声

## 中高生の生活実態に関するアンケート調査

「ヤングケアラーへの支援を広げていくために必要だと思うことや要望等、ご自由にお書きください。」  
という質問に対する当事者の回答

※内容から、当事者のものと類推される回答のみ抜粋しています。

専門家とか、カウンセラーの人から、話を聞いてもらえるのはとてもありがたいが、具体的なアドバイスを教えていただける機会が少ないというのが不満。なので私は、家族の介護や世話などで悩みを抱える人が交流したり、相談しあったりできる居場所が身近にあるべきだと思う。今、私は自分の進路に悩んでいる。今、家を出たら、今お世話をしている母が病んでしまうのではないかと考えて、自分の小さい頃の夢を叶えていいのかわからない（母には反対されている）。

●引用 28ページ●

小さい時から兄弟が多くて、自分が幼かった頃は、なんで弟妹の面倒を自分が見なくちゃいけないのだろうってずっと辛かったし、誰にも言えなかった（両親は仕事、学校の先生や友達には話しづらかったため）のを思い出した。家事を色々やっていたのが習慣になって、今は特に問題は無いが、当時は何も言えない環境だったので、そういうことがないように、学生だったら学校で、社会人だったら職場で、誰か一人でも話を聞いてくれる人がいるだけで救われると思う。

●引用 30ページ●



## 小学生の生活についてのアンケート調査

「家族のお世話をしている子どものために、必要だと思うことや、学校の周りの大人にしてもらいたいことを自由に書いてください」という質問に対する当事者の回答

※内容から、当事者のものと類推される回答のみ抜粋しています。

●引用 86～87ページ●

複数

自分の自由な時間がほしい。

複数

自分のこと・したいことの話聞いてほしい、先生に話を聞いてもらいたい。

複数

世話をかわってほしい。

複数

世話を代わってくれる人を呼んでほしい。

複数

気にかけてほしい、大人から声をかけてほしい。

いいんだけど、りかいしてもらえないから  
いえない。いってほしいことをいって  
くれない。いったことあるけど、その人  
がおやの考えや自分の考えをゆうせん  
してる。

つうやくするときは言葉の意味とかお  
おくしたほうがいい。

家族のお世話をする時、たまに何を  
していいかわからなくなって、どう  
しようもなくなってしまふ時がある。  
だから、何かそういうことについて  
書かれているものが必要だと思う。

身近な人（家族）が認知症になると  
イライラやストレスがたまる。気持ち  
的によゆうがなくなり困ってしまう。  
勉強でもっと学びたい（どのよう  
に対応したらいいのかとか言葉かけ  
などを）。

直接会わずに相談に乗ってほしい。世  
話で大変なときに言葉で責めないで  
ほしい。

時間（世話）がとれなくてできなかった  
ことを理解してほしい。

安いお金で保育園などに行かせるよ  
うになりたい。

精神的につかれて休みたいときは早  
たいなどをさせてほしい。たまにお  
手伝いに来てくれるとうれしい。

本当につらいときはよりそってほ  
しい。

休みの日には家族で楽しみたい。

再こんなど、とつぜんしないでほ  
しい（同居なども事前に言ってほ  
しい）。

一方的に責めないでほしい（反論  
したら態度悪いと言われる）。

すいみん不足をゲームなどのせい  
にしないでほしい。

自分の事をたなに上げないでほ  
しい。



# スクールソーシャルワーカーから見たヤングケアラーの課題

茨城県スクールソーシャルワーカー  
つくば市スクールソーシャルワーカー(南部担当)  
龍ヶ崎市スクールソーシャルワーカー(社会福祉士・精神保健福祉士) 池田 綾子

## ■取り組んでいる課題

現在、茨城県内では県教育委員会が全域へのスクールソーシャルワーカー（以下、SSW）派遣を行っている他、各市町村単位でSSW事業を展開する市町村教育委員会も増えてきました。

SSWが取り組む課題は様々ですが、主に不登校、貧困、家庭環境、虐待、発達障害、心身の健康、そして最近ではヤングケアラーの相談も増えてきました。

SSWは「チーム学校」の一員として、「子どもの最善の利益」を念頭に、福祉に関わる情報提供や相互理解、社会資源との連携・連結を促進する専門職です。いわゆる問題行動と呼ばれる状況は、個人に起因したのではなく、環境との相互作用の中で生まれるものであるという社会福祉的視点から、子どもを取り巻く環境に働きかけ、様々な手法を用いて支援を行っていくことがSSWに求められる役割です。

## ■どのように子どもと向き合っているか

2021年に茨城県でヤングケアラー条例が制定され、学校現場では急速にヤングケアラーに関する知識を深めるため、職員研修等が数多く開催されました。実際の現場では、最初からヤングケアラーとしてケースが上がってくることは少なく、アセスメントをしていく中で「実はヤングケアラーなのでは？」と気が付く場面がほとんどです。ネグレクトだと思われていた子が、実は家族の中に介護を必要とする人がいたり、両親が共働きで幼いきょうだいのお世話をしていたりと、学校の中で見えている問題行動の背景には、様々な課題を抱えている子が多く存在します。

学校では、そのような子どもたちの背景がふと垣

間見える場面が多々あります。子どもの1番近くにいる大人の存在として、「ヤングケアラーかも？」という気付きの視点を持つことは、見えてくる課題の幅が広がり、支援の幅も広がります。子ども達にとって信頼できる大人の存在となり、何でも話が出て来る関係性を作ることで、学校が「気づき発見リーダー」となる役割を担えるよう、日々子どもたちと向き合っています。

## ■学校や福祉機関などとの連携

ヤングケアラーに限らずですが、「気づき」を共有することで、学校内外の必要な支援へとつなげていくことができます。そのためには、まず校内での日々の気づきの共有を怠らないことを大切にする必要があります。これが実は、毎日忙しい先生方にとっては大きな課題の1つです。

しかし、これは学校だけに限らず、その子の暮らす地域全体の課題でもあるのではないのでしょうか。その子が利用する様々な場所で、実はそれぞれが課題を感じていたということは多々あります。それぞれの場所で見せるその子の姿は、その子の1つの側面でしかないと思えば、“気づき”の共有を行うことで新たな側面が見え、別の支援方法を考えることができるかもしれません。

今後は、さらなる幼保小中高の引継ぎの強化や、地域との連携体制の構築が望まれます。また、ヤングケアラーのケースでは、その状況に気付いてもつなげられる社会資源がなく、「見守り」という曖昧な支援方針となってしまうことも多くあります。障害の有無などに限らず、必要としている全ての子どもたちへ支援を届けられるような社会システムの構築も課題の1つとなっています。

# さくいん 50音順

(団体名 電話番号 掲載ページ)

あ	NPO法人	茨城依存症回復支援協会	0296-78-5287	P.30	
	ボランティア団体	茨城県里親連合会	0294-87-6656	P.65	
	任意団体	茨城県自閉症協会	070-2009-7946	P.14	
	一般社団法人	茨城県手をつなぐ育成会	029-243-3838	P.16	
	NPO法人	茨城県断酒つくばね会	029-822-1895	P.28	
	ボランティア団体	茨城県難病団体連絡協議会	029-244-4535	P.37	
	認定NPO法人	いばらき子どもの虐待防止ネットワークあい	029-309-7690	P.18	
	公益社団法人	いばらき被害者支援センター	029-232-2738	P.34	
	か	NPO法人	かけはしねっと	029-828-6751	P.22
		一般社団法人	ギャマノン	03-6659-4879	P.32
任意団体		グリーンサポートいばらき ぶるーすかい	029-232-2721	P.66	
さ	ボランティア団体	肢体不自由児・医療的ケア児の家族会 そら〜ち	なし	P.20	
	宗教法人	正安寺グリーンサポートカフェ	029-274-5623	P.68	
	NPO法人	スキマサポートセンター	070-5650-9473	P.36	
	NPO法人	ソワンアンドソワレ	080-3714-0612	P.12	
た	認定NPO法人	千葉県東葛地区・生と死を考える会	04-7141-2440	P.72	
	ボランティア団体	てふてふの会	029-291-8990	P.56	
	NPO法人	ともに歩む認知症の会・茨城	080-9819-4829	P.40	
な	NPO法人	ナラノンファミリーグループジャパン	03-5951-3571	P.27	
	ボランティア団体	難病カフェ アミーゴ	090-2986-8198	P.58	
	一般社団法人	日本ケアラー連盟	03-3355-8028	P.38	
	NPO法人	認知症介護家族の会うさぎ	0299-77-9173	P.42	
は	ボランティア団体	ひきこもり不登校／つながり考える鹿行の会	080-3277-2002	P.54	
	ボランティア団体	日立市そよかぜの会	080-3200-5514	P.44	
	ボランティア団体	ひまわりの会	非公開	P.46	
	ボランティア団体	双子サークルかみすついん	080-5560-5298	P.62	
	ボランティア団体	不登校・多様な学びネットワーク 茨城	080-2381-8611	P.48	
ま	認定NPO法人	水戸こどもの劇場	029-255-0908	P.60	
や	ボランティア団体	ゆったりカフェ龍の会	090-6519-3807	P.64	
A	ボランティア団体	ami seed	080-6531-4650	P.52	
B	一般社団法人	Burano	0280-23-4490	P.26	
S	ボランティア団体	Sanaの会	029-826-6622	P.70	

『けあけあ ～ケアする人をケアする茨城の団体情報～』

発 行：2023年3月31日

発行者：認定NPO法人 茨城NPOセンター・commons

住 所：〒310-0031

茨城県水戸市大工町1-2-3 トモスみとビル4階

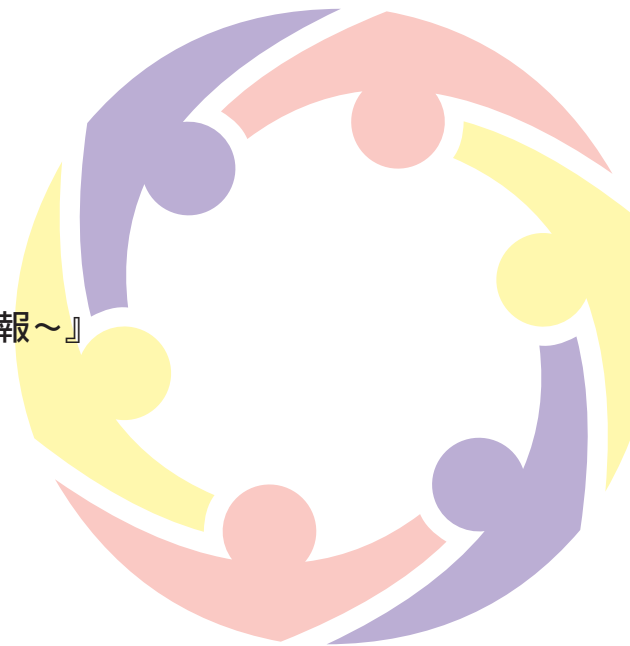
みとしんビジネスセンターC-1

電 話：029-300-4321

eメール：info@npocommons.org

助 成：一般財団法人 茨城県労働者福祉基金協会「NPOマナビヤ事業」

ブックデザイン・DTP：篠崎 智子





掲載団体を網羅したデータベースも、  
ぜひご利用ください。



<http://www.npocommons.org/topics/care2.html>

