

# Citizenship for Children

2020

認定NPO法人PIECES  
成果報告書



## 夢でもなく、もしもでもなく

わたしが星の毛布に包まれて眠りにつくとき  
あなたは陽の光の囁きにのびをする

わたしがひんやりと水をすった大地に立ち  
あなたに続く空に手を伸ばすとき

あなたは深く深く水に潜り  
わたしとつながる海と一体となる

わたしの涙が大河に流れこむとき  
あなたの笑い声が宇宙に溶ける

違う世界に生きる  
わたしとあなたは  
ときに痛み  
ときに癒え

ときに闇の中で自分を守り  
ときに光を求めてお互いを照らす

遠くて近いわたしとあなたの間に  
地球の音色がひびく

近くて遠いわたしとあなたの間に  
春の芽吹きが踊り出す

地球のひびきに鼓動を重ね  
芽吹きのダンスに身を委ね

違う世界のわたしとあなたは  
無数のリズムに溶け合いながら  
一つになる



小澤 いぶき 認定NPO法人PIECES 代表理事

児童精神科医、東京大学医学系研究科客員研究員。精神科医を経て、児童精神科医として複数の病院で勤務。トラウマ臨床、虐待臨床、発達障害臨床を専門として臨床に携わり、多数の自治体のアドバイザーを務める。さいたま市の子育てインクルーシブモデル立ち上げ・プログラム開発に参画。2016年、ボストンのFish Family Foundationのプログラムの4名に推薦されリーダーシップ研修を受講。2017年3月、世界各国のリーダーが集まるザルツブルグカンファレンスに招待、子どものウェルビーイング達成に向けたザルツブルグステイトメント作成に参画。



無数の世界の物語は

ときを越えて

空を越えて

旅をする

無数の世界の物語の芽が

ときを越えて森となる

ときを越えて

空を越えて

あなたとわたしの間に

新たな物語が生まれる

今日もまだ見ぬあなたをおもい

あなたへと続く空を見上げる

目次 Contents

p.2	夢でもなく、もしもでもなく PIECES 代表理事・小澤いぶきからみなさまへ
p.4	PIECES理事対談「ときに葛藤を味わいながら 仲間と『市民性』の醸成に取り組む」
p.6	子どもが孤立しない地域をつくる 市民性醸成プログラム Citizenship for Children とは？
p.8	①基礎知識コース The BASIC Course
p.10	②探求コース The INQUIRY Course
p.12	③プロジェクトコース The PROJECT Course
p.14	探求コース修了生インタビュー
p.16	みんなの声を集めました 「CforCに参加してみようでしたか？」 公開講座について／ゼミについて／リフレク ションについて／プログラム全体について
p.18	アンケート調査からみえる参加者の学び 学習効果について／参加者の具体的な変化
p.20	協働パートナー団体 特別コラボ鼎談 「地域で優しい"間"をはぐくみ続けるために」
p.22	CforCに今期助成をいただいた企業・財団／ 企業・団体みなさまへ

今期はプログラムの体系化・ブラッシュアップを加速

# ときに葛藤を味わいながら 仲間と「市民性」の醸成に取り組む

新型コロナウイルス感染拡大の影響が広がった2020年。それでもPIECESは、さらなる進化を目指して市民性醸成プログラム「Citizenship for Children (CforC)」を展開しました。CforCに込めた願いとは。2020年度の気づきや学びは。来期への想いも含めて、理事の2人が語ります。



## CforCが生まれた経緯と、活動に込める想い

齋 CforCが立ち上がった背景としては、もともと私や代表のいぶきさんは専門職として医療や福祉の現場で子どもと関わったり、PIECESとしても子どもの居場所をつくって活動したりしていましたが、そこで限られた人たちだけで支援していくことの限界を感じていました。専門職や公的な支援だけではどうしても埋められないことがあります。**子どもの心の孤立を防いでいくためには、子どもが** **生きている周り、地域、社会にたくさん**

**のあたたかいまなざしが必要だ**という想いを強くしたところから、CforCの取り組みは生まれました。

青木 子どもが孤立しない社会をつくる上で「シティズンシップ (=市民性)」を真ん中に置いていることには強いこだわりを持っています。シティズンシップにはいろいろな意味が含まれますが、このプログラムで重視しているのは**私たちの周りを豊かにできるのは、私たち自身の力なんだ**という感覚を手に入れることです。

子どもたちのことを想像し、関わりを持つ中で、影響を与えたり与えられたりしていく。その積み重ねを通して、**自分の手元から小さく社会が変わっていく実感**が持てると、また子どもや誰かのために動こうと思えるし、自分自身の豊かさにもつながります。だからこそ、子どもということをも真ん中にプログラムを構成していますが、このプログラムは私たち大人も含めた、すべての人のためのプログラムであると思っています。



## 今期のCforCで取り組んだ、新たなチャレンジについて

齋 2020年度は、水戸・奈良・一般と3つのクラスに加えて、基礎知識コースとプロジェクトコースという新しい取り組みも始めました。また、新型コロナウイルスの影響によって全クラスオンラインで実施しました。

結果として、これらのチャレンジに取り組んで良かったなと思っています。オンラインにしたことで、なかなかコミュニティづくりがうまくできないかなど不安だったのですが、そんなこともなく参加者同士がお互いに話を深めていくことができたという感触があります。オンラインでもゼミやリフレクションを問題なくすすめられるように試行錯誤はしまし

たが、そこも私たちにとってとても学びになりました。

青木 クラス数が増えたことによって、各コンテンツの実施回数が増え、**プログラムの体系化・ブラッシュアップも加速度を上げて進めることができました**。また、2019年までは1クラスのみでしたが、参加者のみなさんにとっても、「自分は〇〇クラス」という所属感があったことで、よりチーム感が生まれていたのではないかと思います。

基礎知識コースでも、想像以上に学習効果がきちんと出たり、プロジェクトコースも面白いプロジェクトがたくさん実施できそうで、楽しみです。



青木 翔子 Shoko Aoki  
PIECES理事

リサーチャー、ファシリテーター。修士(東京大学大学院学際情報学府)。PIECESには立ち上げから関わり、市民育成プログラムを立ち上げ、プログラムデザイン、ファシリテーションを行ってきた。前職ではリサーチとワークショップを組み合わせた新規事業開発プロジェクトや人材育成プロジェクトを担当。現在は、NPO法人ミラックの研究員(非常勤)も兼任。

## 取り組みで得た新たな気づきと、来期に向けての想い

青木 2020年度のプログラムを進めるなかでわかったことは、**市民性や子どもとの優しい「間」を探求していく上では、「葛藤」がとても大切**だということです。葛



齋 典道 Yoshimichi Sai  
PIECES理事 / 社会福祉士

大学在学中より国内外の社会的養護、地域子育て支援の現場でフィールドワークを実施。2012年には北欧の社会福祉を学ぶためデンマークに1年間滞在。国民の日常に溢れる、文化としてのウェルビーイングの価値に深い感銘を受ける。日本福祉大学大学院在学中に児童精神科医の小澤と出会い、PIECES設立に参画。現在は事務局長として、事業・組織の両側面から事業運営に携わる。2015年～2019年まで、都内でスクールソーシャルワーカーを兼務。子ども・子育て家庭の教育福祉問題に対するシステミックな変革を、ソーシャルワーカーという立場から追求している。

藤と聞くとネガティブなものだったり、乗り越えなければならぬものとして捉えられてしまいがちですが、決して手放す必要はないんじゃないかと。むしろ、その葛藤している状態、葛藤を抱えながら行き来している状態こそ大事にしている必要があるのではないかと思うようになりました。

たとえば、子どもと関わっていると、子どものことを大事に思う気持ちと、一方で自分を守りたい気持ちの両方が自分の中にあることが見えてきたりします。もし、その2つが反対方向に向かっていた場合、葛藤し、不安や迷いが生まれま

す。私たちは、不安や迷いに耐えきれず、どちらかだけを選びたい、正解が欲しいと思ってしまいます。だけれども、子どもの願いだけを尊重していたら、自分の身はボロボロになってしまいます。だからといって自分の都合だけを考えていたら、子どもにとってよい関わりは生まれないので、やっぱり両方大事なのだと思います。そして、その葛藤があることを見つめ、また次へ向かう。**安易な正解探しに走らず、複雑さやあいまいさともにあること**。それがこれから必要な市民性なんじゃないかと

考えています。

齋 市民として生きているということは、いろんな立場の方の利害や正義、課題を受け止めながら、自分のことももちろん大事にしながら生きるということです。それは誰かや何かを切り捨てたり、自分とは違う価値観に目をつぶることはないはず。そうなったときに、どうしても何かしらの葛藤は生まれてしまう。だからこそ、そこに葛藤があることを大事にする。それが市民として生きることなのではないかと思ったり、そこから優しい「間」は生まれるんじゃないかと思ったり。

実際に、最後のゼミで参加者の方から、**「葛藤は手放さなくていいんだ。葛藤やもやもやをそのまま出せたこの場で、そのことに初めて気づけた」**というコメントもありました。本当に、今期も参加者のみなさんと一緒に探求し続けたプログラムだったと思います。

参加して下さったみなさん、そして協力団体を含めてこのプログラムに関わって下さったすべてのみなさん、本当にありがとうございました。今期の学びを活かして、来期もまたさらに良いものにしていきます！

子どもが孤立しない地域をつくる市民性醸成プログラム

# Citizenship for Childrenとは？

Citizenship for Children (CforC)は、子どもと自分にとってのよりよいアクションやあり方を探求する「市民性」の醸成を目指すプログラムです。ここではコース全体の流れと、各コースの特徴を紹介します。

What is CforC?

約 **6** ヶ月間

## 市民としてのあり方・アクションを 探求するプログラム



働きながらできることを探したい

ライフワークとして子どもや地域に関わることをしたい

地域を越えて同じ思いを持った仲間と出たい

Who are the participants?

こんな人たちが参加しています

自分のこと、子どものことを深めたい

子どもの孤立や関わり方を学びたい

3つの  
コースで

# 市民性の輪、広がる

2019年度から全国展開を始めた CforC。2020年度は、従来のプログラムを「探求コース」と位置付けた上で、「基礎知識コース」や「プロジェクトコース」を新設し、活動を一気に加速させました。

01/ 詳しくはp.8参照 **講座**

## 基礎知識コース 講座で学ぶ

子どもと接するときの知識やマインドセットを学ぶ

月1回、60分～90分程度のオンライン講座を配信  
(全6回)

動画の視聴と質疑応答を通じて、「子どもへの“支援”を問い直す」「まちの風景から眺める、子どもの暮らしと市民性」など基礎知識やマインドセットを体系的に学べるコース。今期は合計64人が受講しました。



2020年度  
参加者数 64人



2020年度  
参加者数 34人

02/ 詳しくはp.10参照 **講座 + ゼミ + リフレクション**

## 探求コース 実践と学びを行き来する

自分と子ども、地域にとってよりよい関わり方を探求する

講座に加えて、ゼミやリフレクションを通じて子どもと自分とのよい「間」について経験学習する

講座に加えて、仲間と一緒に市民性を探求するゼミや、子どもとの関わりを振り返るリフレクションを実施。今年度は水戸、奈良、一般（地域横断型）の3クラス、合計34人が受講しました。

03/ 詳しくはp.12参照 **プロジェクト**

## プロジェクトコース アイデアを形にする

それぞれの地域で、自分にできることを始める

チームをつくり、アイデアを形にする

地域のなかで自分が実践したいアイデアを具体的な形にするためのコース。探求コースの修了生が対象で、今期は合計9チームが新規プロジェクトの立ち上げに取り組んでいます。



2020年度  
参加者数  
合計9チーム



# 01 / The BASIC Course

## 基礎知識コース

eラーニングでいつでも何度でも受講可能に  
6名の実践家や専門家と「優しい関わり」を学ぶ



2020年度に始めた新たな取り組みの一つが、「基礎知識コース」の開設です。児童精神科医やソーシャルワーカー、まちづくりのプロなど、実践家や専門家による全6回の講座内容を録画し、オンデマンド形式で配信しました。この取り組みにより、基礎知識コースの受講者は一定期間内ならいつでも、好きな場所で学ぶことができるようになりました。

また、「コース参加者と学び合いたい」という声に応えるために月1回、他の参加者と同じタイミングで視聴する時間を設けました。動画を視聴した後は、Zoom上で少人数のグループに分かれて感想や疑問を共有し合い、学びを深めることができる「感想共有会」を実施。オンライン上で講師とやりとりができる質問タイムも設けました。動画を視るだけでは消化できなかったことを解消する機会をつくることで、参加者からは「個人的に感じた疑問をぶつけることができ、とても勉強になった」などの感想が寄せられました。

2020年度はすべてオンラインで実施しました

### 参加者データ 基礎知識コース 2020年度

#### 年齢

18～24歳	13人
25～34歳	21人
35～44歳	16人
45～54歳	10人
55～64歳	1人
65歳以上	3人

#### 職業

会社員	22人
高校生・大学生・院生・専門学生	11人
病院・学校・福祉施設スタッフ	9人
その他（フリーランスなど）	9人
社団法人・財団法人	5人
NPO・NGO職員	3人
行政・自治体職員	2人
地域活動・任意団体	2人
経営者・会社役員	1人

New!

2020年度は  
オンライン化で

# ニューノーマルに対応

いつでも好きなときに学べる

## オンデマンド

eラーニング

コロナ禍を考慮し、2020年度は全講座をオンデマンド配信。一定期間内なら、好きなときに何度でも視聴できるようにしました。eラーニングの仕組みを取り入れることで、場所や時間に縛られることなく学ぶことができ、汎用性が広がりました。

同じ時間にメンバーと一緒に学ぶ

## リアルタイム配信

感想共有会

講師に質問タイム

月に一度は、参加者が同時に視聴できる日を設定。動画の視聴後には、オンライン上で少人数のグループに分かれて感想や疑問を共有しながら学びを深めました。

感想共有会に続いて、講師と参加者がオンライン上で直接対話できる時間を設けました。参加者からは、「より深い気づきが得られた」などの感想が寄せられました。

2020年  
08月

Day1



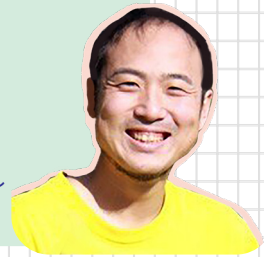
講師 **小澤いぶき**  
認定NPO法人PIECES代表理事  
／児童精神科医

### 子どものこころの 発達への 理解を深める

- 子どもの認知
- 子どもの情緒・自尊感情
- 発達におけるリスク
- 心の孤立のメカニズム

09月

Day2



講師 **神林俊一** さん  
一般社団法人プレーワーカーズ 理事  
／事務局長

### 子どもへの"支援"を 問い直す

- 子どもたちにとっての遊び
- 遊びと居場所  
～あそびーばーでの実践～
- 対談① 子どもへのまなざし
- 対談② 支援のカタチ

10月

Day3



講師 **山下仁子** さん  
NPO法人ビーンズふくしま

### 子どもたちの"生きづらさ" に心を寄せる

- ビーンズふくしまの活動紹介
- 貧困の中を生きる子どもたち
- 対談① 信じ続け、関わり続ける
- 対談② 子どもと関わるうえでの姿勢

11月

Day4



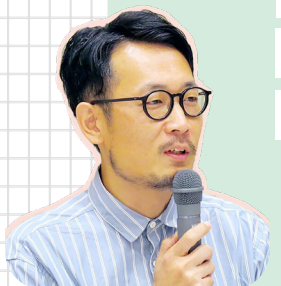
講師 **安井飛鳥** さん  
弁護士法人ソーシャルワーカーズ

### 子ども・若者にとっての "支援"を紐解く

- ソーシャルワーカーズの活動紹介
- 公的機関・専門職として出会う子どもたち
- 対談① 専門家と市民、それぞれの特徴と役割
- 対談② 市民性を発揮するうえで大切にしたいこと

12月

Day5



講師 **田北雅裕** さん  
九州大学大学院人間環境学研究院  
専任講師

### まちの風景から眺める、 子どもの暮らしと 市民性

- まちの風景から眺める
- まちの広がりの中で
- 対談① まちづくり×子ども
- 対談② まちづくりで大切にしていること

2021年  
01月

Day6



講師 **西川正** さん  
NPO法人ハンズオン埼玉 理事

### 子どもの孤立を防ぐ、 コミュニティのつくり方

- まちづくりの取り組み
- 取り組みの背景にある課題意識
- 対談① あそびとつながり
- 対談② 共に育つ、共にある



# 02/ The INQUIRY Course

## 探求コース

実践と学びを行き来しながら仲間と一緒に  
子どもたちと関わる一歩目を探求



基礎知識コースの内容に加えて、月1回のゼミとリフレクションを通じて子どもたちとの関わり方をより深めていくのが、この「探求コース」です。新型コロナウイルスの感染拡大を受けて、2020年度はZoomやGoogle Classroomなどを駆使しながら、離れた場所においても仲間と学び合える環境を整えました。さらに、今期は水戸クラス、奈良クラス、地域横断型の一般クラスという3つのクラスを設け、CforCの全国展開に向けた動きを加速させました（詳しくは右ページ参照）。

ゼミでは「自身の価値観を深ぼる」「地域の社会資源と市民性」など、各回のテーマに沿って少人数のクラスでグループワークを実施。リフレクションでは、事前に参加者に書いてもらった「プロセスレコード」（実際にあった、自分と子どもたちなどとの関わりを客観的に振り返るためのワークシート）を使いながら、対話を通じて自分と相手にとってよりよい関わりかたを見つめるセッションを行いました。

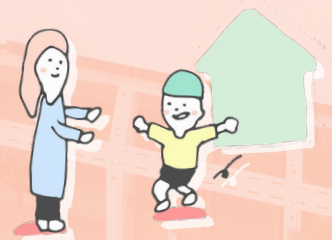
### 2020年度のゼミの内容

- 第1回 チームビルディングと目標づくり
- 第2回 市民性と「間」
- 第3回 自身の価値観を深ぼる
- 第4回 地域の社会資源と市民性
- 第5回 子どもと自分の「間」を創造する
- 第6回 ここに生まれたものをつみ、これからの未来を考える

+

### リフレクション

リフレクションとは、関わりを客観的に振り返り、場面を再構成することで、相手の言動の背景にある考えや願いを探求し、自分自身の大切にしたい想いや価値観に気づくことを目的にしています。特にPIECESの場合は、人と関わる際に「自分が大切にしたいこと」を大切にできるようになることを目的にしています。





## 一般クラス **New!**



Online!



### 住んでいる地域の枠を越えて、13人の仲間と学び合う

東京、大阪、高知、福岡などに住む13人が、それぞれの地域で自分にも相手にとっても優しい「間」をつくるための市民性を探求し、培っていきました。参加者からは「遠隔地の方々とつながれるのはオンラインの醍醐味だと思いました」「CforCで生まれたつながりを、今後の地域活動にどう生かせるか考えたいです」といった声が聞かれました。

参加者 **13**人

参加者データ

一般クラス  
2020年度

年齢	職業	人数
18～24歳	大学生・大学院生・専門学生	4人
25～34歳	自営業・フリーランス	4人
35～44歳	病院・学校・福祉施設スタッフ	2人
45～54歳	経営者・会社役員	1人
55～64歳	会社員	1人
65歳以上	その他	1人

## 水戸クラス

### 多彩な人たちと対話しながら地域のつながりを深める



>>協業団体

NPO法人セカンドリーグ茨城  
詳しくはp.21 参照

2019年度に引き続き、地域の資源をつなげることで「協働型社会」の実現を目指すNPO法人セカンドリーグ茨城さんと協働で展開した水戸クラス。今期は大学生から教員まで、合計9人が参加しました。10月には、水戸の市民センターをお借りして対面とオンラインを組み合わせたハイブリッド型のゼミも開催し、参加者同士で地域のつながりを深めました。

参加者 **9**人

参加者データ

水戸クラス  
2020年度

年齢	職業	人数
18～24歳	大学生・大学院生・専門学生	3人
25～34歳	行政・自治体職員	2人
35～44歳	地域活動・任意団体	1人
45～54歳	教員	1人
	自営業・フリーランス	1人
	その他	1人

## 奈良クラス **New!**

### 子ども食堂で、地域の子供と触れ合う現場実践も行う



>>協業団体

Living in Peace

認定NPO法人Living in Peace

詳しくはp.20 参照

「機会の平等を通じた貧困削減」を目指す認定NPO法人Living in Peace (LIP)さんとともに、LIPさんが運営する子ども食堂「りっぶキッチン永和町」がある奈良県大和高田市周辺の居住者向けにCforCを展開しました。10月には、りっぶキッチンのお手伝いをしながら子どもと触れ合う現場実践を行い、奈良クラス全12人のうち9人が参加しました。

参加者 **12**人

参加者データ

奈良クラス  
2020年度

年齢	職業	人数
18～24歳	大学生・大学院生・専門学生	4人
25～34歳	会社員	3人
35～44歳	自営業・フリーランス	2人
45～54歳	社団法人・財団法人	1人
	行政・自治体職員	1人
	経営者・会社役員	1人

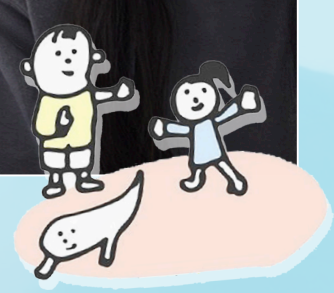


# 03 / The PROJECT Course

## プロジェクトコース

—探求クラス修了生向け—

研修と対話を通じて「場づくり」に取り組む



「子どもの孤立」の問題を解決するときには大切なのは、信頼できる他者の存在です。それは家族や支援者との関係といった固定的なものではなく、子どもの周りに優しい「間」＝信頼できる関係を届けることが子どもの孤立を防ぐとPIECESは考えています。そして、子どもたちの周りに優しい「間」があふれる地域をつくるには、私たち一人ひとりが優しい「間」をつくる主体になることが大切だと感じています。

そこで今回は探求コースの修了生を対象に、新たなプロジェクトを立ち上げ、自分なりのアクションを探求する「プロジェクトコース」を新設しました。このコースを通じて、水戸クラスから4つ、奈良クラスから2つ、一般クラスから3つのプロジェクトが誕生（詳しくは右ページ参照）。必要な知識や考え方を学ぶ月1回の「研修」と、対話を通じて内省と探求を深める「間の発酵所」を通じて、それぞれの地域で優しい「間」をつくろうと取り組んでいます。

### プロジェクトコースの概要

研修

- 2020年12月 想いを掘り下げる
- 2021年 1月 ヒアリング&リサーチ
- 2月 フィードバック会
- 3月 セーフガーディング

※子どもたちを危険から守るために、プロジェクト実施にあたり大切にすべきことを学ぶ。

対話

プロジェクトを作っていくなかで自分の考えを「発酵」させる場

# 9つのプロジェクトが立ち上がりました！



## まちのこベースプロジェクト 水戸クラス

支え合い、育て合いができる場をつくるプロジェクト。そのために人生を歩んでいける人を少しでも増やすため、地域の小学生～高校生を対象に、子どもの「やりたい」を叶えるワークショップや継続化する場の設置を目指す。

## 七輪でやきいもしよう

### 奈良クラス

屋外で七輪を使い、地域の子どもやそこに住む人が緩やかにコミュニケーションできる場づくりを行うプロジェクト。誰かが運営しているわけではない、みんなの憩いの場所になることを目指す。

## 秘密の作戦会議をしよう！

### 一般クラス

障がい児をきょうだいに持つきょうだい児同士が互いにつながる機会を作ることが目的。きょうだい児たちが自分らしく生きられる社会を目指し、プロジェクトはヒアリングから始める。

## やまとたかだの「ヤサシマヤ」プロジェクト

### 奈良クラス

自分の時間を少しずつ持ち寄り、優しい「間」を紡ぐプロジェクト。今回は支援につながりづらい子ども、社会貢献やボランティアに関心や想いがある市民との架け橋として、子ども食堂や社会資源のマップづくりを行う。

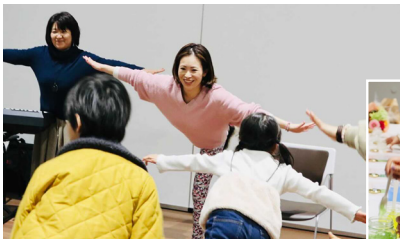


## 正安寺ふらっと 水戸クラス

学校に行かないという選択をしている子、学校になじめない子の居場所をお寺で開くことを目指すプロジェクト。ふらっと気軽に寄れる居場所を目指す。

## Koco·de 水戸クラス

不登校になりそうな中高生向けのサポートをするともに、地域の場では子どもから住民までふらっと立ち寄れる場づくりを目指すプロジェクト。



## 読み聞かせヨガ 水戸クラス

自己肯定感が上がるようなイベントをつくるプロジェクト。子どもだけでなく親子なども対象に、絵本やヨガ、色、香りなど五感を通して、自分の中にある幸せな感覚を見つける場にする。



## +laugh(アンドラフ) 一般クラス

重症児(者)施設を駄菓子スペース、ママ・パパサークルの活動、高齢者向け体操サロンなど多目的に使ってもらうことで、地域の人が「自分のため」と感じる場をつくる。

## こばん 一般クラス

気軽に声をかけあう地域の人(こばん)を増やすプロジェクト。夜19時までの居場所の提供や多目的に大人も場に来る仕組みをつくり、子どもを見守る目を増やすことを目指す。

Event!

5月5日の「こどもの日」に  
特別イベントを開催！

2021年5月5日(水)に各プロジェクトで優しい「間」が生まれるような場を開いたり、イベントを行ったりする予定です。詳細はPIECESホームページなどでお知らせします。





Case 01

## 目標が同じでも、人によって考え方や感覚は違う 無理に合わせようとせず、ともに歩めばいいと気づいた

一般クラス 影近卓大さん / 経営者

**Q. CforCに参加したいと思ったきっかけは？**

訪問看護や重症児デイサービスを手がける合同会社の経営者をするなかで、障害の有無にかかわらず人と人が関係性を生み出せる地域をつくりたいとの想いをずっと持っていました。そんなときに PIECES を知り、自分の経験と CforC での学びを掛け合わせれば、もっと地域のためになれるかもと思ったのがきっかけです。

**Q. 影さんは、探求コースのなかでも地域横断型の「一般クラス」に参加されました。**

他の地域でやっている活動とのつながりができたことや、地域差を知ることができてとても良かったです。いつか仲間に会いに行くという楽しみも増えました。CforCのようなプログラムは参加者や運営者によって大きく左右されると思いますが、参加者にはあたたかくて自分をオープンにできる方が多いという印象です。偶然的に集まった人たちとのコミュニティなのに、心理的安全性が担保された場所になっていたことはとても興味深かったし、貴重な体験でした。

**Q. CforCのプログラムを受けて、ご自身の変化を感じた点がありますか？**

自分の感情に寄り添えるようになりました。ネガティブな感情を閉じ込めたりせず、自分を大切にします。そのベースがあるからこそ他者も大切にできるのだと改めて思います。

子どもに対しては、以前にも増して、目の前にいる子の本当の願いは何だろう、どんな気持ちでここにいるのだろうと思いを巡らせるようになりました。「こうかもしれないし、ああかもしれない」と思いながらも、何かを断定したりするわけではない。「かもしれない」と思える幅が増えた気がします。

**Q. そのような変化は、具体的にどのプログラムを通じて得られたのでしょうか？**

リフレクションが大きかったように思います。感情の揺れ動きや思いを文章やビジュアルにし、自分の行動を観察することで思考のクセなどに改めて気づきました。また、他の方のリフレクションを通じて、自分とは違う葛藤や悩み、考え方や価値観を知ることができたのも大きかったです。目標は同じでも、異なる考えや

感覚を抱くことはよくあります。そこで無理に合わせようとするのではなく、「そうだよな」と思いながら歩み続けられればいいのだと思うことができました。

講座では、西川さん(p.9 参照)のお話が印象的でした。私はいつも、「自然な関わり」を大切にしたいと思いつつも、それを意図的につくろうとする不自然さのようなものに葛藤を抱いていました。西川さんの話を聞いて、「きっかけはつくるけれど、あとは他の人たちに任せる」ことがしたいのだと気づきました。そこで生まれた関わりに自分も混ざりたければ混ざればいいし、とはいえ全部に関わる必要はない。そのことにハッと気づいた瞬間が、とても印象に残っています。こうした感覚を言語化できるようになったこと、解像度が上がったという感覚を持ってたことが良かったです。

**Q. 最後に、CforCをどんな人に薦めたいですか。**

地域に出てみたいけれどきっかけがない、コミュニティや子どもたちどう関わればいいのかわからないという人にぜひお薦めしたいです。

想いはあるけれどきっかけがないという人たちはたくさんいます。そんな方々に対していきなり、「地域にデビューしてください」と言っても戸惑われるだろうし、「なんだか怖いな」と思いますよね。そんな方々たちにとって、CforCは学びながら地域とつながるきっかけを提供できるプログラムだと感じます。そして、分野問わずみんながつながり合うことが地域の市民性になり、それができて初めて一人ひとりが市民性を発揮できるのだと私は思います。

### 新規プロジェクトも始動！



重症児（者）施設の一部を使って、地域の人が「自分のため」と感じる場をつくるための取り組み「+laugh」（アンドラフ）をスタート。2月にはワーキングセッションも開催。



Case 02

## 「市民性」には、自分の価値観がにじみ出る ありのままの自分で子どもと関わっていいと思えた

奈良クラス 糠塚歩里さん / 会社員

Q. CforCに参加したいと思ったきっかけは？

社会人をしながら心理学を学んでいるときにPIECESとCforCの存在を知り、私も目の前の子どものことを考えられる人でありたいと思って申し込みました。

Q. CforCのプログラムで、特に印象に残っていることを教えてください。

市民性という言葉とリフレクションです。CforCが掲げる、「目の前の子どものプロになって優しい関わりを持つこと」が「市民の専門性」だという考え方が、私にはとてもしっくりきました。だからこそ、市民性には自分の価値観がにじみ出るものだと思うし、子どもと接する中で出てきた行動や想いを紐解いていくリフレクションは貴重な経験でした。

リフレクションでは、プロセスレコードを使って自分の経験を細やかに振り返っていきます。何を見て、何を感じ、私の心がどう動いたかを客観的に捉え直すなかで、自分が過去に経験したことなどの積み重ねで今の行動や感情ができていくのだと改めて気づく機会になりました。

また、リフレクションで参加者同士が問い掛け合い、誰かの視線が交わることによって自分のなかに新しい問いが生まれることや、誰かの経験や想いに寄り添うという行為そのものが私にはあたたかく感じられて、大好きな時間でした。

Q. プログラムを通じて、ご自身が「変わったな」と思うことはありますか。

一番は、ありのままの自分で子どもと関わっていいのだと思えるようになったことです。子どもと関わる時に「役割」なんて必要ない、その時々生まれてくる自分の気持ちを大切にしながら一緒にいければいいのだとわかりました。

また、勇気を出して一步を踏み出せるようになりました。私はこれまで、新しいことを始める前には石橋を壊れるくらいまで叩くタイプだったのですが、今は「ちょっといいかもしれない」と思ったらもう片足が出てくる（笑）。これは、CforCを通じて出会った皆さんと共感し合い、応援し合える関係を築けたことも大きく影響していると思います。

CforCの一番の宝は「人との出会い」だと思います。外ではそれぞれ異なる仕事や役割を持つ人たちがCforCで出会い、短い期間に一気に信頼関係を結んでいけたのは本当にすごいと実感しました。この先も、奈良クラスで出会った皆さんと手をつないで一緒に何かやっていたい関係でありたいと思っています。

Q. CforCのプログラム開催期間中に、子ども食堂での現場実践もスタートされました。

何より子どもが好きだ！という想いから週1回ペースで通っています。CforCに参加する前に思っていた「子どもたちに何をしてあげたらいいだろう？」という気持ちはなくて、ありのままの自分で子どもたちと一緒にいる時間を純粋に楽しんでいます。そんなふうに通うからこそ、子どもたちがある日ポロっと大切な話をしてくれることがあるかもしれない、と感じます。

一方で、想像力はしっかり働かせておきたいと思っています。いろんな可能性を持ちながら人と向き合うことの大切さは、まさにリフレクションから学びました。勝手な判断を下したりせず、目の前にいるその子の気持ちや言葉を最優先しながら、ともに関係性を育んでいきたいです。

私にとって、CforCでの学びは何度でも立ち帰ることができる居場所のような存在です。CforCのプログラムが終わった今でも、改めてノートにメモした内容を見返してハッとすることがあります。ときどき振り返りながら、学びを自然に実践できるようになれたらいいなと思っています。

### 奈良の仲間と「りっぷキッチン」へ！



10月には奈良クラスの参加者たちと一緒に、奈良県大和高田市にある子ども食堂「りっぷキッチン 永和町」での現場実践に参加。

質疑応答で、講師のみなさんが悩みながらも  
**綺麗事ではない回答を返して下さる**姿勢  
に、感銘を受けました。

会社員・55-64歳

「子ども」を共通項にいろんな属性の人の  
**話を聞いた**のが面白く、子どもを多角的に捉える  
材料になった。

大学生・18-24歳

実践事例だけでなく、その背景にある考えや子ども  
への視点を知り**知識だけでなく自分になかっ  
た価値観を得られた**のがとてもよかった。

大学生・18-24歳

**オンラインで自由な時間に見ることが  
できる**ので参加しやすかった。講座の流れが、次第に  
実践に向かうように作り込まれており、具体性が高  
まっていく感じが良かった。

経営者・25-34歳

## 01 公開講座について

Open lecture

**質疑応答は、実際に感じた疑問をぶつけ  
られるというとても勉強になる場**でした。  
もっともっと深いところまで見てみたいと感じ、  
講師の先生方の書籍を読んだり、紹介された場所を  
調べてみたりしています。対話形式の回も、とても見  
やすかったです。

自営業・35-44歳

みんなの声を集めました



## CforCに参加してみて どうでしたか？

住んでいる地域が違って、**オンラインでコ  
ミュニケーションをとりながら一緒に作  
業を進めていくプロセスは新鮮で楽し  
かった**です。

主婦・35-44歳

初回ゼミの導入で、みんながあれほどすぐに自己開  
示を始められたのは**魔法を見るようだった**。  
**あれがあったからこそ、全体の深い学びに  
つながった**という気がしています。来年も再来年  
も、あの魔法の時間が生まれてほしい。

会社員・55-64歳

## 02 ゼミについて

Seminar

ワークをやることで、他のクラスメイトとの距離が  
縮まり、周りの社会資源に目を向けることができま  
した。**大人になってからの宿題やワークは  
意外とワクワク感があり楽しかった**です。

自営業・35-44歳

**効果的なメソッドを使って、体験しながら  
理解できるように工夫がされていました**。  
自分のような未経験者でも楽しく参加でき、たくさ  
んの気づきが得られて良かったです。

自営業・65歳以上



自分の事例を紹介する際には、自分では気がつかなかった視点などに触れることができ、ものの見方の幅に気づかせていただきました。**こんなにも1人のことを全員で一生懸命に想うことそのものへの優しさやあたたかさに、毎回感動**していました。

主婦・35-44歳

自分にも他者にも、一歩立ち止まり、客観的に見る視点が備わった気がする。**自分の考えに偏りがあ**ることも、**他の方の豊かな視点を知ること**で分かったし、**私も他の方の視点に気づけたことで視野が広がった**のが純粋に嬉しい。

自営業・35-44歳

## 03 リフレクションについて

Reflection

質問して気づくこと、質問されて気づくこと。一つの場面をいろいろな方向から見ることで、**子どもに対する見方が変わったように感じるのはリフレクションのおかげ**だと思っています。

自営業・35-44歳

優しくみんなが受け止めてくれる空間だからこそできることだと感じます。**いろんな問いを投げかけてくださることで、すごい気づきがある**のでよかったです。

大学生・18-24歳

自分の経験に他者の視点が混ざることが、このリフレクションの一番の素敵部分だと思っています。**その時点とは違う見方で出来事を再体験することで、自分自身が楽になることも多かった**です。

会社員・25-34歳



## 04 プログラム全体について

Program

**仕事柄、自分自身の気持ちなどを発表したりする機会がないなか、ゆっくり少しずつ自分の気持ちを話すことができたのは、このプログラムだったから**だと思っています。どんな人でも参加できて、クラスのみならず一緒に学んでいくなかでいつの間にか自分のなかで何かが湧き上がってくる、とても素敵なプログラムでした。

自営業・35-44歳

**自分史上、最高の学びでした。** 出会うべくして出会った。自分の回り道はここに来るためだったのか、と思えるぐらい。このプログラムをよくしていくために、**今後も引き続き関わっていくことが私の希望ですし、感謝の証し**だと思っています。

会社員・55-64歳

スタッフの方々がとても丁寧な関わりをしてくださるなど感じました。**人を大切に、優しい「間」が生まれるような関わりをしてくださっているんだ**など感じる6ヶ月でした。

大学生・18-24歳

# アンケート調査からみえる参加者の学び

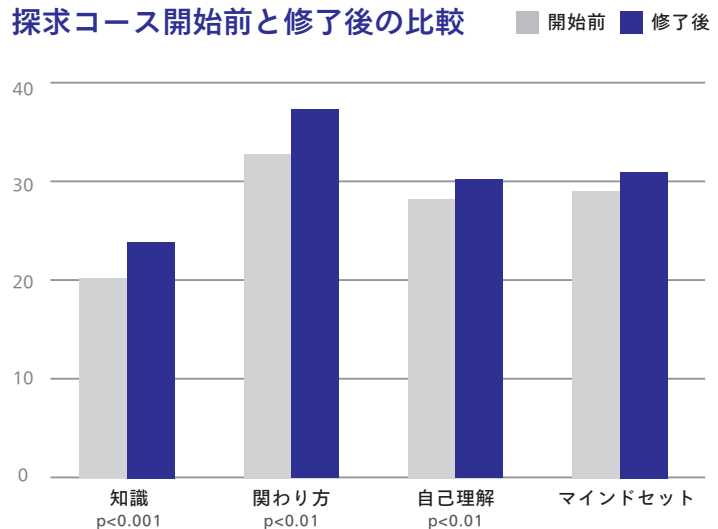
CforCのプログラムを受ける前と受けたあとで、参加者にどのような変化があったのかを確かめるためにアンケート調査を実施しました。ここでは、その分析結果をご紹介します。

## 学習効果について

### プログラム参加者にアンケート調査を実施

CforCでは、子どもと関わるための「知識」「関わり方」「自己理解」「マインドセット」を学んでいきます。そこで、それぞれの程度学習が進んだかを確認するために、プログラム開始前と修了後で、同じ項目のアンケート（質問数26）を実施し、ウィルコクソンの順位と検定で分析を行いました。

探求コース開始前と修了後の比較



### 探求コース結果

### 子どもへの関わり方や自分の生き方にも変化が

「知識」「関わり方」「自己理解」のカテゴリで、プログラム前後で有意な差がありました（右上グラフ参照）。「マインドセット」は、有意差はみられなかったものの中央値は向上していました。ここから、すべての項目でプログラムの効果があったことがわかりました。

特に、「子どもへの関わりに対して、子どもに本当に必要なものはなにかを常に考え、関わり方を創造的に考え、実践する」「自分なりの市民性を発揮できる活動・プロジェクトに関わっている」といった行動の変化について有意差が見られたことから、プログラムの受講が優しい「間」へとつながっていることが感じられました。

さらに、「自分の人生における『子どもに関わること』の意義を語ることができ、自分の果たしたい役割を強く感じている」「子どもの感情と同時に、自分の感情も大事にする」にも有意差が見られ、参加者自身の生き方にも影響があることが窺えました。

### 基礎知識コース結果

### 4カテゴリすべてに有意差 関わり方の質も向上

「知識」「関わり方」「自己理解」「マインドセット」のすべてのカテゴリで、プログラム前後で有意な差が見られました。ここから、すべての項目においてプログラムの効果があったことがわかりました。

基礎知識コースは、探求コースに比べて子どもと初めて関わる方も多かったのですが、「子どもは弱い立場なので、一方的に守ってあげなければならない支援対象だとは考えず、『～してあげる』『～させる』という考え方や言葉がけはしない」「相手に合った話の聴き方ができるだけでなく、話の幅や深さを広げられるような問いかけをする」の項目が伸びるなど、実際の子どもの関わり方の質の向上にも効果があったことがわかりました。

#### 【子どもへの関わり方の質の向上】

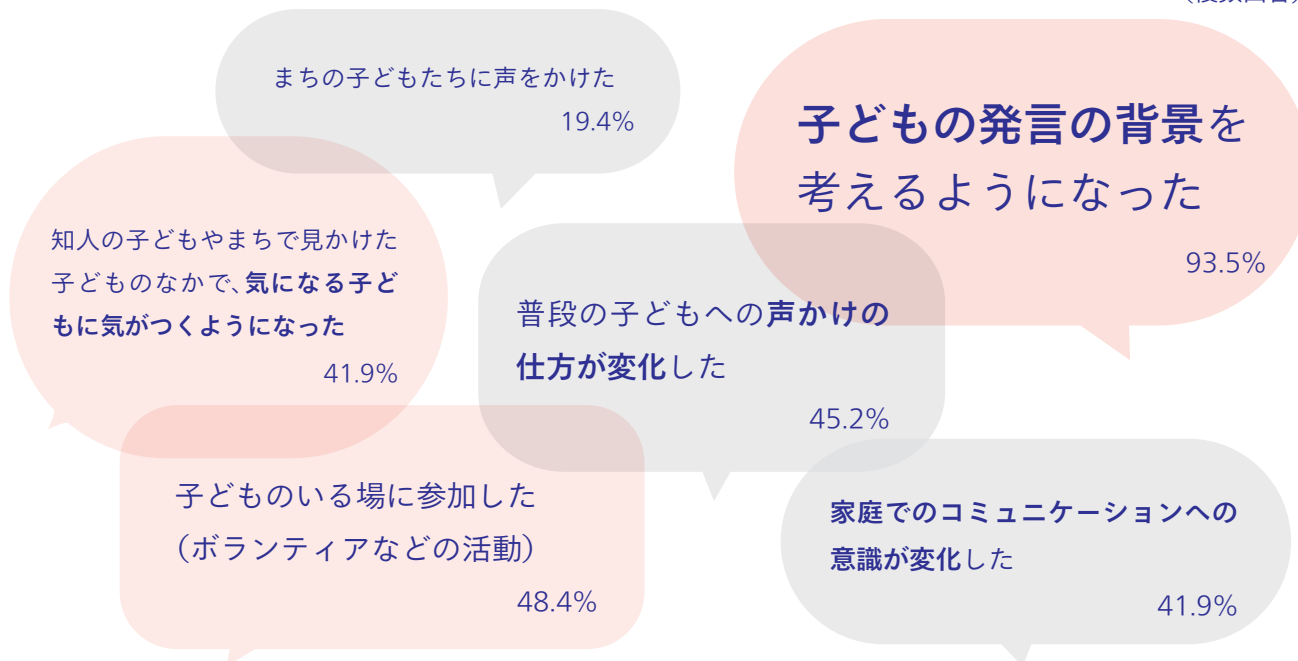
守ってあげる  
"支援対象"



相手に合わせて話を聴く  
話を深める  
問いかけ

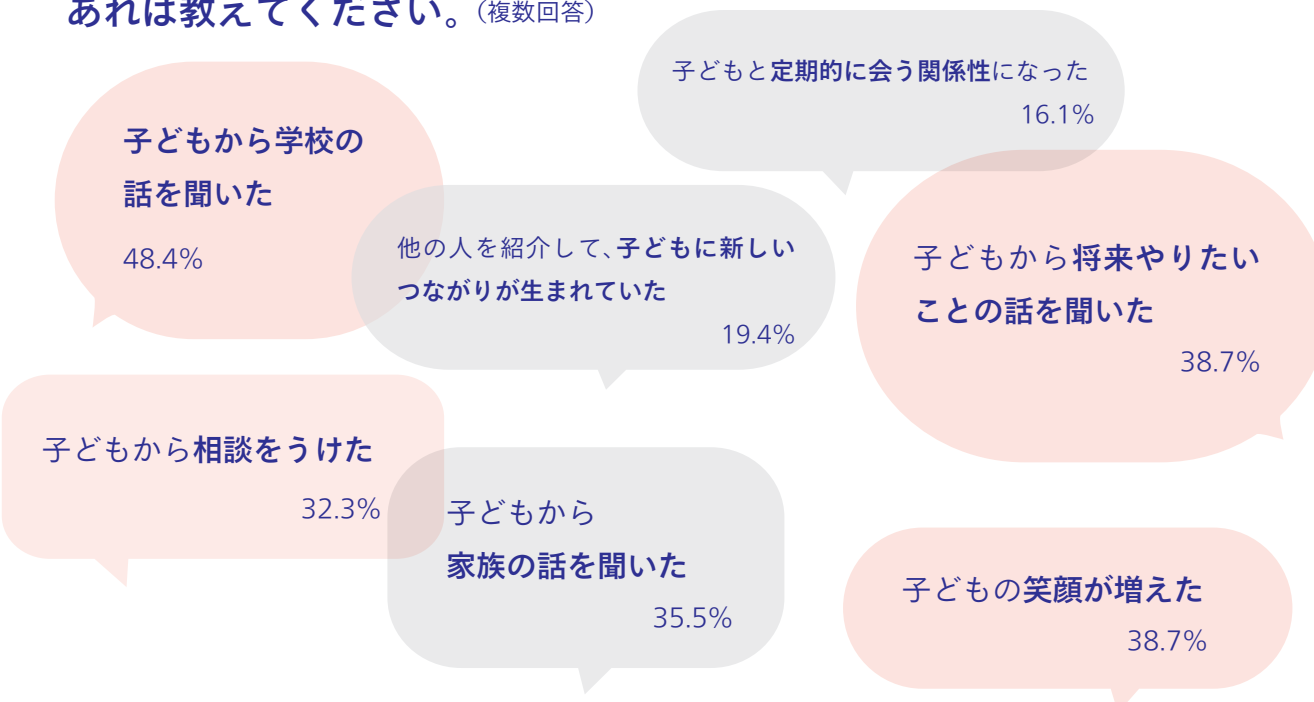
## 参加者の具体的な変化

Q. このプログラムに参加して、変化した自分の行動があれば教えてください。  
(複数回答)



プログラムを受けて子どもとの関わりでどのような変化があったのかを具体的に聞いたところ、全参加者のうち9割以上が「子どもの発言の背景を考えるようになった」と回答し、子どもとの関わりに重要な想像力が培われていることがわかりました。

Q. プログラムに参加するようになって、子どもの様子で変化したものがあれば教えてください。(複数回答)



子どもの様子に変化したかどうかについて聞いた項目では、「子どもから相談を受けた」(全参加者のうち約32%)、「子どもから学校の話聞いた」(同・約48%)、「子どもから家族の話聞いた」(同・約36%)など、子どもとの関係性が変化したとの声が多く見られました。



# 地域で優しい“間”を はぐくみ続けるために

CforC2020「探求コース」の水戸クラスと奈良クラスは、地域で取り組みを続けるNPOとともに展開しました。ここでは2020年12月に行ったFacebookライブ鼎談の内容を基に、各団体の活動内容やPIECESとの協業に込めた想いなどをお伝えします。

NPO法人セカンドリーグ茨城  
理事長 横須賀聡子さん



認定NPO法人PIECES  
理事 齋 典道



認定NPO法人Living in Peace  
理事 伊勢巧馬さん

## “地域で子どもを支えるには 市民一人ひとりの力が不可欠”

**齋** 横須賀さんが理事長を務めておられるNPO法人セカンドリーグ茨城とは、2019年度に続き2度目の協業でした。そもそも、PIECESのCitizenship for Childrenのプログラムに魅力を感じた理由は何でしょうか。

**横須賀さん（以下、横須賀）** 専門家以外の人の市民性をどう育てるかに目を向けているプログラムだという点が、すごく魅力的だと思いました。個人的に精神障がいのある方やそのご家族に接する機会があるのですが、皆さん孤独だった頃のお話をされます。「大変なことになる前に、近くに誰かいたらよかったのに」と思うことも多くて。多分それは、「職業」として医療や福祉に携わる方々というより日常的に声をかけてくれる存在なのだろう、そんな人たちを増やしたいという私の願いにぴったりと感じたのです。

私たちが活動している茨城・水戸は高校生がたくさんいる街です。例えば、

水戸駅周辺に思春期を迎えた人たちの居場所があれば環境が変わるのではないかと考えています。実際に私も細々と場所を開けているのですが、私に関わる場はもちろん、子どもたちの育ちを支える学童さんやイベントなどにもボランティアに来てくれる人がたくさんいたら、地域環境が変わっていくと実感しています。

**齋** 伊勢さんが理事を務める認定NPO法人Living in Peace（LIP）とは、今期が初の協業になりました。なぜ、奈良と一緒にプログラムを運営しようと思ったのですか。

**伊勢さん（以下、伊勢）** CforCのことは2018年頃にインターネットサイトで知りました。横須賀さんの着眼点と近いですが、非専門職の方、特に市民の

方の世界観を変えて、子どもたちに届けるというCforCのコンセプトに惹かれました。

協業したいと思った理由は2つあります。1つ目は個人的な理由で、自分が子どもの頃、そんな大人にいてほしかったということ。2つ目は、LIPが都市部ではなく地方で地域支援を行っているということです。地方はリソースが少なく、自治体の財政状況があまり良くない上に民間の支援も育っていません。でも、子どもたちはしんどい思いをしている。だから、市民の方に子どもの支え手になってもらうという道しかない。どうやって最適形に持っていきけるかなと考えていたときにPIECESに会い、奈良の大和高田市でCforCをやりたいと思いました。

「支援」という言葉すら必要のない

社会をつくりたい（伊勢さん）



Living in Peace

認定NPO法人Living in Peaceとは

「すべての人にチャンス」「働きながら、社会を変える。」をモットーに、国内外で活動を展開。関西では、孤独を抱えながらも支援につながれず、地域に取り残された子どもたちの支援に取り組む。



## みんなで生きていく地域になれたらいい

(横須賀さん)

NPO 法人セカンドリーグ茨城とは  
地域の課題解決に意欲的に取り組む市民や団体に対して、情報の提供や運営の相談、相互の交流、協働の促進をすすめ、弱体化しつつある地域コミュニティの再生と、地域社会と行政との協働の機会を創出することで「協働型社会」の実現を目指す。



鼎談の様子は動画でも

ご覧いただけます



## ” CforCで「共通言語」を持つことで互いを補完し合う関係になれる ”

**斎** 実際に、お二人が活動している地域でプログラムを展開してみてどうでしたか？

**横須賀** 受講した方々の間で共通の基盤や感覚を持てるというのはすごく強いなと思っています。

水戸の場合、参加者には既に自分で活動している人も少なくありません。その人たちが、じわじわと支え合える関係ができてきている。それが強いなと思います。本当に地道な活動だから目に見える変化を示すことは難しいですが、CforCのプログラムを通じて子どもとの関わり方などについて基本的なことを共有しておけば、困ったときに連絡したり、お互いの活動を補完できる関係になれるというのはすごく魅力的です。

**伊勢** 私には2018年にCforCのオブザーバーとして参加した経験がありますが、当時はプログラムの真価を見極めなければいけない立場だったので、自分の感想を持つ余裕がありませんでした。今回、運営側として改めて参加してみて、子どもとの関わりのなかで立ち現れる自分の内面を他者に共有するという体験の意味を深く感じる事ができました。

自分の内面を共有する仲間がいることは貴重だけれど、振り返り内省する過程はとても苦しいものでもありま

す。みんな悩んだり葛藤を抱えたりしますが、そこからつながりや信頼が生まれ、結果的に「戻る場所」になっていく。受講者の居場所になっていることを、側から見ていて強く感じました。

子どもと関わると、苦しませて絶対に出てくると私は思います。肩書きなどを外し、空っぽの自分になって初めて子どもたちは「この人は自分に向き合ってくれた」と感じてくれるような気がします。そういう大人に近づいていけるプログラムだと思います。

## ” いつか「支援」という言葉が世の中からなくなればいい ”

**斎** 今期のCforCの協業を通じて改めて「自分たちの地域をこうしたい」という想いがあればお聞かせください。

**横須賀** みんなで生きていく地域になれたらいいなと思っています。私はいつも、困ったら誰かが助けしてくれると思っています。それってすごく楽に生きられることだなんて。毎日がつらい、消えてしまいたいという人たちの話を聞くたびに、「誰かが助けしてくれるって思えたら違うかな」って感じる

んですね。そういう感覚が当たり前にある社会、助けてって言った誰かが応えてくれるから大丈夫だと思える社会。そんな地域が理想です。

助けてって言っていい。発信したら何かが変わる。そういう社会でありたい。一人ひとりが「私は社会に影響を与えられる人であり、社会の一員として責任を持てる人だ」と思える。シティズンシップって、そういうことかなと私は思います。

**伊勢** CforCのプログラムを受けると、詩人・吉野弘さんの「生命（いのち）は」という詩をよく思い出します。生命は欠如を孕んでいて、そこを補い合い、他者との総和によって世界は成り立っているという世界観でつくられている詩です。私はCforCの端々から、吉野さんの詩に通じる想いや視点を感じます。

私は、いつか誰かが誰かに与える関係性を表す「支援」という言葉がなくなる社会になればいいなと思っています。私の本業は行政職員ですが、PIECESは行政が向かう先の北極星を照らしてくれたと感じています。そしてLIPは、ともにその北極星に向かう力になることができたらと思っています。



現地で活動する皆さんの協力があったからこそ

成り立ったCforC 2020。

本当にありがとうございました (斎)



# Thank you for 2020!



CforCに今期助成をいただいた企業・財団(敬称略)

株式会社大和証券グループ本社

大和証券グループ本社  
Daiwa Securities Group Inc.

公益財団法人パブリックリソース財団

Public Resource PRF

Water Dragon Foundation

Water Dragon Foundation

たくさんの応援をありがとうございます

PIECESメイト  
(継続寄付者)

339名

単発でのご寄付

累計 317名

継続寄付の  
おねがい

5周年に向けて、優しいつながりとともに広げる「PIECESメイト」を募集しています  
詳しくはこちら <https://www.pieces.tokyo/donation>



For Companies and Organizations

## 企業・団体みなさまへ

研修や講演、ワークショップのご依頼をお待ちしています

より多くの方とともに市民性醸成に取り組むために、PIECESでは企業や行政、  
団体さま向けの講演や研修、ワークショップなどを積極的に行っています。

### 講演

代表の小澤いぶきによる、精神科医、児童精神科医として臨床に携わる専門家としての観点と、PIECESを立ち上げ、事業を進める中で得られた経験からお話しさせていただきます。事業をともに進める社会福祉士、ワークショップ開発に専門性を有するメンバーの講演も承ります。目的やテーマに合わせてアレンジしますので、ご相談ください。

#### テーマの例

- » 出会ってきた子どもたちとのストーリー
- » 団体を立ち上げた想い
- » PIECESの活動について
- » 市民性醸成プログラムについて



### 研修・ワークショップ

PIECESが展開する「市民性醸成プログラム」は、児童精神科医や社会福祉士、ワークショップ開発に専門性を有するメンバーらにより独自に開発しています。その研修・ワークショップをベースに、企業や自治体、NPO 団体向けに、子ども支援に関する知識や技術などの研修や、市民性醸成に関するオーダーメイドのプログラムを提供します。

#### テーマの例

- » 子どもの孤立と、子どもの発達・心のメカニズムを考える
- » 司法と福祉と医療の間をつむぐ
- » 子どもの「生きづらさ」に心を寄せる
- » 子どもへの深い理解をもたらす「アセスメント」
- » 子どもと寄り添う優しいつながりのつくり方



2021年度

## Citizenship for Childrenプログラムに興味がある！

そんな方はPIECESのメルマガにご登録ください。募集スタートなどの情報をお届けします。  
登録はこちらから <https://www.pieces.tokyo/>



活動を支えてくれる

### 「まきば」に感謝！

PIECESの活動はスタッフだけでなく、さまざまなバックグラウンドをもつプロボノやインターンのメンバー（通称「まきば」）によって支えられています。この場を借りてお礼を申し上げるとともに、今後のまきばメンバーの活躍にもぜひご期待ください。

団体名 認定NPO 法人PIECES

住所 〒113-0033 東京都文京区本郷3-40-10 三翔ビル本郷7F 小野田高砂法律事務所内  
social hive HONGO

E-mail [info@pieces.tokyo](mailto:info@pieces.tokyo) 設立日 2016年6月22日

ホームページ <https://www.pieces.tokyo/>

#### 役員

代表理事 小澤いぶき 児童精神科医/Founder

理事 青木翔子

理事 斎典道 社会福祉士

理事 荻原国啓 ゼロトゥワン株式会社代表取締役  
社長/SEA代表理事/ピースマインド創業者

理事 小野田峻 小野田高砂法律事務所

監事 佐藤暁子 ことのは総合法律事務所

監事 長田和弘 長田和弘税理士事務所

#### スタッフ

PRコミュニケーター 藤田奈津子

広報ファンドレイズ 若林碧子

デザイナー 長谷川真澄

CforC運営スタッフ 佐藤麻衣

CforC運営スタッフ 栗野紗也華

CforC運営スタッフ 瀬戸久美子

#### 制作協力

デザイン/長谷川真澄

写真/吉澤健太、古立康三

イラスト/細野由季恵

