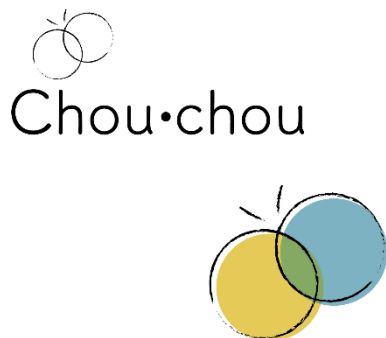


NPO 法人 Chou・chou

－令和6年度補助額（ファーストステップ）：82,718 円－

団体紹介



2023 年、福岡市に設立した医療・保健・福祉の専門家が集う子育て支援団体です。妊娠前から産後、子ども・若者、子育て次世代、支援者までを切れ目なくサポートしています。「子育てのあたりまえを変えていく」を掲げ、既存の枠を超えて支援が届く社会へ。誰もが自分らしく生き方を選べる未来を創ります。

補助事業概要



不登校児童生徒の親に対する 臨床心理学的活動事業

不登校の子どもや親同士のピアサポートは増えてきた一方で、不登校の子どもをもつ親自身のメンタルヘルスに特化した支援はまだ限られています。本プログラムは、心理士が伴走する全3回の「マインドフルネス&コンパッション」。呼吸や瞑想、お茶を点て味わう時間を通して自分と向き合い、ストレスや自己批判を手放します。同じ悩みをもった母親同士がつながり、共感的な対話を通して、親自身の孤独感や不安が低減しました。親自身の葛藤を解消し、孤独感が和らぐことが心の健康につながることを示唆されました。

参加者の 声

「マインドフルネスはとても気持ち
がよくリラックスできました。」

「親を支援して協力してくれる場所
があるのは本当にありがたい。」