



ジョイセフ 2013 年度 東北女性支援活動報告書

(2013 年 4 月 1 日～2014 年 3 月 31 日)



ジョイセフ
JOICFP

途上国の妊産婦と女性を守る

目次

はじめに ジョイセフ常務理事・事務局長 鈴木良一	1
2013 年ジョイセフの東北支援活動 体制	2
リフレッシュ・ママクラス プロジェクト	3
ジョイセフ・カレッジ TOHOKU	7
みやぎ「じょさんしサロン」強化事業	15
MOM meets MOM in 東北	18
東北女性支援 収支報告	27

はじめに

2013年度の活動を振り返って ー妊産婦と女性の心によりそう支援活動を目指してー

2011年3月11日に発生した東日本大震災から満3年が経過しました。

私どもジョイセフは、この3年間一貫して、被災された妊産婦、女性および新生児への支援を継続してまいりました。2013年度は、「リフレッシュ・ママクラス プロジェクト」、「ジョイセフ・カレッジ TOHOKU」、「みやぎ「じょさんしサロン」強化事業」、ならびに「MOM meets MOM in 東北」などを通して被災地域のニーズに合わせた妊産婦や女性の心のケアとエンパワーメントを目指した活動を行うことができました。

3年間継続的に東北女性支援活動ができましたのも、多くの個人・企業・団体の皆さまの温かいご支援ご協力のお蔭と心よりお礼申し上げます。

リフレッシュ・ママクラスでは、東北3県の18市町村（福島県10、宮城県6、岩手県2の各市町村）と連携し、乳幼児を持つ被災した約500人のママたちを対象にクラスを開催し、様々なストレスを抱えながら子育てをしているママたちが、未来に向かって「生きる力」「育てる力」を取り戻すことを支援しました。また2013年7月には各地域の母子支援活動の中心となる保健師さんたちを対象にした「ファシリテーター養成講座」もあわせて開催し、「地域の子育て力」の向上を目指しました。

ジョイセフ・カレッジ TOHOKU では東北の未来を担う女性リーダー30人の育成を行うことができました。

みやぎ「じょさんしサロン」強化事業では、被災された母子の心と体のケアを継続的に実施する体制づくりを行いました。ベビーマッサージレッスンなどを通じたママ同士の交流促進と助産師のスキルを活かしたきめ細やかな育児相談を行うサロンを、宮城県助産師会と連携協力し全24回開催し、計約200人の母子・妊産婦およびその家族が参加しました。

さらに、フランスのロクシタン基金との協働事業として、ママとママが出会い共感しつながっていく、MOM meets MOM in 東北を3県で開催し全3回で236名の参加を得ました。また2月には、10年前にスマトラ沖地震で被災したインドネシアのアチュエのママたちをジョイセフ・カレッジ TOHOKU でも学んだ東北の女性3名が訪問し、現地で激励のエールの交換の他、経験や学びの交流もしました。笑顔あふれる場となりました。

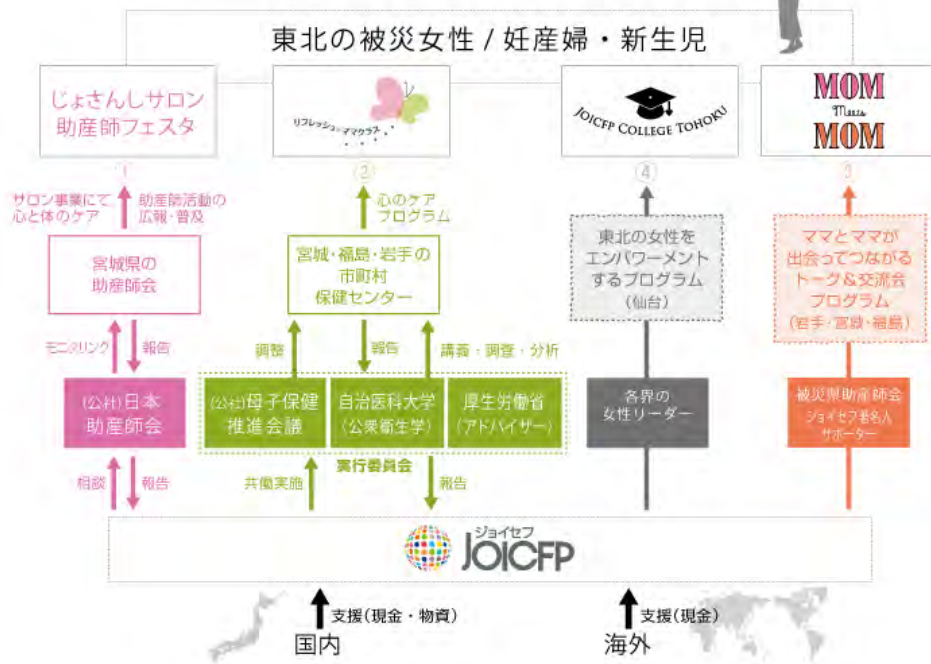
本報告書を是非ご一読いただき、皆さまからのご助言をいただけましたら誠に幸いです。ジョイセフでは、今後も被災された妊産婦・女性に寄り添い、できる限りの支援を継続してまいります。

今後とも変わらぬご支援ご協力のほど何卒よろしくお願い申し上げます。

2014年8月
公益財団法人ジョイセフ
常務理事・事務局長
鈴木良一

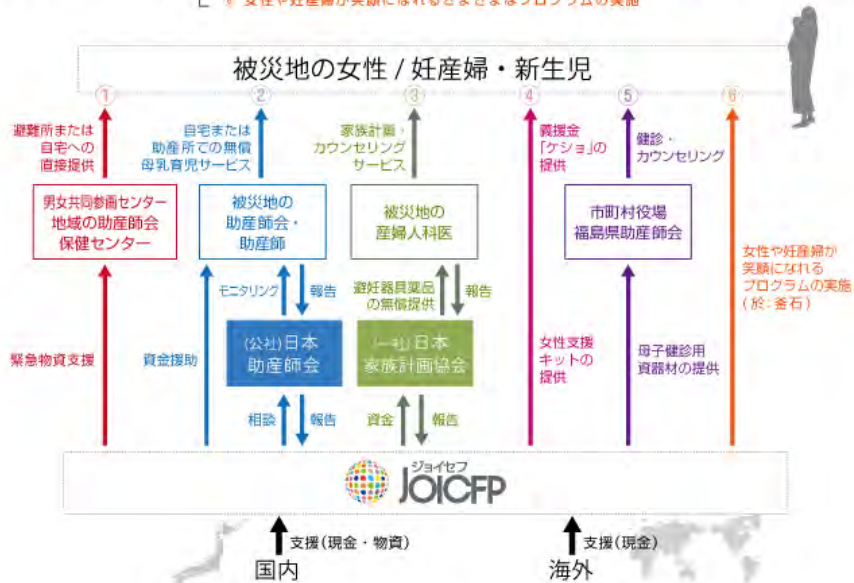
ジョイセフの東北女性支援の体制

2013年度 東北の女性支援プログラム



2011~2012年度 対象地域：岩手県、宮城県、福島県、茨城県(一部の活動のみ)

ジョイセフの被災地支援活動の6つの柱





リフレッシュ・ママクラス プロジェクト

Summary

乳幼児を持つ被災した母親たちが、「生きる力」、「育てる力」を取り戻し、その地域に住み夢を持って子育てをしていけるよう支援すること、母親たちが同じ地域に住み、共感できる仲間を持つことでコミュニティの子育て力を培うことを目的とした心的支援プログラム「リフレッシュ・ママクラス」を2012年度から3カ年の計画で行っています。

2013年度は、全18市町村（福島県10市町村、宮城県6市町村、岩手県2市町村）に住む乳幼児を持つ母親を対象に、各2回ずつ計36回のクラスを実施しました。また、地域でのリフレッシュ・ママクラスの定着を目指し、2013年7月には保健師を対象に「ファシリテーター養成講座」を2日間にわたり郡山で開催し、22人の福島県の保健師が参加しました。



2日間のプログラムの最後に「わたしの夢」について語る参加者

プロジェクト概要

目的：

大規模災害の被災者の多くは、物理的、経済的な喪失に加えて、自己効力感（“できる”という自信、その逆は“無力感”）や自尊感情（自分を大切に思う気持ち）の低下、信頼感や安心感、コミュニティの崩壊と喪失を経験します。

「リフレッシュ・ママクラス」は、被災した母親たちが、共通のテーマについて考え発表することを通し、自分の心の内を見つめ直し、共有することで、被災によって傷ついた自己効力感、自尊感情、自己決定力（自分の人生を自分で決める力）を取り戻し、夢を持って子育てをしていけるよう支援すること、また彼女らが、同じ地域に住み子育てをする共感できる仲間を持つことによって、コミュニティ全体の子育て力を向上することを、その目的としています。

プロジェクト期間： 2012 年 4 月～2015 年 3 月（3 年間）
 ＊本報告書では 2013 年 4 月～2014 年 3 月までの 1 年間の報告
 現地協力機関： 各市町村母子保健課/子ども家庭支援課等
 対象県： 福島県、宮城県、岩手県
 対象人口： 直接受益者 約 2,400 名（受講した母親とその家族）/2 年間
 実施団体： リフレッシュ・ママクラス実行委員会
 （公益財団法人ジョイセフ、公益社団法人母子保健推進会議、自治医科大学公衆衛生学部門、厚生労働省母子保健課（指導））

方法

本事業は 2012 年度から 2014 年度の 3 カ年事業として実施しており、2013 年度は宮城県、福島県、岩手県の 18 市町村に住む乳幼児を持つ母親を対象に、各 2 回ずつ 36 回（一部合同開催）のクラスを開催しました。

本プログラムは、“育てるカウンセリング”と言われる「構成的グループエンカウンター」と、仲間同士で話しあい耳を傾け合うピア・カウンセリングの手法をベースに、自治医科大学公衆衛生学部門の高村寿子名誉教授とリフレッシュ・ママクラス実行委員会が開発したオリジナルプログラム。母親たちにとって安心感あふれる空間のなか、「憧れの人」「大切なもの」「私の夢」などをテーマにしたエクササイズとシェアリングを通し、本音で語り合いながら仲間意識を育て、彼女たちが自ら「自分自身の力」に気づいていけるように導きます。クラス中はママが自分に向き合うため母子分離を行い、保育士などによる託児を行いました。

クラス前後に自己記入式にて、自己効力感、自尊感情、QOL 指標を測定。（結果別途）

プログラム（例）：

1 日目	2 日目
9:30～アンケート記入	9:30～ほめほめシャワー
9:40～オープニングエクササイズ -ほめほめシャワー	9:45～自分の夢を追いかけて I -あなたの人生の夢は？
10:20～仲間っていいね！	10:40～自分の夢を追いかけて II -夢へのアクションプラン
10:30～自分発見エンカウンター -私の大切なもの -私は私のここが好き	11:30～わたしとあなたへのラブレター 11:50～アンケート記入
11:45～わたしとあなたへのラブレター	

実施市町村および日程（2013 年度）

市町村名	1 回目 / 2 回目	備 考
宮城県石巻市	5 月 29 日 / 6 月 5 日	NPO ベビースマイル石巻と協力
宮城県塩竈市	6 月 3 日 / 10 日	
宮城県女川町	6 月 4 日 / 11 日	
宮城県蔵王町	6 月 21 日 / 28 日	
福島県県北保健福祉 事務所	6 月 25 日 / 13 日	浪江町・双葉町の借り上げ住宅居住の ママ対象
福島県南会津町	8 月 5 日 / 12 日	
福島県南相馬市	9 月 9 日 / 13 日	
福島県棚倉町	9 月 2 日 / 7 日	
福島県二本松市	9 月 9 日 / 16 日	雪のため、2 回目を 26 日に変更
福島県国見町	10 月 19 日 / 28 日	
宮城県七ヶ浜	11 月 1 日 / 6 日	
福島県郡山市	11 月 8 日 / 15 日	
宮城県石巻市	11 月 14 日 / 19 日	NPO ベビースマイル石巻と協力
岩手県普代村	11 月 20 日 / 28 日	
岩手県奥州市	11 月 27 日 / 12 月 3 日	
宮城県南三陸	12 月 4 日 / 11 日	
福島県矢祭町	12 月 16 日 / 19 日	
福島県南相馬市	2014 年 2 月 3 日 / 10 日	雪のため、2 回目を 3 月 3 日に変更

体制、および今後の予定

本事業は「リフレッシュ・ママクラス実行委員会」（公益財団法人ジョイセフ、公益社団法人母子保健推進会議、自治医科大学公衆衛生学部門により構成、厚生労働省母子保健課の指導）を設置したうえで、今後の自立発展性を期待し、宮城県、福島県、岩手県の各市町村（母子保健担当部署）との連携協力により実施されています。2014 年度はこれまでの経験をふまえて、災害時におけるママの心のケア支援事業として応用可能なアプローチの形成を目指すため、クラスを実施するためのマニュアルと紹介映像を制作します。

スナップショット



初めて会ったママたちと、音楽に合わせて動きながら、アイスブレイク。「はじめまして、どうぞよろしく」のエクササイズ（演習）。



お互いの「良い所」を見つけて誉め合う「ほめほめシャワー」のエクササイズ。普段、なかなか誉められる機会のないママ達が、「誉められること」そして「誉めること」の嬉しさを体験。「ほめほめシャワー」で照れながらうれし涙をこぼすママもいます。



最初は恥ずかしがっていたけれど、誉める側と誉められる側を体験し、2日目には、「1分では足りない～」という声も。



改めて、自分の夢と向き合う「自分の夢を追いかけて」のエクササイズ（演習）。“ママとしてではなく、一人の人間、女性としての夢が見えるようになった”と、うれしそうなママもいました。



「ファシリテーター養成講座」では、保健師自身がエクササイズを体験。「私の夢」について絵に表し、グループで共有しました。



「ファシリテーター養成講座」では、参加した保健師たちが、地域での定着を目指し何が出来るかを、担当する行政地区を越えて話し合いました。



ジョイセフ・カレッジ TOHOKU

Summary

ジョイセフ・カレッジ TOHOKU は、これからの東北の未来を担う女性リーダーを育てる、女性のための学びの場として開催しました。各界の魅力的な女性パイオニアを講師陣にお迎えし、自分を知り、自分との付き合い方を学び、そしてさらに自らの考えを東北のために行動に移すことができる女性を育成することを目的に開校しました。最終日には、これからの東北を元気にしていくための「ドリーム・アクション・プラン」を一人ずつ発表し、それぞれの目標と共に、各自が歩み始めただけでなく、修了生同士の交流も活発に行われています。

プロジェクト概要

目的： 東北を元気にしていくために、行動に移すことができる、また精神的に他の人々に良い影響を与える、またはリーダーシップを取ることができる女性を育成する。

期間： 2013 年 7 月～11 月（全 11 回）

場所： 宮城県仙台市

参加者数： 33 名

資金： 寄附金（個人、企業）

講義内容と受講者の声

7月6日（土）開校式+ジョイセフ・ワークショップ

自分は何が貢献できるのかなどのツリーエクササイズと呼ばれるセッションや、今後の講義に向けて、受講生同士の交流を深め、さらに自分の人生を振り返るためのライフラインのワークショップを行いました。



7月7日（日）大葉ナナコさん

「自分が生まれてきたことが嬉しくなると、未来が楽しくなる」

自分の生の過程を振り返り、自分の生命の奇跡と、誰かに抱かれてきたことを振り返る、誕生学を織り混ぜたセッション。自分を肯定することで、自分の周囲の出来事や人々をも肯定ができるようになります。

受講生の声



- ◇ 「自分がこの世に誕生してきたことの素晴らしさについては、今まで考えたこともなく、目からウロコだった」
- ◇ 「もしこの講座を思春期の頃に聞いていたら、彼氏との付き合い方、ひいては結婚観も変わっていたのかもしれない。多くの中高校生に聞いてもらいたい」
- ◇ 「生まれてきて良かったと思いました。メンタルがダウンして、生まれてこなければ良かったと思ったこともありましたが、ここまで頑張ってきて良かったと思いました。自分をもっとほめようと思いました」

講師紹介：大葉 ナナコさん

バースコーディネーターとして、プレママ・ママのメンタルサポートやライフスキル、妊娠準備、出産準備、楽しい育児のコツを発信する他、「誕生学(R)」という、生まれてきた自分のいのちの力を知り、自己肯定感を高めるプログラムも主催。

8月3日（土）ジョイセフ・ワークショップ（ジョイセフ 浅村里紗）

「途上国の現状、東北を元気にするために必要なこと」

東北を元気にするために必要なことを、グループワークを通して、何が求められているのか、自分には何ができるのかを振り返りました。さらに、世界の女性たちが置かれている状況や、ジョイセフの途上国での活動を知ることにより、コミュニティを変化させていくのは、支援者ではなく、あくまでも住民たち自身であるということの気づきを得ました。

受講生たちの声

- ◇ 「コミュニティ・ヘルスワーカー（CHW）の活動について、とても考えさせられた。地域のニーズや実情をよく知っているという点で、私は、東北のCHWを目指したいと思った。地域によっては、表現を変える、というように、その地域のデリケートな問題や実情を踏まえた活動ができれば、と思った」

- ◇ 「東北人の、黙して語らず、の姿勢。美德であり、復興の足枷（あしかせ）にもなっている。ここをチャンスと捉えて、復興につなげていきたい」

8月4日（日） 講師： 村上弘子さん、高橋里奈さん

「人との繋がりをつくり行動していけば、結果は後からついてくる」

東北で実際に、特産品から村おこしを行う事例を学びました。まずは行動をし、周囲の人々を巻き込んでいく過程を知り、今後のドリーム・アクション・プランの参考にしました。

受講生の声

- ◇ 「身近な物に目を向ける。身近な人との普段からの繋がりを大事にする。行動力。探究心。やりたいことへは、遠慮をしないで突き進む。何歳になっても出来る。村上さんがおっしゃった‘好奇心旺盛にして、まずはアクション’本の中の言葉ではなく、実際にされて来た方の口から伺うと、熱く胸に染みます」
- ◇ 「身近な物。何気ない事にヒントがある。そして、町おこしや活性化にしてもリーダーのモチベーションと牽引力次第でネタの有無が問題では無いなど改めて感じました」

講師紹介：村上弘子さん

山形県大江町の町職員だった際に、かつて江戸時代には高級繊維として活用されていた青苧（あおそ）に着目。青苧復活のために有志を募り、青苧特産品づくり支援隊を結成。転作田を利用した青苧栽培に本格的に着手。

9月7日（土） 講師：向田麻衣さん

「何もないところから1を生み出すには、とにかく動くしかない」

資金やネットワーク、専門知識もなかったところから、「やりたい」という強い思いを原動力としてネパールで、そして石巻でプロジェクトを立ち上げ、自分の信じる思いをミッションに起業に至った経緯を学びました。



受講生の声

- ◇ 「私がなかなか公に口にできずにいた、やりたいことをお話する機会をくださり、本当にありがとうございました。やっていいんだという安心感をもらいましたし、いろんな方法があるんだと知りました」
- ◇ 「『自分が腹の底からしたいこと、自分が本当にやりたいことをやっていく。』このことが“どんなノウハウよりも一番大切なこと”というのが、麻衣さんの講義から伝わってきました」

講師紹介：向田 麻衣さん

2009 年に、コフレ・プロジェクトを開始。現在までに、ネパールなど 5 カ国に化粧品を届け、延べ 1000 人の女性に化粧ワークショップを通じて女性が本来持っている自信や尊厳を取り戻すきっかけ作りを行う。2013 年、ネパール発の化粧品ブランド Lalitpur を立ち上げる。

9 月 8 日（日） 講師：遠藤幹子さん、ユーゴさん

「野望はどんだん口に出してください」

会社を一から立ち上げた経緯や、苦労など、講師たちの具体的な経験を聞きました。自分の夢を口に出し、絵に描き、努力をすれば、それに共鳴してくれる人や、助けてくれる人が現れ、実を結ぶことを知り、当日は全員で「野望会議」を決行しました。

受講生の声

☆ 「なんとかなる！声に出すこと、考えること。また、“大変だ”とか、“労力・努力が必要”という言葉は、やって来た人だからこそ、真実味があって胸に響きました」

☆ 「まずは口に出すこと。それをワークショップの中でなかば強引に引き出されたのは自分がこう思っているんだ、というのを気づくよいきっかけになりました」



床に座って野望会議を決行

講師紹介：遠藤幹子さん

一級建築士。office mikiko 代表。東京藝術大学大学院修士課程修了後、Berlage Institute 修了。ジョイセフのザンビア・プロジェクト地域を支援するヤギさんワークショップや、マタニティハウスの設計・建設などにも携わる。

講師紹介：ユーゴさん

クリエイター。touta. 主宰。一般家庭に眠っている古布を回収し、製品や作品づくりに活かし循環させるプロジェクトを立ち上げたいと、端切れで布ナプキンを製作・販売。同時に布ナプキンによる心地よさを女性たちに伝えている。

10 月 5 日（土） 講師：ユール洋子さん

「自分を愛することとは、自分に果てしなく好奇心を持ってあげること」

自分が日々、ネガティブな対話を行っていることを認識し、それによる副作用について学びました。そして、その対話をポジティブなものに変化させていくことにより、現実を変化させていくことを、絵や身体を使ったワークショップを通して体感しました。

受講生の声

- ☆ 「考え方や視点を少し変えるだけで、自分の感じることや見る世界がものすごく変化するということに気がつきました」
- ☆ 「『人生はセルフトーク、セルフコミュニケーションの積み重ねであり、自分で思う様な人生を創ることができる』というところが心に響きました。ワークを通して、行動にブレーキをかけているのは自分自身だということに気づきました」



自分にブレーキをかけているのは自分であることを体感

講師紹介：ユール洋子さん

公認 NLP（神経言語プログラミング）トレーナー、（公益社団法人）誕生学協会理事、（一般社団法人）i 愛 NLP 協会代表理事。コミュニケーション力、女性力、母親力をテーマに講師として活躍中。またドラマ 14 世、スティーヴン・コビー博士他の講演やセミナーの通訳を担当。

10 月 6 日（日） 講師：堂珍敦子さん

「自分のやりたいことを話していると、よいめぐり合わせがやってくる」

母親であることを理由に諦めるのではなく、挑戦し続けることについて考えました。自分の絶対的な軸を持ちつつ、中長期的な計画を立て、誰と会っても興味を持ち、吸収していく姿勢を持つていくことの事例と共に、今後の生き方についても考えました。

受講生の声

- ☆ 「相手は変えられないけど自分は変われるという言葉が印象的でした。自分が変わり、周りにいい影響を与えられる人になりたいと思いました」
- ☆ 「やりたいことにはとにかくチャレンジすること、始めたからには根性でやり抜くこと、違うと気付いたら何度でも方向転換していけばよいことなど、心強く、背中を押されるような言葉がたくさんありました」

講師紹介：堂珍 敦子さん

2004 年から雑誌 VERY 等の表紙キャラクターや CM 等でモデルとして活動。2011 年よりベビーマッサージ講師としても活動。教育委員会や育児支援イベント等で講演会活動も行っている。5 児の母。

11月2日（土） 講師：青木 愛さん

「“困った”をチャンスに変える」

多くの女性にとっての課題である、仕事と家庭・育児のバランスをどう取っていくかについて、講師と語り合い、生き方を模索すると同時に、起業家としての姿勢や、「“困った”をチャンスに変えていく」というビジネススキームについても考えました。



受講生の声：

- ☆ 「一番手のかかる時期のお子さんを抱えて非常にめまぐるしいスケジュールの中でも、ご自身の直感と好きなものに対する思いが形になってこんなにも輝いていただけることに勇気をいただきました」
- ☆ 「『誰かを幸せにする仕事は上手くいく』という青木さんの心意気が、成功に繋がっているのだなと思いました」

講師紹介：青木 愛さん

マタニティのセレクトショップ、「VIRINA maternity」のオーナー兼バイヤーで3児の母。ELLE Japon、25ans 等の元女性誌編集者という経歴を活かし、世界各地の最新マタニティウェアを発信する。2012年より石巻の女性の雇用を促進させるためのプロジェクトも始動。

ジョイセフワークショップ（各講座+11/3）

東北の課題は何か、何が必要とされているのか、自分にできることは何か、何がやりたいのか、なぜやりたいのか等を、エクササイズを交えて、絞っていきました。それ以外では、ジョイセフのスタッフとのマンツーマンでの対話やメールで、少しずつ自分のビジョンを明確にしていきました。



どのようにチームワークを形成していくか。チーム・ビルディング・ワークショップも行いました

11月23日 修了式+ドリーム・アクション・プラン発表

「自信がないことは悪いことではない」

修了式では、これからの東北を元気にするための、ドリーム・アクション・プランの発表を一人ずつ行いました。女性の働きやすい環境を整える、教育現場から変えていく、東北の名物土産になるような特産品を作る、自分を見つめ直し、自分を満たすためのアクション・イベントを行う等、様々なプランが出てきました。

富永愛学長は、受講生への修了お祝いの言葉を述べ、「自信がないことは悪いことではない」と述べて、彼女自身、コンプレックスを長所にさせたことを例に出し、どのような自分も見続け、相対していき、チャレンジしていくことが重要であると伝えました。



ヴィリーナ・マタニティが石巻の女性の雇用促進のために制作している ID フォルダーに修了証を入れました

フォローアップ・プログラム

災害の経験を共有し合う

～スマトラ沖大地震・津波を経験したインドネシアの女性たちと～

2014年2月8日から14日にかけて、東日本大震災から丸3年という節目の年を迎えるにあたり、ジョイセフも支援を行っていたインドネシア・アチェ州の州都バンダ・アチェを訪ねてきました。アチェは、約9年前の2004年12月26日に発生した大地震による津波で甚大な被害に遭ったところです。視察ツアーには、東北支援の一環として行ったジョイセフ・カレッジ TOHOKU を受講した女性3名も同行しました。津波から9年が経過した町の復興の様子、現地の女性との交流を通して、今後の東北の復興に向け、彼女たちの活動を後押しするのがその目的です。

中でも、東北の女性と現地女性の交流プログラムでは、災害時における心理状態の共有や防災に関する意見交換も行いました。プログラムでは、最初にそれぞれが歩んできた道のりを紙に書いてもらい、これまでの人生を振り返ることで、苦しかったときや悲しかった出来事をどう乗り越えてきたか見つめ直しました。参加者の多くが震災を経験しているため、地震の話になると、泣き出してしまう人も。その後はグループに分かれ、「もしまた津波がきた時のために準備しておきたい10のこと」をテーマに、アイデアを出し合い、それぞれの視点による意見を共有しました。



アイデアを出し合うアチェの女性たち

そのほか、ジョイセフの支援によるマイクロクレジットと呼ばれる小規模融資を受けて、小規模なビジネスを立ち上げた現地の被災女性たちにインタビューをし、女性たちの自立の重要性などについて考える機会もつくりました。

東北とインドネシアでは、文化も言語も宗教も大きく異なりますが、復興の鍵として、女性たちが大きく関わっていることをお互いに学びあう機会となりました。



みやぎ「じょさんしサロン」強化事業

プロジェクト概要

目的：

震災被災者や福島原発による事故の避難者などが多く移り住んでいる宮城県では、被災後 3 年たった今も、人間関係のストレスや孤独感を抱えている母親が多くいます。そこで特に、母親の育児不安が高くなりやすい生後 1 年未満の乳児をもつ妊産婦を対象に、母親と妊婦が集う場所を作り、母親と妊婦の孤立解消と育児に関する不安を取り除くことを目的に「じょさんしサロン」事業を強化し、被災母子の心と体のケアを継続的に実施する体制を整備しました。

プロジェクト期間： 2013 年 4 月～2015 年 3 月（2 年間）
*本報告書では 2013 年 4 月～2014 年 3 月までの 1 年間の報告

現地協力団体： 一般社団法人宮城県助産師会

対象地域： 宮城県

対象者： 宮城県内の乳幼児を養育中の母親と妊婦



方法

本事業は 2013 年からの 2 年間事業として実施しており、宮城県内の妊産婦を対象に、全 24 回の「じょさんしサロン」を開催しました。病院、産婦人科医院、児童センター、助産所を会場に、ベビーマッサージや手遊び・わらべ歌など、子育てを楽しくする講座や母乳マッサージ・育児相談を行い、癒しと参加者同士の交流の場を提供。また、助産師の活動に対する認知理解向上のための広報イベント「じょさんしフェスタ」を開催し、延べ約 200 人の母子、妊産婦およびその家族が参加しました。

じょさんしサロン・じょさんしフェスタ開催記録（2013 年度）：

開催施設名	日時	実施内容	参加人数
1. のびすく長町南	5 月 23 日	ベビーマッサージ	12
2. のびすく長町南	6 月 14 日	ベビーマッサージ	12
3. のびすく長町南	7 月 12 日	ベビーマッサージ	12
4. のびすく長町南	8 月 8 日	ベビーマッサージ	12
5. エル・パーク仙台	8 月 29 日	リトミック	15
6. のびすく長町南	9 月 13 日	ベビーマッサージ	12
7. のびすく長町南	10 月 11 日	ベビーマッサージ	12
8. エル・パーク仙台	10 月 22 日	ストレッチ	8
9. のびすく長町南	12 月 13 日	ベビーマッサージ	12
10. のびすく長町南	1 月 17 日	ベビーマッサージ	11
11. のびすく長町南	2 月 14 日	ベビーマッサージ	12
12. のびすく長町南	2 月 20 日	ベビーマッサージ	12
13. のびすく泉中央	2 月 26 日	ふれあい遊び	12
14. のびすく長町南	3 月 14 日	ベビーマッサージ	12
15. のびすく長町南	3 月 20 日	ベビーマッサージ	12
16. 支津川保健センター	3 月 25 日	ベビーマッサージ	6
17. のびすく泉中央	3 月 26 日	ふれあい遊び	12
18. じょさんしフェスタ @電力ビル仙台	6 月 29 日	バランスボール、骨盤体操、マ タニティヨガ、ベビーマッサ ージ、骨盤底筋体操、禁煙講 座、抱っこ紐講座	193

スナップショット



じょさんしサロンで大人気のベビーマッサージ



マッサージ後はグループに分かれて、助産師による
母乳・育児相談



骨盤体操でのびのび身体を動かす妊産婦さん



赤ちゃんもママも笑顔になる癒しの時間

MOM Meets MOM in 東北

Summary

2013 年度、ジョイセフは、フランスのコスメティックブランド、「ロクシタン」より東日本大震災復興支援活動のご協力をいただき、ママとママが出会い、共感し、そしてつながっていく場、“MOM meets MOM in Tohoku (ママ・ミーツ・ママ in 東北)”を岩手、宮城、福島の3県で開催しました。釜石市には雑誌 Very のモデルの堂珍敦子さん、仙台市及び郡山市には、アロマセラピストの大橋マキさんを招き、全3回のイベントに合計 236 名の東北のママと子ども達が参加しました。

インドネシアのアチェからの応援メッセージ紹介、トークショーの後には、応援メッセージに対する返信メッセージカードの作成をしながら、海の向こうで10年前、同じ様に被災されながら立ち上がってきたアチェのママに共感と連帯感を感じ、勇気をもらいました。最後には、毎回大好評であったロクシタンのハンドマッサージレッスン。ロクシタンのクリームのアロマに癒されながらママ達は満足した様子。同じ地域のママ達ともつながり、笑顔あふれる温かい交流会となりました。

プロジェクト概要

目的：

被災によるダメージに加えさまざまな困難とそのストレスにさらされながら子育てを続ける母親たちに対し、「母としても輝いている女性」のロールモデルとしての著名人ママとの交流、過去(2004年)に受けた壊滅的な地震・津波被害から立ち直りつつあるインドネシア・アチェ島のママとのメッセージの交換、および、同じ地域に住む母親同士の交流を通して、孤立感とストレスの軽減、自己効力感、自己肯定感の回復を図り、最終的には個人のつながりと人生に肯定的な視点の再構築につなげていくことを目的とします。

プロジェクト期間： 2013年4月～2014年3月
現地協力団体： 開催地域の母親、助産師会、子育て支援NPO等
対象地域： 岩手県釜石市、宮城県仙台市、福島県郡山市
対象人口： 直接受益者150名/年間 間接受益者：450名(4人家族想定)
協賛： ロクシタンファウンデーション

実施内容（&各アクティビティの目的）

- 1) アチェ島ママからの応援メッセージ（理解されている実感をもち、国境を越えたいたわりを体験する）
- 2) 著名人ママの出産&子育て体験トーク（自分との共通点<ママ>の発見&ママとして輝くロールモデルを得、”自分も輝けるかもしれない”という自己効力感の回復につなげる）
- 3) ワークショップとテーブル毎のゲストとの至近距離での交流（同じテーブルのママ同士のおしゃべり促進&憧れの存在との交流体験（人とのつながり感の強化）
- 4) ハンドマッサージレッスン（自分をケアすること、慈しむことの大切さに気付く）

実施告知

有料（地方紙）

	媒体名	掲載日時	資料No.
第1回（釜石）	岩手日報 題字下	4/11（木）	1
第2回（仙台）	河北新報 題字下	6/13（日）	2
第3回（郡山）	福島民報 題字下	10/20（日）	3
	福島民友 題字横	10/20（日）	

無料（TV、ラジオ、広報紙、ネット）

	媒体名	掲載日時	資料No.
第1回（釜石）	復興釜石新聞	4/23（火）	4
	Yahoo!ニュース	-	
第2回（仙台）	東北放送ラジオ	6/29（土）	
	F M塩釜	6/29 頃	
	助けあいジャパン	-	
第3回（郡山）	TVU 福島 はぴスタケ	11/7 a.m.	http://www.fukulabo.net/ ameblo.jp/hinamamaaa/ ブログ「カラコロ」
	コナレ ふくらボ!	10/21~	
	ブログ「カラコロ」	11/6, 11/6, 11/9	

A4 サイズ チラシ

	配布場所	日時	資料No.
第1回（釜石）	釜石市市役所等	-	
第2回（仙台）	〈子育て支援施設〉 のびすく仙台 市内幼稚園 じょさんしフェスタ	6/20 頃～ 6/20 頃～ 6/29（土）	5
第3回（郡山）	〈子育て支援施設〉 ニコニコこども館 PEP Kids Koriyama 〈ベビーヨガ教室等〉 mama*more pocapoca Anzu Milk カラコロ	10/21 頃～ 10/21 頃～ 11/1 頃～ 11/1 頃～ 11/4 頃～ 11/4 頃～	

イベント概要

[第1回]

開催日時： 2013年4月27日（土）14:00～16:30
 開催場所： 青葉ビル研修室AB（岩手県釜石市）
 対象地域・対象者： 岩手県釜石市および周辺在住の母親
 対象人口： 推定約2,300名（25～39歳女性人口3,236名）

[第2回]

開催日時： 2013年7月13日（土）10:00～11:30
 開催場所： ホテルJALシティ仙台（宮城県仙台市青葉区）
 対象地域・対象者： 宮城県仙台市および周辺在住の母親
 対象人口： 推定約31,000名（25～39歳有配偶女性人口63,213名）

[第3回]

開催日時： 2013年11月9日（土）13:30～15:00
 開催場所： 郡山市総合福祉センター集会室（福島県郡山市）
 対象地域・対象者： 福島県郡山市およびその周辺在住の母親
 対象人口： 推定約17,600名（20～30代女性人口*をもとに郡山女性有配偶率58%*、未就園児の存在10%として計算）

参加人数

	ママ（その他大人）	子ども	計
第1回（釜石）	34	42	76
第2回（仙台）	47（1）	47	95
第3回（郡山）	30（1）	34	65
計	111（2）	123	236

参加者感想：

トークについて

- 堂珍さんのお話やジョイセフの活動について色々聞いて興味深かった。（釜石）
- 普段家にいることが多いので、世界が広がるし刺激になりました。（釜石）
- 大橋さんとの距離が近く、人柄を感じる事ができてよかった。（仙台）
- マキさんの笑顔が素敵でききいってしまう（仙台）
- アチェの人のことを初めて知った（仙台）
- 視野が広がり何かのかたちで貢献したいと思いました。（仙台）
- 大橋さんの子育て、とても参考になりました。笑顔が輝いていて素敵でした。（郡山）
- 一人じゃないんだって思った（郡山）

ワークショップについて

- 初めて会うお母さん達といろいろ話しながらできて楽しかったです。（釜石）
- アチェへのメッセージ！ナイス企画。（釜石）
- ママたちとおしゃべりしながらメッセージカード作りが出来て楽しかったです。（仙台）
- アチェのママさんが身近に感じた。ママへ気持ちがむけられて良かったです（仙台）
- アチェの皆さんからの支援が嬉しかった（郡山）
- 毎日育児と家事に追われるので、貴重な時間でした。リフレッシュできました。（郡山）

ハンドマッサージレッスンについて

- ロクシタン大好き！いやされました！（釜石）
- 普段はクリームを塗る時間もなくガサガサなのですが、これからは自分にごほうびとしてマッサージしたいと思います。（釜石）
- 香りに癒された。手の透明感が出てびっくり！（仙台）
- 周りの方とお話しできて楽しかったです（仙台）
- 香りにいやされた（郡山）
- 贅沢な気分が味わえました。（郡山）

その他

- 今日はありがとうございました。自分のブログにも今日のこと&ジョイセフのこと書きたいです。こういった催しをして下さったことに感謝。スタッフのみなさんもありがとうございました。（仙台）

スナップショット



ママトーク。自分の出産・子育ての話、ママだからこそできることがある、など（釜石）



懂れの「堂珍さん」が隣でおしゃべりすることに、参加者はテレたりはしゃいだり（釜石）



ワークショップ。ゲスト自らテーブルを回ってカードの作り方を説明。「こんなふうに結ぶと、かわいいでしょ」（仙台）



地震に怯える子どものこと、自分の気持ちのケアなどの相談にひとりひとり耳を傾ける大橋さん（仙台）



カードができたらロクシタンのトワレをシュッ。「香りはキモチを伝えてくれるよ」（郡山）



ハンドマッサージレッスン。近くのママとのおしゃべりもさらに盛り上がって（郡山）





釜石市



仙台市



郡山市

メディア掲載実績（取材記事）

新聞（地方紙）

	媒体名	掲載日時	資料 No.
第 1 回（釜石）	岩手日報	4/28（日）	6
第 2 回（仙台）	河北新報	7/18（木）	7
第 3 回（郡山）	福島民報 福島民友	11/10（日） 確認中	8

雑誌（女性誌）

	媒体名	掲載号	資料 No.
第 1 回（釜石）	ビタミンエフ	2013 年 8 月号	9
第 2 回（仙台）	LEE MAQUIA	2013 年 10 月号 2013 年 10 月号	10 11
第 3 回（郡山）			

資料

1) A4 サイズ チラシ



（第 1 回：釜石）



（第 2 回：仙台）



（第 3 回：郡山）

2) 取材記事 (岩手日報)

連航も紹介
 子育てママに癒やしの時間
 釜石でイベント

東日本大震災の被災地で子育て中のママたちが、釜石市で集って交流するイベントが、13日、釜石市大町の青葉ビルで、母娘向け交流会「Mom meets Mom in Takahashi」が開催された。この交流会は、L'Occitane Foundationの支援で、被災地の子育てママと、岩手県内の子育てママとが交流する機会を創出した。交流会には、子育て支援の専門家として、釜石市に在住する子育てママの代表者として参加した。交流会では、子育ての悩みや、子育ての楽しさについて話し合い、交流した。交流会は、午後1時から午後4時まで行われ、約40組のママたちが参加した。交流会は、L'Occitane Foundationの支援で、被災地の子育てママと、岩手県内の子育てママとが交流する機会を創出した。交流会には、子育て支援の専門家として、釜石市に在住する子育てママの代表者として参加した。交流会では、子育ての悩みや、子育ての楽しさについて話し合い、交流した。交流会は、午後1時から午後4時まで行われ、約40組のママたちが参加した。

3) 取材記事 (河北新報)

震災・子育て語り合う
 母子ら40組 仙台で交流会

東日本大震災の被災地「ツ・ママ」東北が、13日、仙台市青葉区のホテルで開かれた、公益財団法人ジョイセフ(果敢)の主催で、参加者はトクシヨウやハンドマツサージ体験などを楽しみながら交流を深めた。仙台市や名取市などの母子約40組が来場。元アロマセラピスト大橋マキさんがゲストとして参加し、震災や子育ての体験などについて来場者らと語り合った。大橋さんは流産を経験したこと

に生まれ、生きていく奇跡を大切に過ごしていきたい」と語った。大橋さんを含む、メッセージカードを作成して参加者同士で交換したほか、気持ちが安らぐ香りのクリームを使ったハンドマッサージの体験も行った。

午後6カ月の長男を参加した仙台市青葉区の主婦佐藤みずほさん(34)は、「多くの人と話をしたり、ハンドマッサージをしたりして、良い気分転換になった」と話していた。

4) 取材記事 (福島民報)

子育て中の母親が交流
 郡山

東日本大震災の被災地「ツ・ママ」東北が、13日、郡山市で開かれた、公益財団法人ジョイセフ(果敢)の主催で、参加者はトクシヨウやハンドマツサージ体験などを楽しみながら交流を深めた。仙台市や名取市などの母子約40組が来場。元アロマセラピスト大橋マキさんがゲストとして参加し、震災や子育ての体験などについて来場者らと語り合った。大橋さんは流産を経験したこと

に生まれ、生きていく奇跡を大切に過ごしていきたい」と語った。大橋さんを含む、メッセージカードを作成して参加者同士で交換したほか、気持ちが安らぐ香りのクリームを使ったハンドマッサージの体験も行った。

午後6カ月の長男を参加した仙台市青葉区の主婦佐藤みずほさん(34)は、「多くの人と話をしたり、ハンドマッサージをしたりして、良い気分転換になった」と話していた。

5) プログラム全体の紹介：第2 回告知折込（ビタミンエフ）



6) (LEE)



7) (MAQUIA)



東北女性支援 収支報告 (2013年4月～2014年3月)

事業活動収入

受取寄附金 (企業・団体・個人)	¥11,713,577
事業活動収入合計	¥11,713,577

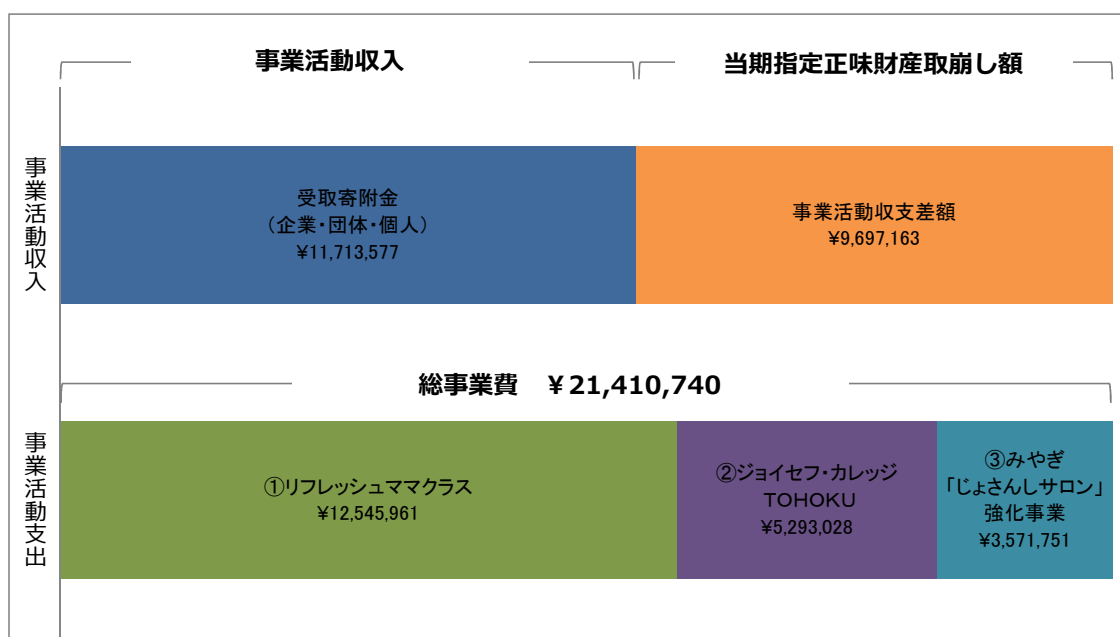
事業活動支出

①リフレッシュ・ママクラス プロジェクト	¥12,545,961
②ジョイセフ・カレッジ TOHOKU	¥5,293,028
③みやぎ「じょさんしサロン」強化事業	¥3,571,751
事業活動支出合計	¥21,410,740

事業活動収支差額 (指定正味財産減額)	▲¥9,697,163
----------------------------	--------------------

指定正味財産期首残高 (2013.4.1) ¥35,504,646

指定正味財産期末残高 (2014.3.31) ¥25,807,483



引き続き、ジョイセフの東北の女性支援活動にご協力ください。

① 郵便振替

口座番号：00130-7-28122 加入者名：(公財)ジョイセフ

※ 募金の種類を分けるために、郵便振替用紙の備考欄、または通信欄に、「東北」とご記載ください。

② 銀行振込

ゆうちょ銀行	三井住友銀行
店名：〇一九店 (ゼロイチキユウ店)	店名：新宿通支店
預金種目：当座	預金種目：普通
口座番号：0028122	口座番号：0922014
<small>フリガナ コウエキザイダンホウジン</small> 口座名義：公益財団法人ジョイセフ	<small>フリガナ コウエキザイダンホウジン</small> 口座名義：公益財団法人ジョイセフ

※ 東北の女性支援募金の方は、氏名の前に「トウホク」と入力してください。
例) トウホク_スズキ タロウ


③ インターネットで寄付をする

PC向けホームページ：http://www.joicfp.or.jp
携帯向けホームページ：http://www.joicfp.or.jp/m

※ 皆さまからのご寄付は、個人の場合は所得税及び法人の場合は法人税の税制上の優遇措置が適用され、お申し出により税控除が受けられます。

④ ホワイト × シルバーのチャリティーピンキーリングを購入する。友だちにクチコミで伝える。

東北の女の子支援 チャリティーピンキーリング



Hope
被災地の
すべての女の子が、
希望をもてますように。

チャリティーピンキー 検索



※ 本書の一部または全部を無断で複製、転載引用することを固くお断りします。

2013年9月1日発行 編集・発行：公益財団法人ジョイセフ

〒162-0843 東京都新宿区市谷田町1-10 保健会館新館 TEL 03-3268-5875 FAX 03-3235-9774

http://www.joicfp.or.jp