

## 1) 団体概要書

団体名	(ふりがな) 任意団体ハハラボラトリー																		
団体の電話番号	011-303-6146																		
所在区	豊平区	活動に参加している人の数	4人																
設立年月	平成23年 10月																		
ホームページの有無	あり ⇒ (URL <a href="http://hahalab.net/">http://hahalab.net/</a> ) なし																		
主な活動地域	札幌市 豊平区・西区・中央区・南区 他今後検討中																		
団体の設立目的	昨今の虐待増加及び発達障害児へのケアの手薄さ・育児困難の状況把握等の背景を踏まえ、家庭支援の普及進行を図ることを目的とし、本団体は平成23年10月に設立された。また本団体は、一般の子育て指導や子育て支援・子育て広場とは異をなした、家庭を包括した上での支援活動を推進していくという目的から、男女共同参画を念頭に置いた形で、行政や支援専門家のエンパワーにも関与しながら活動に邁進することを念頭におく。																		
これまでの主な活動実績	平成23年10月 設立に関するミーティング 発達障害シンポジウムの見学 平成23年10月～平成24年2月 札幌市内約70名の産後の母親へのインタビュー調査 平成23年10月～12月 市内約6か所の児童会館にて 産後・育児中の身体ケア講座を無料実施 平成23年10月・12月 札幌指定子育て広場における身体ケア講座実施																		
名簿	<table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 20%;">氏名</td> <td style="width: 40%; border-bottom: 1px solid black;">寅嶋 静香</td> <td style="width: 20%;">住所</td> <td style="width: 40%; border-bottom: 1px solid black;">豊平区西岡4条2丁目10-34-402</td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">三谷 愛</td> <td>住所</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">豊平区福住2条4丁目1-17-602</td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">齋藤 寛子</td> <td>住所</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">西区山の手3-3-2-6</td> </tr> <tr> <td>氏名</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">藤田 紀恵</td> <td>住所</td> <td style="border-bottom: 1px solid black;">白石区南郷通21丁目5-20-603</td> </tr> </table>			氏名	寅嶋 静香	住所	豊平区西岡4条2丁目10-34-402	氏名	三谷 愛	住所	豊平区福住2条4丁目1-17-602	氏名	齋藤 寛子	住所	西区山の手3-3-2-6	氏名	藤田 紀恵	住所	白石区南郷通21丁目5-20-603
氏名	寅嶋 静香	住所	豊平区西岡4条2丁目10-34-402																
氏名	三谷 愛	住所	豊平区福住2条4丁目1-17-602																
氏名	齋藤 寛子	住所	西区山の手3-3-2-6																
氏名	藤田 紀恵	住所	白石区南郷通21丁目5-20-603																

\* 今後名簿においては増加する可能性があります。

\* 立ち上がったばかりの団体ゆえ、活動履歴はまだ少ない状況にあります。

\* 詳細は別紙資料及び会則規約をご覧ください。

事業計画書 (2012年4月作成・9月一部改定)

		平成24年4月～25年3月期
事業名	<p>*産後・育児中～子育て中の母親に対する健康支援及び発達障害や子育て全般に関わる学びサポート (学習会・講演会・講座等) 事業</p> <p>*ハハラボラトリーWebサイトの設置と運営に伴う 家庭支援普及活動事業</p> <p>*家庭支援プログラム推進のための勉強会及び情報交換会</p>	
目的	<p>昨今の虐待激増の要素であるといわれている「産後の健康状態における良好さの有無」と「発達障害を持つ母親支援の極小さ」(代表寅嶋調べ)に今年度は焦点をあて、札幌市に住む母親が心身共に健康な状態で育児を遂行していくための「身体のケア技術を学ぶ」「発達障害を丁寧に知る」機会を設けるために実施計画を策定した。また、通常の子育て支援とは異をなした、子育てに纏わる母親自身に焦点をあてた。</p>	
事業期間	平成24年5月 ～ 平成25年3月	
具体的な事業内容	<p><u>*産後・育児中の心身のケア講座の開催</u></p> <p>頻繁な抱っこや授乳による背中への激痛や腱鞘炎・腰痛など、産後～育児中に母親の身体へのダメージはつきないことが昨年～今年のインタビュー調査で明確となった。また母子カプセル状態や孤独育児等、精神性への影響はここ札幌にても実態が明らかである。こういった背景を元に「育児中の身体負担軽減姿勢スキルの獲得」や「母となった女性の特性」等の学びを通じながら、赤ちゃん連れで気軽に出向くことが可能な「健康状態回復の場」を設ける。</p> <p>さらには同じ心身のケアという目的を通じてつながった母親同士が新たなネットワーク形成をしながら、共に前向きに育児に励む体制のきっかけづくりをサポートしていくことで家庭支援の理念を提供していく。できる限り定期的な開催を目指すために、まずは1年のスパンを設けた。今後も継続をしていく予定である。</p> <p><u>*発達障害に関する学びの場及び当事者支援・子育て学習会の実施</u></p> <p>発達障害への偏見や批判はこの育児中にも存在することもインタビュー調査で大きく浮上してきた。この発達障害に関する学びの場を定期的に設けることで、多くの母親に「知り・学ぶ」機会を設けることを今年度は追及する。さらには当事者同士のメッセージ交換の場や先輩当事者からの助言の場なども設け、家庭支援理念の中心にあるエンパワー作業や心の支援活動に努める。</p> <p>また発達障害に限らず、子育て困難な状況・突如キャリアウーマンから子育ての母親となる生活ギャップ等、子育ての中心となる母親における子育て困難や生活環境の激変等における苦難は年々増加する傾向にある。高齢出産増加の背景も考慮し、今年度は子育てを通じた自分との向き合い方・今後の子育てとわたし、などを念頭においた子育て学習会や気軽集えるしゃべり場等を開催して家庭支援プログラムの普及を図ることを念頭におきつつ、学習を通じた母親支援を追及していく。</p>	

	<p>実施予定場所：市内豊平区・西区・中央区などの区民センターや札幌市指定子育て広場・エルプラザ等での実施を予定。他、希望等の申し出があった場合は随時対応をしていく予定である。</p> <p><u>*ハハラボラトリーWeb サイトの設置と運営に伴う家庭支援普及活動事業</u></p> <p>現在遂行中の団体公式ホームページに関して、随時活動報告をアップしたり、活動に関する御意見や感想等をひろうメッセージ箱を設けるなど、今後様々な方向からの検討が必要となることが予測される。よって今年度はできるだけシンプルに、母親にとって見やすく、情報が得られやすいものを提供できるように努める作業に取り組む。また、このホームページから発信する様々な家庭支援の方向性を多くの方へ認知していただくために、次の事業が関与する形となる。(http://hahalabo.net/)</p> <p><u>*家庭支援プログラム推進のための勉強会及び情報交換会</u></p> <p>東京で過去5年間活動実績のある、家庭支援協会（任意ボランティア団体：代表林真未（当団体監修委員））と共に、家庭支援プログラムの推進を図ることを念頭におく。そして東京での定期勉強会における資料を共有する形で札幌におけるスタッフ間の勉強会を定期的にミーティングと合わせて実施していく。また、この東京での会に参加しているメンバーらと情報交換を積極的に実施することで、様々な地域で求められるきめ細やかな支援活動の重要性を共に学び、それぞれの土地における支援者・専門家の存在意義・子育て支援の在り方、行政の支援の不備などの実態を検討しながら、来年度の事業計画案の策定につながるような会を随時開催していく。</p>
<p>期待される効果</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・子育て中における特異的な身体負担の大きい姿勢（何時間も続く抱っこ姿勢・極度な前かがみによる授乳姿勢・腰に100%の負担をかける持ち上げ動作・散歩中の骨盤後傾・前傾状態）から、身体負担が軽減することが可能となる良好な姿勢スキルの獲得により、産後の特異的なマイナートラブルの軽減、及び健康状態の回復への第一歩獲得、に繋がる可能性が示唆される。</li> <li>・母子共に安心して参加できる健康回復の場を設けることで、次回の出産への意欲への期待や共に学んだ母親同士で新たなネットワークを創造し、かつ中長期的に形成する可能性があり、少子高齢化が叫ばれている昨今に一つの新たな視点を投入することができる期待が予想される。</li> <li>・発達障害児の母親同士の連携が強まることで、昨今問題となっている発達障害児への虐待防止の一助になる可能性が考えられる。また、学びを通して母親自身・母親のみならず養育者自身の理解が深まることで発達障害に対する大きな偏見等の軽減につながる可能性がある。</li> <li>・子育て中の母親が学びを通じ、様々な母親と共に進めていくことで、自分自身の再確認や今ある困難な状況を吐き出すことでストレスの軽減につながる可能性が考えられる。また家庭支援理念の理念普及に伴い、今後の子育て生活を少しでも前向きにとらえようとする姿勢の獲得が期待される。</li> </ul>

## 事業における中・長期計画

- \*昨年度平成 23 年に立ち上がったばかりの団体であるが、メンバー共通の理念として  
「息の長い団体であり続けること」  
「家庭支援の普及・推進を長期にわたって遂行していくこと」  
「家庭の子育て中心となる母親のみならず様々な立場の人々へも家庭支援プログラムを毎年提供していくこと」

の 3 本柱が上げられた。

よって、中・長期的な目標・プランとしては

- \*家庭支援プログラムを様々な形態で毎年提供し続けていくこと

(年度に行った事業を、年度末 3 月に毎年見直しを行う。その見直しの中で、良好な部分は継続維持・向上を図ることに努め、改善していく部分に関しては、その中でもプラスの部分あるいは完全に除去すべきマイナス部分をさらに詳細に検討をし、よりよいプログラムの提供をしていくことに努めていく)

- \*他の子育て支援団体とは異をなした形での家庭を包括した支援プログラムを追及し、毎年継続していき、この独自の視点がサポートに生かされるべきであるという点を社会に毎年発信し続けていく。

(行政の手の届かない部分へのサポートは毎年実践をし、向こう 10 年間は子育て関連の研究学会等での発表も行いながら、社会への発信作業に邁進する)

- \*本格的な活動が 3～5 年経過した段階で、行政や専門家に活動の効果等を投げかけ、多くの市民へサポート活動を提供する場をもうけさせてもらいながら、家庭支援の普及活動に努めていく。

- \*専門家や子育て支援者の支援活動を今後 5～7 年の間に大きなプログラムの枠組みを設定し、行政へのアプローチと同時進行ですすめていく。

- \*「その時期」つまりは幼少期や子育ての前半戦・中盤戦・後半戦におけるエキスパートの発掘や御近所先生講座のような形で「身近な母親や養育者」の支援者の発掘に今後 10 年間挑み続け、新たな形での家庭支援プログラムの形成や提供に努めていく。

### 3) 規約

任意団体ハハラボラトリー 会則・規約

#### 第1章 名称および事務所（事務局）

第1条 本団体は、ハハラボラトリーと称する。

第2条 本団体は東京都練馬区石神井台 2-11-5 に事務局を置く家庭支援協会（<http://hp.kanshin-hiroba.jp/kateishien/pc/>）と連携し、北海道支部という形態を同時に担う形で事務局を置く。

第3条 支部を新たに設定する際は、北海道内での市町村を基本単位とする。支部の申請に当たっては、その地区内に在住・在勤する者を会員として組織し、団体責任者を定め、会則を整え、役員名簿、会則、会員名簿等を添えて世話人に提出する。さらに全体会議においてこれを認定するものとする。

第3条 事務所（事務局）に関しては、第4章所在地と定めた札幌市豊平区西岡4条2丁目10-34の寅嶋方に定める。

#### 第2章 目的

第1条 本団体は、家庭支援プログラムのほか、様々な形態におけるファミリーサポートの提供を目的とする。

第2条 本団体は、家庭支援の普及振興を図り、子育て指導や子育て支援・子育て広場等とは異をなした、家庭を包括した形での支援形態を推進していく。

第3条 本団体は、子育ての中心となる母親の健康を増進し、母親自身のセルフケアの実践と子育てのエンパワーを養成することを目的とする。

第4条 本団体は、子育てにおいて重要な役割を担う父親、親以外の養育者、地域住民あるいは専門職(子育て支援者等の支援者支援)、行政職等、のエンパワーにも積極的に関与していく。

第5条 本団体は、広汎性発達障害（PDD）に纏わる学習会の実施、及び発達障害児を有する養育者への家庭支援活動の提供を目的とする。

第6条 本団体は、研究グループを設置し、各学会や研究機関等への論文発表及び学会発表の参加を行い、家庭支援の重要性や当事者向けプログラムの役割の意義などを提言していくことを目的とする。

#### 第3章 事業

本団体は、前条の目的を達成するために以下の事業を行う。

第1条 家庭支援の中のファミリーライフエデュケーションにあたる活動として、家庭支援プログラム（各種当事者向けプログラム・学習会・講座等）の開発・提供

第2条 家庭支援啓発ならびに奨励（あらゆる方向性からの家庭支援の周知、情報

交換等)

第3条 世話人学習会を月一度開催

第4条 ウェブサイトの設置と運営 (<http://hahalabo.net/>)

第5条 その他本協会の目的達成に必要な事業

第6条 研究グループにおける事業成果の報告会及び論文作成

#### 第4章 所在地

第1条 この会の事務局を札幌市豊平区西岡4条2丁目10-34寅嶋方に置く。

第2条 第一条に定める所在地が不確定要素等により、変更せざるを得なくなった場合は、会議を設定し、新たな事務局を定める。

#### 第5章 会員

第1条 この会は2012年6月時点において世話人4名補佐1名により構成される。

第2条 2012年4月時点において会員は0名であるが、今後会議等で年間会費等を徴収する形で構成会員を設定する可能性があることをここに明記する。

#### 第6章 役員

第1条 この会の役員として、2012年4月時点で世話人4名及び世話人兼会計1名を置く。

第2条 2012年4月以降、役員が増加する可能性があることをここに明記する。

#### 第7章 運営

第1条 この団体は毎月一度世話人会議を開催し、この団体の重要事項について審議する。

第2条 協会主催学習会・講話会等を月に一度以上実施し、家庭支援の周知及び情報交換を実施する。

第3条 プロジェクト開発・提供に関する会議は随時必要性に応じて審議する。

#### 第8章 運営費用

第1条 2012年4月時点での運営費用は参加費を参加者側から徴収する形で実施をする。また、そこで徴収された費用はすべて運営や準備等を使用することを明記する。

第2条 協会主催学習会及び講座・講話会等の参加費用は、一回当たり500円～4000円に設定する(内容密度により幅を設ける)。

第3条 協会主催の当事者向けプログラムは毎回参加型の支払い形態とする。

第4条 今後は、事業収益のほか、他団体からの助成金、個人の寄付、研究助成等を募集して運営費用に充当する。

第5条 第2条規約及び第5条規約に関連し、今後の事業展開によるが、無料参加型の会を主催することも視野に含める。

附則

団体役員は以下の者とする。

〒062-0034 北海道札幌市豊平区西岡4条2丁目10-34-402  
寅嶋静香

〒063-0003 北海道札幌市西区山の手3-3-2-6  
齋藤寛子

〒062-0043 北海道札幌市豊平区福住2条4丁目1-17-602  
三谷 愛

〒062-0043 北海道札幌市白石区南郷通り21丁目条4丁目1-17-602  
藤田法恵

s s s

会監修・補佐

〒177-0045 東京都練馬区石神井台2-11-5  
林 真未（家庭支援協会世話人代表）

上記について相違ないことを証明します。

任意団体ハハラボラトリー

2012年3月 第1回会則規約審議及び会則規約設定

2012年4月 第2回会則規約審議及び会則規約の改定

（第3章第6条 第5章・第6章・第8章第1条・第3条・第4条・第5条改定）

2012年8月 第3回会則規約審議及び会則規約の改定

（第2章第5条 第3章・1条～第5条改定）

これまでの活動

寅嶋静香と齋藤寛子が出会い、ハハラボラトリーの概要を企画

2011年10月～2012年3月：

母のためのカラダケア講座@児童会館6箇所にて

母親の身体をケアするニーズの高さとその現状把握分析

2011年3月：

寅嶋が早稲田プロジェクト機構に産後の母親に関する研究論文を発表。産後の手薄いケアの現状報告及び運動ケアの提案について述べる

2012年4月：

ハハラボラトリー設立

特定非営利法人ねっこぼこの家にて 母のためのカラダケア講座実施

2012年5月：

母ラボラトリーが男女共同参画グループ市民活動団体として認知され、正式団体として登録認証される（市民活動番号42510番）

2012年6月：

ハハラボラトリー第一回目ミーティング及び研修会@エルプラザ実施

西岡福住地区センターにて母のための骨盤ケア講座実施

同じく同センターにて成人女性のための骨盤ケア講座実施

第一回学習会：講演会：藤田法恵さん：学習・発達障害児への教育的アプローチ

2012年7月：

市民カレッジ講座母のための骨盤ケア講座実施（7月12日～8月9日まで）

ハハラボラトリー第二回目ミーティング及び研修会@エルプラザ

2012年8月：

市民カレッジ講座母のための骨盤ケア講座実施（7月12日～8月9日まで）

西岡福住地区センターにて母のための骨盤ケア講座実施

同じく同センターにて成人女性のための骨盤ケア講座実施

第二回学習会：育てにくい！と感じた瞬間・・・あなたならどうしますか？

ハハラボラトリー第三回目ミーティング及び研修会@エルプラザ

2012年9月：

西岡福住地区センターにて母のための骨盤ケア講座実施

同じく同センターにて成人女性のための骨盤ケア講座実施



第三回学習会：女性の役割@家族 私は嫁？妻？母？

ハハラボラトリー第四回目ミーティング及び研修会@エルプラザ

2012年10月～12月予定

西岡福住地区センターにて母のための骨盤ケア講座予定

同じく同センターにて成人女性のための骨盤ケア講座予定

第四回・五回学習会：藤田さん・齋藤さん講演会

ハハラボラトリー第五～七回目ミーティング及び研修会@エルプラザ