



NPO法人
リスニングママ・プロジェクト

地域での生活を後押しできる 広域オンライン活動の活用

地域包括ケア推進セミナー 2022年9月9日

NPO法人リスニングママ・プロジェクト
代表理事 足立さとみ



NPO法人リスニングママ・プロジェクト

代表理事 足立さとみ

夫と小学生と中学生の男子2人 4人暮らし

鹿児島在住



「話せる場」 「聴く力」 をすべてのママへ

受講・提供・利用すべてオンライン

外出しにくい方も、世界各地からアクセス可能。

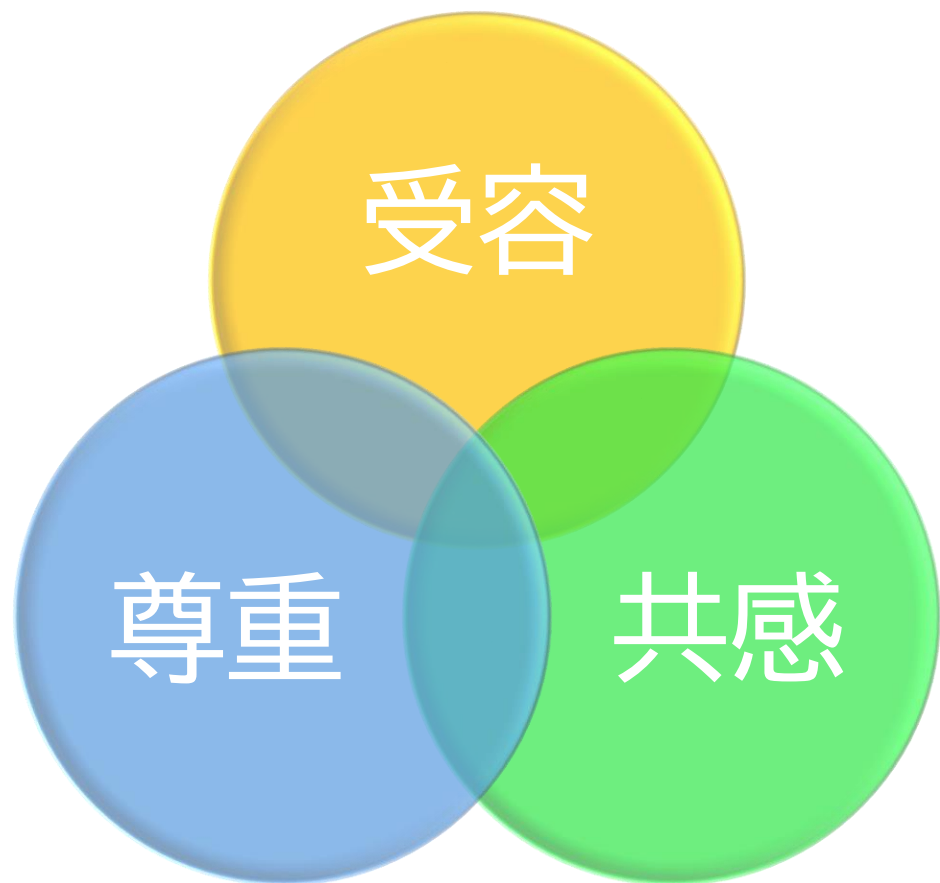


沿革

- 2011年3月 **東日本大震災**直後、子育て中の母が孤立しないよう、カウンセラー(現副理事)の高橋ライチが無料での傾聴を始める。
- 2013年 リスナーの育成とマッチングサイトの運営について社会起業家のための助成金にトライするが選外となる。
しかし、資金のないなかでできることを仲間を募って準備していく。
- 2014年4月 任意団体として活動開始。オフラインでリスナー養成講座 オンラインで「おはなしデー」をスタート
- 2015年 **リスナー養成講座もオンラインにて提供開始**。香港、アメリカなど海外からも利用があり、ますます必要性を感じる。
- 2016年「子どもの話を聴くコツ」講座を育児サークルやPTAで講演(リアル、対面どちらも)
- 2017年 オンラインでの「子どもの話を聴くコツ講座」などの開催
- 2018年9月 **NPO法人取得**
- 2019年 「聴く」を学ぶ オンラインサロン 開設
- 2020年 子育て支援者、保育士、などへオンライン研修提供開始
- 2021年 未来の先生フォーラムにて教員向け研修提供

2022年4月末日現在 理事3名 監事1名 正会員 12名 リスナー 10名 学び仲間(修了生) 71名

「聴く」=自己肯定感を育む最強ツール



話す人
「自分はこれでいいんだ！」

お互いの力を引き出す
自分と他人への信頼が増す

聴く人
相手が力を取り戻す瞬間
こちらにも力をいただく

怖さを「話す場」「聴く力」でのりこえる



母が
「話す場」
「聴く力」
つながる

母から家族へ
次世代へつながる
幸せ・平和への連鎖

足元の
幸せを
確認する

おはなしDAY

気持ちに寄り添ってお聴きします

なんでも話せる20分のオンライン無料通話

■利用者
妊娠中～小学生までの子育て中の母



無料・匿名
1対1の音声通話
話題は何でもOK
何度でも利用OK

■リスナー（ボランティア）
長子3歳以上末子中学生までの子育て中の母
傾聴講座受講 認定試験合格者

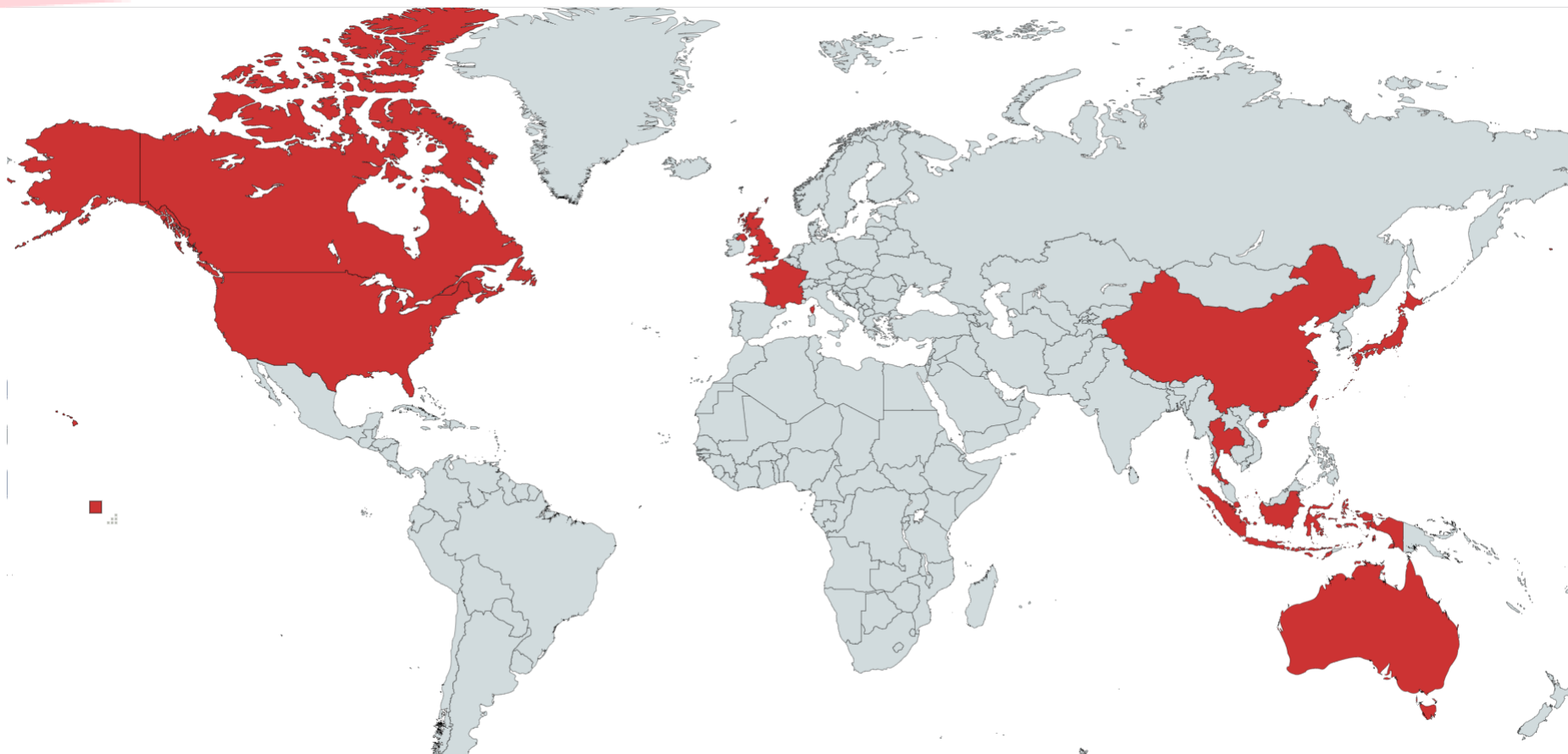
おはなしDAY ご利用地域

[illegible]

2021年
10月まで

おはなしDAY ご利用地域

日本
アメリカ
オーストラリア
カナダ
イギリス
フランス
インドネシア(バリ島)
香港
台湾
シンガポール





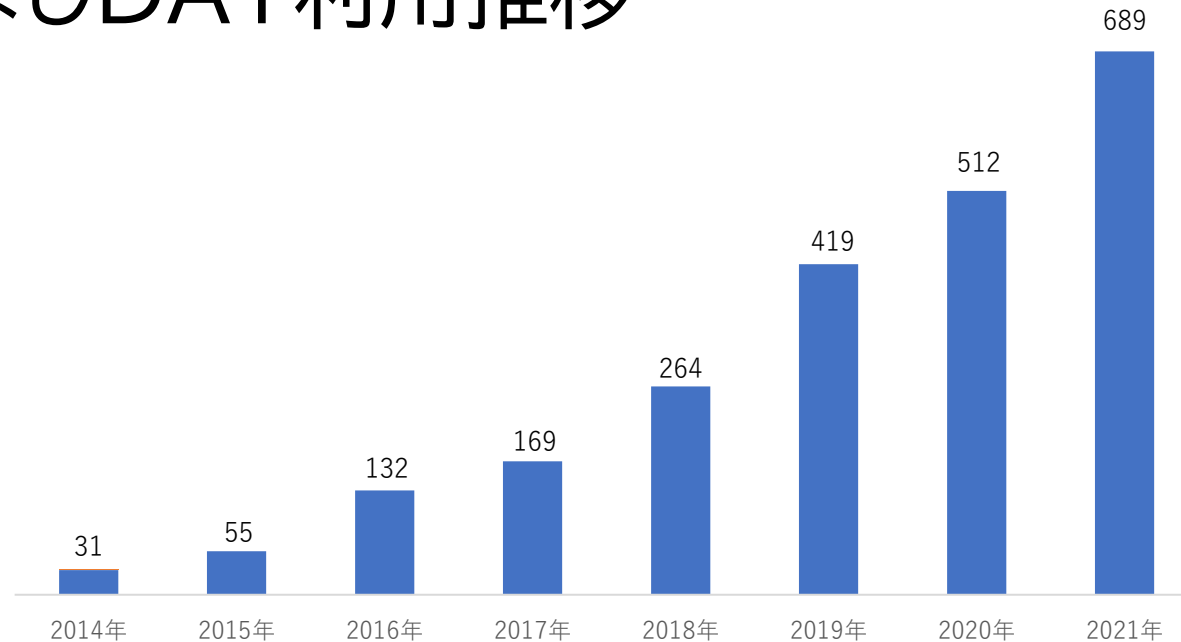
NPO法人

リスニングママ・プロジェクト

広域オンラインコミュニティ
+
「聴く」を軸にメンバーが繋がる
= 地域での生活を豊かにする

知らない人にお話をするって???

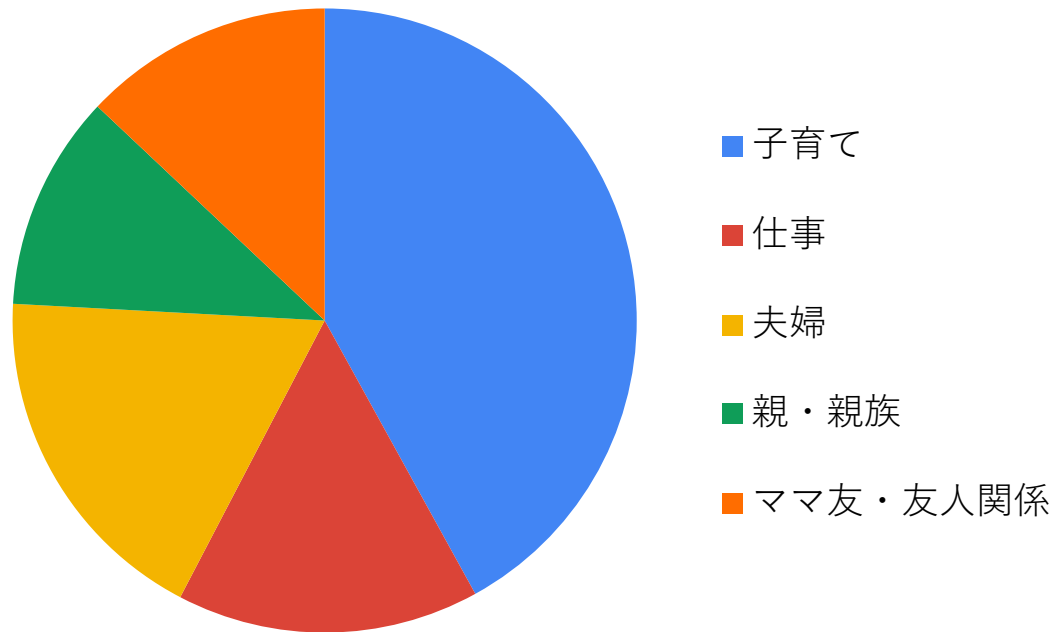
■おはなしDAY利用推移



2014年4月より開始
2021年9月までに、のべ2000回利用

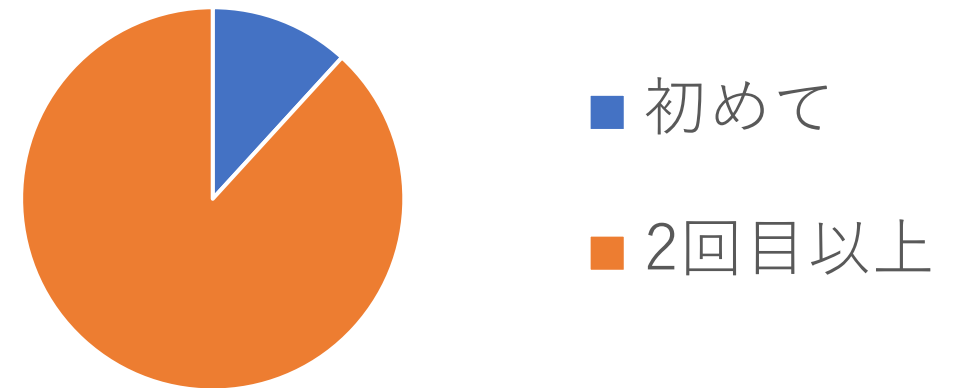
■話したテーマ

2020年9月～2021年8月

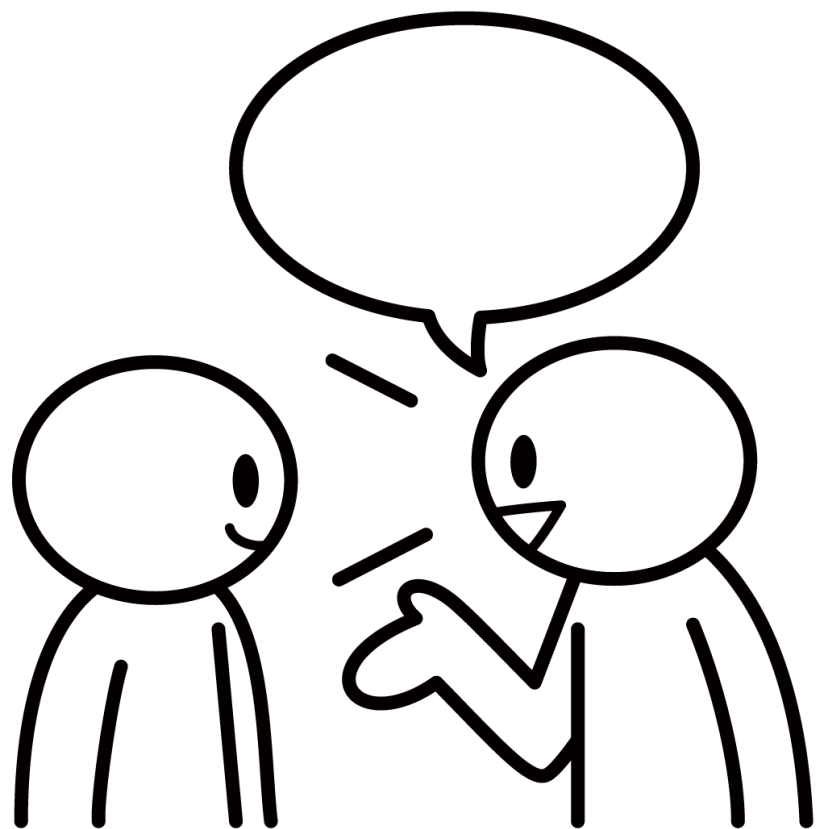


■利用回数

2020年9月～2021年8月



会ったことがない人と話す／聴く



話し手の立場から

- ・日々の生活の人間関係とは異なるので、相手のことを考えなくても大丈夫

聴き手の立場から

- ・相手の言葉だけを真摯に受け止めることが容易

= 利害関係になりにくい

日常生活でのいざこざ



オンラインで 聴いてもらう



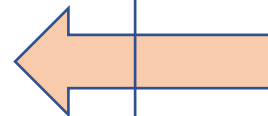
関係のない人の話なので、
感情を出して話せる。



聴くのが上手な人に話をした時の効果

- ・自分が何に腹が立ったのか
- ・本当はどうしたかったのか
- など、整理されてくる。

すっきり 力を取り戻す



対面や地域の輪に
戻る元気が出る

**伝えやすいし
伝わりやすい**



人間関係がより円滑
自分の居場所が生まれる

私たちにできること

- 引っ越しでもつながりが切れない居場所としての役割
- オンラインでお話しをお聴きます。（外部実施の1 on1としても可能）
 - 復職支援
 - 復帰前後のご本人、もしくは受け入れ側の職場の方々のお話をお聴きすることで、それぞれの大事にしているものが整理された状態となり、よりスムーズに双方にとって仕事がしやすい環境を作れます。
- 「聴くコツ」「聴くで繋がるコツ」お伝えできます。
 - 子育て支援団体などへのコミュニケーション研修
 - モヤモヤが〇〇に変わるおはなし会
 - 単発講座
 - 子どもの生きる力を育む子どもの話を聴くコツ
 - 誰も教えてくれなかった怒りのヒミツ
 - 頑張り屋さんのための「お願い上手になる」コツ講座
 - どんと来い！思春期♪心の準備講座

埼玉のお母さんに「聴く」を届けたい！

「聴いてもらう心地よさ」は体感しなければわからない

- 子育て拠点（児童館や子ども家庭支援センターなど）でリスママの取り組みを紹介させていただいたり、チラシを配らせていただきたい。
- 子どもの話を聴くコツ講座などの講座を届けたい。
- 埼玉支部があり、リアルでのおはなし会などの活動も検討中。
- 企業の皆様には、社員やその家族の産育休のときにリスママをご紹介していただきたい。（企業として復職支援としてのリスママ利用もお待ちしています。）



すべての人が自分らしく
つながりの中で生きていける社会



リスニングママ・プロジェクト



<https://lis-mom.jimdofree.com/>

NPO法人リスニングママ・プロジェクト

<https://lis-mom.jimdofree.com/>