



2015年度
NPO法人あかりプロジェクト
事業報告書

2015年4月1日から2016年3月31日まで

〇はじめに

～事業の経過 2015年度をふりかえって

2015年度は、年度初めに見直しを行った10年計画(※下記参照)の1年目として、アクションプランニングのためのリサーチを行いました。

●摂食障害本人がより集まりやすく、かつ収益も成り立つ場(進化版あかりトーク)を模索。本人へのアンケート調査で上位に挙げた「ヨガ」「森林浴」をテスト開催

●これから自助グループを立ち上げたい人、すでに立ち上げている人にとって有効な学びあいの模索。『SHGセミナー』をより実践的かつ多種多様な居場所運営者のニーズに沿った内容に一新し『居場所づくりとセルフケア』として開催

●上記セミナーで好評を得たカードワークを短縮化し、一般向け、企業向けに改良。一般向けワークショップ『いるるんを探せ!～手がかりは120のカード』をモニター開催。

●未来蝶.net内容を見直し。検索ワードの分析から、これまでに行った各種アンケート調査結果を公開する『摂食障害当事者アンケートコーナー』を新たに設置

●家族のニーズを把握するためにアンケート調査を実施。知りたい情報として上位に挙げた「理解ある医師や援助職の情報」「日常生活での本人への対処方法」をお伝えする『摂食障害クロストーク』を北陸労働金庫NPO助成金を受けて実施。

●自助グループの効果について研究するため、先行研究調査など下準備を実施

これらの結果を受け2016年度も引き続き種々のテスト事業を行い、今後のアクションプランに繋がります。また、組織運営面では地域で「あかりトーク」を運営するリカバリーフレンド5名を新たに理事に迎えました。運営メンバー方式よりも多様な意見やアイデア、結束力が生まれ、良好な滑り出しとなりました。

今年度も何とか無事に継続できたのは、ひとえにお力添えを賜った多くの皆様のおかげと心より感謝申し上げます。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。

2016年4月

※長期計画(2015年度から10年間)

◎ミッション: 摂食障害のひとが自分の力を感じ、より自由に生き方を選んでいくための支えあい

◎ビジョン: 10年後には全国どこに住んでいても摂食障害を理解し関わってくれる人に繋がれる状況をつくる(仕事として自助活動ができる収益モデルの確立とノウハウ移転)

2015年度NPO法人あかりプロジェクト事業報告書 目次

I. 事業の実施に関する事項(特定非営利活動に係る事業)

① 当事者コミュニティ形成・運営事業

- 未来蝶マイページ 4
- あかりトーク(自助グループ)
- 親子茶話会(家族会) 5
- あかりペアトーク
- 進化版あかりトーク 6

② 支援者育成事業

- 『居場所づくりとセルフケア』ワークショップ

③ 当事者コミュニティ形成支援事業

- 院内支えあい活動立ち上げコンサルティング 7

④ セミナーの企画・開催事業

- 『摂食障害クロストーク』
- 『いるるんを探せ！～手がかりは120のカード』セミナー 8

⑤ 交流促進事業

※2015年度は実施なし

⑥ 啓発事業

- 未来蝶.net記事内容の拡充
- 『摂食障害を語ろう 第2版』の配布 9
- 講演会講師

⑦ 調査・研究事業

- 地域の摂食障害環境に関する調査・研究 10
- 学術的研究

II. 組織運営に関する事項 11

I. 事業関係

①当事者コミュニティ形成・運営事業

○未来蝶マイページ

全国の当事者同士でわちあいができるウェブコミュニティ「未来蝶マイページ」をこれまでに引き続き運営。リカバリーフレンド(以下RF)とわちあうウェブ掲示板「リカバリールーム」はマンパワー不足により休止とした。

実施日時	2015年4月～2016年3月
実施場所	団体事務所(管理・運営)
従事者数	5名(事務局、RF)
受益対象者の範囲及び人数	未来蝶マイページ会員27名(のべ150名)
支出額	65,670円



○あかりトーク(自助グループ)

当事者や経験者の交流の場として地域のRFが開催。気持ちや悩みをわちあった。福岡(北九州)は1年ぶりに不定期開催で再開した。

実施日時(原則)	石川: 毎月第2(土)10:00～12:00 全12回 第4(水)10:00～12:00 全11回 富山: 毎月第4(土)10:00～12:00 全12回 京都: 毎月第2(日)14:30～16:30 全11回 舞鶴: 毎月第4(日)14:00～16:30 全10回 東京: 毎月第4(日)14:00～17:00 全12回 福岡: 不定期 全5回
実施場所	金沢市女性センター、金沢市教育プラザ富樫、真生会富山病院、中京区いきいき市民活動センター、舞鶴市西駅交流センターウィメンズプラザ東京、レディスやはた など
従事者数	6名(事務局およびRF)
受益者の範囲・人数	摂食障害の本人82名(のべ183名)
支出額	96,512円



I. 事業関係

①当事者コミュニティ形成・運営事業

○親子茶話会(家族会)

摂食障害の子を持つご家族同士や経験者(RF)、関係者との交流の場として、石川、富山のRFが開催。7月はあかりトークと合同で開催。家族と本人が本音をわかちあう会となり、今後も開催してほしいとの要望を多くいただいた。

実施日時 (原則)	石川:毎月第3土曜日10:00~12:00 全11回 富山:毎月第4土曜日10:00~12:00 全12回
実施場所	金沢市女性センター、金沢市教育プラザ富樫、 真生会富山病院、
従事者数	2名(事務局およびRF)
受益対象者の範囲 及び人数	摂食障害のご家族や関心のある方29名(延べ56名)
支出額	1,000円



○あかりペアトーク

当事者と担当リカバリーフレンドが電話を用いて1対1でわかちあいを行った。

実施日時	2015年4月~2016年3月
実施場所	団体事務所
従事者の人数	1名(事務局、RF)
受益対象者の範囲 及び人数	利用者1名(全10回)
支出額	0円



I. 事業関係

①当事者コミュニティ形成・運営事業

○進化版あかりトーク

摂食障害本人がサークル活動のように気軽に参加できる場を模索するため、2015年3月10日～2015年5月にかけてウェブや対面でのアンケートを実施。20名から回答をいただき、集計結果の上位に挙がった「ヨガ」「森林浴」の集まりを石川県で試験的に開催した。なお、京都と東京では「あかりトーク」の時間内にヨガを実施した(京都3回、東京4回)。



実施日時	【ヨガ】・9/19(土)13:30～14:30 ・11/25(水)13:30～14:30 【森林浴】・10/28(水)10:00～13:00
実施場所	金沢市女性センター、金沢市教育プラザ富樫、白山一里野高原
従事者数	1名(事務局およびRF)
受益対象範囲・人数	摂食障害のご本人、ご家族や関心のある方 8名(延べ9名)
支出額	14,300円

②支援者育成事業

○『居場所づくりとセルフケア』セミナー

RFステッププログラムの一環として、これから活動を始めたい方向けの「さいしょの一步、入門編」、すでに活動している方向けの「居場所と私、これからのカンケイ編」を企画。RFのみならず、関心がある方も募って開催した。



実施日時	石川: 8/1(土)2(日)、大阪: 9/5(土)6(日)、東京: 11/22(日)23(月・祝) 各10:00～17:00
実施場所	石川県女性センター、市民交流センターひがしよどがわ、代々木オリンピックセンター
従事者の人数	2名(事務局および顧問)
受益対象者の範囲及び人数	摂食障害経験者や本人、家族、援助職者16名(のべ26名)
支出額	178,160円

I. 事業関係

③当事者コミュニティ形成支援事業

○院内支えあい活動立ち上げコンサルティング

昨年度に引き続き、提携病院内で「あかりトーク」を定期的に開催するための基盤づくりとして、ベテランRFが出向いて「あかりトーク」「親と子の茶話会」を開催。地域のメンバーで継続的に事業運営できる体制づくりを模索した。

実施日時	2015年4月～2016年3月
実施場所	富山県射水市:真生会富山病院
従事者の人数	2名(事務局およびRF)
受益対象者の範囲及び人数	上記病院および通院患者さんやご家族
支出額	45,909円



○ 摂食障害クロストーク

摂食障害の家族が求めている情報を調査するため、2015年3月10日～2015年5月にかけてウェブアンケートを実施。16名から回答をいただいた。集計結果の上位に「理解ある医師や援助職者の情報」「日常生活での本人への対処方法」が挙げられたため、経験者、家族、ドクター、PSW、心理士それぞれの語りを聞いてわかちあう集まりを石川県で開催した。北陸労働金庫より来年末期限の助成金を受けて実施。今後は上記ゲストが参加する親子茶話会も実施。より家族のニーズに沿った親子茶話会を模索したい。

実施日時	2016/3/0(日) 13:30～16:30
実施場所	石川県女性センター
従事者の人数	4名(事務局、RF、顧問)
受益の範囲・人数	摂食障害本人、家族、援助職者約90名
支出額	183,397円

④セミナーの企画・開催事業

I. 事業関係

④セミナーの企画・開催事業

○『いるるんを探せ！～手がかりは120のカード』セミナー

『居場所づくりとセルフケア』ワークショップで好評だった「自分が本当に欲しいものを見つける」カードワークを簡素化し、金沢で一般向けにテスト開催した。摂食障害に困っている人以外のところから収益を得る仕組みの一環として、今後もさらに模索していきたい。



実施日時	2016/2/20(土)13:30～16:00
実施場所	シェアマインド金沢
従事者の人数	2名(RF、顧問)
受益対象者の範囲及び人数	メンタルヘルスに関心がある参加者8名
支出額	600円

⑥啓発事業

○未来蝶.net記事内容の拡充

ウェブサイト関連のプロボノ2名から記事とブログの連動、検索キーワードを踏まえた記事の充実など様々なアドバイスをいただき、新たに当団体が実施してきた各種アンケート調査結果を公表するコーナーを新設した。

実施日時	2015年4月～2016年3月
実施場所	団体事務所(管理・運営)
従事者の人数	1名(事務局)
受益の範囲・人数	未来蝶.netの閲覧者30,223名
支出額	8,025円



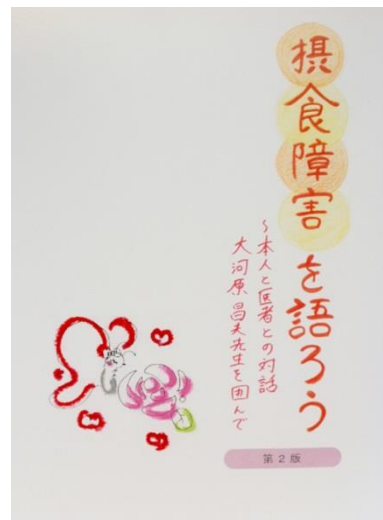
I. 事業関係

⑥啓発事業

○『摂食障害を語ろう 第2版』『摂食障害あいうえお辞典』の配布

当団体相談役で甲府住吉病院の大河原昌夫医師と2013年に発行した小冊子『摂食障害を語ろう』を未来蝶.net上やあかりトーク会場、講演会場、摂食障害クロストーク会場などで引き続き配布した。

実施日時	2015年4月～2016年3月
実施場所	団体事務所(管理・運営)
従事者の人数	1名(事務局)
受益対象者の範囲及び人数	書籍の読者21名
支出額	58円



○講演会講師

今年度は1箇所で開催発表を行った。

実施日時と内容	○“人間と性”教育研究協議会石川支部学習会 2016/2/7(日)13:30～15:30 金沢市女性センター 演題:わたしたちには力がある～摂食障害の当事者活動を通して～ 演者:村田いづ実
従事者の人数	1名(RF)
受益対象者の範囲及び人数	聴講者約30名
支出額	80円

I. 事業関係

⑦ 調査・研究事業

○地域の摂食障害環境に関する調査・研究

昨年度に引き続き、情報提供で活動に参加するあかりメンバーに向けて、ほしかったサポートや回復のきっかけ、居住地域の摂食障害を取り巻く環境について調査を行った。

実施日時	2015年4月～2016年3月	従事者の人数	1名(事務局)
実施場所	団体事務所		
受益対象者の範囲及び人数	あかりメンバー71名および未来蝶.netでの集計結果閲覧者	支出額	5,398円

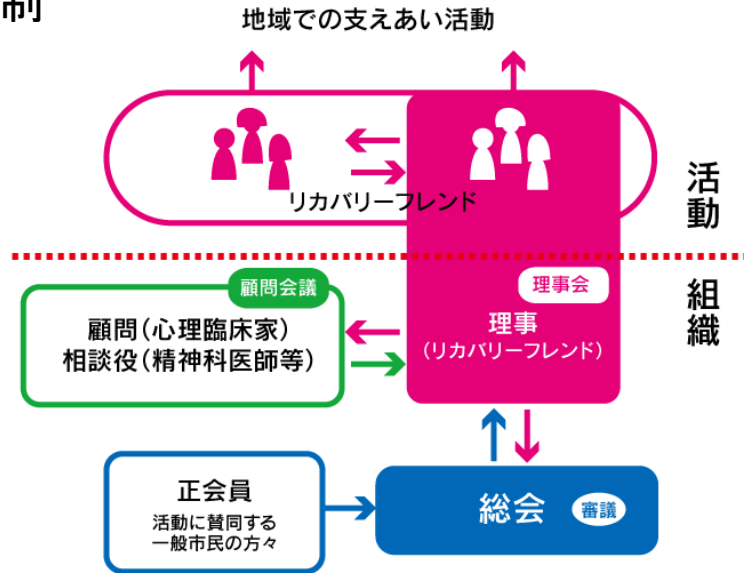
○学術的研究

リカバリーフレンドステッププログラムの問題点を明らかにし、自助グループを地域で新たに立ち上げる人を増やしていく方法や、当事者主体の自助グループにおいて複数のコアメンバーで支えあいながら運営できる方法についてより有効な今後の在り方を検討するため、これまでにステッププログラムに参加して離れていった21名にアンケート調査を実施。7名から回答を得、結果を日本摂食障害学会で発表した。また、来年度には自助グループの効果や摂食障害者の孤立化要因を調査できるよう、先行研究調査などの下準備を行った。

実施日時と内容	○2015/10/25(日)第19回日本摂食障害学会・学術集会 ・一般演題「経験者・当事者・関係者による摂食障害者回復支援のためのNPO活動—支援者育成プログラムの問題点と課題」 発表:村田いづ実、中村このゆ
実施場所	福岡県パピヨン24
従事者の人数	3名(事務局、RF、顧問)
受益対象者の範囲及び人数	発表の聴衆者約50名
支出額	46,944円

※「⑤交流促進事業」「⑧その他、目的の達成に必要な事業」は26年度は実施なし
※「その他の事業」は定款に記載なし

○ 組織体制



地域でリカバリーフレンドとして活動しているメンバー5名を新たに今年度より理事に迎え、必要な際には顧問や相談役に助言やアイデアをいただき、ウェブや電話、対面で活動運営に関するディスカッションを随時行いながら事業運営を行った。

■顧問会議 2015年4月19日(日)12:30~14:30 於:金沢市女性センター相談室

■通常総会 2015年4月19日(日)15:00~15:50 於:金沢市女性センター相談室

■理事会 2015年4月19日(日)16:00~17:00 於:金沢市女性センター相談室

その後は理事メンバーで随時メールや電話、対面でディスカッションをしながら活動を進めた