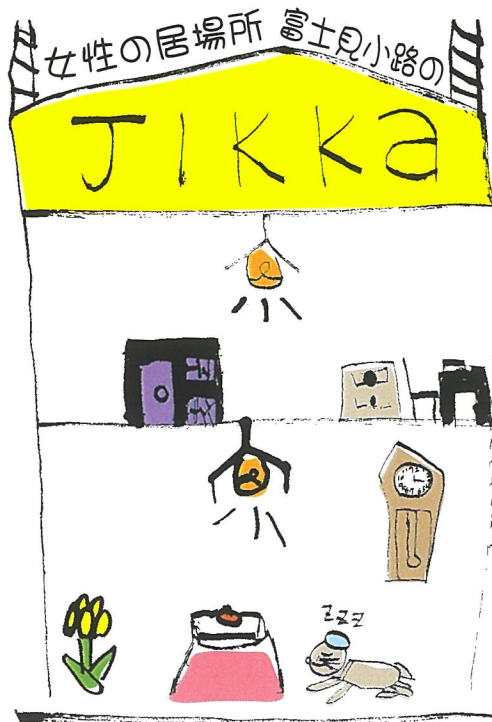


# Jikkaのあゆみ

## 2016年度



NPO 法人くにたち夢ファーム  
Jikkaづくりプロジェクト



## ご挨拶

くにたち夢ファームの立ち上げに際して、女性たちが自分のための人生を自分の手で切り開き、自分らしく生きていくお手伝い出来るなら、と代表をお引き受けしました。夢ファームの活動も2年目となり、くにたちに限らず多くの皆様のお力添えを頂き、さまざまに困難な状況を抱える女性や子どもたちに寄り添い、支援する活動を継続することができています。

この終わりのない活動、切れ目のない支援をこれからも続けていくために、私たちも力を尽くします。この記録集をお読み頂き、更なるご指導とご支援ご協力を、どうぞよろしくお願い申し上げます。

2017年3月

特定非営利活動法人 くにたち夢ファーム  
代表 山本米子

## 発刊にあたって

くにたち夢ファームが「夢」を「形」にして2年目になります。「夢」は誰もが持てるはずのものです。現実にはそれどころではなく日々の暮らしに追われ、いや追われる仕事すらないという女性も多く、職場ではパワハラ、セクハラ、家庭内ではDV、虐待に耐えて生きている女性がなんと多いことか！

私が女性相談の仕事について思ったことはこんなにも多くの女性たちが悩み苦しんでいるのに、誰も手を差し伸べようとしなくて放置されていることでした。特に家庭内のDVや虐待は外には見えないため、被害を受けている女性たちは自分が悪いと思いきまされ酷い暴力を耐え抜いていることでした。男女平等は「絵に書いた餅」を重く実感しました。

更には、様々な理不尽から逃げ出してもその先にいくところがない。住む所も仕事もなく頼る人もなくて、どうやって生きていけばいいのか？ 結局あきらめてそこにいるしかないと思ってしまう厳しい現実。

同じ女性として何かできることはないのか、諦めたり逃げてばかりの人生ではない希望と夢がもてる人生への転換を図れる場がないのか、そう思っているところに同じ思いの女性たちと出会うことができ、場所も見つかり、思い切って「Jikka」を始めました。

いつでもどんなときでも、困ったら助けてといえる場所。旧来の「実家」は家制度に縛られた窮屈なイメージしかないかもしれません。でも実際に女性が本当に困った時に一時でも居場所として実家がある人は救われます。それが理解ある実家なら本当に生き直す支えとなってくれます。でも悪い実家なら無い方がいい。

だから私たちは安心して帰れる、血縁ではない、「女縁」でつながり、いつでもウェルカムだよという場を作りたいと願い「Jikka」をはじめました。

まだまだこれからですが、ここが女性と子どもにとって居心地良く安心して自分を開ける場となり、繋がれる場となるよう、様々な試みにチャレンジをしていきたいと思っています。

私たちはどんなご相談もお聴きします。そして一緒に考えていきます。人はひとりでは生きられません。助けを求めることを諦めないでください。お待ちしております。そして「夢」を「形」にしましょう！

特定非営利活動法人 くにたち夢ファーム  
Jikka 代表 遠藤良子

# 目 次

## ◇助成事業の報告

I	Jikka 入居者へのパーソナルサポート事業	
	(1) 個別支援	3
	(2) 年間を通した日常生活における支援	6
II	緊急に対応が必要な女性への宿泊 / 電話相談事業	
	(1) 緊急宿泊事業	8
	(2) 個別相談	10
	(3) 電話相談	11
III	オープンスペース活用による日替わりカフェ事業	16
	・日替わりオーナーの声 (事例)	18
IV	オープンスペースを活用した講座やイベント事業	
	(1) 講座・イベント	19
	(2) 子どもの朝ごはんワークショップ	24

## ◇参考資料

・報告：「子どもの朝ごはん」実行委員会の活動	25
・報告：市長・担当部署との懇談会	30
・スタッフ・ボランティアから	34
・Jikka 写真と資料 2016～2017	38

# I Jikka 入居者へのパーソナルサポート事業

## ◇事業計画

**目的：**生活困窮女性に対するケア付きアパート Jikka を運営し、前年度よりも多い数の入居者を支援し、入居者に包括的・段階的サポートを実施する体制を確立させる。

パーソナルサポートでは、主に普段の生活上での何気ない触れ合いの中でのカウンセリング、お掃除や買い物などのネグレクトから立ち直る過程でのサポート、また離婚調停やハローワーク、行政手続き等の同行支援などをきめ細かく実施する。

**内容：**従来より行っているケア付きアパート 3 室の継続に加えて、今年度ケア付きアパート 1 室を新たに確保（母子 1 世帯、家賃 4 万 5 千円）。（もう 1 室、協力者宅にある空き室 1 室、家賃 5 万円）

**実施日：**年間通して

**実施回数：**毎日必要に応じて実施

**実施場所：**国立市西 2-11-28 寿荘 2F、およびもう一か所

**対象者・数：**5 世帯、同行サポート件数年間 48 回（月 4 回× 12 か月）

**スタッフ構成：**入居者サポート担当コーディネーター 1 名（ボランティアを加え交代制を採用。最終的には 1 名が本事業運営に責任を持つ）

**弁護士 1 名：**離婚裁判などにおける調停の支援等

## ◇実施状況

### (1) 個別支援

**(事例 1)** 外国人 DV 被害当事者の方の離婚、就労、在留資格取得 のためのアドボケイト

弁護士事務所・裁判所（調停）・大使館・関係所轄・入管手続等…アドボケイト

真面目に働き、生計を立てている A さん。外国籍のために、日本語での手続きの難しさや不安を、スタッフが同行・フォローし、信頼関係を築けている。

離婚や就労問題などが好転していけば、転職や引越しなどの自立の意思があり、故郷に帰る夢も持っている。

### ・サポート活動実施回数

①離婚裁判のため弁護士との打合せに弁護士事務所へ同行 8 回

②離婚裁判のための離婚調停、離婚裁判の裁判所同行 5 回

③パスポート、外国人登録証更新のための大使館、入国管理事務所への同行 3 回

④夫が放置して行方不明になった元済んでいたアパートへ自分の荷物を取りにいく時の同行 1 回

- ⑤就労相談のために市役所の出張ハローワークへの同行 1回
- ⑥生活保護から抜けた直後、皮膚病にかかり国民健康保険未加入だったために、住民票異動し居住地で国民健康保険証発行してもらうために、旧居住地の市役所へ同行 1回
- ⑦国民健康保険証発行のために現居住地市役所へ同行 1回
- ⑧病院に同行 1回
- ⑨近隣の職場に就職するために職場面接に同行 2回
- ⑩市民税申告に現居住地市役所へ同行

#### ・就労の可否

入居時に就職した職場に継続して就労。生活保護も入居から10ヶ月で終了となる。今も最初の職場で就労継続。

#### ・成果

- ・生活保護終了
- ・就労継続
- ・離婚、在留資格等、煩雑且つ過去に引き戻される作業を苦痛を乗り越えて進めることができている。

#### (事例2) DV被害当事者で障害女性の生活保護移管に際してのアドボケイト

ステップハウスの生活も安定し、穏やかに過ごしているBさん。

Jikka イベントにもよく参加している。昨年度の目標「Jikkaの日替わりカフェがオープンしたら、好きな本を読んでコーヒーを飲みたい。ここで手伝いをしながら生活を続けたい」→2016年10月JIKKa Cafeがオープン。読書好きのBさんにCafe本棚の選書をしてもらい、週に一度のカフェお手伝いをしてくれるようになった。お礼の賄いランチとコーヒーで、カフェで過ごす時間が楽しみとなり、目標が実現している。

#### ・サポート活動実施回数

- ①生活保護移管に際して、旧支給自治体担当職員CWと、現支給自治体担当職員CWと、ご本人との面談に同席 2回
- ②ご家族のケア
  - ・ご本人が今後このまま継続して居住することについて、ご家族としてお考えがあるかを確認。治療が安定し生活も安定しているので、今はこのまま居住を継続したいとのこと。了承する。 2回
  - ・実母が病気で動けなくなったため、急遽Jikka関係福祉事業所との連携で実母自宅へヘルパー派遣を行う。 5回

#### ・成果

- ・入所当初から安定した暮らしが継続している。
- ・就労への意欲はまだないが、人と協調し交流することについては本人なりに楽しみにし、役に立つことができる喜びを感じることができている。

**(事例3)** ステップハウスへの転居サポートDV被害当事者母子のアドボケイトシングルマザーCさんが、春から夏にかけて就活し、秋に就職が決まった。それに伴い、自立の第一歩としてサテライト別棟へ2016年10月に引越し。新しい生活をスタートさせる。毎月入居者ミーティングやJikkaイベントには顔を出し、カフェは子どもDちゃんの放課後の居場所となっている。Cさんは、就労が自信に繋がっているが、精神的な落ち込みやその影響が、生活の乱れに表れる場合がある。仕事や子育ての悩みで孤立しないよう、引き続きスタッフが関わり、相談に乗っている。家賃支払いの際、毎月家庭訪問をして、生活の様子や家事のアドバイス等を行なっている。

#### ・サポート活動実施回数

- ①ステップハウス契約時の同行支援 2回
- ②引っ越しのサポート 3回
- ③転居して以降のお子さんのサポート（緊急連絡先、母が留守時の夕食等のサポート） 5回
- ④離婚調停に裁判所へ同行 1回
- ⑤ひとり親ヘルパー派遣制度利用のサポート 20回

#### ・就労の可否

自分で精力的にハローワークに通い、面接も繰り返し、現在契約社員として継続している。その職場で精神的に不安定なときもあるが、その都度相談に来て吐き出し、対策を共に考えることにより辞めずに頑張っている。

#### ・成果

母子ともに地域になじみ、母子ともに地域の人たちとの交流が自発的に出来ている。職場でも同僚との関係を自分なりにできるように努力できている。自分たちの力で問題解決している。別居親との面会交流も1人で抱えずに相談して解決しようとする前向きさは保たれている。

#### **(事例4)** 10代の母（乳児は乳児院）

母子分離で母のみ3月中旬に入所。生活全般のサポートを行っている。精神的に不安な状態。暖かく包み込みながら、且つ適切な距離感をもって見守り、健やかな大人になっていってくれるようサポートしたい。

#### ・サポート活動実施回数

- 通院 深夜ER 1回
- 買い物 必要に応じてその都度
- 食事作り協力 必要に応じてその都度
- 入所してまだ日が浅く結果が出るにはまだまだ時間がかかると思われる。しかし

自己主張できる力はある、それを健全な自己主張としてできるように、考え方や行動を見守り、寛容な心で受け止めていき、成長を助けたい。

## (2) 年間を通した日常生活における支援

ステップハウス入居者さんや短期滞在の宿泊者さんたちのそれぞれの生活を大切にしつつ、1F 和室や Cafe スペースを使って、Jikka スタッフと一緒にイベントの準備や参加、特に時節のイベントは、地域の方や子どもたちと交流を深めた。

月に一回、スタッフと入居者さんで食事当番を決めてお食事会とミーティング、お誕生日会、いろいろなワークショップの開催、外へお出かけなどを実施した。

### 《イベント日誌》

2016 年

- 4 月 1 日 (金) Jikka de お花見 (雨天中止)
- 4 月 2 日 (土) Spring ガレージセール
- 4 月 27 日 (水) ホウ酸団子作りワークショップ
- 5 月 31 日 (火) PC 教室 (受講者全員修了)
- 6 月 11 日 (土) お外でランチ & カラオケ大会
- 6 月 16 ~ フラッグオーナメント製作・布小物作り (ガレージセール出  
28 日 品用)
- 6 月 26 日 (日) オリジナル香水・ポプリづくりワークショップ
- 7 月 2 日 (土) W さんフィリピン母国料理カフェ
- 7 月 21 ~ フェルト連続講座  
12 月 26 日
- 7 月 23 日 (土) Summer ガレージセール
- 8 月 31 日 (水) はたけんぼ de BBQ  
内容：夏の企画「アウトドアで BBQ したい！」と、谷保のはたけんぼをお借りして、Jikka のみんなで、気持ちの良い屋外へ繰り出した。
- 9 月 30 日 (金) JIKKa<sup>(\*)</sup> Cafe プレオープン (※「JIKKa」はカフェ、「Jikka」は事業所名)
- 10 月 2 日 (日) JIKKa Cafe おひろめオープン
- 10 月 30 日 (日) Jikka de ハロウィン
- 11 月 13 日 (日) 西商店会お祭「西の市」参加  
内容：メンチカツ販売と餅つきのお手伝いと参加。
- 12 月 22 日 (木) Jikka de クリスマス

2017 年

- 1 月 15 日 (日) Jikka de 小正月
- 4 月 1 日 (土) Jikka de お花見 (予定)



## 《その他のイベント》

- ・毎月(全12回)入居者&スタッフミーティング。一緒にごはんを作って食べながらミーティング(その時々短期入所者も参加)
- ・誕生月(9・10・11・12月)お誕生日会
- ・子どもの朝ごはん(入居者さんもできる時に手伝いと参加)

(※くわしくは25～29頁報告参照)

7月25日～8月31日	夏休み
12月26日～1月10日	冬休み
3月27日～4月6日	春休み
12月30日、3月23日	お楽しみ会

## 《スタッフ対象企画と実施内容》

- ・毎月(全12回)運営委員会・理事会他、企画会議・編集会議・Cafeプロジェクト会議
- ・毎月(全12回)ケース会議、緊急入所対応の際は、必要に応じて招集。
- ・12月12日 市職員と電話相談ケース会議
- ・毎月2回 支援者講座(講師:遠藤)
- ・12月18日、2017年2月11日 YWCA 支援者研修
- ・2017年1月22日、2月19日・26日 パソコン勉強会
- ・2017年3月12日 NVC 講座「共感的コミュニケーション・ワークショップ」

## II 緊急に対応が必要な女性への宿泊 / 電話相談事業

### ◇計画概要

**目的：**D V被害で緊急に逃げてきた女性などへの短期的な支援として宿泊や相談サービスを提供し、全国広域を対象にした電話相談により潜在的な需要のある女性達への相談支援サービスを提供する。

**内容：**逃げてきた女性などへの宿泊の対応や土日の週末に、D V被害に遭っている女性など生活困窮女性の今後の生活に関わる電話相談や来訪による相談を実施する。この事業はボランティアを活用して行うことで対応する。当該事業は既に当団体の遠藤が個人活動として実施しており、その活動を事業化するもの。需要についてはこれまでの経験から十分見込める予想値を計上している。

**実施日：**年間通して

**実施回数：**毎日必要に応じて実施（年間を通して）

**実施場所：**国立市西 2-11-28 寿荘 2F

**対象者：**宿泊利用者が年間で 12 名（延べ 200 日）、電話相談利用者 150 名

**スタッフ構成：**専従者 3 名、ボランティア 10 名（交代制で個別支援事業・電話相談事業に従事）

**連携団体：**D V支援団体

### ◇実施状況

#### (1) 緊急宿泊事業

**(事例 1)** D V被害当事者の後遺症発症に伴うサポート

##### ・支援に至る状況

自力で離婚し実家で生活。しかし PTSD 発症。様々な不安神経症の強迫症状が出て緊急宿泊。その後入院し治療を受け、2 週間で退院。退院後毎週 1 回自宅訪問し、カウンセリング的相談を行う。徐々に回復し、現在は通常の生活ができるようになっていく。

##### ・サポート活動実施回数

- ①精神科通院同行 2 回
- ②胃腸科通院同行 1 回
- ③歯科同行 2 回
- ④美容院同行 1 回
- ⑤家庭訪問相談 34 回

##### ・成果

不安がおさまり、ようやく普通の生活ができるようになり自分自身の回復に目を

向け始められるようになった。DVトラウマの後遺症は思わないところで現出し本人を苦しめることが顕著になった例。しかし定期的家庭訪問とアドボケイトを中心とした安定したサポートと専門医受診の継続により、早期回復が実現できた。

### (事例2) 子どもからの暴力による避難のサポート

・10/11～11/15

市内から、家族トラブルのため避難宿泊。立川児童相談所と連携。ハローワークで就活、東京都チャレンジネットの審査を通過し、居住者支援を受け退去。

#### ・支援に至る状況

ご本人はDV被害を受けている認識をもちにくく、保護者としてのプレッシャーから家を離れがたかったが、子どもの暴力が激しく支援を求めて相談があった。

#### ・サポート活動実施回数

①居住支援→福祉総合相談→「住居確保給付金」の対象  
就労支援→ハローワーク

子どもの件を他機関と連携→児童相談所

②ご本人が動ける方なので同行は1回のみだが、毎日相談時間を設けて安全確保の聞き取り、確認と次の生活再建のためのアドバイスをを行った。

#### ・成果

1ヶ月程滞在し、市外に新たな住居を見つけて引っ越し、就職もできた。  
その後も子どもとの連絡方法等について相談が時々ある。

### (事例3) DV被害者だが実家に帰る予定のため婦人相談所に入所できない

・12/28～1/4

他県からDV被害により緊急避難。年が明けて他県へ繋ぐ。他県の所管部署へ引き継ぐまで、アドボケイト。

#### ・支援に至る状況

年末年始にかかる2月28日に緊急保護を求めてA市配偶者暴力相談支援センターに来所したEさんの避難先がないとの相談があった。緊急入所を即決定し支援を開始。

#### ・サポート活動実施回数

①配偶者暴力相談支援センター職員が途中駅まで送ってきて引き継ぎ、そこでアドボケイト開始。

②12月28日入所→1月4日退所：この間、買い物等の同行 3回  
実家電話連絡、相談等の介入 3回

③警察署への連絡 1回

④1月4日実家へ、相談員が同行。到着したその足で待機していた家族と一緒に、当該警察署、区役所DV担当、へ同行。諸注意を受けて実家へ、相談員は日帰り。

#### ・成果

- ・年末年始公的機関が休みの間の緊急支援ができた。
- ・実家に帰るといふDV避難としてはイレギュラーだが、本人の固い意思を尊重する支援を安全に行うことができた。
- ・同行し、家族に会い、警察署、区役所DV担当へ同行して話を聞くことで家族もDV避難が危険を伴うことを認識した。
- ・本人は現在離婚調停申し立てをし、就労のために就労支援を受けていると報告があった。

#### (事例4) 外国人で急に解雇になり社宅を追い出され行き場のない方

- ・1/17～2/28

就労トラブルにより、強制送還を余儀なくされ、仕事も住む場所も困難になった。会社との裁判の間、就活や弁護士事務所通いのため、短期入居。経済的理由により宿泊費考慮。

#### ・サポート活動実施回数

- ①ビザが切れるからと急に解雇を言い渡され、社員寮も追い出され住む所がないということで緊急入所。18日間滞在。
- ②弁護士相談：不当解雇についてとビザ更新について 1回同行他アドバイス

#### ・成果

弁護士相談である程度先の目処が立ったので、友人宅に同居させてもらえることとなり退所。

#### (事例5) DV家庭の母子の正月宿泊

- ・母娘1/2～3

発達しょうがいを持つ母と子の息抜き・団欒のためのお泊まり会を実施。

#### ・サポート活動実施回数

- ①父親に精神疾患があり不安定な家庭生活を送っており、年末年始は小学生の男児と母は息詰まる思いになる。帰る実家もない。そこで母子で1泊し楽しい時間を過ごすために宿泊。スタッフや入居者とその子どもと一緒に買い物、食事、ゲーム、日帰り温泉と楽しく過ごした。
- ②行き帰りの送迎

#### ・成果

一緒に過ごした人たち全員に、男児は丁寧な感謝の手紙を書いてくれた。

#### (事例6) 軽度知的しょうがい女性。家族とのトラブル回避のため、ショートステイ利用不可の時に宿泊

- ・9/18から1～4日短期宿泊。その後12・1・3月、現在まで不定期利用。

## (2) 個別相談

(事例) 両親と民間児童矯正施設と両方からの虐待を受け、弁護士を通して保護の依頼があった20代女性

当団体が支援し転居。3年目にして生活保護終了、正職員として就労したが職場の上司のパワハラで退社。その後関連会社に再就職し継続している。

#### ・サポート活動実施回数

①毎月1回程度の面談と折々困難なことに会う度に相談にのる。

②生活保護終了手続きの遅延が市役所事例ワーカーから報告あり助言して手続き完了。

#### ・成果

一定の距離を保ちながら、長い目で見ていつでも相談できる信頼関係を作る中で、生活保護から脱出した。

### (3) 電話相談

Jikkaで行っている電話相談の実績（国立市夜間休日電話相談プレゼン資料参照）をもとに、2016年10月から国立市夜間休日女性電話相談を受託した。

これは当初予想したDV被害者の緊急相談窓口の機能よりも「女性専用いのちの電話」のようなニーズが殆どをしめ、精神疾患の方、依存症の方、の悩みや主婦の家族問題で眠れない等の話し相手を求める電話が多く、具体的解決を図るためとか行政につなぐためというよりも傾聴を主とする電話が大半を占めている。

また、こうした電話が「よりそいホットライン」と「いのちの電話」くらいしかないため、全国からインターネットで調べてかかってくる。これも予想外であった。国立市・子育て支援課 ひとり親・女性支援係との連携で行う事業だが、3月10日現在で228件（38件/月）の電話相談がある。

この中で国立市につないで対応したのは数件であり、市の事業としてもこの状況をどのように捉え位置づけるかが課題となっている。

当団体としては広域連携の緊急宿泊や入居も当然のことと考えるが、地方自治体の事業として行政はどう考えるのかは行政側の課題でもある。共同で検討していきたい。

#### 参考：国立市夜間・休日電話相談事業業務委託企画提案プレゼン資料（抜粋）

##### ◇電話相談の実績

NPO法人くにたち夢ファームとして電話相談専用電話の開設は、草の根市民基金・ぐらん2015年度助成金を得て行った。それ以前にもJikka開設前からさまざまな相談を電話によって受けてきたが、そのニーズの多さ、頻度から、もっと広く多くの女性たちが電話による相談を求めていることを確信し開設を決めた。

ここでは、6月16日の専用電話開設後の実績を報告する。

電話相談日は毎月第3、第4木曜日の13:00～17:00としている。

1日2件～4件かかってくる。

その主な内容は、

#### ・DV被害当事者のPTSD

自力でDVから脱出したが、その後PTSDが発症し一人でいられない。一人だと不安で怖くなり死にたくなる。生きている意味がない。精神科に通院し服薬もしているが、一時は不安が緩和してもその後またすぐ不安になる。頓服ももらっているがそんなに沢山は飲めないし薬に依存するようになるかと思うと飲むのもためらう。どうしたらいいのか。

#### ・虐待とDV被害当事者

親からの虐待を逃れて恋人の家を頼って家を出たがその男性がDV。結婚するといってたのに結婚もしてくれず自分で働いて自立するように言われお金がないので夜の仕事について稼いでいる。恋人の暴力は怖いし痛いけど他に誰も頼る人がいないし、面倒見てくれることもあるので別れたくない。でも騙されている気がして女性センターに相談に行ったがシェルターに入って恋人と別れなさいと言われるだけで他には何もしてもらえない。自分はどうしたらいいのか。

#### ・子の連れ去り

夫が子どもを連れて突然家を出てどこにいるか分からなくなった。子どもに会うこともできず安否確認もできない。DV夫だったが子どものために耐えて暮らしてきたのに、生きがいだった子どもを取られ挙句に離婚を迫られている。調停で子どもには面会交流で月に1回だけ会えるようになったが、子どもは夫に洗脳されていて、母親とは一緒に住めないという。絶望的になっている。死にたいと思ってしまう。

#### ・しょうがい児の母

夫と子どもが2人いるが2人とも発達しょうがい育てるのが大変だった。上の子はどうか成人して自立したが、下の子は家庭内暴力が激しく押さえがきかない。子どもが暴れても夫は何もせず逃げってしまう。母親の育て方が悪いからだといって私を責めるだけ。夫は借金癖があり、その借金の返済を私がしてきたがもう立ちいかない。離婚しようかと思うが、2人の子どもに何かあった時に自分だけで対処できるか不安で離婚に踏み切れない。どうしたら良いのか。

#### ・家庭内別居から急に離婚へ

軽度の発達しょうがいと思われる妻が、25年間夫や義父母に虐められ、ここ10年間は家庭内別居してきた。生活費だけは何とか暮らせる金額を毎月もらっていたが、それが急に先月からいきなり3分に1以下になって出て行けといわれている。義父が先月亡くなって家を売るつもりなのかもしれない。でも自分もっている蓄えは家を借りたらなくなってしまいうらいしかない。なので出ていけないといったら離婚調停を申し立てられた。どう対応したら良いか混乱して分から

ない。助けてほしい。

・外国人の夫からの精神的 DV で急に離婚を言い渡された。

結婚当初から夫の挙動がおかしいと思ってきたが、どうもアスペルガーではないかと思う。しかし本人は全くその自覚はなく気に入らないと怒鳴りまくらして私がいさめるともっと激しい口調になり怖いので我慢している内に私が顔面神経麻痺になり通院してもよくなる。そこで別居のために自分だけ日本の実家に帰ってきている。医師からは離婚をすすめられそれも考え始めたが妊娠していた。一人で子どもを育てられる自信がない。それに父親がアスペルガーだと子どもにも遺伝するときにきたことがあり、なおさら不安になる。産むべきか否かで悩んでいるうちに夫から離婚を言い渡された。混乱してどうしていいかわからない。相談できる人がいない。

・自力で DV 夫から逃れたが住む所がない。

友人宅に一時避難したがいつまでも世話になっていられない。住むところが欲しい。友人宅のある市町村の婦人相談員にはシェルターをすすめられたが、シェルターは制約が多いの入りたくない。自分でアパートを借りて暮らしたい。夫の追及もある。しかしアパートを借りたら持ち金がなくなる、どうしたらいいのだろう。

これらの方々はずべて、6月開設以降、おひとり10回以上はかけてきている。中には5分間無料の電話で5分話しては切って、また5分話しては切って、を10数回繰り返す方もいた。それを1日2～3回かけて来られたこともある。

以上、これが全てではないが主なる相談内容を記した。これは日中の電話相談なので緊急性や危険性があるケースはまだかかってきていない（概ね加害者がいない時間にかかってくる）。従って即警察や救急車の手配が必要というケースはまだない。しかし相談者にとってはたまらなく不安でじっとしていられなかったり自殺念慮に苦しんだり、とその不安感と孤立感に緊急性危険性がないとはいえない。

電話相談の良いところはそういう時に、動かずとも相談ができて聴いてもらい話すうちに落ち着いてどうにか自分で対処できるようになるということである。また加害者や子ども・家族がいない時間に、これからのことを一緒に考えてもらうことができるということがある。従って、1件1時間以上かかることが多い。それ以上になる時には、「この電話を他の方も待っているかもしれないのもっとお話しになりたいならお会いしませんか？」と面接相談をすすめる。それで面接相談の約束となることも多い。またそれで終わる場合もあるし、しばらくしてまたかかってくる時もある。

特に日中の電話相談は即行動につながるというより、頻回者と言われる方々が、なかなか自分の行く末を決められず、しかしもんもんとし悩み苦しむ時に、頼るものを求めてかけてくることが多い。従ってかなりメンタルケア的な精神的サポートが求められる傾向にあるが、その場合でも傾聴的な受け身の相談にとどまらず、DV・虐待からの脱出とその後の自立のために支援制度やDV防止法等諸制度諸施策等があり、脱出は可能であることと、その後の自立支援もあることの提供や心理教育がとて

も重要になってくる。そういう意味では、DV や虐待から脱出する助走としての意味は大きく、頻回者だからと軽視せず、丁寧に対応し続けることによって、いずれの日にか決断し脱出し自立できることは少なくない。

### ◇電話相談の重要性

こうした支援は入居者にかぎらず、というよりむしろそういう状況にない「自立」して頑張っている女性たちこそが必要としていることと思われる。遠藤のもとには Jikka 開設前から、さまざまな女性からの相談が寄せられている。それが Jikka 開設を導いたともいえる。

それらは殆どが、孤立感、孤独感、怯え、恐怖、不安、自殺願望等、少し間違えば命に関わるような相談が多い。日中は相談するところもあり、なんとなくざわざわする中であることができるが、夜になるとシーンと静まり返り誰にも電話もできる時間ではないし、睡眠薬を飲んでもボーッとするだけで眠れずかえって不安になり、命の電話に相談してもなかなかつながらない、等で結局一睡もできず朝を迎え、重い身体と暗い気持ちで翌朝を迎え、そんな日が続くと生きていく意味がわからなくなり死んでしまいたくなるというのは特別なことではない。また休日になると、世の中はファミリーイベントや、カップルの姿が町中にあふれ、見るもの聞くもの全てが自分からは遠いものと感じ、余計孤立感にさいなまれる。なんで自分だけがこんな思いでいなくてはならないのかと、孤立感と寂寥感は深まるばかりで生きていく意味を失っていく。

これらの原因が DV であるか否かを問わず、女性がひとりぼっちだと感じた時や混乱して自傷他害の恐れがある時に相談できる場所があることが命の危機から脱出する一助になることは間違いない。ちょっとでも誰かと言葉を交わし「寂しい、苦しい」といえると、それだけでも気持ちはかわることがある。電話相談は特に人と会って話すことがこわい、対人恐怖がある方やパニックしょうがいのある方にはとても有効であるし、他機関（警察や救急車の手配等）につなぐこともできる。

このような電話は1週間に2～3回程度はかかってくる。

### ◇DV 被害が起きている現場からの相談電話への対応

これは文字どおり命の危険から身を守ることを最優先した支援となる。電話があったらすぐに、今どこに、そこは安全な場所か否かを確認し、すぐに110番し警察の援助を求めることをすすめる。

しかし「えっ！警察ですか?!」と驚き躊躇する場合もある。そういう時には、今いるところが安全かどうか（夫に捕まらない所にいるかどうか）を確認し、迎えに行く。もしくは今いる場所を聞きタクシーを見つけることができそうなら、待ち合わせ場所を決めて待ち合わせる。

その後 Jikka にお連れしゆっくり話を聴き、まずは休んでいただき、スタッフが一緒に宿泊する。翌日、これからどうしたいと思っているか聴き、課題を整理し、その



方の意思にできるだけ沿う支援をともに考える。

これに近いケースが Jikka で 1 件あった。自力で脱出し友人宅に避難しているが、いつまでもいられないし、夫からの追求も続いている、どうして良いか分からない。避難先友人の居住地の DV 相談（婦人相談員）は受けていて、シェルターまたは母子生活支援施設入所をすすめられているが、制約の多いシェルターや母子生活支援施設には入りたくないの、他に方法がないか。ケア付きアパートがあいていたら入りたい。ということであった。まさにこの日は休日。この方は 1 泊し、その間に相談を受け、選択肢はあるが今最も大切なのは母子ともに身の安全なので、母子生活支援施設は安全確保と今後の自立のためにも良いと思う、もう一度婦人相談員とよく話してみるようアドバイス。そのその方は後婦人相談員と再度相談し、母子生活支援施設に入所となった。入所後「良かった！」とメールがあった。

#### ◇夜間・休日の電話相談の特徴

上記のようなケースや、被害現場から即救出したケースは、Jikka 創設前に、遠藤個人が支援してシェルターに繋いだケースはいくつかあるが、数としては多くはない。年に 1～2 回程度である。それより圧倒的に多いのは、自力での DV 脱出後落ち着いた後に何かをきっかけにして PTSD 的発症している方、ひとりではいられない、ふるえる、眠れない、パニックになっている、寂しい等の発症時の電話相談が多い。これは 1 回ですまないで、援助方針として治療をしっかりと行うための通院のすすめと、不安時の電話やメールでの相談をいつでも受けるという約束が大切である。それでもやはり 1 日数回かかってくるということが多い。

以上のように、電話相談といっても、急性期、中間的時期、長期に渡る場合、とその内容はそれぞれの段階で支援内容が違ってくる。

相談者に応じて、アセスメントと対応を誤らないように留意している。

#### ◇業務体制（部分）

体制としては夜間・休日の電話相談は基本的には主たる相談員がその間、携帯電話を常時携帯し対応する。

主たる相談員が何らかの事情で従事できない場合は従たる相談員がそれに当たる。電話相談だけですむ場合には、それでよいが、緊急で危険が伴うと思われるにも係わらず、警察を利用しようとする相談者の場合の対応は、他の Jikka スタッフも含め支援方針を決め、相談者の安全確保を第一に支援に入る。

主たる相談員 1 名

従たる相談員 5 名

## Ⅲ オープンスペース活用による日替わりカフェ事業

### ◇計画概要

**目的：**Jikka 入居者への包括的・段階的サポートとして中間就労を支援すること、入居者以外の生活困窮女性の間接就労を支援することが主たる目的であるが、それに加えて、生活困窮女性を支援する側の能力向上、および多世代の交流や地域との連携強化を副次的な目的とする。

日替わりカフェを Jikka の 1 階のオープンスペースで開始する。

エスニック Café、LGBT レインボー Café など、特色あるテーマでの日替わりカフェの運営をする。

Jikka 入居者（ボランティア参加）および入居者以外の生活困窮女性が、企画者、料理人、店員など「カフェ従事者」として中間就労する。またカフェ従事者における企画者、料理人、店員などには、地域の女性の参加も募る。

4～9月 はカフェの事業立上げ期間として就労訓練などに重点を置く。10月 からカフェを本格オープンする。顧客当たりの販売単価は 500 円で 1 日 10 人を見込む。材料など食材費は 1 人 100 円が目標。粗利益 400 円は入居者以外のカフェ従事者に給与として支払い、モチベーション向上に繋げる。

**実施日：**年間通して

**実施回数：**カフェ年間営業日数 130 日（毎週 5 日× 26 週（6 か月））

**実施場所：**国立市西 2-11-28 寿荘 1F

**対象者・数：**カフェ従事者年間延べ 180 名、来店者 1,300 名

**スタッフ構成：**カフェ運営のコンサルタント 1 名（カフェ運営経験のある人）を軸に事業立上げに向けた各種作業を行う。

オープン後の運営は、パーソナルサポートのコーディネーターとオープンスペースコーディネーターのモニタリングの基で、Jikka 居住者以外の DV 被害当事者サバイバーや近隣の高齢者が集客と店舗運営を務める。

### ◇実施状況

#### 日替わりカフェ —カフェという場づくり—

川島エリザベス

「フロア部分をカフェにしたいの。」

今考えればなんて漠然としたオーダーで始まったのだろう、あまり深く考えずによく引き受けたと思います。

話し合いのなかで

- ・日替わりオーナー制のカフェ
- ・地域に開かれた場所にする事によって当事者が孤立しない場づくり
- ・人の垣根を作ることで当事者を守る

- ・当事者の就労支援の場所にする
- ・家賃分くらいはスペースレンタル料で賄う

といった大まかな流れができていきました。また、

- ・ゆっくり本が読めるカフェ
- ・上映会を開く
- ・ワークショップの開催
- ・車イス用のトイレ設置
- ・赤いソファのあるカフェ

と、それぞれの思いを聞きながら、できる限り皆の思いに寄り添えるカフェを目指しました。

とにかく低予算でしたので、ほとんど手作り。床貼り・壁塗り・カウンターからテーブル、イスに至るまでワークショップを開いての完成。

赤いソファは実現しませんでした。なんとか10月2日オープン。

場所が整うだけではオープンしても運営できません。

沢山の方に支えていただき、オーナーさんも増えて、週に5日はオープン出来るようになりました。

毎週 火曜日 カフェクリスピー

毎週 水曜日 いでまい食堂 / 猫のあんこ喫茶店

毎週 木曜日 ジッカ直営

毎週 金曜日 オムライス屋さん

毎週 土曜日 マルシェ (5?8 店舗)

毎月第2月曜日 よしベジ料理教室

隔月第3月曜日 エイトバーチャー

隔月第2木曜日 お魚料理かっか屋

ファシリテーション講座

くにたちの歴史を感じるおふるまい

くにたちの春の野草料理 ws

手作り革靴の実演と足の計測会

漠然としたスタートでしたが不思議なことに、関わってくださる方もDVサバイバー・LGBT当事者・孤独感に悩む高齢者、それぞれに問題を抱えている。また、カフェにいらっしゃるお客様も認知症や鬱やパニック症候群に悩んでいる方、お金がなくて困っている方などそれぞれに課題があります。

オープンしてたった半年だけど、ああ、なんかもうみんなおたがいさまに当事者だなあとしみじみ感じます。

なにより入居者の方がカフェの手伝いをしてくれたりまかないを食べておいしいと言ってくださることや、お漬物作りに巻き込んで何気なく地域に溶け込んでいることこそが、カフェをやって良かったと実感できました。

## 『日替わりオーナーの声』

### (事例)「レインボーカフェ・エイトバーチャー」

#### ①なぜレインボーカフェを始めたのか。

私たち LGBT と呼ばれるセクシャルマイノリティが集う場所が 23 区内・新宿 2 丁目等の華やかな場所にしかなく、バーやスナックが基本です。しかし中にはお酒が飲めない人もいますし、飲食代が高かったりするので継続して通うのは難しいように感じます。

カフェを開くというパートナーと自分の夢とセクシャリティをミックスして、レインボーカフェにしようと決めました。地域に根付き、老若男女集い・語らうことができる・自分を偽らなくていい場所・美味しいご飯とコーヒーが飲める場所になるように願いを込めてオープンしました。

#### ②やってみてわかったこと。

カフェが自分らしくいられる場所だと言ってくださったお客様がいらっしゃったり、人のあたたかさを感じ、集う人たちの楽しい笑い声や笑顔、初対面の人でも溶け込めるような雰囲気のステキなカフェになりましたが、「レインボーカフェ」と銘打った事により、当事者の中でも敷居が高いと感じたり、自分のセクシャリティをカミングアウトしなければならないのでは？ といった危惧や不安を抱かせるようなカタチになってしまい、行きたいけど行けない仲間もいて、課題も見えてきました。

#### ③これから

また機会があれば、レインボーの言葉は使わず、ダイバーシティカフェやカラフルカフェ等に名前を変更することで、セクシャリティに関係なく、さまざまな世代が交流できる空間にしたいです。

## IV オープンスペースを活用した講座やイベント事業

### ◇計画概要

**目的：**Jikka 入居者、入居者以外の生活困窮女性、生活困窮女性を支援する者それぞれの能力を向上させ、世代間交流や地域との連携を強化する。

**内容：**Jikka の 1 階のオープンスペースを用いて、従来より行っている各講座やイベントを継続し、新たなテーマの講座・イベントを実施する。

#### 〈従来からの活動継続〉

- ・パソコン講座
- ・自己尊重ワークショップ
- ・支援者養成講座（電話相談を含む）、など

#### 〈新規活動〉

- ・小規模自営業の経営講座、金融教育講座
- ・子どもの朝ごはんワークショップ
- ・子どもの寺子屋事業、子どもの PC 教室、など

寺子屋では音楽や歌、アート、昔のあそび（あやとり、お手玉など）で感性を育てる場づくりとする。また PC 教室ではパソコンに慣れていない子どもを対象にして講習会を開く。

**実施日：**1 年

**実施回数：**52 回（講習会、寺子屋、PC 授業など。有識者 5 回、ボランティア講師 47 回）  
130 日（子どもの朝ごはん、毎週 5 日×26 週（10 月～3 月））※数値は目途値

**実施場所：**国立市西 2-11-28 寿荘 1F

**対象者・数：**参加者 260 名 ※数値は目途値

**スタッフ構成：**Jikka オープンスペース担当コーディネーター 1 名が講習会などを企画。実際の運営の際にも講師をサポートする。

### ◇実施状況

#### (1) 講座・イベント

##### 1 パソコン講座

**開催日：**2016/4/ 5, 4/12, 4/19, 4/26, 5/10, 5/17, 5/24, 5/31, 6/7, 6/21

**参加者：**4 人

**内容：**初級ワード、エクセル

**実施状況：**就労につなげるための基本となるワード及びエクセルの入力を、アドレス国立パソコンスクールの岸岡先生の指導で開催した。4 人の参加者のうち 2 人が修了証を授与された。残りの 2 人のうち 1 人は途中参加であり、経済的な理由

で有料の講座は受けることができなかった。残り1人はフォトショップやイラストレーターにより関心を持っていたことや、就労が決まり、時間が合わせにくくなったこともあり、出席が少なかった。

**気づいたこと・今後の課題：**就労のためにパソコンを習いたいという差し迫った希望がある人を対象にして開催するために、どのように人集めをすればよいか今後の課題である。また、無料で開催する形がJikkaの講座としての使命を果たす形だとの認識を新たにした。

**その他：**有識者講師をお願いして実施するにはかなりの予算が必要であり、ボランティア講師で開催できる内容を模索する必要がある。

## 2 イベント・ハウ酸団子をつくろう！

**開催日：**2016/4/27 午後3:00～5:00

**参加者：**入居者4人、スタッフ2人

**内容：**ゴキブリ駆除用のハウ酸団子を極力安全な方法で製作

**製作方法：**玉ねぎ、ハウ酸、牛乳、砂糖、小麦粉をこねて直径2～3ミリの団子にし、2～3日乾燥させる。

**実施状況：**和気あいあいと、みんなでおしゃべりしながらハウ酸団子を作った。みな手際が良く、時間も早く終わった。作ったものを1階の各所に置き、残りをみんなで分け合った。

**気づいたこと・今後の課題：**毎年恒例の行事にして良いのではないか。

**その他：**ハウ酸400円のみ購入で、あとは持ち寄りの材料で作ることができた。

## 3 オリジナル香水&ポプリづくりワークショップ

**開催日：**2016/6/26

**内容：**Jikka入居者さんとスタッフ対象

アロマ調香師さんから教わり、その時の気分や体調に合わせて、自分だけのお気に入りの香りを見つけて調合した。アロマ調香師さんから教わり、気分や体調に合わせて、自分だけのお気に入りの香りを見つけて調合した。

**実施状況：**たくさんの種類のアロマ原液の中から、人には必ず「好き・良い」と「嫌い・悪い」と感じる香りがあり、それぞれの感覚を頼りに、ぴったりくるベースのアロマをまず選び、小瓶に分量を調節して入れていく。そして2番目に好きな香りと、3番目に好きな香りを選んで、好きな順に3:2:1の割合で、少しずつ加えていく。時間が経つとまた香りが変わる。肌につけて確かめる。

ポプリも同様、ベースのドライフラワーから好きな香りと分量を調節して、アロマ原液を垂らし、そっと混ぜて、オーガンジーの小袋に詰める。

**気づいたこと・今後の課題：**入居者さんたちのヒーリングのために、香りのワークショップの提案があり、アロマ調香師の方にお問い合わせし大好評だった。本当にそれ

ぞれ香りの好みが違う、ブレンドでまた変わり、参加者が嗅ぎ比べし合いながら楽しんだ。オリジナルの香りを自分で作る充実感と、部屋中に良い香りの広がる癒しのWSであった。

#### 4 1day フィリピン母国料理カフェ

開催日：2016/7/2

参加者：カフェスタッフ 8 人、お客様 20 名

内容：母国料理が得意な、フィリピン女性の入居者さんがシェフになり、1day カフェをオープン。Jikka スタッフがサポートし、お客様として、近隣・地域の方に来ていただいた。アドボ（豚の煮込み）やお粥、プリンなど大好評だった。

実施状況：「フィリピン母国料理をたくさんの人に食べてもらいたい」と入居者さんが希望した企画。なるべく本格的にと、材料・スパイスすべて本場に近づけた仕入れリストで買い物。メニューを考え、シェフは 2 日前から仕込み始め、スタッフはチラシを作って配り、まだ Cafe がオープンする前のフロアスペースを工夫して、客席をセッティングした。

気づいたこと・今後の課題：「みんなに母国料理を食べさせたい」という入居者さんの想いを、スタッフで協力して実現し、お客様がたくさん見え「美味しい」と喜んでくださり大成功だった。1day シェフの入居者さんとは、仕入れ値などで意見の違いもあったが、おもてなしの気持ちが強いことを理解し、ご本人の充実感に繋がった。今後の開催時は、収支バランスを考えて、赤字にならずに美味しいお料理の提供や、自然な接客のアドバイスができれば良いと思った。

#### 5 フェルト講座

開催日：2016/7/21, 7/26, 7/28, 8/2, 8/4, 8/9, 8/11, 8/16, 8/18, 8/23, 8/25, 8/30, 9/1, 9/8, 9/15, 9/22, 9/29, 10/6, 10/13, 10/20, 10/27, 11/3, 11/10, 11/17, 11/23, 11/30, 12/8, 12/15, 12/19, 12/26

参加者：延べ約 120 人（平均 各回 4 人）

内容：講師の指導で、フェルト球を作り、それを翌週加工してブローチやチャームを作ったり、フェルト布に羊毛を刺していつて絵に仕上げたり、フェルト布を羊毛を使って作ったり、置物を作ったりした。

実施状況：未就学児から大人まで参加者それぞれの創作意欲を生かした作品を仕上げながら、モノづくりの楽しさを味わった。参加者は作品に仕上がった達成感も十分に味わったと見えた。

気づいたこと・今後の課題：先生のご都合で 12 月で終了したことが残念である。用具や材料をそろえれば、子どもと大人がともに楽しめるワークショップに適していると思われた。

その他：用具と材料で 2 万円くらいは教材費が必要である。

## 6 ガレージセール

開催日時：2016/4/2, 7/23 各 10:00～17:00

参加者：入居者4人、スタッフ8人、その他2人

内容：入居者Dちゃんが実行委員長として企画・宣伝・準備、大人がお手伝い。自宅で使用しなくなった物、未使用品（夏物衣服、食器、本、玩具、雑貨）等を格安で販売。

実施状況：1回目の開催は多くのお客様が来て下さり、売り上げも予想以上であった。2回目は、前回よりもお客様は少なかったが、手作りの草木染ストールや蒸しケーキも店頭に並び、和やかな雰囲気となった。

気づいたこと・今後の課題：入居者各自の仕事、生活リズムが形成されており、準備や宣伝等に時間をかけることが困難となり、特に2回目は近隣住民への事前PR不足と感じた。また、Jikkaを知らない方、通行人等が気軽に立ち寄っていただけの雰囲気づくりを検討する必要があると感じた。

## 7 子ども朝ごはん（夏休み）打ち上げパーティー

開催日時：2016/9/13 19:00～21:00

参加者：大人15人

内容：パーティーの前に反省会を行った。／お料理とともに交流を楽しんだ。

実施状況：夏休みに子どもの朝ごはんに関わったメンバーが集まり、互いの労をねぎらって、持ち寄りのお料理やお願いして作っていただいた料理をいただき、交流した。

気づいたこと・今後の課題：今後も続けていきたいという思いを皆で共有できた。

## 8 Jikka de ハロウィン

開催日：2016/10/30

参加者：子ども6人、大人6人

内容：・工作WS（ハロウィン仮装帽子作り、紙袋でおぼけランタン作り）

- ・お菓子、食べ物（パンケーキタワー、おぼけ焼きマッシュマロ、ポップコーン、ジュースバー、チキンバスケット、フライドポテト）
- ・仮装とお菓子集め“Trick or Treat!”
- ・上映会「ナイトメア・ビフォア・クリスマス」

実施状況：参加した子どもたちは、思い思いの仮装をし、ランタン作りも上手にできた。パンケーキタワーにハラハラドキドキ、Trick or Treatゲームでお菓子集めが一番盛り上がった。後半は、ちよっぴり怖い映画に集中して鑑賞し、ハロウィンイベントとしては成功だった。

気づいたこと・今後の課題：チラシを撒く期間が少なく、他所で同時にイベントがあったため、参加者が少なかったことが反省点である。

車イスのお客さまがいらっしゃり、子どもたちが自然と手伝い、交流していたこ



とが印象的だった。また Cafe へお越しの大人・一般のお客さまからは、カンパをいただいた。

## 9 クリスマスパティー

開催日時：2016/12/22 午後4：00～8：00

参加者：大人13人、子ども6人

内容：・子どもワークショップ（クリスマスケーキ作り）

- ・絵本の読み聞かせ
- ・クリスマスのお料理をいただく
- ・映画の上映

実施状況：子どもの参加者が少なかったが、近隣の親子連れが2組参加してくださった。小笠原さんの絵本の読み聞かせはとても雰囲気良くて、子どもたちが絵本の世界に引き込まれる姿を見ることができた。

ボランティアスタッフ手作りの沢山の可愛いお料理が並び、感激でした。

気づいたこと・今後の課題：子どもたちや地域の人々の参加をもう少し増やしたいと感じた。またスタッフも入居者も全員が集まる機会にしたいと思う。

## 10 小正月イベント

開催日時：2017/1/15 午後1：00～3：00

参加者：大人6人、子ども3人

内容：書初め…自分の好きな言葉を書く／お汁粉をいただく

実施状況：参加者は少なかったが、みんな自分の書きたい言葉を自分流に表現する習字を楽しむことができた。Fさんにつくっていただいたお汁粉もおいしくいただいた。

気づいたこと・今後の課題：新年会として、昨年のように餅つきができると、人の集まり方もまた違うと感じた。来年どのような新年会を企画するかみんなの知恵を出し合わなくてはならないと思う。クリスマス同様広報が足りないことも改善策を講じなくてはならない。

## 11 パソコン勉強会

開催日：2017/1/22, 2/19, 2/26

参加者：スタッフ6人

- 内容：1 パソコンの構造を知る
- 2 絶対にやってはいけないことを知る
  - 3 データ保存の基本を理解する

実施状況：パソコン技術者のボランティア講師に、3回にわたりパソコンの扱い方の講義を受けた。大事なことでもなかなか知る機会のない内容を教えていただき、皆が Jikka のパソコンを共通理解の上で使用することができるようになったこと

は、操作上の安全にもつながったと思われる。

気づいたこと・今後の課題：このボランティア講師の方には、今後とも Jikka のパソコンアドバイザーとして御助力を頂きたい。また、パソコンを使っていて困ったことなどを教えていただく会を、時期を見て開催した方が良いのではないか。

## 12 NVC 講座 ー共感的コミュニケーション・ワークショップー

開催日時：2017/3/12 10:00～12:00、13:00～15:00

参加者：10人

内容：相手の話を共感的コミュニケーションの手法で聞く、互いに聴きあう体験ワークと、その際自分の相手にとってのニーズを考え、それに合うカードを選ぶ。そして、湧き上がる思いを共有する。

実施状況：休憩を入れても前半・後半計4時間の長丁場だったが、皆集中して取り組んでいた。体験的ワークは自分の気持ちの上で発見や変化が起こり、面白いと思う。

気づいたこと・今後の課題：導入的ワークショップだったが、奥が深いので、駆け足となってしまった。講師はもっとじっくり向かい合う時間を持ってほしいとフォローアップの時間を提案している。費用は心配しないでとのこと。

### (2) 子どもの朝ごはんワークショップ（※次頁～報告参照）

国立市2016年度「子ども居場所づくり事業補助金」35万円も得て、子どもに食べさせたい朝ごはんをワークショップ形式で提供した。まず夏休み「子どもの朝ごはん」を、2016年7月25日から夏休み最終日まで、朝に実施。入居者たちに料理を伝授しながら子どもに朝ごはんを提供した。実行委員会を立ち上げて行った結果、主催側も利用側もより広範な方々にこのイベントを浸透させることができた。

夏の「朝ごはん」が多くの方の協力も得ることができ、予想を超える成果があり、また要望も寄せられたので、冬休み、春休みにも「子どもの朝ごはん」ワークショップを開催した。

期間： a. 夏休み（2016年7月25日～8月31日）  
b. 冬休み（2016年12月26日～2017年1月10日） 10回  
c. 春休み（2017年3月27日～4月6日） 9回

提供した食事内容：ご飯、味噌汁、お惣菜、ふりかけ

対象：子ども、保護者

スタッフ登録：53人

## 報告：「子どもの朝ごはん」実行委員会の活動

### (1) 夏休み子どもの朝ごはん

#### ◇趣旨（国立市 2016 年度「子ども居場所事業補助金」申請書から）

夏休み期間中は、学校が休みの為、給食がない。そのために、保護者が仕事で在宅しない場合、食事が疎かになると思われる。特に、保護者が仕事で長時間いない場合などは、子どもの食事に手間暇をかけられず、インスタント食品や、菓子類等でお腹を満たすことが続く場合もある。

また夏休み期間中は子どもの起床時間が遅くなりがちで、保護者が出勤後に起きたりして、生活時間が不規則になり、その結果一日が充実感のない過ごし方で終わってしまう日が少なくないと思われる。それが続くと、子どもの生活にも張りがなくなる場合もある。またそこから生じる子どもの不満や不安が放置されると他に刺激を求めたくなり、予期せぬ出来事に巻き込まれたりする可能性もある。

そのようなことを防ぎ、夏休みも子どもが朝からごはんをしっかり食べ、安心して過ごせる居場所があることは、子どもにとっても保護者にとっても安定した生活と家族関係を保つために必要と思われる。

保護者以外の地域の大人の暖かい眼差しの中で子どもたちも保護者も安心安全な夏休みを過ごすことに大いに貢献できる。

#### ◇実施概要

##### a. 参加者等（単位：人）

- ・ 7月25日～8月31日 計32日間
- ・ 参加人数（延べ）：参加者 542人      スタッフ・ボランティア 246人

##### b. 効果

1. 夏休みの子どもの生活に張りを与えた。7:30～9:30に朝食を食べにくることが、1日の生活・行動の始まりとして良いきっかけになった。
2. 朝の忙しい時間に保護者は作る手間がなく、子どもは追い立てられることなく、食へに来るだけで良いという気楽さと、野菜中心の安全で美味しい朝食は、子どもだけでなく、家族にゆとりを与え、家族みんなが良い1日を迎えるきっかけになった。
3. 家族と一緒に食べにくる子どもも多く、そこでメニューや料理について、家族で話題にしながら朝食を食べる時間が楽しい時間になった。
4. 家では朝食を殆ど食べないという子どもが、マイペースでゆっくりと食べられるならしっかりとおかわりまでするという発見をしたお母さんがいた。お母さんも、作って片付けてということに追い立てられず、また子どもとだけ向き合ってたべさせな

くてはというプレッシャーから離れ、同じテーブルに同席した方や、同じ位の年頃の子どものお母さんと会話しながら、スタッフが子どもを気にかけてくれるので、子どもをさほど気にせず自分もゆっくりと味わって食べられる時間を持ち、メニューにある料理の作り方のレシピをスタッフに教わったりと、朝食が子どもも自分も楽しい時間となり、親子の関係もいい関係で1日が始まるということが見られた。

5. アレルギーのあるお子さんをお持ちのお母さんは、子どもが生まれてから1度も外食したことがなく、ここが初めての外食で、子どもは嬉しくて毎日行くといってとても楽しみにしているというお話をきいた。台風の日にも、かっぱに長靴、傘をさして一生懸命に来てくれた。

お父さんがお休みの日には家族みんなで食べにいらしてとても喜んでくださった。

6. 同席した若いお母さん同士が初めてあったのに、食事しながらの会話の中で、子育てが孤独でどんなに辛いことだったかをお互いに語り合い、自分だけでなかったんだとホットなさる場面もあった。それをきっかけにお友達になったようだ。
7. 多動でじっとしていない幼児のお守りをするおばあちゃんが、皆さんに迷惑だろうからと遠慮して来るのをやめようとなさったので、そんなことはないのぜひ来て下さい、スタッフがお世話もしますからというその後よく来て下さるようになり、とても喜んでくださった。
8. シングルマザーのママは、保育園に行く前にお子さんと一緒に来て下さっていたが、その後お子さんは食べるのが好きでゆっくり沢山食べるお子さんで時間がかかり途中で食べるのをやめなくてはいけなくなることが分かり、その後お子さんが慣れて一人でも来れるようになり、お子さんが先に来て食べている間にお母さんは自分の支度をして、お子さんがほぼ食べ終わる頃に来て自分も食べ、そこから「行ってきます！」といって、みんなに「行ってらっしゃい！」と言われて保育園に送って行かれるという方がいた。
9. 子どもだけでなく、毎日一人で食事なさっているという高齢者の方もきてくださり、美味しいものをみんなで食べるのが楽しい！といって、幸せだといってくださった。
10. 世代を超えて朝食を一緒に食べることで交流が生まれ、会話もはずみ、さながら街の食堂といった様相を呈していた。期せずしてまるで家族の食事のように多世代の交流が図られ、予想を遥かに超えた効果が生まれた。
11. ボランティアスタッフが苦勞しないできるように、おもてなしでないありふれた朝食（ごはんと味噌汁とふりかけが基本）メニューが意外と子どもにも人気があり、また沢山の美味しいお野菜が届くので、スタッフは喜ばれると嬉しくなり、メニュー以上のものをどんどん作って、できたてを食べて頂くという好循環が生まれ、提供する側とされる側の相互作用がますます美味しい朝食を産むという良い関係ができた。

### c. まとめ

- ・「子ども」と「朝ごはん」というコンセプト、ご馳走でなくどこの家でも作るありふれた家庭料理こそが、世代を超えて人をつなぐことが実感できた。
- ・朝食の時間に保護者が子どもを叱らずに1日が始まるのが、保護者の気持ちを落ち着かせ、安心させ、子どもとの関係をよくする。
- ・食事は朝食といえども、誰かと一緒に少しでも会話して食べることが気持ちをほぐし心を元気にする。
- ・1週間のメニューを掲示したら、子どもたちはそれをしっかり覚えてくれて、おうちでは明日は〇〇だから絶対に食べに行くといっていたそう。食べることが楽しみにになった。
- ・途中何度かは、子どもたちのリクエストを取り入れた。やはり一番人気は玉子焼き、唐揚げ、そして以外と渋い焼き鮭、与えられるだけでなく、おうちのように聞いてもらえるということが、子どもたちに食べる楽しみを感じさせた。
- ・子どもたちは、沢山食べれば褒められ、おかわりは？ と聞いてもらい、いろんな人の中で大切にされながら食べる楽しみを味わった。
- ・人は食べることを通して空腹を満たすだけではなく、料理や食材について話すことがきっかけでコミュニケーションができ、知り合い、理解しあい、元気になることができる。
- ・子どもの朝ごはんは地域のコミュニティ作り、地域起こしにとっても力になるということが実感できた。

### d. 自己評価

予想を遥かに超えて、多くの方々から共感の声をいただいた。子どものために何かしたいと思っている方は予想以上に多くいらして、特に夏休み給食のない時期に子どもたちの食生活を心配する方は多く、基本、夏休み毎日開催するというのに驚き、また感動してくださった方が多くいらして、寄付や食材等のカンパは予想以上であった。スタッフのボランティアさんも53名の方が集まってくださり、最後まで協力してくださったのは、この活動が理解され共感を呼んだ証拠だと考える。

また食べに来てくださった子どもたちからも大人の方たちからもやめないで続けて欲しいという声を沢山頂いた。その期待にも応えたいと考えている。

想定外の反響にこの取組みの意義の大きさを感じており評価できると考えている。

### e. 課題

この期間だけでは、見えきれないものがあった。来てくれる子どもたちの背景や家庭環境や、保護者との関係を垣間見ることはあっても、それ以上に手が届くほどの関係性を作るのはもっと継続した取り組みが必要だと考える。女性である母親の虐待やネグレクトはしようと思ってするよりも、さまざまなプレッシャーによりそのストレスが子どもに向いてしまうということが多い。食べることは必ずしも楽し

いことばかりではない。命の源である食は絶対的なものであるがゆえに、うまくいかなかった時のプレッシャーは重く解決しない場合は逃避がおりやすい。食べることがうまくいかなかった時、(経済的、身体的、精神的 に)は悲劇である。そうした状況の把握ができるようになることが今後の課題である。住まいや衣服のように他から見えやすいものではない食が最も大切なものであるにも係わらず、見えにくい。そこを覗き見なくても良い形で食を保障する制度やシステムが求められているのが現代ではないだろうか。

## f. 今後の展開

次には冬休みと春休みの給食のない時にまた取り組みたいと考えている。冬休みは寒く、朝が明けるのが遅いので、時間を遅くすることも考える。また年末年始は家族で団欒する機会が多い季節となる。そうすると家族に恵まれない子どもや女性たちは孤立し孤独感を深めて置き去りにされる気持ちになる。そうした気持ちに落ち込まないように、地域の中で賑やかにその時期を過ごせるように、クリスマスや年越しそば、お雑煮を一緒に食べることも試みたい。

## (2) 冬休み「子どもの朝ごはん」

### a. 効果

夏休みに実施後、是非継続して欲しいという声が参加者特に子どもたちからあがり、予想以上に期待されていることを実感した。そうした声が上がったことに応えようというスタッフの気持ちが一つになり、冬休みも実施となった。これ自体が大きな成果と考える。

参加人数は多くはなかったが、確実にこの場を楽しみにして居場所にしてくれた子どもがいたことが成果である。1人は皆勤賞の子ども。早起きのその子は毎日一番に来た。お母さんによると家では食べない味噌汁をここでは食べると驚いていた。味や具もさることながら、いろんな人に歓迎されて賑やかに食べるごはんの楽しさは素直に子どもたちを元気にする。

また子ども家庭支援センター職員が同伴して初めて来た子どもが、次の日から1人で、次にはお父さんと2人で、次にはお母さんと3人でと、その後も続けて来てくれて、美味しいとって食べに来てくれたのは嬉しかった。家庭の背景は分からずとも、この朝ごはんが家族を繋いだかもしれないと思えることだった。また物静かなその子が、自分がいい場所、家族で来ていい場所と思ってくれたこともうれしかった。

またその子を知っている子が、その子が来たことにびっくりして、今まで知らなかった友だちの横顔をまじまじと見ていたのも印象的だった。

このように子どもどうしにも新たな発見を与える場にもなった。

このように、諸機関との連携、繋がりによって、この場を活かすことができたのは、

実行委員会に市の関係機関にも入って頂き、ボランティアスタッフとして協力もして頂いたおかげと感謝している。

終了後には近隣小学校の副校長先生から、子どもが嬉しかったと言うのを聞いた、との謝辞も頂いた。

夏休みの実績の上にならって行った冬休み朝ごはんも、行政と民間の息の合った連携が、子どもたちにとっても良い影響を与えることができたことは大きな成果であった。

## b. 自己評価

補助金で立ち上げようとした事業ではあるが、以外に金品の寄付も頂いたお陰で夏休みの残金があり、冬休みもさほど躊躇なく取り組めた。

冬は日が昇るのが遅く準備の時間はまだ暗くて寒い。しかし楽しみにして下さっている子どもたち、地域の皆さんにまた会える楽しみと喜んでもらえる喜びに押されて、スタッフのやる気は潰えなかった。これは支え支えられる関係の原点である。お金で買うサービスではない気持ちと気持ちが重なって、やって欲しい！やって見よう！という地域力のなせる技であり、それが様々な人の心を動かしていく。そのことを実感した。

実行委員会が協力して地域に投げた「子どもの朝ごはん」が地域力を高めた自己評価は高い。

暮れと正月のおやすみの前後は田舎に帰る家庭もあり、参加者は少なかったが、しかし逆に帰れない家族は寂しい思いをする。人数は少なくともその時期やった意味は大きい。年末最後の日は、朝ごはんの後、お昼から子ども向け映画の上映会とお好み焼きパーティーをして、大賑わいだった。

## c. 課題

こうしたボランティアの協力を得て行う事業は最初は注目を集め関心も高く人もお金も集まるが、それを継続していくとなると人員／資金の継続的調達が課題になる。必要な人に必要なものが届くためには長く継続する必要がある。それを今後どのような体制で行うのが良いのか検討する必要がある

## d. 今後の展開

そもそもの趣旨が学校給食のない日にごはんと味噌汁を提供するということだった。それでいけば、今後毎回の長期休みに取り組みたいという思いはある。そしてこの事業を通じて地域起こし、地域の様々な子どもと大人の状況を知り学び、そこから今何が求められているのかを見出す地域福祉の起点にもなる事業として位置づけられる。

とにかく続けられるところまで続けていくことを目標に、また春休みも取り組みたいとか考え、準備会を、2月23日（木）に開催した。

## 女性問題の解決を求めて 市とのよりよい連携のあり方を考える

Jikka は 2016 年 10 月から国立市の「夜間・休日女性電話相談事業」の委託を受け、必要に応じて市の担当部署につなぎ問題解決をはかるなど、国立市と連携しながら事業を進めてきました。また実行委員会形式による夏・冬・春の長期休みに行っている「子どもの朝ごはん」は、市の「子ども居場所づくり事業補助金」も受けて開催しています。

国立市行政とのよりよい連携のあり方を探るために、市担当部署との懇談会を、2017 年 3 月 29 日（水）昼、市役所で行いました。市からは、永見市長、馬橋子ども家庭部長、宮崎同部子育て支援課長、松田市長室長、吉田男女平等・人権・平和担当係長の 5 人が出席、Jikka からは、遠藤代表、スタッフ等 6 人が出席しました。短時間でしたが率直で中身の濃い意見交換を行うことができました。司会は Jikka の上村理事が行いました。

司会 市長は施政方針の中で、困難を抱える女性が後を向いて暮らさなくてもよい社会、例えば DV 被害者が地域で支えられ、自立に向かっていけるような社会を、と話されました。

一方、私たち Jikka を設けている NPO 法人くにたち夢ファームは、2015 年 10 月の発足以来、困難を抱える女性のサポート・緊急宿泊・電話相談ほか、スペースを活かしてさまざまな事業を行ってきました。市とは、生活保護担当やしょうがい支援課、子ども家庭部のひとり親担当、市民課、健康保険課など、さまざまな担当部署と連携を取って問題の解決をはかってきています。

ただそれらは個別の連携であり、組織的にどのように連携していくかが、これからの課題だと思います。本日の懇談会でそれぞれの持っている体験・情報や考えをざっくばらんに出し合って、今後のよりよい連携につなげていきたいと思っています。

遠藤 国立市の委託による電話相談は「いのちの電話」の女性版で市役所閉庁時すべての時間帯に対応しています。それまでも電話相談を行ってきましたが、振り返ってみると、相談内容は予想されたものとむしろ違う場合が多く、相談した人から私たちが学んでいくしかないと思っています。市とうまく連携して解決につなげた場合もあり、それらの経験を蓄積して、相談を受ける側の力にしていきたいと思いますが、誰にどう伝えるかと考えています。

女性支援の担当である子育て支援係につないで、それで終わりかということそうではないのではないか。どうフォローするかを一緒に考えたいです。



電話相談は入口で、Jikka と市との信頼関係が生まれて次につながると思います。

市長 地域社会の中に埋もれて見えなくなってしまうさまざまな状況を Jikka は知っているはずで、市長はそれを伝えてもらって施策として解決していく役割です。

司会 電話相談により、市内で見えてきたという例を話してください。

遠藤 休日・夜間電話相談が始まってすぐに何回も掛けてきた方で、何十年も DV に苦しんで来られて、精神にもしょうがいを抱える状態になっていましたが、放置されていたのです。

電話相談により隠れていたものが出てきたのです。電話を受けていると、こんなにも多くの女性がもんもんと日を送っている、不安を抱えて夜一人で寝られないでいる女の人たちがこんなに多いのかと思います。精神にしょうがいを抱える人も本当に多いです。

電話相談で 24 時間対応は希少です。3.11 震災後に生まれた「寄り添いホットライン」、「いのちの電話」、ここに国立市の夜間・休日女性電話相談が入ったことで、広域的、全国的にインターネットで見つけて、かかってくるわけです。

スタッフ A 「子ども朝ごはん」をやっていて、いつも 1 人で来る子がいて、それには背景があるわけだけれど、「朝ごはん」に来てくれることでそれが見えてくる。市の子ども家庭支援と連携が取れるといいなと思います。

スタッフ B 電話相談で、掛けてきた方は日頃言えないことを話されるという感じがします。電話相談を開始する前の予想と違っていても、それはそういうものかなと思います。そういう意味でもやって良かったと思っています。

スタッフ C 専従スタッフをしています。入居支援をしている方の家事・食事づくりなど生活援助から問題解決のためのアドボケイト（同行支援）など、お世話全般を担当しています。その中で最初に入居された方々はそれぞれ、別の住まいに移られたり、就労されたり、落ち着いて暮らされるようになっていたり、ゆるやかに Jikka の人の輪の中に溶け込むようになってこられました。

緊急宿泊では知的しょうがいを持つ方が家族とうまくいなくて、行き場が無く泊っていかれたとか、家族からの暴力を逃れて 1 ヶ月泊っている間に仕事を見つけて、他県で暮らすようになられた方もいます。

課題もありまして、たとえば DV を逃れて来られても、同じ市内だと DV 家族と出会う危険性が高いけれど、ご本人に危険性の認識が薄いことがよくあります。私たちは民間で丸腰のままそれを引き受けなければならない。Jikka のスペースや活動は地域にオープンにしたいけれど、伏せておかなければならないこともあるわけで、安全の問題を考えたときの情報の出し方に神経を使います。

市長 富士見台でボランティアの学習支援の活動があるが、さまざまな課題を抱えた

子どもたちがやって来ている。いろんな活動があって、どのように解決につなげられるか、その仕組みをつくるのが重要だと思っています。

危険性の問題はそれとして考えていかなければならないことです。

遠藤 相談を受けていると私たちから見て本当に命の危険があると思われる状況でも、本人は気づかない場合がけっこう多いです。でも電話を受ける度に、危険性を具体的に何度も何度も説明していくと少しずつわかっていく。相談で危険を回避するための予防教育ということは可能です。

司会 危険を回避する力というのはありますね。

松田市長室長 市の女性支援で何ができるのか、ニーズをきちっと詰めて考えていきたい。新年度から市長室の組織に「男女平等・人権・平和」担当に加えて「女性支援」が子ども家庭部から移ってくることになり、そのための職員も来ます。

司会 「男女平等」や「人権」担当のところに「女性支援」が入るわけですね。

では Jikka で女性支援を行っていて、市との連携についてこういう連携があったらいいと思われることを話してください。

遠藤 DVから逃れてきて次のステップに移ろうとすると、役所との交渉やさまざまな手続きなどが必要になります。それは個人にとっては非日常が始まることで、ひとりでやらなければならないとなると実に変で、そこでめげてしまい、せっかく一歩踏み出したのに、引き返してしまうということにもなります。

そのサポートとしてアドボケイトは欠かせないのですが、今はどこからも費用は出ません。Jikka では行っていますが、その費用が出るようになるといいと思います。また学校のスクールソーシャルワーカーは家庭訪問を行います、女性電話相談でも話の様子から家庭訪問までできるとよいと思います。

司会 支援の現場では何が足りないかが見えるので、市の施策づくりを共同で行うことができるといいですね。

こんど国立駅の高架下に市の女性センターができますが、どのようなセンターになればいいでしょうか。

遠藤 女性センターといってもいろいろで、人が来ないところも少なくありません。一般的な女性センターの機能は、情報、相談、学習、交流ですが、相談がまず必要です。そこでニーズを把握し、ニーズに応じた学習など他の機能に活かしていくという、4つが循環することが重要です。

司会 松田さんは市長室で担当者として女性センター実現のために熱心に取り組んで来られましたが、どういうものを作りたいと思ってこられましたか。

松田市長室長 小規模ですがピリリとしたものになればと思います。通勤の行き帰りでもいつでも立ち寄れて、そこで明日への活力を得ていけるような場所にしたい。女性が人生に悩んだ時に、立ち止まって、寄れる場所。文字どおり「ステーション」

になるような場所をと考えています。

スタッフC Jikkaのカフェには、ランチを食べにくるという口実で、みなさん話しに来られます。あたたかい雰囲気の中で、だんだん、家族の事、DV、近所とのトラブルで困っている等話され、また聞いている方がご自分のことを話される。相談という特別な感じになりますが、ランチという敷居が低くなります。そこから新しい場所につなげたり、連携しあったりすることもあります。

新しくできる女性センターも、そのようにつなげたり連携しあったりできる場所になるといいですね。自分で情報を探せる自由に使えるパソコンもぜひ置いてほしい。

司会 いろんなどころから要望が出ていた駅という良い場所を、よく市の女性センターとして確保できたと思います。新年度から吉田さんが担当ということですが、どのようなセンターにしたいと考えておられますか。

吉田係長 できれば10代の若い人にも来てもらえるような所にしたい。デートDVなどの情報も伝えたい。あそこに行くと何かおもしろいものがある、と思わせられるようなところ。公民館に入ったときのような。本庁ではやりきれない部分の機能を持って、それをまた本庁に返して活かしていけるようなところでできるとよいと思います。

司会 市との連携は個別のケースについてはできていますが、組織的な仕組みづくりはまだですね。

松田市長室長 それは新年度の課題として女性支援担当の部署で取り組んでいくことになると思います。

吉田係長 新しくできる女性センターの機能は4～5月頃に固めることとなりますので、4月中にまたお話を聞きに伺います。ひとりひとりを大切にすることの方が大事だと思うので、規模は小さくても、本当に必要な一人の人に役立つものにしていきたいです。

司会 よりよい連携のためにこういった場を今後も持ちたいと思います。今日はありがとうございました。



## スタッフ、ボランティアから

### ◆ 専従スタッフとして

Jikka で二度目の春を迎えます。

一昨年の11月以来、入居されてきた方々は、くにたちのこの場所で、ゆるやかでも着実に、それぞれの生活を送られてきたように感じます。

誰もやったことのない場所づくりの、まだ空っぽの屋根の下で、中身を詰め込んでいく作業の途中で、仲間になっていった人たちには、シャワールームの仕様が変わったり、改修工事が入ったり不便も掛けてきました。

一緒にごはんを食べたり、ちいさなよろこびを見つけたり、みなさんと日常を過ごしながら、2年目の支援の現場では、緊急や短期の受入れが増え、要請が重なることもありました。

新しく Jikka にやってきた方が、どんな背景があって訪れるのか、必要以上に知らなくても、同じ女性として助け合う、自然と手を差し伸べ合える関係が、この Jikka でうまれるように、当事者間の空間を整えてきました。

そして、それはだんだんとうまれてきたように実感できた一年でした。

正直なことを言えば、緊急対応時は、限られた時間と情報で、人員手配や部屋の整えなど受入れ体制、安全面や関係機関との連携など、いくつかのケース対応を想定しながら、とても緊張感を伴います。

特に、年末年始は集中し、専門ではない民間の施設で、事故のないように注意を払い、精神的に疲弊しました。

それでも、Jikka に来てよかったとホッとしたり、笑顔が見られると、とても充実感がありました。

私もひとりの当事者として、いろいろな思いを通過してきた中で、誰かとちょっとだけ支えあえればいいなと思います。そんな気持ちで専従スタッフを引き受け、続けてきました。

Jikka へ訪れる誰もの「実家」であるようにという、立ち上げの時の理事の想いに添えるよう、試行錯誤を繰り返してきました。

今年度は、さまざまな新規事業が立ち上がり、

- ①オープンスペースをカフェにするプロジェクト
- ②子ども朝ごはん事業（実行委員会形式）
- ③休日夜間電話相談事業、など、同時並行してきました。

専従スタッフとして1F オープンスペース活用のため、イベント等貸しスペースの管理と、食品衛生責任者を取得したこともあり、Cafe プロジェクトチームに加わり、チームリーダーと運営スタッフのお力も借りて、進めてきました。

みんながイメージするカフェとは、どんなものなのか？漠然としたまま、日替わりカフェだけは決まっていました。

最低限の水回り工事以外は、床貼り・壁塗り・カウンターテーブル作り・ペンキ塗

りなど、スタッフがDIYで作り、備品・什器も廉価や戴き物を寄せ集め、どんな女性もホッとできるカフェにを目標に、手探りながら工夫を凝らしました。

2016年10月2日にJIKKa Cafeがオープンし、日替わりカフェとしてオーナーさんを募りつつ、直営JIKKa Cafeを地域に開いていくと、だんだんと新しい人の輪が広がってきました。Cafeの部分では担当スタッフにお任せし、私は専従と支援と全体の把握に徹しました。ですが実際には、Cafeと支援は連動し、細やかに連携していきました。直営専属シェフには完全ボランティアで、安くて美味しいランチを提供していただきました。

くにたち夢ファームの理念と支援活動を理解して、NPO 会員になってくださる1day オーナーさんがひとりふたりと増えていきました。日替わりカフェやマルシェなど、まいにち特色のあるスペースを外との接点として、そこに集まる人たちが、真の意味での「人の垣根」を自然とつくり、当事者もそうでない人も、ともに過ごせる場所としてのJikkaでありJIKKa Cafeになっていくのだと、5ヶ月のあいだに実感しています。

鬱や認知症など病を抱えている方、家族に問題を抱えている方、人間関係に悩んでいる方、寂しくておしゃべりしたい人、ごはんつくるのが苦手な人、お金がなくて不安な人…いろいろなお客さまがいらっしや、すでに地域の女性センターとして機能してきました。迎える側も共感を持って接し、住んでいる人もひょっこり顔を出します。ここで流れる時間はすべてがゆるやかに繋がっている、どこをとってもJikkaなのです。

わいわい子どもの朝ごはん、抛り所に掛けてくる人のための電話相談、大切な「わたしの実家」である人たちにも…。

この場所は、困難を抱えた女性と子どもの居場所であるけれども、一方向の「支援」だけを意識するのは違和感があります。人は少なからずなにかを抱えていて、誰もが当事者とも言えるような生きづらさの中で、「誰かのために想像することが、となりの席をひとつ空けて、居場所をつくっていく」おたがいさまの女性支援の場であり、子どもやおとなとごはんを食べたり遊んだり、のんびりお茶を飲んで安心しておしゃべりできる場であること。疲れちゃったらお泊りもできる場所。

Jikkaという大きな屋根の下で、雨風をしのいで笑いあって、気持ちよく譲り合って、ともに過ごして欲しい。そしてちょっと楽になった人が、次の困った人に手を差し伸べられるような。

これからも、だれが関わってもそういう場所であることを、私は願っています。

専従 田中利美

◆ 私が最初Jikkaに行った時、とても開かれていて自由で、「みんな違っていいんだ」という空気を感じ、何の取り柄のない私でもここに居ていいと思いスタッフの一人として関わらせていただくことを決めました。

ところが、実際当事者さんと関わっていくうちにさまざまな疑問や違和感を感じる

ようになりました。そこで遠藤さんや当事者さん、研修などを通して支援のあり方を学びました。それは当事者の思いを大事にすること。当事者さんを管理、支配することは絶対にしない。管理、支配するということはDV夫と同じことをしているということになる。そのようなことに気付くことができました。そして当事者さんが再び何かに躓いてしまった時にまたあの人なら話を聞いてくれるのではないか、と思われるような人になりたいと思いました。

今後の自分に必要なことは、たとえ仲間同士であってもダメなことに「NO!」と言える強さです。そのためにこれからもさまざまな人から学び、誰からも頼られる支援者になりたいと思います。

専従 中田久美子

◆ Jikkaに関わるようになって1年半近くたちました。どんな些細なことでもDV被害者の支援につながることであればやりたいという私の希望を遠藤さんが聞いて下さり、入居者スタッフミーティングにも、ケース検討会にも参加させていただきました。加えて、支援者養成講座でスタッフの皆さんと一緒に支援について学んだこともあり、支援者としての心の準備が出来てきたのではないかと考えていました。12月末から1月初めに緊急対応で受け入れたAさんの支援を担当させていただき、支援を経験し、支援は奥が深いものだと感じました。

Jikkaに関わって楽しいことはいろいろありますが、その中でも子どもの朝ごはんの活動はスタッフ、ボランティアさんと食事を作ったり提供したりを共同作業で行うことがとても楽しかったです。また、子供たちと会えたり、地域のいろいろな方と出会えたり、遠い会津の方たちとの交流もあったり、やる気が出てくることがたくさんありました。

るりさん

◆ カフェの造作を作りあげるオーダーから始まりましたが、場づくりのコーディネートもさせていただきありがとうございました。4月からカフェをやめると言われてとても残念な気持ちです。たった半年ですが女性センターとしてのカフェを模索出来たことは今後活かしていきたいと思います。

川島エリザベス

◆ Jikkaは謎の場所だ。ネーミングの魔力のせいではないか。「わたしの実家から、わたしたちのJikkaへ」というワークショップを、プレオープン企画で行ったのが1年4ヶ月前。よくよく考えると、空恐ろしいフレーズだ。

初めから、Jikkaに引きつけられる気持ちと、Jikkaから距離を置きたい気持ちとが湧いた。自分の居場所として、迷う直感。

Jikkaは、わたしを刺激する。そこでは、地元の女たちのあたたかい関係性や出会いがある。支援として、新しい経験と出会いもある。でも、わたしには苦手なことも

Jikka の営み。数々のイベント、ちょっとお洒落なカフェなど。それは得意な人にお任せしようと思っても、支援や出会いや関係性にも、価値観のぶつかり合いなどが生じ、立ちすくむ。運営関係のシゴトもあり、わたしは大して担ってはいないのだけれど、自分の日中の仕事外のその忙しさが楽しいときと、ちょっと大変なときとがある。Jikka は、わたしに問う。どう生きたいのか。一つ分かっているのは、その問いは、自分一人だけの生き方でなく、関係性やつながりの部分でどう在りたいのかという問いかけであること。住まいの提供を含めた女性の自立支援は一人では出来ないことで、だから Jikka が始まった。そこに、自分はどう関わるのか。

それにしても魔力だなあ。いつの間にか問われている。人生とはそういうものか。

白川加世子 (カヨ)

#### ◆ 『子ども朝ごはん』スタッフとして

食事は、人間が生きていく上で欠かせないものですが、ただ食べるものがあればいいというものではないでしょう。

いつ、何を、誰と食べるのか。

忙しく追い立てられ、いつも余裕がないように感じる今の社会の中で、特に子どもたちやママたちの生活は楽ではありません。地域の中で、せめてささやかでも、少しゆっくり朝ごはんを食べて、その日をスタートしてもらえたらと思います。

ちょっとしんどいことや、心配なこと、不安なことも、少しはましになるかもです。たわいのない会話が、気分を変えてくれるかも。

『子ども朝ごはん』がそんな場になっていけたらいいなあと思いながら、活動させてもらいました。

稲川恵子

#### ◆ 利用者として

ヘルパーとしても来てくれている Jikka スタッフのお誘いで、子ども朝ごはんやカフェを知りました。

家では朝食にクッキー2つと紅茶とくだものぐらいしか食べていないので、ここで立派な朝ごはんやランチをいただけて、思わず顔はにっこり、うれしくて元気になりました。

スタッフの方から「クリスマス会で子どもたちに英語の絵本を翻訳して、英語と日本語の両方で読み聞かせをして欲しい」と依頼があり、お受けしました。すぐ前に座っているお子さんたちが真剣に、じっと私の方を見つめて聞き入ってくださったので、大変張り合いがあって、楽しい時間を過ごせました。

私は、自分に実家がないようなもので、ここは本当に実家のようにくつろげて、美味しいものをいただけて、みなさんの愛を感じてとてもうれしい場所になりました。

近隣住民 OM

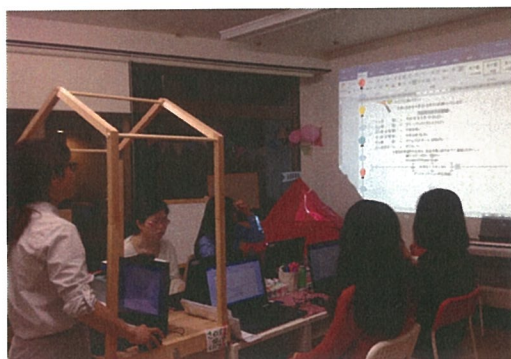
(※ OM さんは 80 代女性。JIKKa カフェによく食事に来てくださいます。)

# Jikka 写真と資料 2016～2017

## ▼ 日常生活支援 食事会・お誕生会



## ▼ パソコン講座



## ▼ スタッフのパソコン勉強会





▼ ホウ酸団子づくりワークショップ ▶



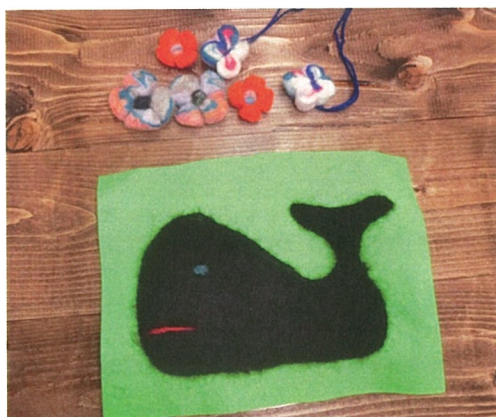
▼ オリジナル香水・ポプリづくり  
ワークショップ



▼ 1 day フィリピン母国料理カフェ



▼ フェルト講座 ▶



▼ ガレージセール



▼ はたけんぼで BBQ ▶



## 子ども朝ごはん

7/25 (月) ~ 8/31 (水)

あさ 7:30~9:30 にちようび <sup>やす</sup> 休み

- ごはん
- 具だくさんおみそ汁

＋α (ぶつや あるふあ)

**17才まで無料**

18才以上は  
カンパ 100円～

アレルギーのある方は  
お申し出ください

お手伝いくださる方募集中!



いただきお!



Tel 042-511-5812

090-7213-0929 (遠藤)

ふじみこうじ じっか  
ぼしょ: 富士見小路の Jikka

企画: 子どもの朝ごはん実行委員会  
(西2-11-28 NPO 法人くにたち夢ファーム)

「国立市子どもの居場所づくり事業補助金」  
による事業です



えんどう

## 子ども朝ごはん

12/26、27、28、29、30、1/4、5、6、7、10 計10回

あさ 8:00~9:30 1/10(火)は 7:30 から

- ごはん
- 具だくさんおみそ汁

または、スープ シチュー

**17才まで無料**

18才以上は  
カンパ 100円～

アレルギーのある方は、  
お申し出ください

お手伝いくださる方募集中!





Tel 042-511-5812

090-7213-0929 (遠藤)

ふじみこうじ じっか  
ぼしょ: 富士見小路の Jikka

企画: 子どもの朝ごはん実行委員会  
(西2-11-28 NPO 法人くにたち夢ファーム)

「国立市子どもの居場所づくり事業補助金」  
による事業です

えんどう

おなまえ \_\_\_\_\_ Tel \_\_\_\_\_

あなたは → こども ( ) 才 ・ 18才以上

アレルギーはありますか? はい ・ いいえ

たまご	ぎゅうにゅう	だいず	こむぎこ そば
ピーナッツ		えび そのほか ( )	

具体的な注意点などあれば、教えてください(例: あたかいた牛乳なら大丈夫)

そのほか、連絡事項などありましたら、ご記入ください。


	①26(月)	②27(火)	③28(水)	④29(木)	⑤30(金)	31(土)
はじまり						
2017	1/1(日)	2(月)	3(火)	④4(水)	⑦5(木)	⑧6(金)
	8(日)	9(月)	⑩10(火)			
			おしまい	つぎは、いつかな・・・		

「子ども朝ごはん」について、ご感想・ご意見をお寄せください。お気軽にスタッフまで。又は jikka-yume@ab.auone-net.jp

## こども朝ごはん 2017 春休み

あさ 8:00~9:30 はるやす

ふじみこうじ じっか  
富士見小路の Jikka



3/27(月)、28(火)、29(水)、30(木)、31(金)、4/3(月)、4(火)、5(水)、6(木) 計9回

あさ 7:30~9:00 (4/6のみ 7:00~9:00)

プレ企画 3/23(木)15:00~ お楽しみ会 ※おやつ付き

- ごはん
- おみそ汁 or スープ
- てづくり健康ふりかけ

**17才まで無料**

18才以上は、カンパ 100円から

Tel 042-511-5812 (じっか)

090-7213-0929 (えんどう)



子ども朝ごはん・夏



◀ 子ども朝ごはん・冬 ▼



# JIKKa café

日替わりカフェと毎週末はマルシェを開催しています。  
音高バス停からお隣の道に入った所にある小さなカフェです。



日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

**JIKKa café**  
-NPOくたち夢ファーム-

OPEN 11:00  
CLOSE 17:00

住所 国立市国立西 2-11-28 TEL 042-511-5812  
国立駅よりバスで5分(音高)下車。徒歩は富士見通り徒歩15分。道土井の角の小さなカフェです。  
FB <https://www.facebook.com/Jikkafe/>

### 【日替わりカフェオーナー募集中】

カフェや飲食店を経営したい!まずは低資金でチャレンジの場としてお使い下さい。  
その他、イベント開催したい・ワークショップをしたい・などなど使い方は自由!  
貸しスペースとしてもお使いいただけます。是非お気軽にお問い合わせください。

## 日替わりカフェ

### ◀ ちらし・表

### ▼ 『国立歩記』 No.38 記事



ジッカカフェ  
**JIKKa Café**

NPO 法人くたち夢ファームが運営する「JIKKa」内で、本曜にオープンしている手作りカフェ。他に Cafe Crispy(火曜)、猫のあんこ餃子店&いidemai食堂(水曜)が交互に、オムライス屋さん(金曜)、と日替わりの味が楽しめる。キッズスペースもあるので、お茶とお菓子が代わりできる「JIKKa セット」を頼めば、親子でたっぷりのお楽しみ。

国立市西2-11-28  
☎042-511-5812 11:00~17:00  
※日替わりカフェなので、営業やお休みについては随時Facebookで要確認。

### ▼ ちらし・裏面

毎週の来店予定はFBにて随時アップ中!  
FB検索>Cafe Jikka /jikka de マルシェ

毎週土曜日開催!  
11:00 ~ 17:00

## JIKKa de マルシェ

おいしいスイーツ・おいしいご飯・手仕事作品・ワークショップ・ヒーリングなど 随時無料でJIKKa caféにて開催しています。  
[出店者募集中! お問い合わせは、twob1200@yahoo.co.jp 丸山まで]

### \*これまでの出店者(2017年3月現在) \*

<p>★カードリーディング&amp;占い★</p> <p>お楽しみできるタロット占い(カフェ)</p> <p>リーディング体験(無料)体験</p> <p>まんまる屋</p> <p>出店者: アトリEKIRAKU</p>	<p>★ドリンク&amp;スイーツ★</p> <p>Cafe Crispy</p> <p>まるでよカフェ</p> <p>あんこ餃子店</p> <p>いidemai食堂</p>
<p>★子供も手に入るワークショップ★</p> <p>手仕事ワークショップ: Aki コンジエルト</p> <p>キッチンから見るワークショップ: Belle ame</p> <p>キッチンから見るワークショップ: Hinotane Hinocqua</p> <p>キッチンから見るワークショップ: Wakini</p>	<p>★ヒーリング&amp;リラクゼーション★</p> <p>カラーセラピー</p> <p>ヒーリング音楽</p> <p>風船療法(子供向け)</p> <p>アロマセラピー</p> <p>ソングライター</p> <p>見聞(アート)</p> <p>紅色の星</p> <p>まんまる屋</p> <p>まいにち千代子</p> <p>Sattvamonju</p> <p>angel heart</p> <p>Makalapa Honua</p>
<p>★手仕事作品★</p> <p>アロマセラピー: Prince Garden</p> <p>アロマセラピー: Nakanaka design Wokini</p> <p>アロマセラピー: BOKU</p> <p>アロマセラピー: ベランゴ</p> <p>アロマセラピー: Hinotane Hinocqua</p> <p>アロマセラピー: みるみる見聞 (artistic)</p>	

毎回 5~6店舗が出ています!!

### ▲ 『絆だより』 第9号 記事

### ▼ 『くにたちを感じる地図旅』 vol.17 記事

本スポット: JIKKa Cafe (ジッカカフェ)

昨年オープンした居場所カフェ。日替わりで様々な料理人が腕をふるってランチを提供しています。毎週土曜日にはマルシェも開催。今回キッチンをお借りし、玉ちゃんと一緒に料理をつくって、いただきました。

▼ 日替わりカフェ

改装 DIY ワークショップ ▶



▼ Jikka de ハロウィン





◀ 西商店会お祭り  
でメンチカツを販売

▼ Jikka de クリスマス ▶





▼ 小正月



▼ NVC 講座



くにたちの暮らしを記録する会 版部

## 谷保村のおやつ

谷保の語り部、佐伯安子さんと地場野菜の手軽な漬物をつくります。ちょっと甘めな味つけだったり、パリパリッな食感が楽しみ。天神米のおにぎりと一緒に召し上がれ〜一緒に教わりたい人は12時にお越しください。

**日時：3月26日(日) 12時~14時**  
**場所：JIKKA Cafe 国立市西 2-11-28**  
 JR 中央線国立駅南口徒歩 15分  
 音高近く、元銭湯の「松の湯」空地斜め前  
 電話：042-511-5812

佐伯安子さん：くにたちの暮らしを記録する会代表40年前、伊州街道沿いの民家の蔵に眠る民具収集を主宰し、くにたち郷土文化館設立の立役者。当時のおいさん・おばあさんから谷保村だったころのお話を聞き取り調査し、「国立の生活誌」を編集。



▼ カードいろいろ



open ▶



Jikka

わたしの「じっか」から  
わたしたちの「Jikka」へ

憩う 休む 和む  
聞く 話す 伝える  
作る 食べる 笑う  
寝る 働く  
知る 学ぶ 考える  
育てる 育む  
集う つむぐ つながる  
始める 始まる

あなたといっしょに。

---

わたし、どうしたら  
いいのかわからない…

だいじょうぶ  
あなたはひとりじゃない。  
とりあえず Jikka に来て  
まずはそこから。

女性相談支援の  
専門員もいます。

NPO法人くはたち夢ファーム  
Jikkaづくりプロジェクト

ひとりで悩まないでください。

相談してください。

☎042-511-3379

第3・4木曜日 13:00~17:00

NPO 法人くにたち夢ファーム

夫や恋人の暴言・暴力に耐えられない  
どうしていいかわからないけど相談する人がいない  
自分が悪いと思ってしまう  
お金がない、逃げるところがない  
家族との悩み  
その他困っていることは何でも

国立駅南口から  
富士見通りを直進。  
CO-OPを過ぎたら  
中華料理店と  
文房具屋の間の  
道に入って右折。

女性居場所 富士見小路の  
**Jikka**

☎042,511,5812  
jikka-yume@ab.auone-net.jp

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業



素敵な音楽を  
聞いたり

お茶を飲ん  
で自分の時間  
をすごしたり

いつでも  
どんなときでも…

… ようこそ!

おつかれさま。

おかえりなさい!

ちょっと休みたい人も  
一週間だけ  
家出したい人も  
3ヶ月だけ  
別居したい人も

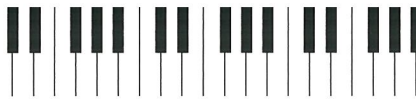
●水道光熱費●  
実費

30,000円  
(1ヶ月)

1ヶ月  
あたり

あけてみて

女性のための居場所 JIKKA



コープに入れて  
ゆくり休んだり

今あなたがしたいことは?

ゆくり休んだり  
お茶を飲んで自分の時間



また来てね!

ここには  
あなたの  
居場所が  
あります

だいじょうぶ。

NP0法人くたち夢ファーマーJikkaづくりプロジェクト  
れんらく ☎ 090-7213-0929

「なんだか疲れちゃった…」  
「一人でおびえて暮らすのはイヤ…」  
「家には帰れない…」

でも行く所がない…  
寝る所がない…

ずっと暮らす所を  
探している人も

一応期間は2年  
でも相談にのります

●用意してあるもの●

お布団、テーブル、座布団、タオル類、  
洗面用具など日用品。お米、調味料など。

お風呂はありませんが、  
共同シャワールームがあります。

●共益費●  
1000円 / 月

緊急 宿泊も  
ご相談ください  
SOS

1000円

1泊  
あたり



女性のための居場所 JIKKA

☎042,511,5812  
jikka-yume@ab.auone-net.jp

独立行政法人福祉医療機構 社会福祉施設整備事業

心の扉を

女性のための居場所 JIKKA

ワークショップで描いた子どもたちの絵を挿絵とし、わかりやすく、あたたかみのあるフライヤーを作りました。  
折り紙のように折っていくと、展開するたのしさもある、ピアノの形になります。