認定NPO法人　こまちぷらす

認定NPO法人こまちぷらす

comachi
plus

Vision

―私たちが目指している社会―

子育てが
「まちの力」で
豊かになる社会へ

Mission

― 私たちの役割 ―

孤立した
子育てをなくし
それぞれの
人の力が活きる
機会をつくる

Slogan

― スローガン ―

子育てを
「まちで」
プラスに

数字でみる事業概要：組織編

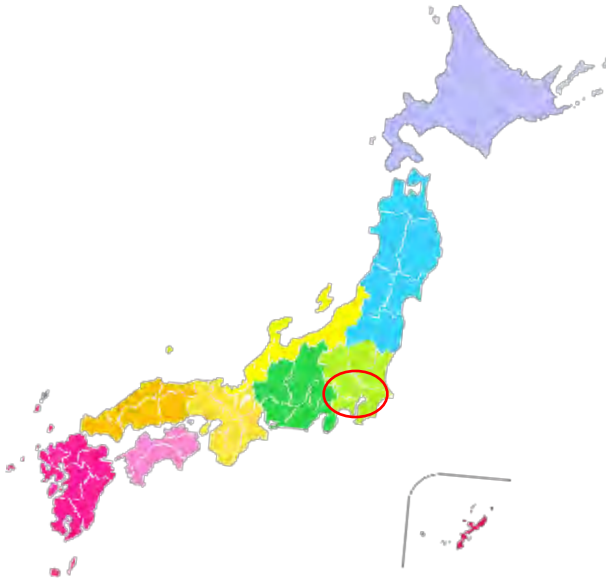
comachi plus

スタッフ人数：約50人（2023年7月現在）

登録ボランティア数：約270人（こまちパートナー）

第7回健康寿命をのばそう！アワード　厚生労働大臣 団体部門 優秀賞受賞（2018年11月）
第13回かながわ子ども・子育て支援大賞「奨励賞」 受賞（2019年11月）
第12回地域再生大賞　準大賞受賞（2022年1月）

活動地域/横浜市戸塚区



神奈川県横浜市戸塚区

人口：約２８万人　（令和3年9月現在）
高齢化率：25.5%（令和2年9月現在）

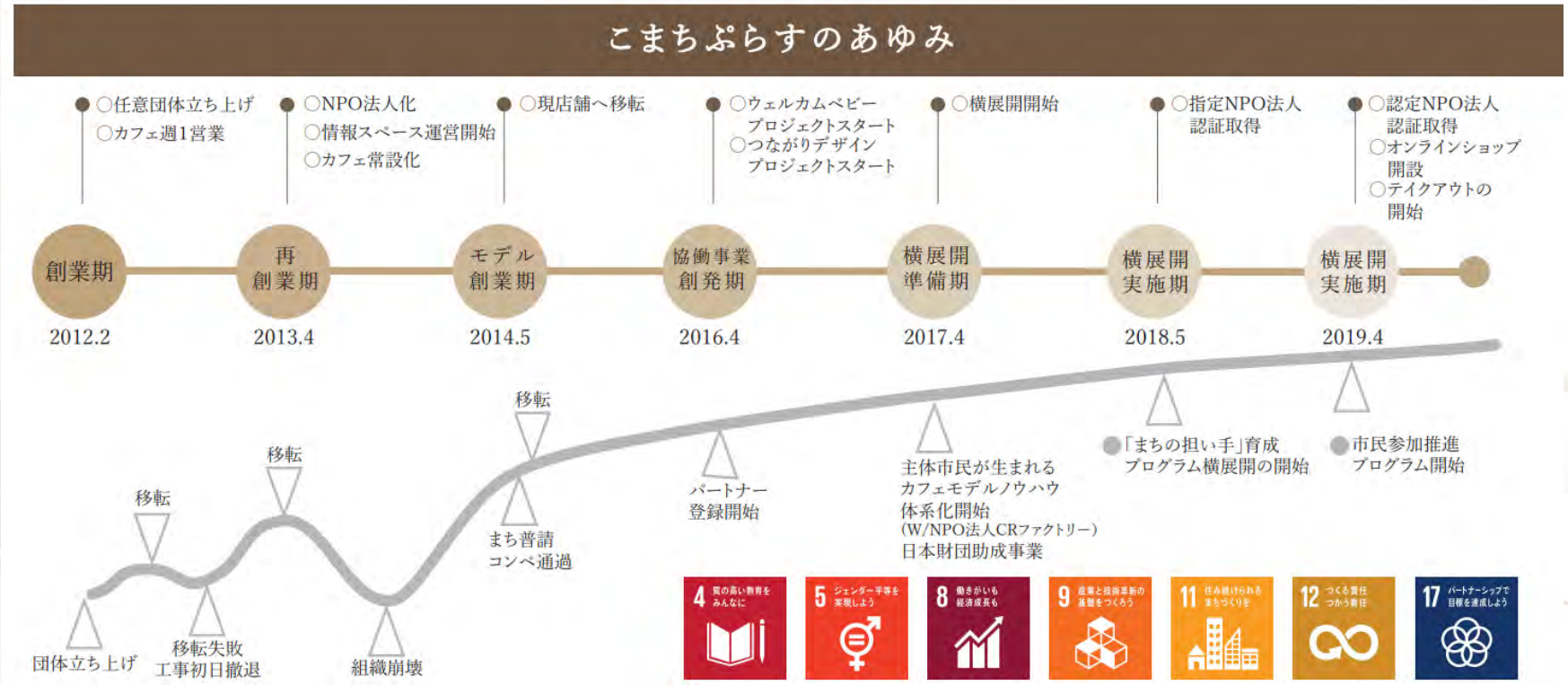
Copyright (C) NPO法人こまらぶらす. All Rights Reserved.

自己紹介

comachi plus

認定NPO法人こまちぷらす理事長。

2004年～トヨタ自動車にて海外営業や海外調査を担当。第一子出産直後に感じた言葉にならない育児における孤独感やその後「まちの活動に参加する」ことによって救われた経験から、2012年に退社しこまちぷらすを当時の**ママ友数人**と立ち上げる。



自己紹介

comachi plus

認定NPO法人こまちぷらす理事長。

2004年～トヨタ自動車にて海外営業や海外調査を担当。第一子出産直後に感じた言葉にならない育児における孤独感やその後「まちの活動に参加する」ことによって救われた経験から、2012年に退社しこまちぷらすを当時のママ友数人と立ち上げる。

2019年米フィッシュファミリー財団チャンピオン・オブ・チェンジ日本大賞にて入賞、2017年イスラエル政府招へいプログラム「女性ヤング・リーダーシップ・プログラム」メンバーに選出され1週間イスラエル訪問、2021年米フィッシュファミリー財団JWLIボストンプログラムフェローに選ばれバブソン大学女性リーダー研修プログラム他1か月研修を受ける、2023年6月ザルツブルググローバルセミナーフェローに選ばれ日本フェロー30人の1人としてオーストリアでのプログラムに参加。約９０会員いる地元商店会の副会長を５期つとめる。 2児の母、趣味は山登りで百名山踏破目指している。

事業概要

こまちカフェ

#子どもの見守り
#遊び場
#お菓子工房
#手づくり雑貨マルシェhaco+
#イベント

戸塚宿ほのぼの商和会事務局

#子育て×まち
#商店×まち
#子育てウェルカムな風土

こよりどうカフェ

#歴史400年のお寺
#小さなヨリドコロ
#お惣菜

とことこ / 地域こそだてカレンダー

#当事者目線
#家から出られなくても
#情報提供

居場所づくりの展開 3枚の葉っぱ

#対話と出番
#居場所が増える
#対話のツール

ウェルカムベビープロジェクト

#出産祝い
#まちの人の参画
#協働のプラットフォーム

講演 / 調査 / 研究

#働きやすい職場
#子育てしやすいまち
#イノベーション

でこぼこの会

#障害

ケアラーズカフェ えんがわ

#ダブルケア

ほっと一息金曜日

#不登校
#ひきこもり

ウェルカムベビープロジェクト

語り

【背守り】
うまれてきてくれて「ありがとう」
次はあなたも一緒に一針いかがですか？
とつか背守り会
検索
ご出産おめでとう
ございます
子育ては大変なんですが
楽しいこともたくさんあります。
今を大切にして
あせらず ゆっくり 成長を
見守ってくださいね。
次はあなたも一緒に一針いかがですか？
とつか背守り会
検索
自分は20代の
大学生です。
今まで両親には沢
山迷惑をかけ、その
度に救われてきました
親心は偉大です。
ささやかながら応援し
てます。

WELCOME BABY 通信

Welcome Baby Project × 戸塚新聞

地域のみんなで
子育て世代を
サポートする
活動をご紹介！

ウェルカムベビープロジェクト

とつか背守り会

今回は出産祝いに入っている背守りをつくる「とつか背守り会」にお邪魔して、参加されている横田さん、長谷川さんのお二方にお話を伺ってきました。

「この背守りがどんな赤ちゃんの元へ届くのか想像しながら背守りを作るのが楽しいです」

背守り会に参加するようになったきっかけは

横田さん：「6年ほど前に老人福祉施設に入所したのですが、その頃にお嫁さんがこの背守り会のことを紹介してくれました。元々手先が器用で趣味で手芸をしていたこともあったので、何か自分の得意を活かしてお返しできるかもしれないと思い、参加しました。」

長谷川さん：「高齢者住宅で暮たのですが、新もおらず、区民相談に行ったと活動を紹介して、少しずつ街になっていった ナ禍で外出が難んでいた頃に、どもが産まれるから聞き、背守介してもらいま

やりがいや楽しさなどをお聞かせください

横田さん：「同じような趣味を持った方達と話したりするのが楽しいです。また、この背守りがどんな赤ちゃんの元へ届くのか、想像しながら背守りを作るのが楽しいです。自分の子育てを思い出したりもして、背守りをつくることに今は生きがいを感じています。」

長谷川さん：「参加者同士で教えあったり、コミュニケーションをとりながら、それぞれの生い立ちや昔話をしながら背守りをつくることが楽しいですね。あと、たまたま自分がつくった背守りとメッセージが曾孫の元へ届いて、とても嬉しくて、何よりの宝になりました。孫が抱っこ紐につけたりできるようにアレンジして使ってくれているのも嬉しいです。背守りは、家族以外の人からもらう初めての贈り物だと思うので、そういう気持ちを大事にしたくて、失礼のないように綺麗なものをつくるようにしています。」

いま、子育てを

横田さん：「子 悲しいニュース ともありますが 育てでわからな りした時は、ま 楽しみながら子 てください。」

長谷川さん：「 す。大変ですが、 とした仕草に笑 1日1日すごす 長を見つけられ ています。」

孤独・孤立感が生まれる構造

環境の激変
＝
新しい人生

「幸せ」幻想
＝
幸せ子育て

既存の関係の切断

既存の経験の無効化

否定的意見の封じ込め

幸せでない自己の否定

孤独、孤立

自己否定

※2019年　早稲田大学石田光則教授とこまちぷらす共同調査より

孤独・孤立感が生まれる構造

「喪失」

環境の激変
＝
新しい人生

「幸せ」幻想
＝
幸せ子育て

既存の関係の切断

既存の経験の無効化

否定的意見の封じ込め

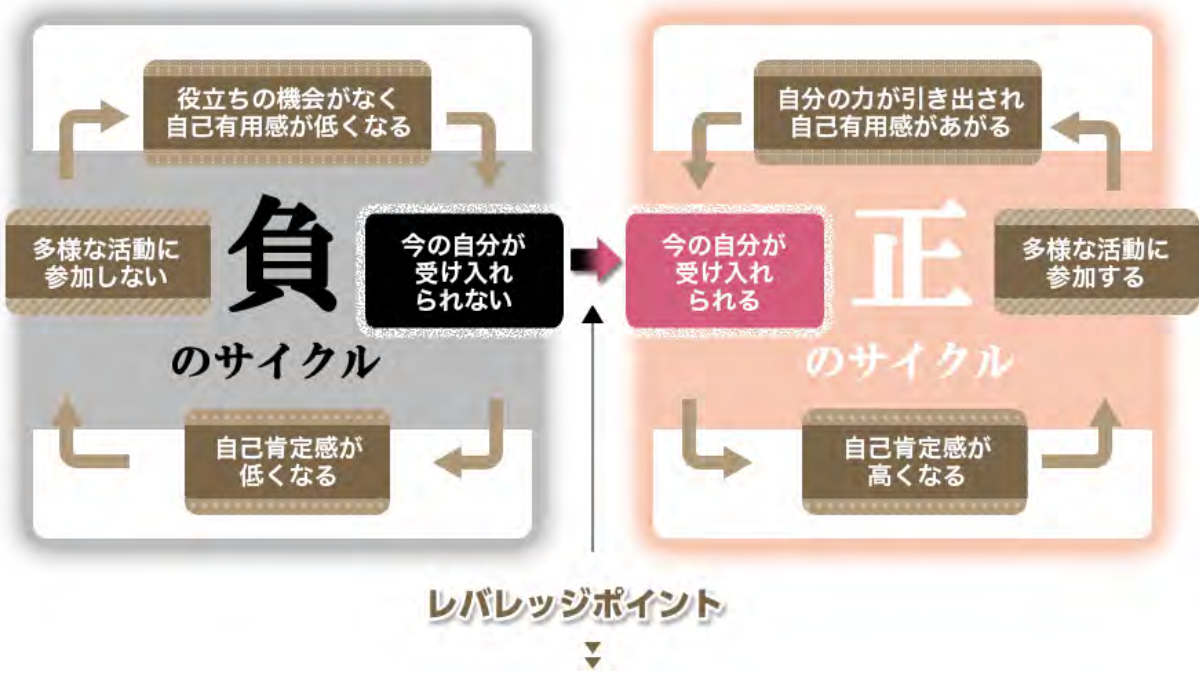
幸せでない自己の否定

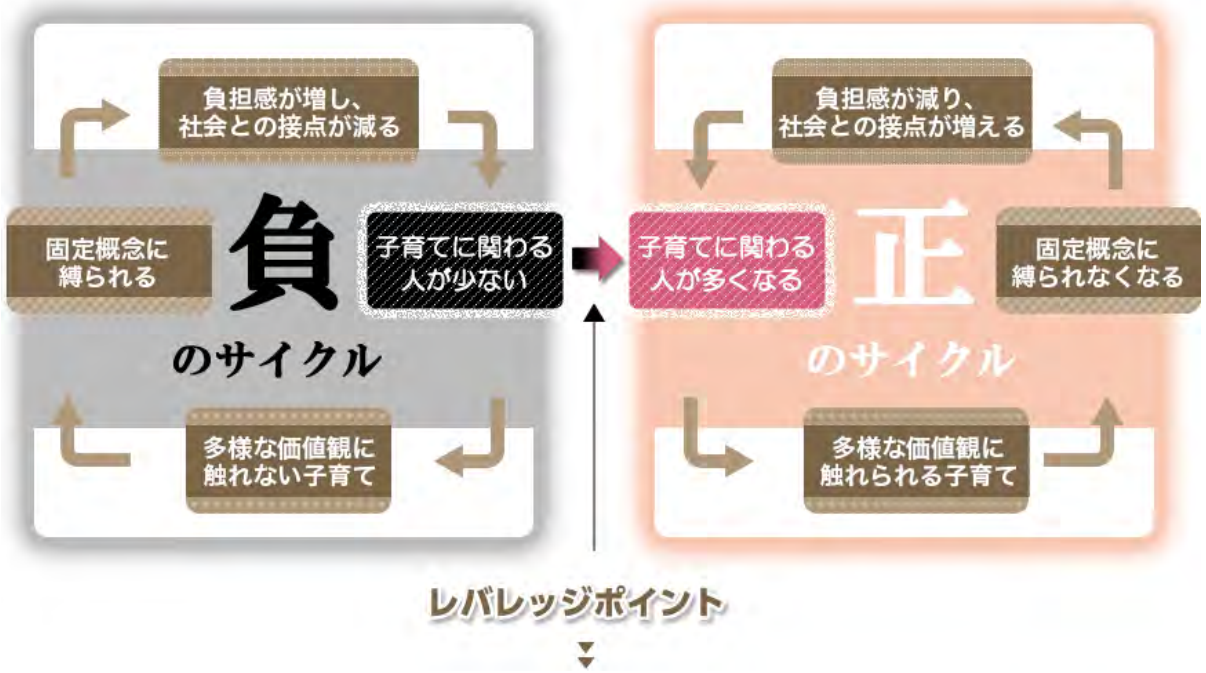
孤独、孤立

自己否定

※2019年　早稲田大学石田光則教授とこまちぷらす共同調査より

てこ（セオリーオブチェンジ）





対話の場と出番をつくる

**まちの中で我が事として、
子育てに関わる人口を増やす**

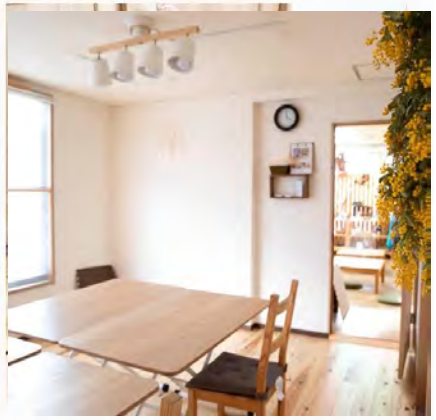
てこ（セオリーオブチェンジ）

comachi plus

対話の場と出番をつくる

まちの中で我が事として、
子育てに関わる人口を増やす

こまちカフェ（神奈川県横浜市戸塚区　戸塚駅徒歩7分　第一号店開始2012年）



https://comachicafe.com/

こよりどうカフェ

（戸塚駅徒歩5分　400年の歴史あるお寺境内内：オープン2022年）

https://coyoridocafe.com/

社会とのつながりなおし・ウェルビーイング

comachi plus

社会とのつながりがもたらすもの

- 心の健康や幸せを保つ
- 新たな挑戦を支える
- 自己成長を促す

新たな自分として社会参加

こまちぷらすの価値

Reconnecting with society（社会とつながりなおす）

1. 今の自分を「受け入れて」もらえる
2. 多様な機会がある
3. 今の自分にもできることがあると「自信が持てる」
4. 自分の中にある潜在能力が「引き出される」
5. これまでの自分とは違う一歩を踏み出せる「力に気付く」
6. 自ら新たな挑戦に取り組む

ライフステージの変化

妊娠・出産・育児・介護などによる影響

影響：これまで持っていた社会とのつながりが薄くなる

理由：特定少数の人との関係に大半の時間を費やすから

解決の方向性：多様性に触れる機会と時間を増やす

自己の喪失

影響：これまで持っていた自信や自己肯定感が下がる

理由：不甲斐なさ※を感じる機会が多いから

解決の方向性：エンパワーメントする

※思うようにならず残念で情けない気持ち

社会的孤立の解消

社会的孤立の長期化

経営資源の獲得

こまちぷらすの基盤

- 多様な社会属性との関係構築と協働
- 具体的活動のための場や事業の運営

こまちパートナーの方の発言より編集・作成（作成：株式会社イミカ）

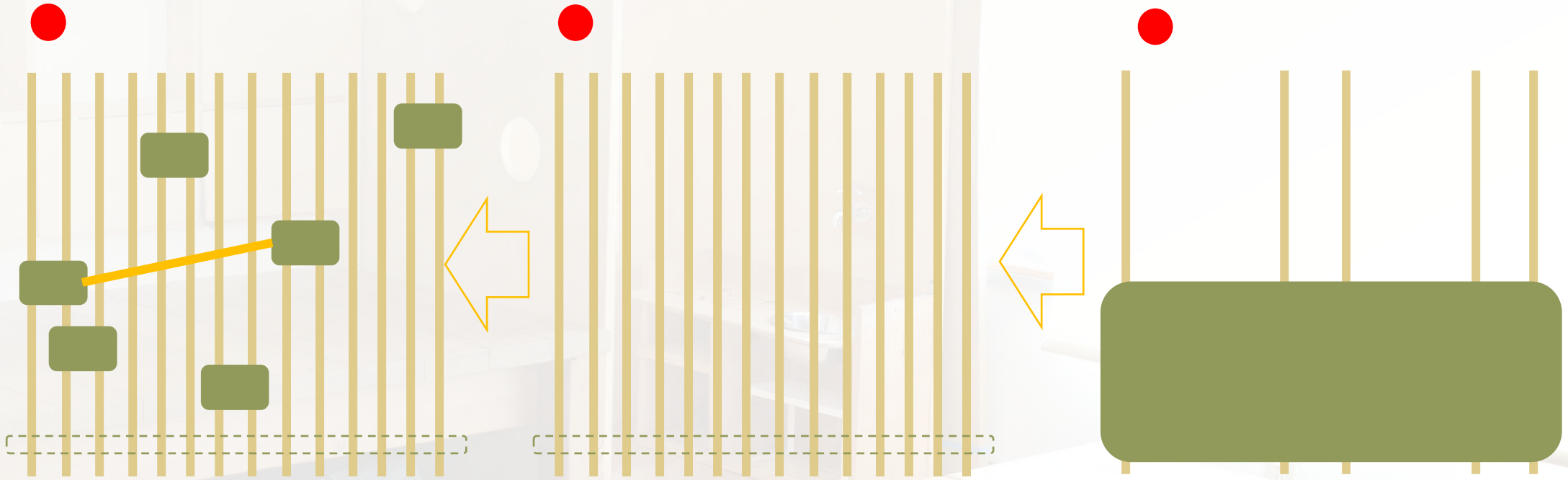
対話の場と出番をつくる

日頃の関係性

図2:こまちカフェモデル

なんとかなる「クッション」が増えていく

comachi
plus



こまちぷらす2030年ビジョン

comachi
plus