

補助金対象事業報告書 (平成25年度)

団体名	特定非営利活動法人ウイッシュ・プロジェクト (平成 16 年 1 月設立)
事業名	1) ひきこもり支援に効果的な知識を普及させるセミナーと相談会 2) 働く人および市民活動を行う人が元気になるメンタルヘルスを知る
事業 (該当区分に)	1. 活動促進事業 2. 協働事業 3. 若者活動事業 4. 地域活動チャレンジ事業

1 事業の目的:

目的	長期化・高齢化しているひきこもり問題に対する回復モデルを示すことで、家族のストレスや不安の軽減に役立ててもらいたい。また、ひきこもりの予防の観点から、精神科産業医からメンタルヘルスについて理解を得ることで、働く人や支援活動を行う人のバーンアウトを予防したいと考えている。
----	---

2 事業の実施状況

	事業計画	事業実施結果
実 施 状 況	実施対象者・対象人数(延べ人数) 1) ひきこもり問題に悩む家族および関心のある区民60名 2) メンタルヘルスに関心のある区民100名	1) セミナー参加31名 相談会参加10名 延べ41名 2) セミナー参加38名 当初の予定では定員数50名だったが、小さな会場になったため定員を30名に減らした。
	実施内容 1) セミナー形式で1回2時間・相談会1回3時間 各2回ずつ実施する。 2) セミナー形式で1回120分を2回実施する。 ・講義内容をテープに録音しテープ起こし、編集して冊子を作成する。	1) 質疑応答を含めた2時間のセミナー全2回を実施。 2回目は、引きこもり家族会の家族3名にも参加してもらい、前半講師のセミナー、後半は家族の座談会形式と質疑応答を行う。 2) 質疑応答を含めた2時間のセミナー全2回を実施。 各セミナーの内容を録音してテープ起こしを編集し、冊子2冊分の作成を行い有償で頒布した。
	実施場所 杉並区内の施設及び民間の会議室。	産業商工会館第2集会室、およびすぎなみNPO支援センター研修室
	実施回数・スケジュール 1) 9月と3月の土曜午後にセミナーと相談会を各2回ずつ実施 2) 10月、12月にセミナーを実施。 (講師と日程の調整中) ・各回終了後テープ起こしと編集を開始する。	1) セミナー: 10月14日、3月8日両日も午後2時～4時。 相談会: 11月3日、2回目は日程を参加者の希望に合わせた個別相談で一人1時間行う。 2) 12月20日、1月24日 冊子は、12月分は1月24日発行、1月分は3月20日発行。
	実施体制(従事した人員数・設備等) 実施責任者1名とスタッフ1名を中心に、ボランティア数名。 ボランティアは、名簿作成、チラシ印刷・配布、当日受付など会場準備、資料作成などの作業を担当。毎回の講座のテープお越しと編集を外部業者に依頼。 外部講師には、杉並在住の心理カウンセラーと、精神科産業医を予定。	責任者1名と有償ボランティア4名。 テープ起こしは、すぎなみNPO支援センターの職員に子育て中の在宅の方を紹介してもらい、編集は有志に有償で依頼したため、当初より安価でできた。 講師は、予定通り杉並在住の心理カウンセラーと、産業医に依頼した。
自 己 評 価	計画立案して会場のキャパの変更はあったが、事業内容のアンケートの結果は好評であり、個別相談をした方のほとんどは継続の支援を希望して、自己評価としては できたと思う。	
	[自己評価] <input checked="" type="checkbox"/> できた <input type="checkbox"/> 概ねできた <input type="checkbox"/> あまりできなかった <input type="checkbox"/> ほとんどできなかった	

3 実施事業の効果・成果 及び 自己評価

事業計画時	事業実施後
当初予定したニーズがありましたか。	
<p>1) 杉並区で、長期高齢化といわれるひきこもり問題に 取り組み大きな効果をあげている。この効果的に対応について、ひきこもり問題が長期化している家族へ情報を発信し役立ててもらいたい。</p> <p>2) また、支援者や市民活動家が無力感から来るバーンアウトも少なくない。このような現状から、精神科産業医からメンタルヘルスについて分かりやすく話してもらうことでひきこもりやその家族および支援者のバーンアウトの予防をしたいと考える。</p>	<p>1) セミナーの参加者のうち、9割以上が引きこもりの家族であったり、居場所支援の参考にするために参加した方もいた。アンケートの結果、小・中学校の教員にも聞かせかけたというコメントや、体験談を語る家族の表情が穏やかで、家族会に興味を持ったことが記載されていた。意図していた通りの参加者が集まった。</p> <p>2) 身近な人や自分自身が鬱になりかけていて、職場で生かしていきたいという意見や、職場環境について参考になることが多かった。全体として参加意識の高い人が多く中身の濃い内容で、参加者の反応が良かった。セミナー当日参加できなかった人から冊子の頒布希望が寄せられた。</p>
<p>〔自己評価〕</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> あった <input type="checkbox"/> 概ねあった <input type="checkbox"/> あまりなかった <input type="checkbox"/> ほとんどなかった</p>	
地域の特性を活かした活動になりましたか。新たな問題提起ができましたか。	
<p>引きこもりに限らず、あふれる情報や過度な合理化の中で人々は、自分のキャパシティを超えて周りの環境に合わせようと努力したり、自分に対して失望し自信を失ってしまい、心の健康を損ねてしまうことが多くなっている。発達障害、心の風邪といわれるうつや社会不安症に悩んでいる人も増加している。</p> <p>杉並区は、高齢者が多く、また市民活動が盛んである地域性の中で、市民活動を行う人や支援者自身のメンタルヘルスの必要性を強く感じている。区民が自分のメンタルヘルスを学ぶことで、より良い支援が継続し、市民活動や地域福祉への関心が高まり、安心して活動できる社会になって行くと思われる。</p>	<p>事業の目的・内容には、地方性や都市性の違いはあるかもしれないが、特に地域特性というものが無い活動をしている。そこで、二人の講師は地域実態をわかっている地元の方を招いた。特に、1)の講師は杉並区で長く引きこもりとかかわっており、個別相談では地域に問題を抱えていた人が多かった。</p>
<p>〔自己評価〕</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> できた <input type="checkbox"/> 概ねできた <input type="checkbox"/> あまりできなかった <input type="checkbox"/> ほとんどできなかった</p>	
当初想定した「期待される効果」をあげることができましたか。	
<p>1) ひきこもり問題に悩む家族へは、この企画で広く周知をすくことができ、希望者には家族会での継続的なサポートを行う。また、メンタルヘルスについて学ぶことで、精神疾患や社会からの孤立を予防し、ひきこもり問題を抱える家族にたいして回復への希望を示していく。昨年度に行った産業医のセミナーが好評のため、25年度は年5回事例検討会が継続されることになり、精神科産業医との連携は事業の拡大につながった。今回の講座内容を冊子にまとめ、希望者には有償で配布する予定があり、講座に参加できない人へも普及することが可能となる。</p>	<p>1) 参加者のアンケートより、「家族のストレスが子供を追い込むことが多く、親自身の対応を具体的に聞けて良かった」「ほっとした」「希望が持てた」という意見が多かった。その後の個別相談の参加者のほとんどが、継続的な支援を受けたいと希望している。</p> <p>2) こちらもアンケートの結果から、「自分自身や周りの人たちのメンタルヘルスの知識が得られて、実際に取り組むことができそうだ」との意見が多かった。今後のケアにつなげる内容であるため、継続してケアしていくことができた。成果物の冊子は、今後の活動に非常に役立つツールになった。</p>
<p>〔自己評価〕</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> できた <input type="checkbox"/> 概ねできた <input type="checkbox"/> あまりできなかった <input type="checkbox"/> ほとんどできなかった</p>	
今回行った事業を通して、理解者や支援者は広まりましたか。	
<p>今回の講師である産業医による支援者のための事例研究会が、2014年度に継続することが決まり、引きこもり支援に対する医療やメディカルとの連携が可能となった。また、引きこもりの就労やセミナーなどの連携を希望する団体・企業が現れた。その詳細は4月以降に連携会議を予定している。</p>	
<p>〔自己評価〕</p> <p><input checked="" type="checkbox"/> 広がった <input type="checkbox"/> 多少広がった <input type="checkbox"/> 広がらなかった</p>	

効果・成果 及び 自己評価

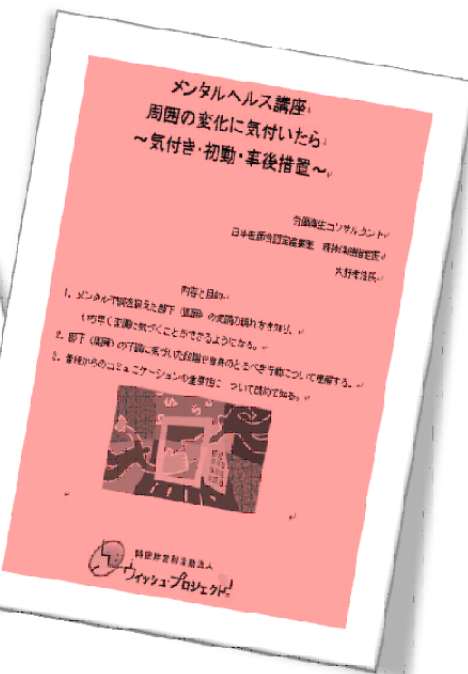
4 事業の公開と「杉並区NPO支援基金」の普及啓発活動はできましたか。

普及活動等	ホームページの中で「杉並区NPO支援基金」事業の広報を行い、チラシを連携団体や区内の施設及びゆうゆう井草館に配布し、自主企画の際にはチラシを配布し、活動のアナウンスを必ず行うようにして普及活動に努めた。
-------	---

5 今後の課題と活動について

今後の課題と活動	<p>若者や当事者への支援はもちろんのこと、支援者のスキルアップのためのセミナー活動は2012年より継続しており、今後も続けていく予定である。そのための補助金は非常にありがたかったが、助成金事業以外の事業も行っており、年間で一番企画準備などのあわただしい時の中間報告会は、関係者の参加が多く目だち本来の目的である一般区民へのアピールができたのか疑問で、正直言って負担が大きかった。</p> <p>今回の経験を生かして、今回の参加者へのアプローチをていねいに行い、今後は自力で実施できるように工夫をしていきたい。</p>
----------	---

6 活動状況について



上)セミナー風景

左)冊子の表紙



7 収支決算

事業費	342,793	補助金額	280,000
-----	---------	------	---------

収入		予算額	決算額	決算額内訳
	団体負担金	45,000	5,793	会費および事業収益金より
	参加費・資料代等	140,000	52,000	1000円×52名分
	その他の収入		5,000	冊子売り上げ500円×10冊
	NPO支援基金助成	300,000	280,000	
	計	485,000	342,793	

支出	費目	予算額	決算額	決算額内訳
	報償費	252,000	197,000	講師謝礼 1) 26000円×2回、相談会5000円×10時間、 座談会出席者謝礼5000円×3人 2) 40000円×2回
	旅費	10,000	4,000	講師車代2000円×2回
	備品費・消耗品費	8,000	21,693	印刷用トナー 12180円 コピー用紙 3043円 カラーコピー用紙(チラシ・冊子表紙用) 3400円 @680×5包 製本ファイル50冊 3070円
	役務費	143,000	95,000	テープ起こし20000円×2回、 編集20000円×2回、 チラシデザイン料5000円×3回
	使用料・賃借料	20,000	1,100	第1回目10月24日産業商工会館使用料 以後すぎなみNPO支援センター研修室利用のため無料
	その他の経費	52,000	24,000	ボランティア謝金2000円×12回分 内訳) チラシ・資料印刷・受付4回×2名=8回、 冊子印刷製本作業2回×2名=4回
	計	485,000	342,793	