



おたより

2025年3月号

2025年3月1日

NPO法人子ども家庭リソースセンター（略称：CFRC）

登録情報に変更は ありませんか？



メールアドレスや住所の変更があれば、二次元コードよりフォームでご連絡ください。

※メールや電話でも変更を承りますので、CFRC事務局へご連絡ください。

（ご連絡とお詫び）

前号「おたより2024年4月号」でメールアドレスの登録フォームを送信していただきありがとうございました。システムの不具合にてメルマガ登録が遅くなってしまいました。Dan登録のご連絡を頂いた方も、同様の理由により登録が遅くなってしまいました。大変申し訳ございません。



目次

P2 子育て支援者向け講座

P3 NPプログラム関連／レインボウプログラム

P4 0歳児コミュニケーションスキル講座／赤い羽根助成事業報告

P5 参加者募集

P6 CFRCからのお知らせ／寄付のお願い／編集後記

ワンオペ育児から共育ての子育てへ

理事長 福川 須美



2024年はコロナが下火になり、ようやく対面での事業を復活することができました。とりわけノーバディズ・パーフェクト・プログラム（NP）事業はファシリテーター養成も親プログラムも、ZOOMなどオンラインではなくグループ対面式で実施してこそという思いがありましたから、ほっとしている昨今です。NP事業を実施している各地の公民館や親子ひろばなどでは、親たちが元気を取り戻し、子育てに前向きになる成果を眼のあたりにして、事業を継続していくところが増えていきます。

NPO法人子育てひろば全国連絡協議会の調査（2017）によれば「子育ての不安や悩みを相談・共有したい」ニーズが圧倒的でした。また「自分が育った町で子育てしていない」母親が70%以上ですから、気軽に話せる友人や子どもを預かってくれる人もなかなかいないのです。父親は仕事に明け暮れており、母親はワンオペ育児で、孤立しての子育ては楽ではありません。

しかも現在、共働きでなければ家計が持たない状況で、25歳～44歳の女性の就業率は80%に達し、1～2歳児のほぼ60%は保育所に通っています。最近では労

働力不足もあり、父も母も長時間労働で子どもと接する時間は減少します。ともかく現状の日本は経済的にも時間的にも、子育てどころではない状況です。そしてすでに少子化時代に育った親たちは子ども時代に親になる学びの機会のないまま親になり、子育てに四苦八苦です。子どもが思い通りにならないと虐待する事も起こります。

2023年4月、内閣府の外局として「こども家庭庁」が設置されました。その事業の一つとして「親子関係形成支援事業」があります。私たちの事業であるノーバディズ・パーフェクト・プログラム（NP）は、まさにこの事業の目的に最適です。親たちが「子育ての不安や悩みを共有」しながら、子育て仲間となり、互いに支えあいながら課題解決を目指します。こども家庭庁に出向いてアピールし好評を得ました。

CFRCでは、NPの外に0歳児期の愛着形成プログラムも初級から中級まで開催し、受講者からは「眼から鱗」だと喜ばれています。この「おたより」には、CFRCの様々な子育て支援の事業の報告を掲載しています。孤立した子育てから父親、子育て仲間、支援者等との共育てを豊かにしていきましょう。

子育て支援者向け講座



2024年度をふりかえって「リソースセンターならではの企画講座」

当センターは設立以来、子育て中の方とかかわる支援者のスキルアップに力を注いできました。単に“知識を増やす”だけではなく、現場で活用できる学びになることを心がけています。

社会状況の変化に伴う「多様な家族の理解」や「絵本の読み聞かせ」は、前年度に続き2024年度も開催しました。近年、増えているひとり親家庭の理解が親子に向き合う時のヒントになり、絵本の講座では絵本の力を再確認したり自分もその力に包まれた時間になったと思います。

当センターの特徴である“ファシリテーション力”を軸とし、「保護者の力を引き出す支援」や今年度初めて職場の環境づくりの講座（「職場が生き活きするために求められるリーダーの役割」）も実施しました。活力に満ちやりがいを持って働ける職場は、サポート型な保護者支援になっていきますし、職員の定着率も上がります。受講し、自分を振り返り、それぞれの職場に持ち帰ることをつかんで頂いたようです。

2025年度、ご期待ください！「皆さんの希望が反映できます」

何かのご縁でリソースセンターと繋がっている子育て支援者の皆様ともっと繋がり、社会に発信する力にしていきたいと企画委員は思いを膨らませています。

皆様の興味や関心を私たちと一緒に実現していきませんか？「私なんて…」と思わず、子育て親子を思う気持ちを持つ仲間同士、意見や思いを出し合いお互いに学びを広げていきましょう。カナダでは「等身大のボランティア」という言葉があります。それぞれの状況に応じ、やれる力を出し合い支え合おうとする考え方です。やれると思えば参加したけれど、様々な事情でできなくなるなどもOK。ちょっと覗いてみる気持ちで気軽に参加して頂けると嬉しいです。2025年度の7月は、下記の内容で企画しました。下半期の講座を一緒に作っていきましょう。皆様からの参加のメールが、事務所に届くのをお待ちしております。また、下記講座へも、ふるってご参加ください。（講座担当：伊藤・潮見・永田）

オンライン講座

発達障害傾向のある子どもの理解そしてかかわり～乳児期から学童期まで～ 2025/07/25日(金)19:00～21:00 担当：永田陽子（臨床心理士）

保育・幼児教育現場や学童クラブでの子どもの気になる行動、あるいは赤ちゃんとの視線が合いにくいなど乳児とのかかわりの困り感を何うようになりまして。子どもの特徴の有無にかかわらず、子どもが持つ力を磨けると、その子なりの適応力をつけていくことができます。子どもが力を発揮しやすいかかわりのヒントや発達の見通しを取り上げます。質問の時間を設けます。どうぞ、学びにいらしてください。

講師は、乳児から高校生の親の相談を長年担当しています。豊富な相談経験から学んだ、ちょっと特徴があってもそれぞれの時期に必要な子どもの経験を取り上げます。—それは、大人がどのようにかかわればよいかのヒントになるでしょう。

◎予告 令和7年度 赤い羽根助成が採択されたら… 保護者向けオンライン講座 （仮題）子どもに“メディア”をどう与える？

保護者向けにオンライン講座を企画しています。現代では避けて通れないスマホ・YouTube・ゲーム等々をどのように使っていけばよいのかを学ぶ機会を提供します。子どもが機器類にコントロールされない力をつけていくには、大人がまず知る事です。詳細が決まりましたら、メルマガやHPでお知らせします。



NPプログラム関連



NPプログラム「親育ちサポート講座」 永田陽子

東京都北区（人口36万）では、区の事業としてNPプログラムを2009年から毎年20回程度実施しています。長期間この事業が継続できているのは、児童館職員がNPファシリテーターとなり、NPを展開しているからです。顔見知りの職員がファシリテーターで親が参加しやすい、参加後も親同士の交流の場（児童館）があること、職員の異動は児童館内で行われ、取得したファシリテーター資格が継続的に使えることなど、多くのメリットがあります。ママNPから始まり、パパNPや働くママNPなど、ファシリテーター同士が親の声を反映しながら、変遷を続けています。育休中のパパ対応のNPも試行し始めています。

参加者にとってNPプログラムの意味を実施10年目に調査しました。受講後～数年経過後も、NPへの参加経験を、変化のきっかけとして意識している方が9割以上いました。

内容をみると、不安が減り、自分や子育てへの肯定感が増し、地域との繋がりができ、外出が増える

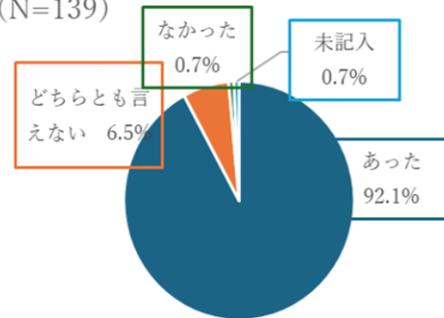
等、気持ちも行動も変化していました。

乳幼児期の子育てへの向き合い方が肯定的に変化することは、その後の子育てにも大きな影響があることは予想されることです。

参加者が力を発揮できるNPプログラムを展開すると、人は成長するのですね。北区では毎年ファシリテーターのアフター講座で研鑽を重ねていることを付け加えておきます。

質問8 NPを受けて変化がありましたか？

(N=139)



レインボウ・プログラムをもっと子どもたちの身近に！ レインボウ・ジャパン 櫃田紋子

レインボウ・プログラムは、子どもの心のケアを目的とするグリーフケア・プログラムです。

「グリーフケア」は、阪神淡路大震災をきっかけに広がってきたことばですが、レインボウ・プログラムの実践を始めた2000年当時はグリーフケアへの関心は低く、実施することは大変難しい時代でした。

この10数年、子どものグリーフケアが徐々に注目されるようになり、様々なかたちで取組まれてきています。背景には度重なる大震災や、コロナ禍、児童虐待や自殺の増加など子どもたちが置かれている厳しい状況があります。

私たちはこれまで主に児童養護施設の小中学生

（家庭で適切な養育を受けられない子どもたち）を対象に実施してきましたが、今やすべての子どもに対して「グリーフ」という視点をもつことが必要になっています。

辛い出来事や喪失は誰にも起こりますが、子どもは一人でその状況を乗りきることはできません。大人の助けが欠かせません。

レインボウ・プログラムは資格をもったファシリテーターのもとで安全にすすめられ、有効性が実証されています。子どものグリーフに気づいたときに利用しやすいプログラムとして、地域の子育て環境のなかに根づいてほしいと願っています。皆様、どうぞご協力よろしくお願いいたします。



"0歳児とのかかわりと遊び"を伝え続けて 永田陽子

「0歳児とのかかわり・遊び：人育ち唄」の入門講座（年3回）、0歳児の観察をする初級講座（年2回）を例年通り開催しました。最近では、乳児院の里親支援専門相談員や助産師さん、産後ケアにたずさわる方など、日常的に赤ちゃんと接していらっしゃる方が受講されます。嬉しいのは、乳児院などの横の繋がりの口コミで受講者が広がっていることです。このような広がりがもっと出てくると、初めての子育てに不安を抱える親が少なくなり、0歳児の安定した愛着が形成されることでしょうか。受講してくださった方、どうぞ、お知り合いの方に本講座をご紹介ください。ご協力をお願いいたします。受講がバリアフリーのオンラインでは、国内だけでなく外国からの受講者もいました。

コロナ感染対策の影響で中止していた「中級研

修」を5年ぶりに実施しました。東村山市子育てひろば「ころころの森」の全面的な協力で、赤ちゃんとかかわり遊び「人育ち唄」を伝えるパパ・ママ親子講座を研修の場にすることができました。ひろばで伝える時のコツや声掛け、参加した親子が取り残されない配慮等々、「伝える」時に大切にいく事を実践場面を観ながら学べた恵まれた研修となりました。

2025年度も入門講座年3回と初級研修年2回をオンラインで実施致します（P5）。仕事の一環として学べるよう入門講座は平日の開催日も設定しました。初級を修了した方向けに、現場で活かせるよう中級の実施も計画中です。特に、子育てひろばや児童館、保育園などの子育て支援事業にたずさわる方にはお勧めします。

<令和6年度 赤い羽根福祉基金助成事業> 楽しくかかわる親子遊びのヒントを伝えて

講座担当 浜本文子



昨年度に続き赤い羽根福祉基金事業として「赤ちゃんとのふれあい遊び＝育児の楽しさアップ＝」として「人育ち唄」の親子講座を北区を中心に実施しました。約50組の親子が参加しました。

生後2～4か月が対象です。「赤ちゃんの反応がわかるようになった。かかわるのが楽しくなった。」「2か月の赤ちゃんでも考えていることが分かった。誰も教えてくれなかったので知らなかった。」などが参加者の感想です。赤ちゃんの月齢が7・8カ月の参加者は、「早く知りたかった。今からでもゆっくりかかわっていこうと思う。」と感想を寄せています。講座の趣旨を理解し、意識して母子・父子がかかわることで、親にも赤ちゃんにも大切な時間を楽しく過ごすことができるようになっていくことを嬉しく思います。



← 講座の様子

講座の内容を短い時間で理解してもらうために、スケッチブックを利用した「めくりフォルダー」を使いながら話しています。「人育ち唄」のポイントについて順を追って説明する内容になっています。

話を聞くだけよりも簡単な挿絵とメッセージで視覚からも印象付けようと考えたものです。講座は、この「めくり」とかかわり方の実践を通して構成しています。実践も大変好評です。実践の中で、赤ちゃんの反応を目の当たりにできると参加者の意欲が急激に上がります。その前段の説明に利用する手作りの「めくりフォルダー」について、「人育ち唄」を現場で周知している方々からご希望の声があり、印刷物となりました。入手希望の方は「永田陽子の赤ちゃん遊び舎」にお問合せください。

ゆっくり・まつ



← 『めくりフォルダー』の1ページ

参加者は一組ずつ個性の違う親子です。実践では、その親子にあったかかわり方を微調整しながら伝えます。成功体験してもらうことが重要なので緊張しますが、伝わった時の手ごたえも実感できます。児童館やひろば事業を行う0歳児支援の現場で「人育ち唄」を広めてくださる方を増やしていきたいと思っています。

* 永田陽子の赤ちゃん遊び舎

2025年度も「0歳児の愛着を育てるコミュニケーションスキル講座」を実施します。（第1回4月30日・水曜日）



参加者募集



0歳児との遊び(人育ち唄)・ かかわりを学ぶ講座

0歳の時に保護者に伝えたい赤ちゃんとの遊び・かかわりを学びます。知っているようで知らない具体的なかかわりは、乳児期の安定した心の発達に繋がります。

◆入門講座「0歳児の愛着形成のためのコミュニケーションスキル」オンライン開催 ※各回同じ内容

- 第1回 2025年4月30日(水) 9:30~12:30
 - 第2回 8月25日(月) 9:30~12:30
 - 第3回 2026年1月17日(土) 9:30~12:30
- いずれも9:30~12:30 受講料4,000円

◆初級研修「0歳児の観察研修」 オンライン開催 ※各回同じ内容

- 第1回 2025年7月13日(日) 9:30~12:00
および8月24日(日) 9:30~15:45
 - 第2回 2026年2月頃を予定
- 対象：入門講座修了者 受講料15,000円

◆中級研修「0歳児の講座実践力研修」 オンライン+対面での開催

2025年度内開催予定(日程調整中)
対象：初級修了者
詳細が決まりましたらHPに掲載します。

問合せ

CFRC事務局
メール info@kodomokatei.com
電話 03-6755-2855



テキストを学ぶ会 「NPテキスト全体を学ぼう」

NPテキストを学び、語り合しましょう。NPテキストの使い方、分からないこと、感じていること等、話してお互いに学び合しましょう。Zoomでオンライン開催します。

開催日時 各日19:00~20:30

開催日	テキスト内容
5月17日(土)	「からだ」
7月12日(土)	「こころ」
9月27日(土)	「親」
11月29日(土)	「行動」
2026年1月24日(土)	「安全」
3月7日(土)	「父親」

参加費 3,000円(6回分)

対象 NPファシリテーター

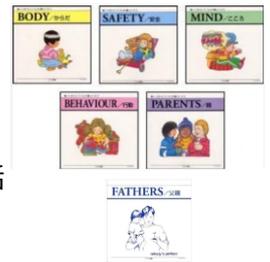
ファシリテーター NPトレーナー

申込み方法 CFRCのメールか電話

問合せ CFRC事務局

メール info@kodomokatei.com

電話 03-6755-2855



2025年度NPFAオンライン全国交流・研修会の実行委員メンバー募集(予告)

NPFA全国交流・研修会、前回に引き続き、次回も実行委員会方式でオンライン開催の予定です。実行委員メンバーとして活動しませんか?

活動内容

研修会のテーマや内容の検討、研修会当日の運営。
月1回程度のオンラインミーティングで企画を進めていきます。

研修会の開催日時

2025年12月6日(土) 13:00~16:00

参加条件

NPファシリテーターまたは養成講座修了者で、Zoom参加が可能な方

問合せ

CFRC事務局

メール info@kodomokatei.com

★詳細は決まり次第、メルマガやHPでお知らせします。

レインボウプログラム(RP) 養成講座

親の離婚・死別など家族の変化や、虐待・災害などによる喪失体験をかかえる子どもの心をケアし、健康な成長を促すためのプログラムです。

ファシリテーター養成講座

2025年9月20日(土) 10:00~16:30

コーディネーター養成講座

2025年9月21日(日) 13:00~16:00

※オンライン開催。詳細はCFRCホームページをご覧ください。



CFRCからのお知らせ

- 講座の企画や実施についてはお気軽にご相談下さい。また、自治体、法人等の団体からのお問合せも承ります。
- 受講申込みやお問合せはCFRC事務局まで。メール：info@kodomokatei.com
電話：03-6755-2855（電話受付時間 月・水・金 9:30～17:30）

CFRC講座運営ボランティアにご登録ください



お手伝い案件が発生した都度、事務局よりご連絡いたします。ご都合の良い時に活動いただけます。是非ご登録ください。

ボランティア内容

オンライン講座Zoomサポーター、NPプログラム養成講座開催時のスタッフ役や親役等

登録方法

二次元コードより登録フォームを送信ください。

Nobody's Perfect(ノーバディズパーフェクト/NP)プログラム体験講座

NPの考え方が生まれたカナダの背景、NPを理解するためのミニ体験講座。NPの内容を知りたい方たち向けに適切な講座です。

内容

- ・ NPプログラムの理念と精神、人間観・価値観
- ・ NPプログラムが、なぜ、今、子育て支援が現場で必要なのか
- ・ NPプログラムの体験ワーク（実習）

日時 2025年5月25日(日)・7月27日(日)
・9月28日(日)・2026年1月18日(日)
各日13:30～16:30

会場 CFRC事務所（オンライン開催の場合もあり）

定員 各20名

受講料 2,500円（テキスト代500円含）

NPファシリテーター養成講座（4日間）

NPプログラム実践者資格取得の為に必要な講座です。

日時 ・2025年7月1日(火)～4日(金)
・8月23日(土)・24日(日)・30日(土)・31日(日)
・10月29日(水)～11月1日(土)
・2026年2月20日(金)～23日(月)

会場 CFRC事務所

定員 各12名

受講料 70,000円（別途テキスト代 2,000円）
資格申請料10,000円

NPアフター講座

(1)フォローアップ研修 (2)ステップアップ研修



ファシリテーター資格にふさわしい技能や資質を維持し、NPプログラムに参加される方々に最良のプログラムを届ける為に必須の研修の機会です。プログラムの質の維持の為に少なくとも3年に1回は受講ください。

日時・対象

- ・2025年6月8日(日) ・8月3日(日)
- ・10月5日(日) ・2026年1月25日(日)
- 各日9:30～12:30 フォローアップ研修
養成講座終了後2年以内にプログラム未実施の方
- 各日13:30～16:30 ステップアップ研修
プログラム実施済で、技能をさらに向上させたい方

定員 各20名 **受講料** 各日3,000円

会場 CFRC事務所（オンライン開催の場合もあり）

寄付をお願いします

CFRCでは、活動に対するご支援を広く募集し、金額の多寡に関わらず寄付・募金を受け入れております。皆様のご協力をお願い致します。

寄付金お振り込み先

・ゆうちょ銀行からのお振込み
記号・番号:00130-4-651522
加入者名:NPO子ども家庭リソースセンター
・ゆうちょ銀行以外からのお振込み
ゆうちょ銀行 支店〇〇八
名義:NPO法人子ども家庭リソースセンター
口座番号:普通6862818



ご寄付御礼(順不同)

松本三喜夫様 落合悦子様 小淵真理子様 渡邊暢子様
木村弘美様 櫃田紋子様

発行日:2025年3月1日

編集・発行:

NPO法人子ども家庭リソースセンター (略称:CFRC)

〒114-0002東京都北区王子2-18-12ドムス王子1階

電話/FAX 03-6755-2855

メール info@kodomokatei.com

HP <http://www.kodomokatei.net/>

アクセス

JR線王子駅 北口改札から徒歩8分

地下鉄南北線王子駅 5番出口から徒歩7分

【編集後記】最強寒波が来ている中、おたよりを編集しています。私の住む北部九州でも、雪が降ったり気温が零下になったり。雪に慣れている地域では信じられないかもしれませんが、3cmでも積雪すれば交通麻痺になります。さて、前号で「印刷版おたよりはこれで最後になる見込み」と書きましたが、印刷版おたよりは年1回発行の運びとなりました。不定期発信のメルマガでイベント等のお知らせをしています。メルマガ登録がまだの方は是非！メルマガでもおたよりでも、引き続きよろしく願いいたします。(SS)