

「いばらき子ども食堂応援助成」活動報告書

助成コース	フードパントリー・宅食応援助成
活動名	シンママ集まれ！フードパントリー付大相談会（シングルマザー支援）
団体名	ママのホップ・ステップ・ジャンププロジェクト（略称：ママホップ）
この活動で取り組んだ地域の課題や背景	すでに周知のとおり、シングルマザーは良い労働条件の仕事に就きにくい。シングルマザーというだけで「子どものために休みがち」「能力が低い」というイメージが付きまとい、パートやアルバイトなどの低収入の仕事に就きがちで、子どもが病気になると休業のため収入が減ってしまう。シングルマザー自体も離婚で自信を失っており、育児で忙しいことから積極的な気持ちになるのが難しい。シングルマザーは情報弱者でもあり、養育費も貰えていないし、公的支援も受けられていない人もいる。期待を裏切られた経験を持つ人が多く、なかなか心を開いてもらえないため、継続して長期間イベントを開催してプロジェクトの趣旨を理解してもらう必要がある。フードパントリーは相談会に足を運ぶきっかけとなりやすく、一度会場に来てもらえれば会場の雰囲気への優しさに安心してもらえる。同時に、食育につながる食料品選びをしてレシピも配布して、ひと手間をかける食事の楽しさを伝えたい。さらに、就業を支援し、シングルマザー世帯の収入自体を上げなければ根本的な問題解決には至らない点も重要な課題である。
この活動の目的	シングルマザーの相談にのるワンストップサービスを作り、養育費をしっかりと受取れるよう支援し労働条件の良い就業につなげる。相談に慣れていない対象者のために、相談しやすくするためフードパントリーや子どもも楽しめるイベント（当てクジやワークショップ）を同時に開催して貧困支援も行いながら信頼関係を構築し長期的な支援につなげる。
活動の対象	シングルマザー世帯および離婚前の別居状態にある妻世帯。
実施内容	土浦市社会福祉協議会との共催で12月の相談会を行った。土浦市社会福祉協議会では対象者を「土浦市在住または在勤」の方に限定したが、ママホップでこれまで参加してくれた土浦市外在住の方にも声をかけ、社協に交渉して、同じ会場で同じ内容の支援を受けることができることになった。これにより、これまでの信頼関係を失うことのないよう土浦市外の対象者も支援していけることになった。また、特にシングルマザーの関心が高いテーマ「教育費」については、「しんぐるまざあず・ふぉーらむ」で発行している「教育費ガイドブック（定価500円）」をパルシステム共済連から50冊ご寄贈いただき配布した。これにより、これからの進学費用や奨学金に関する基礎的な知識を広く対象者に持っていただくことができたと思う。さらにこれを次の勉強会につないでいきたいと考えている。 3月の相談会（ママホップ単独開催）では、フードバンク茨城さんとの連携もできたので、ご支援の食料品もいただくことができ、充実したフードパントリーを実施することができた。 母親が資料を見ている間に、子どもにはとなりのテーブルで当てクジを何度かやってもらい、おもちゃをもらって楽しんでもらった。保育士志望の大学生男子のご協力を得て、小さい子供向けの読み聞かせも行うことができた。また、衣類やバッグ、靴などの中古品（使用感の少ない質の良いもの）や新古品の寄付を集めて欲しいものを持ち帰ってもらうことも行い、参加者に大変喜んでもらった。母親の福引（食料品と日用品）をやってもらって、フードパントリーを受け取り、ワークショップを子どもがやっている間に隣のテーブルで母親に

「いばらき子ども食堂応援助成」活動報告書

	はアンケート（A4 両面にびっしり質問がある）をしっかりと書いてもらった。これが対象者のニーズを把握して、的確な支援につないでいく重要な資料となっている。 肝心の相談は、ほぼ定員枠 20 名近い申し込みがあり、それも継続して申込数を維持できるようになってきたため、信用してもらえるようになってきていると感じている。
活動実施後の成果	土浦市社会福祉協議会と共催でイベントを行ったことにより、当プロジェクトが福祉団体として認められ、社会福祉協議会の講座室などをすべて無料でお借りすることができるようになった。そのため、予算計上していた会場費がすべて不要となった。 「教育費に関する勉強会」を令和 7 年 10 月 13 日にパルシステム茨城・栃木とママホップが共催で開催することが決定した。パルシステム共済連の広報誌「びいあらいぶ」で当プロジェクトの活動を集めて取り上げていただいた。 県内外の高校生や大学生のボランティアからの提案で、次回 7 月の相談会の趣向をさらに凝らして、子ども当てクジではなく「輪投げ」をやってみることになった。絵本の読み聞かせも、対象者に中古絵本の寄贈を呼び掛けて、読み聞かせで気に入った絵本を参加した子どもたちに持ち帰ってもらうという絵本のリサイクル活動をやってみることになった。相談も好評であり、参加した対象者からも、「子育てが一段落したら、支援する側にまわりたい」という声があがるようになり、やりがいを感じている。シングルマザーを集めて行うイベントのため、防災など、弱者が困りやすい事態に備えたワークショップや体験を行う工夫も有効ではないかと考え、7 月の相談会は土浦市防災課の協力も得て、防災をテーマとしたワークショップや展示・体験を行うことになった。相談担当者も、複数の担当者でひとりの対象者の相談にあたることに慣れ、ベテラン社労士で新たに弁護士資格も取得した女性が加わってくれることになったので、更なるレベルアップが図れそうである。
今後の展望や新たに 見えてきた 地域課題	相談会は、親子で楽しめる優しい良いイベントに成長したと感じている。定員は毎回 50 名だったが、大変評判になり、実際のところ 65 名まで枠を広げている。そのため、食料品や日用品の高騰も相まって、フードパントリーなどの費用が大幅に増えてしまった。それでも申込開始から 5 日で定員になってしまっているので今後の開催の方向性（定員の増加など）を再検討する必要があるかもしれない。
寄付者への一言	本助成期間は比較的短期間でしたが、その間の物価の上昇や米不足など食料品をめぐる環境には大きな変化があり、不安を抱えながらの活動でした。今回の助成金をいただけたおかげで、地に足の着いた支援を対象者に行い続けることができた大変感謝しております。
自己評価	A. 目標を超える成果を得ることができた

**いばらき子ども食堂応援助成
決 算 書**

団体名	シングルマザー支援 フードパントリー付大相談会 (2024.10.01～2025.06.15)
活動名	ママのホップ・ステップ・ジャンププロジェクト (ママホップ)

区分	科目		内容	単価	×	数量	=	金額	計	うち助成金 充当額	うち自己資 金充当額	予算（うち助 成金充当額）	予算対比
収益	受取助成金等		いばらき子ども食堂応援 助成	¥300,000	×	1 式	=	¥300,000	¥300,000				
	自主 財源	受取会費	会費	¥1,000	×	12 人	=	¥12,000	¥221,000				
		受取助成金	JAバンク茨城こども食堂 応援助成2023の一部	¥50,000	×	1 式	=	¥50,000					
		受取寄付金	商品券含む	¥159,000	×	1 式	=	¥159,000					
	経常収益計								¥521,000				
費用	印刷製本費		チラシ・パンフレット	¥21,730	×	1 式	=	¥21,730	¥21,730	¥21,730	¥0	¥50,000	¥-28,270
	旅費交通費		メンバー電車代・駐車料 金	¥70,554	×	1 式	=	¥70,554	¥70,554	¥0	¥70,554	¥0	¥0
	消耗品費		フードパントリー	¥262,269	×	1 式	=	¥262,269	¥262,269	¥181,341	¥80,928	¥130,000	¥51,341
	消耗品費		事務用品・梱包用品	¥19,178	×	1 式	=	¥19,178	¥19,178	¥9,178	¥10,000	¥2,000	¥7,178
	消耗品費		子ども当てクジ・おも ちゃ・ワークショップ	¥78,353	×	1 式	=	¥78,353	¥78,353	¥60,000	¥18,353	¥60,000	¥0
	消耗品費		駐車券（対象参加者配 布用）	¥25,000	×	1 式	=	¥25,000	¥25,000	¥24,000	¥1,000	¥24,000	¥0
	会議費		メンバー昼食お弁当代	¥29,100	×	1 式	=	¥29,100	¥29,100	¥0	¥29,100	¥0	¥0
	賃借料		イベント会場費	¥0	×		=	¥0	¥0	¥0	¥0	¥24,000	¥-24,000
	保険料		ボランティア行事保険	¥3,640	×	1 式	=	¥3,640	¥3,640	¥0	¥3,640	¥0	¥0
	通信運搬費		対象者への食料品送料 含む	¥3,751	×	1 式	=	¥3,751	¥3,751	¥3,751	¥0	¥10,000	¥-6,249
	消耗品費		対象者への配布図書	¥7,425	×	1 式	=	¥7,425	¥7,425	¥0	¥7,425	¥0	¥0
	経常費用計								¥521,000	¥521,000	¥300,000	¥221,000	¥300,000
当期経常 増減額								¥0	¥0				

相談内容 -各4名-

- ・ 法律相談
- ・ 教育費・奨学金相談
- ・ 育児と健康相談
- ・ 進学相談
- ・ よろず相談

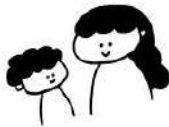
2024年度
いばらき子ども食堂
応援助成
により実施します！

シンママ集まれ！

第4回フードパントリー付

大相談会

要予約



2025.3.29(土) 10:00-15:00

今回のフードパントリーテーマは「心弾む新年度に向けて」

お米、駄菓子、生理用品、パスタ、春野菜など
をお持ち帰りいただきます！

子ども用当てクジや作品作りのワークショップ、
シンママ用福引、中古衣類と日用品のお持ち帰りも行います

親子で楽しもう



開催日時：令和7年3月29日（土）午前10時～午後3時

※ご予約の上、ご都合の良い時間帯にお越しください

開催場所：土浦市総合福祉会館4階講義講習室（土浦市社会福祉協議会）

土浦市大和町9-2ウララ2ビル4階

※相談した方：300円分、その他の方：200円分の駐車券をお渡しします

（今回は会場費が無料のため駐車券のお渡し分の予算ができました。）

駐車場は市役所本庁舎駐車場限定です。路上駐車はおやめください。）

参加資格：大学生までのお子さんをお持ちのシングルマザーの方で

アンケートにご協力くださる方

※申込受付期間：令和7年2月14日～令和7年3月3日

※先着50名（前は10日で定員になりました。お申し込みはお早めに！）

※2回申込された場合は後の申し込みが無効になります

※重量のある食品を配布しますのでしっかりしたエコバックをご持参ください



主催・お問合せ：

ママのホップ・ステップ・ジャンププロジェクト

（ファミリー法律事務所 弁護士 田中記代美）

電話：029-875-3105

相談会当日の連絡先：080-4685-3105

後援：土浦市社会福祉協議会

土浦商工会議所

協力：土浦わかもののまちプロジェクト



やっぱり
これが大切！

相談と情報収集



メインの相談は14件の申し込みがありました。ママホップの相談員と社協さんが協力し合って相談を受けました。みなさんゆつくりと時間をかけて相談できたようでした。今回から、「ふらっと立ち話相談」を設けました。資料を見ながら気軽に相談できますので是非ご利用ください。

ご自由にお取りくださいコーナー



これが一人分の食料品



三月二十九日土曜日に土浦市社会福祉協議会講義講習室ほかで「シンママ集まれ！フードパントリー付大相談会」が土浦市社会福祉協議会さんと土浦商工会議所さんの後援により開催されました。お米5キロ、春キャベツ、新玉ねぎほかの野菜や沢山の食料品が配布されました。お米はすべてご寄付のものです。フードバンク茨城さんも沢山の食料品をくださいました。土浦わかもののまちプロジェクトさ

んもご協力くださいました。今回は、大学生ボランティアの読み聞かせコーナーが登場して、小さい子の人気を集めていました。子どもも当てクジでも高校生に頑張っていたいただきました。ワークショップの作品作りでは可愛いモールドールを作製し、子どもたちは大喜び。寒い雨の日でしたが会場は大盛況でした。皆様ありがとうございました。

3月29日土曜日第4回大 相談会を開催！47名参加



2025年

4

SPRING SPECIAL

ママホップ通信

第7号

ご参加
ありがとうございました



中古品・新古品の衣類や日用品も充実！ 大好評でした

前回から始めた質の良い中古品や新古品の衣類や日用品の配布を今回も行いました。今回はミニ家電や調理器具、新品のバッグや靴、ショールなどもありました。衣類も使用感のないものや良いメーカーのものが多かったのでサイズが合った方はラッキーでした♥ご提供くださった皆様本当にありがとうございました。

発行：ママのホップ・ステップ・ジャンププロジェクト

このイベントは、2024年度いばらき子ども食堂応援助成により実施しました

知ってほしい。 ひとり親家庭が陥りやすい 負の連鎖。

「誰もが取り残されることのない共生社会の実現」をめざすパルシステム共済連では、目下の課題として“ひとり親家庭のサポート”に乗り出しています。ひとり親家庭はどんな困難に直面しやすいのでしょうか。

弁護士として、またご自身もひとりで子育てをした経験者としてシングルマザーの支援を行っている田中記代美弁護士にお尋ねしました。

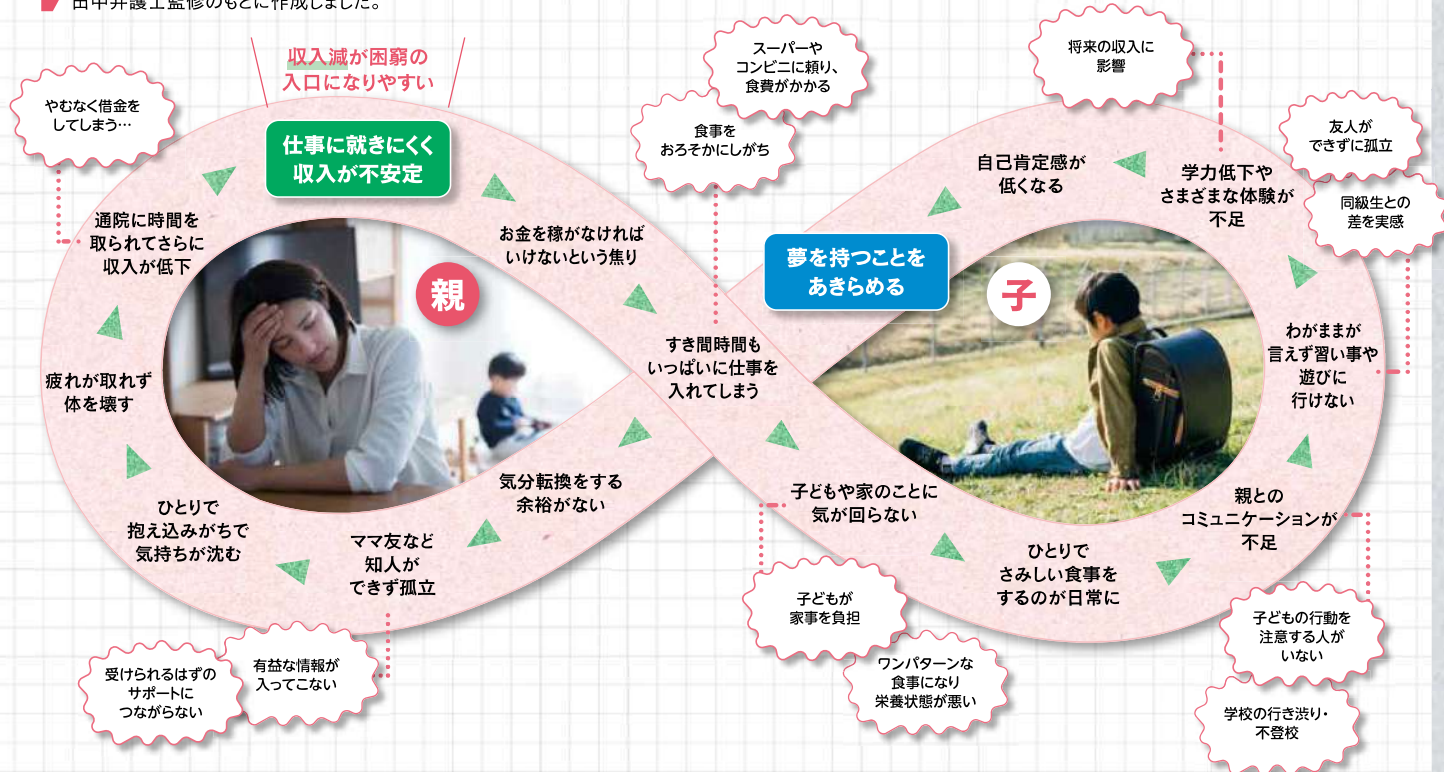
（ひとつ歯車がくると悪循環に陥り、抜け出せないんです）



ファミリー法律事務所
田中記代美弁護士

法政大学法科大学院修了。
自身が子育て中に離婚し、シングルマザーになった経験を社会に役立てるため弁護士に。法律相談を超えたシングルマザーへの幅広い支援として「ママのポップ・ステップ・ジャンププロジェクト」を手がける。
くらしサポート・ウィズ®の「くらしの相談ダイヤル」相談員も担当。
※一般社団法人くらしサポート・ウィズ
パルシステムの関連団体で、組合員が離婚、相続、生活などのくらしの悩みを相談できる「くらしの相談ダイヤル」を運営。

ひとり親家庭に起こる困難の一例。
田中弁護士監修のもとに作成しました。



「非正規雇用で稼がなければならない重圧の果てに

「親側の悪循環と、子ども側の悪循環は密接な関係にあります。ちょっとしたつまずきで、それまで何とか耐えてきたものがバタバタと倒れてしまうことがある。そうすると自力で抜け出すことは本当に難しいんです」。上の例はあくまでも困難事例のひとつと前置きしつつ、何らかの悪循環になることは多い、と田中弁護士は言います。とくにシングルマザーの場合は、まず正規雇用になりにくい。しかし、子育ての費用を稼ぐため時間いっぱい仕事を入れる、気が休まらず疲労がたまる、体を壊す、通院のために仕事ができず収入が減る、それを取り戻すために仕事を入れる…。「とにかく時間がないため子どもを気にかける余裕がない。子どものために稼ごうという思いが、子どもを孤独にさせてしまうんです」

「夢を持つことをあきらめる子どもたち

子ども側の悪循環はどうでしょうか？
「子どもは親が自分のために一生懸命なのが見えている。だからわがママを言えないんですね。レジャーやイベント、習い事、部活動の送り迎えなどを頼めず、こうした経験をせずに育つ子もいます」。経験の少なさは、やがて同級生との接触の減少につながり、孤立化したり、不登校の問題になったりします。
また、公的支援制度については、「子どもは大きくなっていくほどお金がかかります。ですが公的支援は、小さいときほど手厚く、年齢が上がるほど少なくなる傾向です。子どもにとっては年齢が上がるほど“できない”ことが増えていく。“やりたい”ことがあっても“できない”のが辛いから、そんな思いをしないように“やりたい”こと、つまり夢をあきらめてしまうこともあるんです…」



ひとり親家庭の親子が 安心してらせる社会のために

シングルマザーのための相談会開催 しかし、相談までには高い壁が…

親側の孤立も問題です。ママ友の情報網がないのは、暮らしの上では大きなマイナス。そんなシングルマザーのために、田中弁護士が手がけているのが「ママのホップ・ステップ・ジャンププロジェクト」です。フードパントリー付きの相談会として、弁護士をはじめ、ファイナンシャルプランナー、キャリアコンサルタント、保健師、高校の職員、社協の職員などに、無料で相談ができるイベントを開催。支援につなげることで悪循環を「逆向きに回す」ことが目的です。ただし…、「最初は相談することにハードルの高さを感じている人が圧倒的に多かったです。これまでに、相談したけど拒まれたり、冷たい言葉を投げられたり、いやな思いを経験してきている。期待を裏切るような伝え方では離れていってしまいます。ここでは安心して話していいんだ、受け止めてくれるんだって感じてもらえて初めて心からの相談につながるんです」



その工夫のひとつが、会場です。アンケートの希望にこたえること。小さなことでなくてもすぐに次の相談会に反映して、心が通っている感覚を大切にしているそう。

「えこひいき」できるのが民間の強み

この取り組みには、行政の支援の隙間を補う役割もあります。公的支援では、非課税所得を少しでも超えると支援がなくなり、非課税世帯よりもむしろ苦しくなるケースもあるそう。「行政の支援は税金で行われているので、仕方がない一面もあります。その点、民間の支援なら融通が効きます。非課税世帯を支援対象としている民間団体でも、困窮事情をよく説明すれば支援してくれるところも多いです。そんな、ちょっとしたえこひいきができるのが民間の強み（笑）。私たちのイベントで、子どもひとり一本配るジュースを、来ることでできなかった兄弟の分もあげたり、くじ引きを当たりが出るまでさせてあげたりします。ささいなことですが日ごろのガマンから少しでも解放させてあげたいと思っています」

シングルファザーの事情は？

土浦市社会福祉協議会と共催の、シングルマザーもシングルファザーも対象とした支援イベントでは、シングルファザーはシングルマザーより一層遠慮しているようでした。男性が誰かに頼るなんて恥ずかしいという思い込みがあるのかもしれない。シングルマザーとはまた別の悩みもあるようです。



ひとり親家庭へのはたらきかけは押しつけにならないよう、地道に粘り強く、と田中弁護士。一人ひとりができることは何かを考え、行動することが、共生社会実現への一歩となるでしょう。

パルシステム共済連が取り組む ひとり親家庭への支援

1 「ささえあい基金」で団体を支援

CO・OP共済《たすけあい》の掛金の剰余金を活用し、社会的取り組みを行う団体へ資金を助ける「ささえあい基金」。ひとり親家庭・その子どもをサポートする団体へも助成しています。



毎号3ページの「ありがとうのバトン」や、パルシステム共済連ホームページでも団体の活動を紹介しています。



助成した団体のひとつ「フードバンク湘南」。子ども食堂や支援団体へ食品の無償提供を行っています。

ささえあい基金について
くわしくはこちらから



2 組合員とタスクチームを結成し、活動を開始

パルシステム組合員の有志によるひとり親家庭サポートのタスクチームを結成し、2021～2022年度の2カ年で離婚のこと、ひとり親のことなど、さまざまな研修に参加しながら組合員が学びあい、2023年度からひとり親に向けた学習会を開催しています。2024年度には、忙しくて学習会へ参加できないひとり親へ向けて教育費と奨学金の学習動画を公開しました。詳しくは3ページのInformationをご覧ください。



動画内容の検討会の様子。各組合員からさまざまな意見が出され、想いのこもった動画ができあがりました。

あなたも「ささえあう暮らし」を
応援する輪に加わりませんか？「パルシステム給付型奨学金」

パルシステムでは、家庭環境や経済的理由で大学などへの進学や就学の継続が困難になっている若者を対象に、組合員のみなさんからの募金で支えるパルシステムの給付型奨学金制度を行っています。対象となるのは、児童養護施設などに入所している学生や、家庭内での問題、経済的な理由で進学が困難な学生たち。貸与型奨学金とはちがひ、給付型奨学金は返済不要。また卒業まで生活相談や精神面で寄り添う、伴走支援団体のサポートがあることも特徴です。学ぶ意欲がある学生を募金で応援しませんか？



写真はイメージです。©mits/PIXTA

募金のお申し込み

毎月少しずつ、長く支える

【毎月募金】

1回 100円

190454

現金またはポイントで、1回ずつ

【いつでも募金】

現金

1回 300円

190411

1回 1,000円

190420

ポイント

1回 300ポイント

190438

1回 1,000ポイント

190446

■申し込み

注文用紙の6ヶ条商品注文欄、またはインターネット注文画面に、注文番号と、「数量」記入欄に口数をご記入ください。

■「毎月募金」の停止

注文番号「190462」と、「数量」記入欄に「1」をご記入ください。「毎月募金」を再開する場合は、改めて「190454」の記入が必要です。

パルシステム
給付型奨学金の詳細や
注文サイトからの
申し込みはこちら



※この募金は「一般財団法人 パルシステム若者応援基金」が運営・管理しています。

※「毎月募金」は「パルシステム奨学金 奨学生」毎月「応援募金」、「いつでも募金」は「パルシステム奨学金 応援募金」とお届け明細に記載されます。

※本募金は寄附金控除等の税制優遇の対象ではありません。