

平成27年4月10日

新宿区長 あて

法人名 日本カラーアートセラピー協会
所在地 新宿区四谷4丁目28番20号1204号室
(フリガナ) ハナガタ マキコ
代表者氏名 理事長 花形 麻貴子

事業実績報告書

新宿区協働推進基金条例施行規則第19条の規定により、下記のとおり報告します。

記

1 助成対象事業

事業名	心的支援事業～みんながみんなのサポーター ～言葉を越えた心の架け橋～ 「カラーアート・メンタルサポーター養成講座」
実施日時又は期間	平成26年8月～平成27年3月（8回） フォローアップ講座（平成26年9月・11月、平成27年2月） 勉強会（平成26年12月、平成27年3月）
対象者の範囲及び人数	新宿区在住・在勤・在学の方 ストレスを感じている方
事業内容	日頃ストレスを感じている全般の方を対象として、「言語を超えてカラーとアートで気持ちを吐き出し自分を見つめることが出来る方法」である「カラーアートセラピー」を学ぶ「カラーアート・メンタルサポーター養成講座」を開催する。本講座では、カラーセラピー（色彩心理療法）やアートセラピー（芸術療法）の基礎知識をはじめ、簡単な傾聴技法、手話も学んでいく。 本講座を通じ、身近にある「色」と「アート」というツールを利用した、日常生活でも行えるセルフケアの方法を普及するとともに、身近な人のケアをすることができる、地域に密着したサポーターの養成を図っていく。 併せて、本年はコラージュ療法を学ぶフォローアップ講座と勉強会を開講し、参加者のセルフケアの意識の向上と維持、スキルアップを目指す。
具体的な活動状況	内容「カラーアート・メンタルサポーター養成講座」 「ユニバーサル・メンタルケア」をテーマに、カラーセラピーやアートセラピー、簡単な傾聴技法、手話も習得できる「自分の心のセルフケア～相手へのケアサポート」の為に1日集中講座を計8回開催（各回同内容） 【1回の流れ】 ◎12時30分～受付 12時45分～16時45分 授業

◎定員 約 25 名（四谷地域センター）
約 40 名（新宿 NPO 協働推進センター・戸塚地域センター）

【本講座カリキュラム】

1. カラーアート・メンタルサポーターとは
 - ・メンタルケアの必要性とメンタルサポーターの意義
 - ・ユニバーサルなメンタルケアって何？
 - ・カラーセラピー・アートセラピー・傾聴・手話の 4 つの方法を紹介
2. カラーアートセラピーの実践～スキュグル描画法
3. カラーとアートに投影される自己心理分析
 - ・シンボルやカラーでわかる心の状態と解説
4. 実践ロールプレイトレーニング
 - ・傾聴(言語的カウンセリング)トレーニング
 - ・カラーアートセラピー(非言語的カウンセリング)トレーニング
5. ふりかえり

【フォローアップ講座カリキュラム】

※基本的に養成講座(本講座)を修了した方(24 年度、25 年度も含む)を対象とし実施

1. カラーアート・メンタルサポーター養成講座(本講座)の振り返り
 - ・復習及び質疑応答
2. カラーアートセラピーの実践～コラージュ療法
3. カラーとアートに投影される自己心理分析
 - ・シンボルやカラーでわかる心の状態と解説を本講座テキスト及び資料から進め、本講座の復習及び応用につなげる
4. 実践ロールプレイトレーニング
 - ・傾聴(言語的カウンセリング)トレーニング
 - ・カラーアートセラピー(非言語的カウンセリング)トレーニング
5. ふりかえり

【色や絵を使った心のケアの勉強会】

※カラーアート・メンタルサポーター養成講座修了生を対象とし、本講座での学びを、『子育て向け』『高齢者向け』にそれぞれしっかり活かし、更に実践に落とし込めるスキル向上の勉強会を 2 回実施(12 月・3 月)

◎時間 13:00～16:00

【講座内容】

1. 講演
 - ・それぞれ専門の分野でご活躍される講師による、カラーアートセラピーを使った心のケアの必要性や現場でのニーズ、活かし方についての講演
- ※12/8 ファミリーサポート講師、野間口百合氏の「子育ての課題とカラーアートセラピーの取り入れ方」
- ※3/9 西早稲田地域交流会館館長、柴田稔氏の「高齢化時代と色や絵の効果性」
2. グループディスカッション

	<p>グループ毎に模造紙・色鉛筆を用意し自由な発想・アイデアを文字や絵にして表現しながらのブレインストーミング</p> <p>3. ふりかえり発表</p> <p>※勉強会チラシ資料添付① ※参加人数とアンケート及びアンケート集計資料添付② ※講座の写真等添付③ ※本年度は前年度までの 2 年間で得たアンケート集計及び実施後の他団体等からの問い合わせから、</p> <p>①スキュグル描画法以外のカラーアートセラピーを導入した回を 3 回設け、本講座(3 回)との連続性と学びの復習(フォローアップ)の効果を目的に実施した。</p> <p>②本事業 3 年目の集大成とし、この 2 年間での参加者層が多く今後もその分野での効果性が見込まれる、『子育て向け』と『高齢者向け』の 2 分野に絞った「色や絵を使った心のケア」の勉強会を 2 回実施し、それぞれの専門分野の講師を招き、講演会及びワークショップ形式でのトレーニングを、それぞれの当事者や家族のみならず、対象者機関等での職業従事者も含めた、本事業の効果の橋渡しの構築を目的に実施した。</p> <p>※本年度は、これまでこの講座を受講くださった方から 3 名が、傾聴ボランティア等としてお手伝い下さいました。</p> <p>※3 回行ったフォローアップ講座では今年度受講者だけでなく、昨年度受講者も参加され色や絵を通した心のセルフケア、身近な人への活かし方のスキル向上、意識の維持を図れました。</p>
<p>事業の成果</p>	<p>●協会の増加 →講座修了後に 2 名入会、昨年度参加され入会された方は傾聴ボランティア等として事業に参加され、地域活動への協力と意識の向上につながりました</p> <p>●地域における協会の認知向上 →今回の参加者にも、昨年度受講した地域の方に勧められての受講という方がおり、地域の方々に協会の活動が認められてきていることが分かりました。</p> <p>また、スキュグル描画法以外のコラージュ療法を導入した回を 3 回設け、本講座(3 回)との連続性と学びの復習(フォローアップ)の効果を目的に実施したため、昨年度以前に参加された方や今回初めて本講座に参加された方が、知人や家族を連れてのフォローアップ講座へのリピートが得られました。</p> <p>→本事業 3 年目の集大成とし、この 2 年間での参加者層が多く今後もその分野での効果性が見込まれる、『子育て向け』と『高齢者向け』の 2 分野に絞った「色や絵を使った心のケア」の勉強会を 2 回実施し、それぞれの専門分野の講師を招き、講演会及びワークショップ形式での地域に活かすには？をテーマにディスカッションをおこなったため</p>

	<p>子育て向けには「カラーアートを使った子育てママのネットワークが作れないか」という持ちかけや、高齢者向けには、色の効果をメイクやファッションに活かしたイベント「シニアコスプレ」をハロウィンやふれあいフェスタ、地域交流会館等で実現できないか、という参加者の提案があり、現在企画検討中。 地域ボランティア活動のきっかけとなっています。</p> <p>→「新宿 NPO」の冊子を見て参加された西早稲田地域交流会館では 26 年の 8/31 日曜日にシニア大学講座の一環として【自分の木をパステルアートで描こう】を実施。約 20 名ほどの 60 歳以上 80 歳代までの高齢者が参加、好評を得て、今年度も 2 回実施の委託を受けました。</p> <p>●協会員を含む参加者のスキル向上・活動の場の広範 →事業講座の修了・入会者がカラーアート・メンタルサポーターとして新宿ふれあいフェスタやセンターまつりに参加頂いたこと、傾聴ボランティアとして事業講座に参加頂いたことで、またそれ以外の修了者がふれあいフェスタに知人を連れてきていただいたことなど、地域に密着した活動、貢献への認知度の向上、人材抽出や育成に繋がりました。</p> <p>●心の不調が深刻化する前段階での第一次予防、【セルフケア】の方法を、身近にある「色」と「アート」というツールを利用して日常生活でも行えるよう促進※アンケート統計資料として②で添付</p> <p>●リピーターの獲得 →今回フォローアップ講座を設けたことで、講座を受けてみてより興味を深めた方、さらにアートセラピーを学びたい方をその場で次のステップへ誘導できるようになりました。その甲斐あって、講座を通じた当協会のセミナー（フォローアップ講座も含む）へのリピート率は昨年度に引き続き増加しました。</p> <p>●その他地域への拡大と課題抽出 「新宿 NPO」の冊子を見た福生市職員の方から依頼を受け、公民館での託児付親子のアートセラピー講座の実施につながった。（11 月～12 月で 5 回連続講座を実施） 高齢者向けの施設(西早稲田)からの依頼と共に、当事業がどの層の課題とニーズにマッチするか、参加者年齢層の集計と共に確認できた ※参加者集計報告書として別添付</p>
--	--

2 助成対象事業費内訳（実績）

※ 内訳は、できるだけ「単価×数量」で示してください。

※ 1 万円以上のものについては、領収書（写し可）を添付してください。

収入	経費	積算根拠（内訳）		金額
	団体負担金			157,185 円
	参加費・資料代等	認定証・資料代 500 円×115 名=57,500 円 勉強会参加費 500 円×47 名=23,500 円		81,000 円
	その他の収入			円
	協働推進基金助成金	助成金申請額		470,000 円
	計			708,185 円
支出(助成の対象になる事業費の内訳)	費目	決算額	内訳	
	会議費	17,250 円	◎本講座 四谷地域センター（集会室 4 午前午後 1 午後 2） 2,400 円×2 回=4,800 円 NPO 協働推進センター501 会議室（午前午後） 1,450 円×2 回=2,900 円 戸塚地域センター 2,700×2 回=5,400 円 ◎フォローアップ講座 NPO 協働推進センター501 会議室（午前午後） 1450 円×1 回=1450 円 戸塚地域センター 2,700 円×1 回=2,700 円	
	宣伝費	71,266 円	・周知用チラシ印刷(2 枚組 2000 部) 62,000 円 1 枚目（表カラー23 円、裏白黒 4 円） (23+4) ×2000 枚=54,000 円 2 枚目（表のみ白黒 4 円） 4 円×2,000 枚=8,000 円 ・ポスター中大（A2 印刷 3,000 円×3 枚） 9,266 円	
	リース費	0 円		

<p>消耗品費</p>	<p>15,777 円</p>	<p>・周知用 A4 用紙 4,000 枚＋講座用用紙 3000 枚＝4,172 円 (1 セット 500 枚単価 298 円×14 個＝4,172 円)</p> <p>・修了証 A4 厚紙用紙 5,478 円 (1 セット 10 枚単価 498 円×11 個＝5,478 円)</p> <p>・テキスト作成 100 名分 4,900 円 (参加者、講師、スタッフ、予備分) ※不足分は在庫使用 (袋とじファイル 1 セット 10 枚単価 490 円×10 個＝4,900 円)</p> <p>・A4 用紙追加 495 円 1 セット 500 枚</p> <p>・クリップ 1 セット 308 円</p> <p>・メモ帳ノートパッド 1 冊 156 円</p> <p>・クリアファイル 1 セット 268 円</p> <p>◎講座用資料として A4 用紙一人 16 枚×200 名 3200 枚 (上記周知用 A4 用紙に含む)</p> <p>《内訳》 講座用(テキスト 9 枚＋アンケート・説明資料 3 枚、コラージュ療法資料 3 枚) DM 送付用(送付状 1 枚)</p>
<p>謝礼</p>	<p>395,000 円</p>	<p>◎講座 講師 1 名ファシリテーター 1 名 25,000 円×2 人×6 回＝300,000 円 ボランティア謝礼 3,000 円×3 人×6 回＝54,000 円</p> <p>◎勉強会 修了者向けフォローアップ勉強会 講師 1 名 6,000 円×1h×1 回＝6,000 円、講師 1 名 5,000 円×2h×1 回＝10,000 円 ファシリテーター講師 1 名 5,000 円 (3h) ×3 名×1 回＋2 名×1 回＝25,000 円</p>
<p>人件費</p>	<p>136,000 円</p>	<p>1,000 円×4 時間×4 人×6 回＝96,000 円 (会場 1、受付 1、ヘルプ 2 名)</p> <p>1,000 円×4 時間×4 人×1 日＝16,000 円 (事前打合せ、準備、会議)</p> <p>1,000 円×4 時間×1 人×2 日＝8,000 円 (資料等事前準備、確認)</p> <p>1,000 円×4 時間×2 人×2 日＝16,000 円 (勉強会会場 1 名、受付 1 名)</p>
<p>材料費</p>	<p>7,080 円</p>	<p>アート画材 4,980 円 (色鉛筆単価 498 円×10 個) ※必要分 50 個のうち 40 個は昨年購入分を利用 画用紙 100 円×21 セット＝2,100 円</p>

	交通費	11,800 円	講師当日交通費 ◎四谷地域センター 田中氏（千歳烏山～新宿御苑前×2×2回）1,400 円 本宮氏（新浦安～新宿御苑前×2×2回）2,560 円 ◎協働推進センター 田中氏（千歳烏山～高田馬場円×2×2回）2,040 円 本宮氏（新浦安～高田馬場円×2×2回）1,880 円 ◎戸塚地域センター 田中氏（千歳烏山～高田馬場円×2×2回）2,040 円 本宮氏（新浦安～高田馬場円×2×2回）1,880 円
	その他諸経費	54,012 円	テキスト9ページ×110部×23円=22,770円 修了証印刷代(110枚)440円 資料印刷代（1枚4円×7枚×200枚）5,600円 郵便代(25年7月～26年2月分)82円×300名+速達料 金602円=25,202円
	助成対象事業費（小計）	708,185 円	
	余 剰 金	円	
	助成対象外事業費	円	
	事 業 総 額		708,185 円

3 助成事業の成果と課題

評価のポイント	自己評価
事業を計画した当初に決めた目標について、どこまで達成できたか。	<p>当事業の実施目標は以下の4点</p> <p>①参加者の集客 ②地域を主体とした宣伝 ③マンパワーの拡大 ④団体活動の認知</p> <p>①②については、昨年度の同事業より多くの箇所にチラシを設置はしたが、定員数に見合った集客は難航。目標を定員の8割としていたが、結果は約6割程度となった。</p> <p>ただ連続講座として実施したため二回目の講座に知人や家族を連れて参加された方も多く、昨年度より、より地域に濃密に実施できた</p> <p>③については、意図していた協会への入会やファシリテーター等に参加される方も増え、その点は達成。ただ、会員数の増加は昨年度と同数で伸びなかった。</p> <p>④においては地域住民だけでなく、各NPO法人と</p>

	<p>の新規交流や子ども、高齢者、障がい者施設の指導者、管理者の層にも認知頂き問い合わせやご依頼を頂くなどほぼ達成。</p> <p>また、今年度は子育て・高齢者支援に焦点を絞った勉強会実施の成果で、団体が望む対象者への認知度が向上した。</p>
<p>地域にどのような効果があったか、又は今後見込まれる効果は何か。</p>	<p>◎昨年度に引き続き、参加者アンケートにもあるように、心の不調が深刻化する前段階での第一次予防としての【セルフケア】の方法を、身近にある「色」と「アート」というツールを利用して生活に簡単に活かしていける、子どもにやってみたい、介護で利用したい、職場で使ってみたいという声が多く、実施後のイベント等にもリピート頂いた。（「事業の成果」の欄に記載）</p> <p>◎子ども、高齢者、障がい者までユニバーサルにサポートという点で、高齢者向け地域交流会館の方、子育て支援センターの職員の方、障害者センターの方、社会福祉協議会の方、区内保育園の方、学童指導員の方等にご参加いただきました。</p> <p>◎年齢層は昨年同様子育て世代の30代40次に次ぎ、60代の層が上位(アンケート統計資料参照)ということから、子育てや介護、高齢化等に伴う孤立化、ストレス等で悩みを抱える方への必要性を再確認、色や絵を通して気軽に第三者に話すこと、話を聴いてあげることの大切さを、今年度はより具体的に認識して頂けた。</p> <p>昨年度に引き続き事業実施後に社会福祉協議会より、若者のつどいへの出展依頼やセンターまつりでの出展依頼、また、地域交流会館での来年度の高齢者向けカラーアートセラピー実施等お問い合わせを頂くなど十分な効果が得られた。</p> <p>今後の展望として、これら地域のカラーアート・メンタルを促進、家族や身近な方々へのケアの促進、スキルを活かして地域のコミュニケーション活性や、修了者それぞれが子育て支援センター、高齢者施設等でのコミュニティに色や絵を通したセルフケアを積極的に広範頂いたり、地域でのイベントや交流会等への参加により地域全体での「気づき」や「声がけ」などへの意識の向上、更に当事業「カラーアート・メンタルサポーター養成講座」でのファシリテーターや傾聴ボランティア</p>

	<p>ア等への参加、また各団体や企業での当講座開催が見込まれる。</p>
<p>費用対効果は適正であったか。</p>	<p>昨年度に広報等で知ってはいたが参加できなかった方が今年度も同様に参加されたり、フォローアップ講座の連続講座にて更に興味関心が深まり、セルフケアの促進という目的に合ったことが今年度の大きな成果である。</p> <p>またアンケート結果等からも、講座受講後に色やアート、手話などに興味を持ち正会員への入会、団体の他講座等へのご参加及び協会の活動にボランティア参加くださった方も多かったこと、また地域の施設からの企画のご依頼等、費用に見合った成果は得られ適正効果と考える。</p>
<p>新たに気づいた課題・問題点は何か。また、どのような対策が考えられるか。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・昨年度に引き続き集客の点ではやはり会場により伸び悩み、榎町を戸塚地域センターに変更して実施したことは、やはり交通の便もよいため集まりが良かったが、協働推進センターが同じ高田馬場のため偏りが出てしまったことは否めない。高齢者や障害者にとって協働推進センターはやはり少々難しいということがわかった。 ・当日のキャンセル(連絡なし、連絡あり含む)が昨年度に引き続き毎回あった。申込時に変更キャンセルの場合は連絡下さいと案内しているため、昨年度と比べ電話で連絡を頂けた数は多かったが、前日、当日であるとテキストや修了証を既に印刷しているため経費がかかってしまう点は引き続き課題点。 500円という安価での講座のため意識が軽くなってしまうということも考えられる。今後団体が自立して実施していくために検討が必要である。 ・昨年度に引き続き託児希望者が多く(四谷地域センターのみ)その他の施設では難しいということがやはり課題となった。今後子育て世代のご父兄を対象とした講座をする場合はやはりファミリーサポート等と連携が必要であるとする。 ・傾聴トレーニングでやはり難しさを感じる参加者が多いため、この部分においては講座時間内に十分なサポートは難しい。今後の講座展開で、更に傾聴スキルを付けたい方

	は別途フォローアップ講座を設けるなど工夫が必要となる。
理解者や支援者が広がったか。	<p>この事業を通じて協会の活動に賛同し、会員になられた方も昨年に引き続き 2 名、また地域の様々な団体、施設から協会の活動に興味を持ってもらえたことは大きな理解を得られたことと感謝している。</p> <p>また、昨年に引き続きの事業であるためも認知や信頼度がより高まったことが上記の最大の理由と考えます。</p> <p>やむを得ずキャンセルされた方々からの「来年もありますか？」の声にそれを強く感じております。今年度は団体独自に実施していく予定ですが集客等、区の広報等の掲載の助力をいただけたらとても幸甚です。</p> <p>詳細は「事業の成果」「地域への効果」の欄に記載。</p>
事務局の執行体制は十分だったか。	遅刻される方が多かったり道を迷われて電話頂く方への受付対応等、十分な人数での対応ではない回もあった。更に役割を明確且つ簡潔にする、ボランティアスタッフの増員等で今後は対策していきたい。
今回の事業を次年度以降も継続していく場合、助成金だけに依存せず、今後も安定的に事業を継続するための財源確保等に向けた取り組みはなされていたか。	<p>色や絵を通した心のケアのメソッドや必要性、対象者や活用事例等を、各地域の交流会やイベントにて積極的にプレゼンテーションさせて頂くことに努力しました。</p> <p>※高齢者向け、西早稲田交流会館では館長より次年度のカラートセラピー実施依頼を受け実施。大変好評を得て今年度もご依頼いただいた。このような機会を増やしていくため、現在も引き続き各団体や地域の施設に営業を継続中。</p> <p>また、他地域に向けてもプレゼンテーションの幅を広げることを今年度から積極的に実施しています。</p>
その他	<p>ボランティアスタッフ</p> <p>鈴木純子、佐藤城人、野間口百合、望月花野、滝澤あやか</p>

4 活動の成果

※別添資料として添付します。

- ちらし
- テキスト
- 修了証
- 参加者アンケート(統計及び実物抜粋)①
- 勉強会チラシ・内容資料②
- 講座写真③
- 人件費・ボランティアデータ