

事業計画書

事業名	[生きづらさ・ひきこもり] 一人ひとりに合わせてつながりが広がる事業
団体名	生きづらわーほりプロジェクト
事業概要	
ひきこもり当事者が集う場「つたわり」および風の家「はう」を軸にして、本人の状態や希望に応じて参加できる自宅でのたい肥づくり・ハーブ栽培、プレゼンテーション練習会を開催する。	
取り組もうとする松戸市のテーマ（課題）	生きづらさを抱えひきこもり状態に陥ってしまった人達（以下「当事者」という）は、幅広い年代で非常に多く存在していることが明らかとなってきた。昨今多くのメディアでひきこもりに関する特集が生まれ、支援の重要性について関心や認識が高まっており、松戸市でも相談窓口の整備などが進められてきている。「居場所」と呼ばれる当事者同士が集い安心して過ごせる場・話せる場のニーズについては認識されてきたものの、それだけでは十分でなく、「居場所」に参加するまでのサポートや「居場所」に参加した後に当事者が一般社会につながる次の一歩に対するサポートなども必要である。
事業の目的	一口に「ひきこもり」といっても、外出するのが難しい当事者や外出はできても就労や地域の人と接するには不安がある当事者など、一人ひとり状態は異なることから、当事者の状態や希望に即してきめ細かくサポートを行う。
事業内容	<p>1 事業内容</p> <p>①生きづら Cooking-Meeting 「つたわり」(12回)</p> <p>当事者が集まって、みんなでランチを作り、一緒に食べながら楽しく会話をして過ごす場「つたわり」を開催する。オンライン会議ツールも併せて活用し参加しやすくする。「安心して過ごせる場・話せる場」があることで当事者が外に出ていく端緒となりやすく、またそのような場で過ごすことで人と話す経験を得たり、他の当事者との情報交換を行ったりすることができる。</p> <p>②風の家「はう」(24回)</p> <p>多くの当事者が集まって会話することをメインにした場では、いろいろな考えを述べたりする雰囲気には馴染めない当事者もいることから、少人数で集まる場、個別に相談したり、無理に話さなくても本を読むなどして自由に過ごせる場を作る。「居場所」に参加するのに慣れるのに利用することもできる。</p> <p>③たい肥づくり・ハーブ栽培によるつながりづくり(随時)</p> <p>外出や人と接することが難しい状態の当事者に、コンポスト容器を提供して自宅を出た生ごみからたい肥を作ったり、ハーブ栽培キットを提供しハーブを育ててもらおう。当事者が作成したたい肥やハーブは、「つたわり」のほか、「まつど SDGs ノウエン」や「こども食堂」などの市民団体と連携して利用してもらおう。その様子を当事者にフィードバックすることによって、当事者は自宅に居ながら外の人とのつながりを感じてもらおうことができる。</p> <p>④プレゼンテーション練習会(2日間×2回)</p> <p>「居場所」に参加することはできたとしても、就労に向けて行動したり、一般社会に関わったりすることには不安があり、次の一歩を踏み出せない当事者も多い。そのような当事者に対して、プレゼンテーションについて学び、練習する機会を作る。人前に立って話をする経験をするにより、受け身</p>

でいるのではなく自ら行動する意欲や自信を得ることができる。

2 スケジュール

実施月	具体的な取り組み	実施体制、対象、場所など
4～5	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催 ③たい肥づくり・ハーブ栽培参加者募集開始	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa ③運営スタッフ3名、松戸市内各所
6～8	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa
9	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催 ④プレゼンテーション練習会	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa ④同3名、外部講師、まつど市民活動サポートセンター 会議室
10～1	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa
2	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催 ④プレゼンテーション練習会	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa ④同3名、外部講師、まつど市民活動サポートセンター 会議室
3	①つたわり開催 ②風の家「はう」開催	①運営スタッフ2名、まつど市民活動サポートセンター 調理室 ②同2名、常盤平いきいきサロン2階/コミュニティカフェ ChoshiYa

既存の事業からステップアップする部分

これまで実施してきた当事者が集まる場づくり（つたわり）を軸にしてさらに対象を広げて、外出が難しい状態の当事者や外出はできるが社会活動への参加や就労に不安がある当事者に向けた事業にも取り組んでいく。

事業の目標

- ・社会につながろうとするひきこもり当事者が増える。
【「つたわり」参加人数 72人（各回平均6人）】
【「はう」参加人数 72人（各回平均3人）】
【たい肥づくり・ハーブ栽培参加人数 15人】
- ・当事者の社会参加に対する自信と行動する意欲を高める。
【プレゼンテーション練習会参加人数 16人（各回平均8人）】

今後の展望

ひきこもり以外のいろいろな分野で活動している地域の市民団体・NPO とのつながりを作る。それらの団体と連携し、行動できる状態となった当事者が地域社会とつながりを作れるようにする仕組みづくりを行う。

事業の予算概要

【収入】

(単位：円)

	科目	金額	積算内訳
団体	団体拠出金	¥ 56,540	事業費の一部を団体の会計より拠出
	「つたわり」参加費	¥ 21,600	300円×6人×12回
	「はう」参加費	¥ 7,200	100円×3人×24回
	「プレゼンテーション練習会」参加費	¥ 8,000	500円×8人×2回
	自己資金の合計額 (A)	¥ 93,340	
市	市民活動助成金 (B)	¥ 300,000	
	合計額 (C) = (A+B)	¥ 393,340	

【支出】

	科目	予算額	積算内訳
助成金の交付対象経費	報償費	¥ 100,000	外部講師謝礼 (プレゼンテーション練習会) 25,000円×1人×2日×2回
	消耗品費	¥ 49,520	LFCコンポストセット (たい肥づくり・ハーブ栽培) 4,994円×5人
			ハーブ栽培キット (たい肥づくり・ハーブ栽培) 550円×4個×10人
			台ふきん (つたわり) 300円×3箱
			洗剤、スポンジ (つたわり) 1,100円
			コップ (つたわり) 550円
	食糧費	¥ 100,000	食材、飲み物 (つたわり) 1,000円×8人×12回 参加者用お茶菓子 (プレゼンテーション練習会) 1,000円×2日×2回
	印刷製本費	¥ 10,120	チラシ印刷 (つたわり 両面4色 300部) 7,434円×300部
			チラシ印刷 (風の家「はう」 両面4色 300部) 7,434円×300部
			チラシ印刷 (プレゼンテーション練習会 両面4色 300部) 7,434円×300部×2回
			当日配布資料コピー (プレゼンテーション練習会) 10円×60枚×2回
	使用料および賃借料	¥ 83,300	会場使用料 (つたわり まつど市民活動サポートセンター 調理室) 380円×5時間×12回
			会場使用料 (風の家「はう」 常盤平いきいきサロン2階) 100円×5人×12回
			会場使用料 (風の家「はう」 コミュニティカフェ ChoshiYa) 500円×5時間×12回
			会場使用料 (プレゼンテーション練習会 まつど市民活動サポートセンター 会議室) 220円×5時間×2日×2回
ZOOMプロ 年間使用料 (つたわり オンライン開催用) 20,100円 (月額1,675円×12か月)			
	対象経費の合計 (D)	¥ 342,940	
その他経費	交通費	¥ 50,400	運営メンバーの交通費 (つたわり) 600円×2人×12回
			運営メンバーの交通費 (風の家「はう」) 600円×2人×24回
			運営メンバーの交通費 (プレゼンテーション練習会) 600円×3人×2日×2回
	その他経費の合計 (E)	¥ 50,400	
	合計額 (F) = (D+E)	¥ 393,340	

【チェック項目】

- 1 助成金 (B) が対象となる経費 (D) 欄の90%以内、自己資金 (A) 欄が対象経費 (D) 欄の10%以上であること
- 2 助成金 (B) が、スタート助成の場合は1事業あたり10万円以内、ステップアップ助成の場合は1事業あたり30万円以内であること。