第２号様式（第６条関係）

令和８年　４月　15 日

戸田市共創のまちづくり補助金応募用紙（単独、団体協働事業補助）

（宛先）
戸田市長

団体名　　老いと幼なのいるところ
代表者職・氏名　代表　久保田　希
所在地　[redacted]

補助種別	☑ 単独事業補助 ☐ 団体協働事業補助	
新規・継続	☑ 新規	☐ 継続（　　年目）
事業名	不登校・ひきこもり状態にある子どもと保護者のためのトラウマ・センシティブ・ヨガ（TC-TSY）連続講座	
実施期間	2026 年　5 月　1 日　～　2027 年　2 月　28 日	
確定前交付の希望	☑ 希望する	☐ 希望しない
申請中又は交付予定の他の補助制度	名称	
	実施主体	
連絡担当者	氏名	[redacted]
	住所	[redacted]
	電話	[redacted]
	Fax	
	E-mail	[redacted]

≪団体の概要≫

団体名	老いと幼なのいるところ
ホームページ	http://www.oiosana.com
設立年月日	2018 年　6 月　30 日　設立
会員数	6　人
年会費	600 円／1 年間
団体の目的	他者からのケアを必要とする人やマイノリティ等の弱い立場の人達が安心し生き甲斐を感じられる居場所を作り、その場を維持する活動を行うことにより、地域への理解を広め、最も弱い立場の人にお互いが心を配れる地域で暮らせている安心を地域全体に広げることを目的とする。（規約第 3 条）
主な活動実績	・「いるとこもん」の毎月開催（2023 年～継続中）：不登校・学校が苦手な子どもと保護者の居場所。あいパル（上戸田地域交流センター）を主な会場に、親子合わせて毎回 4～11 名が参加。料理・工作・ゲームなどを通じた交流を継続している ・教育講座「アソビバン」の開催（2024・2025 年度）：子どもの権利・不登校支援をテーマにした市民向け講座。公認心理師・支援者を講師に招き、保護者・支援者・教育関係者が交流する場を設計・運営 ・戸田市教育委員会主催「不登校について考える会」への支援団体参加（2025 年 10 月）：市教育委員会の要請により支援団体ブースが設営され、当事者家庭への情報提供を行った ・戸田市立図書館との連携（2025 年 6 月）：下戸田分館と協力し、不登校関連図書の選書・展示を実施。作成した図書リストは団体ウェブサイトで公開し、広く活用できるよう整備した ・あいパル誕生祭への出店（2023・2024・2025 年度継続）：いるとこもんに参加する子ども達が制作した雑貨販売・スライム屋台を運営。子どもの社会参加の機会として定着 ・不登校当事者家庭における健康ケア実態プレ調査の実施・報告（2026 年 3 月）：戸田市近隣フリースペース・居場所等交流会との協力で実施。戸田市在住 12 件を含む 17 件の回答を分析し、戸田市教育委員会・こども健やか部と結果を共有、継続協議中
昨年度の補助金等の援助状況	戸田市社会福祉協議会「地域支え合い助成金」を受給。いるとこもん開催の会場費およびアソビバン講師謝礼に充当
団体ＰＲなど	

≪**事業企画書**≫

1　事業の目的・必要性

不登校・ひきこもり状態にある子どもの多くは、さまざまな困難な経験の積み重ねの中で、慢性的な身体の緊張状態に置かれていることが知られている。身体が常に警戒モードにあるため、「ここに自分がいる」という安心の感覚が持ちにくく、外の場に出ること自体が困難な状況にある。

一方、保護者もまた深刻な孤立状態にある。当団体が実施した実態プレ調査（2026年3月）では、戸田市在住の不登校当事者家庭の83%（10/12件）が「健康面で困った経験がある」と回答しており、「生きるか死ぬかギリギリのところで、誰にも分かってもらえなかった」という声も寄せられた。

こうした家庭には、既存の公的支援に加えて、すでに信頼関係のある居場所からのアプローチが有効である。当団体が運営する「いるとこもん」は、そうした家庭が安心して通える場として機能してきた。

本事業は、当団体が毎月開催する居場所「いるとこもん」と同日に、別室にてトラウマ・センシティブ・ヨガ（TC-TSY）の連続講座を無料で提供するものである。まず保護者が身体を通じた安心の体験を家庭に持ち帰り、それが家庭の空気を変え、外に出ることが困難な子どもへと伝わることを目指す。保護者が安心して通える場として「ここは大丈夫な場所だ」という体験を積み重ねることで、家庭に留まる子どもが、保護者の後を追うようにその場に現れる可能性も期待される。特に、支援者によるアウトリーチが届きにくい孤立状態にある家庭――外出困難や情報（学校・教育委員会等）との接続が切れて既存の公的支援につながれていない層――は、孤立や医療との断絶が最も深刻である。信頼関係のある居場所を通じて、こうした家庭とそこに留まる子どもにこそ**安心の体験を届けることが本事業の核心**である。

2　事業を実施するに当たっての現状や課題

当団体が2025年12月～2026年1月に実施した「不登校当事者家庭における子どもの健康ケア実態プレ調査」（総回答数17件、うち戸田市在住12件）から、以下の実態が明らかになった。

- 戸田市在住回答者の83%（10/12件）が健康面で困った経験を持つ
- 回答者全員が学校検診を受けられず、代替手段もない
- 「腰が痛くても整形外科に行けない」「歯が痛くても歯科に行けない」など切実な医療アクセスの断絶
- 栄養/生活/体調の乱れ（偏食・欠食・昼夜逆転・貧血・脱毛）の記述が複数

本調査は、戸田市近隣のフリースペース・居場所等交流会との協力によって実施されており、行政の統計では見えにくい層――既存の支援の網からこぼれた家庭――の声を捉えたものである。

こうした家庭が抱える課題の根底には、子どもの慢性的な身体の緊張と保護者の孤立がある。これらは通常の相談支援や情報提供では解決しにくく、**「身体を通じた安心の体験」と「安心できる場と人への出会い」が必要**とされている。

3　事業の具体的内容

事業名称：
不登校・ひきこもり状態にある子どもと保護者のための TC-TSY 連続講座
対象：
戸田市内およびその近隣に在住の、不登校・ひきこもり状態にある子どもと保護者（各回 8 組程度。親子参加・保護者のみ参加いずれも可）
実施スケジュール：
2026 年 10 月～2027 年 2 月の 5 ヶ月間
月 1 回・1 時間のトラウマ・センシティブ・ヨガ（TC-TSY）　プログラム
実施場所：
戸田市内公共施設（例：あいパル（上戸田地域交流センター）和室）
参加費：無料
外部講師：一般社団法人こどものポッケ（長野市）
メイン講師：山口有佐 氏（こどものポッケ 代表）
アシスタント：白井花子 氏（こどものポッケ スタッフ）
実施方法
当団体が毎月開催する居場所「いるとこもん」と同日に、別室にて TC-TSY 連続講座を実施する。いるとこもんとは別事業として開催し、参加費は無料。いるとこもんへの参加は任意であり、TC-TSY 講座のみの参加も可能とする。
参加者へのアプローチは、「いるとこもん」の既存の参加者に加え、戸田市近隣フリースペース・居場所等交流会のネットワークを通じても行う。支援者との関係がすでにある家庭でも、外出や新しい場への参加に大きな困難を抱えているケースが多い。顔なじみの支援者からの声かけと、安心できる既存の居場所との同日開催という組み合わせによって、公的支援が届きにくい孤立状態にある家庭へのリーチを可能にする。
トラウマ・センシティブ・ヨガ（TC-TSY）は、1983 年に米国マサチューセッツ州ボストンに設立されたトラウマ・センターが開発した手法である。トラウマ研究の世界的権威であるベッセル・A・ヴァン・デア・コーク博士らによって「身体の感覚を味方につけることがトラウマ回復に不可欠である」という知見をもとに体系化されており、日本でも医師・臨床心理士とヨガ指導者が連携した形で普及が進んでいる。
不登校・ひきこもり状態にある子どもの初期症状は、腹痛・頭痛・倦怠感などの身体症状として現れることが医学的に広く認識されている。TC-TSY は、こうした慢性的な身体の緊張状態に直接アプローチし、「ここに自分がいる」という身体感覚の回復を促すものであり、心理的なアプローチの前段として有効である。
本講座で TC-TSY を担当する一般社団法人こどものポッケ代表・山口有佐氏は、上記手法の日本語版書籍（デイヴィッド・エマーソン著『トラウマをヨーガで克服する』紀伊國屋書店）の翻訳監修に関与した伊藤華野氏を師匠とし、同氏よりトラウマインフォームドケアの学びを深め、キッズヨガの普及に取り組んでいる。長野市教育支援センター SasaLand でプログラムを担当、長野市「体力向上グッとプラン」に採択され小中学校での体育や総合の授業でヨガを教える実績を重ねた。

講座の進行は、「次のポーズはこれです」という指示型ではなく、「もしよかったらこのポーズをしてみてください、そしてどんな身体感覚があるかに気持ちを向けてみてください」という招待型のアプローチをとる。やらないという選択も含め、参加者自身の選択が尊重される。
身体がリラックスすることや身体接触の感覚をきっかけに、封じ込められていた記憶が解放されフラッシュバックが生じる可能性がある。そのため本講座では公認心理師が毎回のプログラムにフィードバックを行い、参加者の安全を担保する講座デザインを図る体制をとる。
まず保護者向けの講座として実施し、保護者が体感した安心の経験を家庭に持ち帰ることで、外に出ることが困難な子どもへも間接的に安心感を届け、子どもが社会への信頼感を取り戻すことを意図している。

4　事業の実施体制

役割	担当
事業全体のコーディネート・場の運営	老いと幼なのいるところ（久保田希）
TC-TSY 講座の企画・実施	一般社団法人こどものポッケ
メイン講師	山口有佐 氏（こどものポッケ代表）
アシスタント	白井花子 氏（こどものポッケスタッフ）
公認心理師・臨床心理士	和田裕美子 氏（こどものポッケスタッフ）

5　事業実施のスケジュール

月　日	内　　容
2026 年 7～9 月	参加者への案内・申込受付、会場予約確定、保険加入手続き
2026 年 10 月	第 1 回 TC-TSY 講座・参加者アンケート実施
2026 年 11 月	第 2 回 TC-TSY 講座・参加者アンケート実施
2026 年 12 月	第 3 回 TC-TSY 講座・参加者アンケート実施
2027 年 1 月	第 4 回 TC-TSY 講座・参加者アンケート実施
2027 年 2 月	第 5 回 TC-TSY 講座・参加者アンケート実施
2027 年 2 月末	実績報告書提出

6　事業の成果目標（具体的数値を用いてください。）

指標	目標値
延べ参加組数	20 組以上（1 回あたり最大 8 組、全 5 回開催）
継続参加率	2 回以上参加した組の割合：40%以上
参加者アンケート	「身体が少し楽になった感覚があった」 と回答した割合：60%以上
参加者アンケート	「また参加したい」と回答した割合：70%以上

（注）対象者は外出そのものに困難を抱える方が多いため、継続参加よりも「一度参加できたこと」を成果として重視する。アンケートの設問も、回答者が自分の体験を肯定的に振り返れるよう配慮した設計とする。

7　補助終了後に当該補助金に頼らずに事業を継続していく方法

本事業は、不登校・ひきこもり状態にある子どもと保護者への身体的ケアの必要性を実績とデータで示し、継続的な支援の仕組みを検証することを目的の一つとしている。
初年度は補助金を活用して実績を積み、参加者の変化や効果を記録する。その上で、以下の方法による継続を検討する。

- 他の助成金・補助制度への応募
- 受益者負担（一部参加費）の導入検討
- 団体への寄付の募集・支援者層の拡大
- 戸田市の公共サービスとの連携・協議

≪**収支予算書**≫

【収入】

科　目		予 算 額	内　訳
補助金・助成金	当補助金	179,262 円	補助対象経費 199,180 円の 90%
	その他		
自己資金		19,918 円	団体自己負担分
会費			
利用者負担金			
協賛金・寄附			
その他			
合　計		199,180 円	

【支出】

	科　目	予 算 額	内　訳	
補助対象経費	謝礼金	105,000 円	21,000 円×5 回（講師料 9,000 円＋アシスタント料 8,000 円＋公認心理師料 3,000 円＋企画会議料 1,000 円）	
	使用料	6,300 円	あいパル和室 1（370 円）＋和室 2（260 円）×2 時間×5 回＝1,260 円×5 回	
	保険料	2,800 円	ボランティア行事用保険（戸田市社会福祉協議会経由）560 円×5 回	
	印刷製本費	2,580 円	チラシ印刷	
	交通費	82,500 円	16,500 円×5 回（交通費白井 2,000 円＋交通費山口 14,500 円）	
小　計		199,180 円	内訳	補助金申請額：179,262 円
				自主財源：19,918 円
補助対象外経費				
小　計				
合　計		199,180 円		