

2010年度
あかりプロジェクト



活動報告書

〇はじめに

～ 10年度をふりかえって

2010年度は初めての試みに溢れた創造的な年度となりました。リカバリーフレンドが継続的に学びを深めるリカバリーフレンド養成講座、リカバリーフレンドの体験談をお伝えするグループワーク、親御さん同士の支えあいの場としての親子茶話会、広く一般に自己肯定感の大切さを伝える講演会の主催、小冊子の制作・販売、iphoneアプリの制作・販売などは、すべて10年度初の試みとなりました。

「10年後には全国47都道府県に摂食障害のサポート体制を実現する」という大きな目標に向けての第1歩として「まずは石川県で摂食障害経験者が主体となったサポートモデルを」という目標を掲げておりますが、今年度はその第1歩を踏み出すことができたのではないかと思います。

これらの数々の経験を土台に、来年度は石川県でのサポートモデルの更なる強化と他府県へそれを広めていく下地作りに力を入れていきたいと考えています。

これらの活動を無事に行うことができたのは、ひとえにお力添えを賜りました皆様のおかげと感謝の気持ちでいっぱいです。数々のご協力をいただきましたみなさまには、心より御礼申し上げます。今後の施策に資するため、ぜひ、この活動報告をご一読いただき、忌憚のないご意見を賜ると同時に、今後ともプロジェクトに対するご理解・ご協力をどうぞよろしくお願い申し上げます。

平成23年3月
あかりプロジェクト
代表 村田いづ実

2010年度 あかりプロジェクト 活動報告書 目次

I . 事業関係	4
• 未来蝶.netの運営	
• あかりトークの開催・運営	
• 親と子の茶話会の開催・運営	
• リカバリーフレンド養成講座の開催	
• あかりグループワークの開催	
• メンタルヘルス講演会の開催	
• 小冊子の制作・販売	
• iPhoneアプリの制作・販売	
• 講演など	
II . 組織運営関係	12
• あかりコーディネーター会議	
• 組織体制の変革	

I. 事業関係

○ 未来蝶.net

・未来蝶.netの運営

昨年度に引き続き、摂食障害の回復に役立つ情報を集めた未来蝶.netを運営しました。回復者の体験談や、コラム、医師へのインタビュー、仕事に関するコラムなど、月に1回のペースで様々な記事を更新してきました。今後もこの問題に携わる多岐にわたる関係者に記事へのご協力をお願いし、内容をさらに充実させていきたいと考えています。

※未来蝶.netの閲覧状況(11年3月現在)
1500ユーザー／月
15,000PV／月



・未来蝶マイページの運営

綴ることで自分の心と向き合ったり、全国の仲間と気持ちのわかちあいができるウェブコミュニティ未来蝶マイページを昨年度に引き続き運営しました。今年度の利用者は約30名でした。



I. 事業関係

○ あかりトーク

昨年度に引き続き、当事者や経験者の支えあい、気持ちのわかちあいの場として、石川、大阪、福井の三ヶ所でリカバリーフレンドが運営するあかりトークを開催し、それぞれが抱える気持ちや悩みをわかちあいました。

リカバリーフレンドの輪が全国に広まり、ひいてはあかりトークがどの地域に住んでいても参加できる状況づくりを目標に今後も運営を続けていきたいと考えています。

- あかりトークin金沢
 - 毎月2回開催
 - 今年度参加者総約40名

- あかりトークin関西
 - 毎月1回開催
 - 今年度参加者総数20名

■ あかりトークin福井@こぶしの会

福井の家族会「こぶしの会」さんの例会にて、リカバリーフレンドが本人の会のファシリテーションをさせていただきました。

- 8月より隔月1回開催
- 今年度参加者総数約10名



I. 事業関係

○ 親と子(回復者)の茶話会

10年度から新たに、摂食障害の子を持つご家族同士の支えあいの場、回復者(リカバリーフレンド)との交流の場としての茶話会を開催しました。

初の試みで模索しながらの開催でしたが、参加者の皆様と知恵を持ち寄ったり、一緒に模索したり、悩みを分かちあったり、励ましあったりと、有意義な場ができたのではと感じています。

来年度も、引き続き開催を続けていく予定です。

■ 親と子の茶話会in金沢
7月より、隔月1回開催
今年度参加者総数約20名

摂食障害についてわかち合いませんか
親と子(回復者)の茶話会

親

子(回復者)



こんなこと、わかち合いませんか?
家族が摂食障害を抱えていてつらい
いったいどうしてこんなことに?!
こんなときどうしたらいいの?
こどもの気持ちは知りたい
聞いてみたいけど直接は聞きづらい・・・
理解したいけれどなかなかわからない・・・
わかってほしい親の気持ち

日時：翌数月の第3土曜日 13時～15時(第一回は9月18日開催予定です)
場所：かなざわ市女性センター相談室
参加対象：摂食障害の方のご家族、関心のある方
(摂食障害ご本人の方はあかりトークにご参加ください)
参加費：500円
主催：あかりトークあかりプロジェクト <http://info.future-butterfly.net/>
お問い合わせ：あかりトーク担当 ちいちゃん yasumoto@future-butterfly.net
* 場所や時間が変更になる場合もあるので、初めての方は事前にお問い合わせください

* あかりプロジェクトとは、摂食障害の当事者や回復者、ご家族、援助者が出せる力を持ち寄り、回復のために役立つサポートを考え、実現しようとするプロジェクトです。

I. 事業関係

○ リカバリーフレンド養成講座

今年度は新たに2名のメンバーを迎え、計4回にわたって、“回復のお手伝いをする友人のような存在”リカバリーフレンドとしての知識を深めたり、グループワークでともに学びあうサポーター養成講座を行いました。

これらの経験を元に、来年度はステップ制を取り入れた新体制でのリカバリーフレンド養成プログラムを金沢・大阪・東京にて実施する予定です。



・第一回：金沢(6月26、7月24日)参加者総数10名

「自身の体験をまとめ、話し、受け止めてもらおう」

講師：老田知子・福多唯(あかりコーディネーター)

・第二回：金沢(8月28日)参加者 5名

「カウンセリング概論Ⅰ」

講師：村田進(あかりコーディネーター)

・第三回：金沢(10月9日)参加者 5名

「カウンセリング概論Ⅱ」

講師：老田知子・村田進(あかりコーディネーター)

・第四回：金沢(1月29日)参加者 6名

「ファシリテーション演習」

講師：老田知子(あかりコーディネーター)

I. 事業関係

○ メンタルヘルス講演会

未来蝶.net内、「摂食障害を抱えながら子育てをなさっているお母様へ」でインタビューにお答えいただいた明橋大二先生にお力添えをいただき、自己肯定感の大切さや摂食障害について広く一般の方にもお伝えする目的で講演会を主催しました。援助職の方や不登校の親御さん、子育て中のお母様など様々な方にご参加いただき、あかりプロジェクトのつながりを広げるという意味でも大きな意味合いを持つ講演会となりました。

今後も、折りあるごとにこうした広く一般への啓発活動を行っていきたいと考えています。

300万部ベストセラー
「子育てハッピーアドバイス」
シリーズの著者

精神科医
明橋 大二 医師
講演会

**わたしが
わたしで
バンバンザイ!**

～舞台は、あなた自身のために～

2010年
9/23
木・祝

時間 PM2:00～PM5:00 (PM1:30より受付開始)

会場 ITビジネスプラザ武蔵 ホール
めいてつ・エムザ スタジオ通り下瀬町側エレベータ6F

定員 140名 参加費 2,500円 (税込)

お申込み
手順
① FAXまたはEメールにて、代表者のお名前と
↓
ご連絡先、参加人数をお知らせください。
② 当日そのまま会場へお越しください。

お申込み
お問合せ
あかりプロジェクト事務局
TEL&FAX 076-204-6122
E-mail info@future-butterfly.net

主催 ● あかりプロジェクト
後援 ● 石川県、金沢市、金沢市教育委員会、(株)スリのアオキ、株式会社 金澤文苑堂 [詳しくは裏面をご覧ください](http://www.future-butterfly.net)

・金沢(9月23日) 参加者約70名

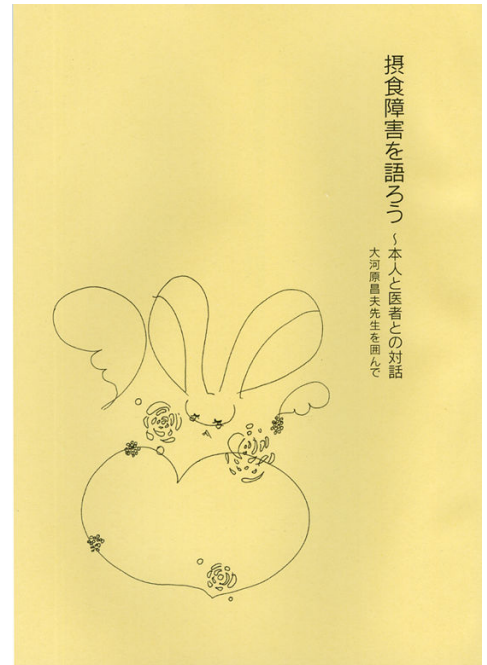
「わたしがわたしでバンバンザイ!～舞台は、あなた自身のために～」

講師:明橋大二医師(真生会富山病院心療内科部長)

I. 事業関係

○ 小冊子の制作・販売

未来蝶.net「ドクターに聞いてみよう！」でインタビューにお答えくださった大河原昌夫先生にお力添えをいただき、インタビュー内容に加筆修正を加えたものや、あかりメンバーと開催した対談の様様をまとめて小冊子『摂食障害を語ろう～本人と医者との対話 大河原昌夫先生を囲んで』を制作。あかりトークや講演会の折に販売を行いました。



○ iPhoneアプリの制作・販売

10月より『内閣府社会的企業創業支援ファンド』の助成を受け、持続可能な活動を行うための収益源の確保を目指して、iphoneアプリの制作を行っています。3月には第一弾「まいっか100smile」をリリース。今後も、「そのまんまでOK！」を広く一般に広めるためのアプリを開発・販売していきます。



I. 事業関係

○ 講演・メディア出演など

10年度も講演会やメディア出演を通して、摂食障害当事者の生の声を広く伝えることや、プロジェクトの概要を知っていただくことができました。来年度も積極的にこのような働きかけを続けていけたらと思います。



■NHK教育テレビ『きらっといきる』

～劣っとるって思わんでいいよ

4月23日放送

出演 あかりリカバリーフレンド 安本ちひろ

■追手門学院大学 箱庭療法研究会

～回復体験談とあかりプロジェクトが目指すこと

7月26日

話し手 あかりリカバリーフレンド かつら

■食行動異常研究会PARTⅡ 定例会・講演会

～わたしたちには、ちからがある 楽なところのその先に見えたもの

11月14日

話し手 あかりリカバリーフレンド 村田いづ実

■fmn1えふえむ・エヌ・ワン 住職のよもやま話

3月1日放送

出演 村田いづ実・安本ちひろ

○あかりコーディネーター会議

心理や市民活動の専門家から成る4名のコーディネーターを交えて、あかりプロジェクトの活動内容や運営に関する企画の立案や問題点の発見、解決策の考案について月に1回のペースで話し合いを行いました。

年度の途中で行った組織体制の変革に伴い、来年度からは主に活動内容の心理臨床的な側面に重点を置いた話し合いの場を不定期で行っていきます。

○ 組織体制の変革

より効率的・加速的に活動を進めていくために、12月に組織体制の変革を行いました。リカバリーフレンドの3名(村田・安本・岡井)がコアメンバーとして運営の役割を担い、月に1度以上の話し合いの機会を設けながらプロジェクトの運営を進めました。

これまで運営に関する話し合いにもご参加いただいていたコーディネーターの皆様には特に心理臨床的な分野において専門家のお立場からご助言をいただくことになりました。

また、コアメンバーで話し合った様々な運営方針に関しては随時リカバリーフレンドやあかりメンバーと意見交換を行い、プロジェクトに携わるメンバー全員の意見が反映される活動運営を心がけていきます。

