

NPO法人はたらくらすは【まちづくりコーディネーター】です

パーパス

響き合いから自信が生まれ、挑戦と共創を広げる

2032年までに 地域まるごと課題解決型コミュニティ

2027年までに 響き合い 共に創る 心地よい暮らし

4つの事業で 社会を変える力を育みます

子育て

子育てしやすい街をつくる

教育

子どもたちとつくる街

起業

一人で商売するおとなを応援

育成

人の成長を支える



代表メッセージ NPO法人はたらくらす が取り組んでいる社会課題



NPO法人はたらくらす 代表理事 石渡裕美 2005年結婚し川崎市幸区民となる。3児の母(25年時点 高3、高1、中1)

2009年に親同士の保育活動、手づくりようちえん「まんまる」設立

「地域に才能が眠っていてもったいない！」と思い、

2017年11月NPO法人はたらくらす設立 スタッフ21名は全員、子育て中又は介護中の女性



私たちNPO法人はたらくらすは、「孤独・孤立の予防」を重要な社会課題として捉え、活動を続けてまいりました。

現代社会では、家庭や地域、職場において、知らず知らずのうちに自分の気持ちや願いを後回しにし、自己犠牲を重ねている方が少なくありません。一見すると不自由なく暮らしているように見えても、「我慢」が日常化し、誰にも本音を話せない——そうした“隠れた孤独”は、やがて孤立へとつながっていきます。

私たちは、すでに孤立してしまった方への支援と同時に、その一歩手前で「自分の思いを置き去りにしている人」にこそ手を差し伸べることが、真の孤独・孤立の予防になると考えています。日々の暮らしの中で自分の思いに気づき、安心して表現できる居場所があり、応援してくれる人がいること。その積み重ねが、人と社会とのつながりを取り戻す力になると信じています。これまでのはたらくらすの活動を通じて、多くの方が「私にもできた」という成功体験を重ねてきました。

それは、**・「できる」という感覚（自己効力感）の向上**

- ・自分の存在や力に価値を見いだす自己肯定感の回復
 - ・不安があっても一歩踏み出し、やりきる経験
 - ・失敗を否定せず、「うまくいかなかった経験も価値がある」と捉えられる挑戦する力
 - ・安心できる関係性の中で、自分のペースを尊重されながら成長できる環境
 - ・そして、社会とつながっているという実感
- ・・・といった形で表れています。

現在、子育て中や介護中の女性22名が、スタッフ、リーダー、ディレクターとしてそれぞれの強みを活かしながら活躍しています。「私なんて役に立てるかしら」と不安を口にしていた専業主婦の方が、簡単な事務作業からスタートし、3年後には経理や子育て事業のディレクターを担っています。また、出産を機に退職し専業主婦歴5年だった方が、イベント受付をきっかけに関わり、現在は教育事業のディレクターとして活躍。「本当はフリースクールをつくりたい」という想いを抱く心理学講師の方は、参加費収入や助成金を活用しながら、試行錯誤を重ねています。前職で心を病み、「働くことが怖い」と語っていた方は、居場所の運営スタッフから始め、事務やパソコンスキル講座の担当を経て、自信を取り戻し、SEとしての再就職を果たしました。**これらは特別な人の物語ではありません。**「安心できる関係性」と「小さな一歩を歓迎する環境」があれば、人は誰でも自分の力を取り戻し、社会と再びつながることができる。私たちは、日々の実践を通してその確信を深めています。

これからも、**地域の中に出会いと挑戦の場をつくり、埋もれている力を社会へとつなぐ**ことで、**孤独・孤立を生まない土壌づくり**に取り組んでまいります。皆さまと共に、一人ひとりが自分らしく生き、支え合える社会を育てなければ幸いです。



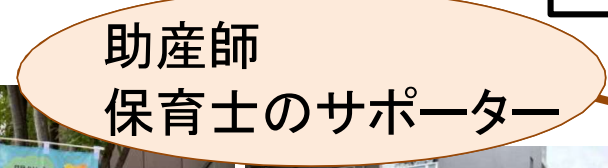
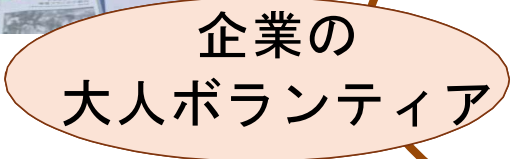
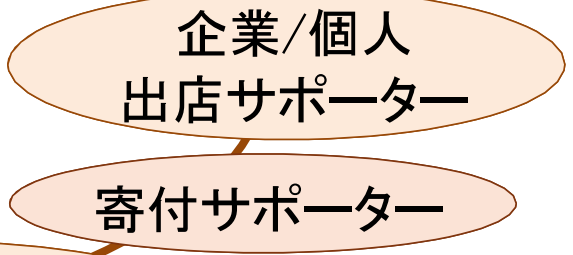
【企業の大人ボランティア】



【出店サポーター】
●フォトスタジオBEBE
●とにかく明るい性教育のパンツの教室
●華
●生活クラブ生協矢向センター



子育てはたくさんの手と笑顔で
を叶えます



【助産師・保育士のサポーター】
左:柳澤さん(助産師。オリーブ母子相談室院長)
右:中村さん(保育士。保育園や地域子育て支援センターにて勤務)



【学生ボランティア】
●青山学院大学人間科学部学生



社会課題



子育て中の隠れうつ

孤立・孤独

小中高生の自己肯定感
自己有用感の低下

就職前の社会経験不足

仕事が忙しく、
癒されない大人

地域人材が埋もれている



解決へ



自信が付き、挑戦する力が湧き、
できるという感覚の向上

安心できる関係性の中で成長

社会とのつながりの実感

「住み続けたい」「愛着」
シビックプライドとなる

次の世代や他地域へ受け継ぐ
レガシー

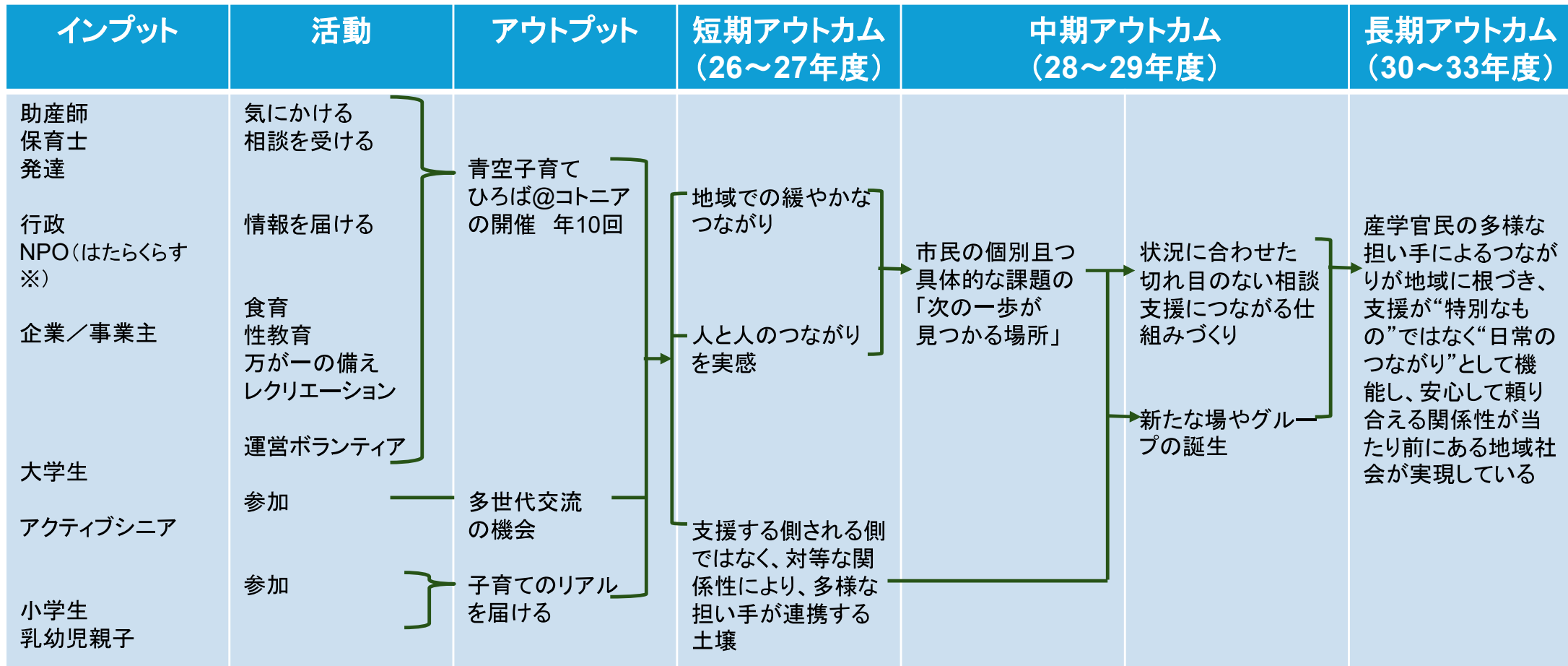


長期計画(26年度～33年度の8年間)

社会的インパクト

子育てを“ひとりにしない”地域のつながりが、孤立を生まない土壌を育てる

子育て期は、悩みや不安を抱え込みやすく、孤独・孤立に陥りやすい時期でもあります。本事業では、産学官民の多様な主体がゆるやかに連携し、家庭や親子の状況に応じて必要な支援につながっていきける“連続性のある子育て支援の仕組み”を地域の中に育てています。顔の見える関係性や安心して声をあげられる場が重なり合うことで、支援が「制度」ではなく「つながり」として機能し、子育てをひとりで抱え込まなくてよい地域づくりにつながります。



※ 本事業を運営する「NPO法人 はたらくらす」は、2021年よりかわさきSDGsパートナーとして地域に根差した活動を行ってまいりました。また、2025年よりかながわつながりネットワークに参加し、かながわ県版孤立・孤独対策官民連携プラットフォームづくりに協力しています。



夫も居て実の両親も車で30分程の所に住んでいたが、乳幼児期の子育てを思い出すと、普通に死にそうだった

子育ては大変、ママじゃないと対応できないことがある、
ということは多くの人が知っていて、子育てに協力的なパ
パや託児サービスなどママを応援するものが増えていると
はいえ、どうしても、ママに責任がかかることが多いと私
は思います。

ある人は、自身の状況を、24時間365日ナースコールを
持っているようなものと表現していました。授乳や夜泣き、
急な病気も含めて、いつでもママが対応しなくてはならな
い状況がよくわかる表現だと思います。

またある人は、他の人からは一見元気に子育てしてそう
に見えたと思うけど、実はうつ状態でしたと仰っていました。

このようなことは、フツーに起きています。ママだから
と責任をもち、自分のことは二の次どころか、我慢してい
る。我が子という「命」と真摯に向き合っているからこそ
陥ってしまう隠れうつもフツーに起きています。と思いま
す。なぜなら、睡眠不足で正しい判断ができなかったり、でき
ないのは私だけというマイナスな考え方から抜け出せなかつ
たり、昔はもっと大変だったと苦労話を聞かされたりして、
ママ自身ではなかなか気づけず、我慢して頑張っ
てしまうのです。

ひとりで抱え込まないで 子育てはたくさんの手と笑顔で

あるママのエピソード。きっかけは、お友だちからのあ
る一言。

「○○くんが叩いちゃうのは、睡眠不足なんじゃない？」
それをそのまま受け取って、いつもより早く夜6時過ぎ
には寝かしつけ。忍たま乱太郎をみられるかどうか・・・
夏なんか未だ明るい。でも、なかなか寝なくて
「寝ない——」と壁に頭を打ち付けていましたと仰ってい
ました。もし、当時、そのママにお会いしていたら、
「言われたことを疑ってみてもいいんじゃない？」
「ママはちゃんと眠れてる？食べられてる？」
「ひとりで抱え込まないで」って、言ってあげたかった。

ママである前に「わたし」です。「わたし」の健康は保
ってますか？何をしたら「わたし」の心や体が喜ぶかを知
っていますか？そのための時間を取っていますか？即ち、
「わたし」の「命」も大切にほしい。

このひろばを訪れた方々は、「久しぶりにおとなと話せ
た。」「子育てに役立つ知恵を聞いた。」「学生さんが我
が子と遊んでくれた。」「助産師さんに相談でき
た。」・・・などなど、心が喜ぶ時間を過ごして頂いてい
るようです。このひろばを今後も続けていきたい。また、
ひろば運営者だけでなく、教育関係、行政、子育て世代に
関わる事業主など色々な立場の方々とこの広場を継続、発
展させていきたいと思っています。この広場があって、た
くさんの笑顔に見守られて子育てできたら、子育てしやす
い街だな。もう一人産んでもいいかな？と思うかもしれな
いとさえ思っています。

【探Qクラブ】



企画名	活動頻度	関わり方	関連先
<p>① 居場所 月1親子のための フリースクール 「Qベース」</p> 	毎月1回	助成 後援 協力	<p>東急子ども応援プログラム 川崎市教育委員会（小学校配布）</p> <p>木月キッチン オカンの駆け込み寺®村上好さん</p>
<p>② 探究的な学び 考える力を育む 「探究学習」</p> 	年4回程度	後援 協力	<p>川崎市教育委員会（小学校配布）</p> <p>川崎市夢見ヶ崎動物公園 獣医学生（命と自然の学生基地）</p>
<p>③ キャリア教育 本物のお商売体験 「こどもマルシェ」</p>  <p>本物のフェスタ運営 「こどもスタッフ」</p> 	<p>年10回程度</p> <p>年2回開催</p>	<p>後援 協力</p> <p>共催 後援</p> <p>協力</p>	<p>川崎市教育委員会（小学校配布）</p> <p>川崎市幸区日吉地域教育会議 （一社）まんなかフェス （一社）Miraiallかわさき</p> <p>（株）ジェイアール東日本都市開発 川崎市教育委員会（予定） （小学校配布）</p> <p>トビラ株式会社</p>



現在の地域・社会が抱える課題

1, 学年が上がる毎に自尊感情や自己肯定感が減少

東京都教職員研修センターの「自尊感情や自己肯定感に関する研究」（第3年次、2023年）に、**小学校6学年から中学校1学年にかけて低下傾向が大きく**、その後も学年が増す毎に低下すると述べられており、自尊感情の乏しさを課題としてあげている。

2, 社会参画の機会不足

OECDの「ボランティアの可能性を引き出し、地域の発展へ」（2025年）の中で、日本は、諸外国と比べ、ボランティア人口が低いとしている。ボランティアは、子ども達に、地域社会に貢献しながら、社会的・感情的スキルを発達させる機会を提供し、又、キャリア形成にも良い影響を与え、学んだスキルを現実世界で応用する力を強化し、認知能力や批判的思考力の向上にもつながると述べており、**機会不足が招く成長の偏り**が懸念される。

3, 教育とまちづくりの断絶

学校教育では総合的学習の時間など地域の方々に出会い、活動を知り、発表する場が増えたが、**地域とつながり「役に立つ」実感を持つ機会が少ない**ため、子どもの強みや個性が発揮されにくい状況である。



社会課題



子どもの
自己肯定感・主体性の低下

多様なこどもの
強みや個性が
活かされにくい教育環境

社会参画の機会不足

まちづくり・子育て・
教育の断絶

探Qクラブの
活動に参加

解決へ

自信が付き
強みを発揮する



仲間と挑戦する楽しさ

主体的に考え行動する

役に立っていると実感

シビックプライド
が高まる

起業

一人で商売するおとなを支える

①【STORY MATCH

～名刺交換からはじまらない異業種交流会～

- 個人事業主や小規模事業者向けの交流会
- 物語りでつながり、共に育つビジネスコミュニティ



②【地域情報プラットフォーム「じもりん」】

- 地域情報を集めたWebプラットフォームにするために、小さな規模で運営中



③【フリーランス、個人事業主、社会起業家のためのコーチング Wish Compass】

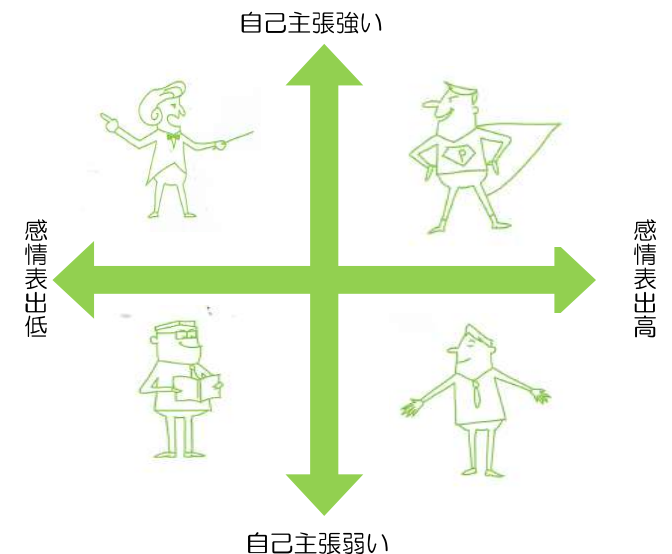
- 自分軸（本当の望み）と商品づくり（見直しもOK）ができるコーチングプログラムです。
- 起業したての方がブレずにお仕事に活かす進む道筋を描くパーソナルセッション



テーマ1：リーダーシップ

主なポイント

- 「行動」や「物事の捉え方」などで人のコミュニケーションスタイルを4タイプに分類する診断や強み分析を用いて、自分に合ったリーダーシップの取り方を探し、実践する
- 各事業に関わりながら「傾聴力」「実行力」「協調性」「規則性」を高める



テーマ2：まちづくり

主なポイント

- 「人が輝き 場が生まれ 街が育つ」という順番で設計
- 関わり方のグラデーション
- 強みを活かした役割分担

