

精神疾患のある本人も その家族も 生きやすい社会へ



NPO法人CoCoTELI

活動報告書 2023-24

CoCoTELIとは

#精神疾患のある本人もその家族も生きやすい社会へ

私たちCoCoTELIは精神疾患のある本人もその家族も生きやすい社会を目指して活動するNPO法人です。その社会を実現するためには、精神疾患のある本人へのサポートも、その家族へのサポートも、家族まるごとのサポートも必要と考えています。

私たちCoCoTELIはそのなかでも現状の日本において狭間とも言えない空白である精神疾患の親をもつ子ども・若者支援の土壌づくりにチャレンジしていきます。



Social Issue

精神疾患の親をもつ子どものメンタルヘルス

精神疾患の親をもつ子どもは他の子どもと比べて自身の罹患率が2.5倍高いと言われていいます。それは多くの場合親のせいではなく『社会に支援がほとんどない』『精神疾患のある方やその家族に対する社会の理解が不足している』というように社会側に大きな理由があります。その結果、当事者の子ども・若者たちは1人で悩みを抱え精神面・生活面で不安定になりやすいのです。

私たちCoCoTELIは、現在空白の領域とも言える本領域で彼ら・彼女らに対する直接的な支援の構築とシステムチェンジによる課題解決を目指し、現在はファーストステップとして住む地域に関係のないオンライン上での居場所づくりや支援活動を行なっています。

精神疾患の親をもつ子どもの割合

15~23%



精神疾患の親をもつ子どもは、子ども全体の15~23%いると言われていいます。このことから多くの当事者の子ども・若者が見えない存在となっていることがわかります。※

子どもの精神疾患罹患率

精神疾患罹患率

2.5倍



精神疾患の親をもつ子どもの多くが悩みを1人で抱え『孤独感』を感じながら生きています。メンタルヘルスへの影響はとて大きく、子ども自身が精神疾患を発症するリスクが高くなっています。また、心身の健康・社会生活への支障が出る可能性が高いことがわかっています。※

※『参考文献：藤山正子, 横山恵子, 坂本拓, 小林鮎奈, & 平間安喜子. (2021).精神疾患のある親をもつ子どもの体験と学校での相談状況：成人後の実態調査. 日本公衆誌, 第68巻(第2号), 131-143.』

What We Do

1 オンラインの居場所

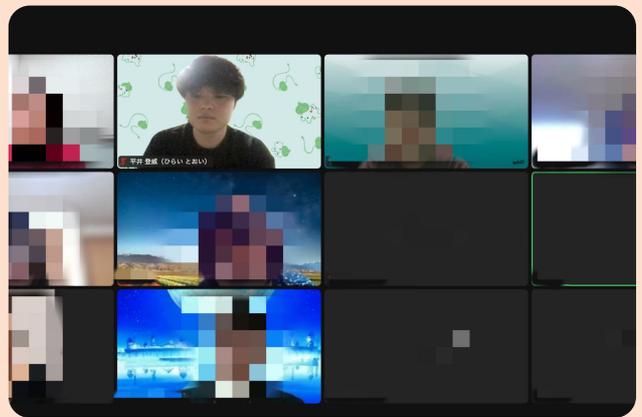
精神疾患の親をもつ子ども・若者を対象にSlackを用いたオンライン上の掲示板やチャットでの相談、月に4回の交流会、イベントの開催などを行っています。

実際の活動風景

受験や家族のこと、自分の周りで考えることが多くて疲れた、勉強しなきゃいけないのに今日はやる気が起きない



掲示板に寄せられた悩み



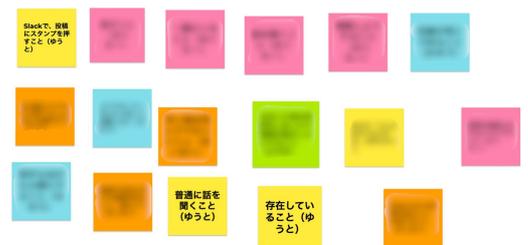
イベントの様子

2 ピアサポーター養成講座

同じような立場を経験した/している人で〇〇したい！という気持ちがある子ども・若者が「自分も相手も守る」方法を学ぶ機会を保証し、同じような立場を経験した子ども・若者の支え合いの連鎖を作ることを目指しています。

養成して終わりではなく、彼ら・彼女らの「やりたい！」を一緒に形にしたり、一緒に頭を悩ませたりしています。

みんなが思うピアサポートとは？



ピアサポーター キックオフmtgの様子

3 個別相談

ピアスタッフ＋ソーシャルワーカーの3人もしくはピアスタッフと2人で子ども・若者と一緒に頭を悩ませる時間です。彼ら・彼女らが『安全・安心に自分を主語に話せる場』を目指しています。必要がある場合は相談者が住む地域機関や他団体との連携等も模索しています。

様々な選択肢のハブになれるよう多様な団体・地域機関との連携体制構築に力を入れていきます。



※写真はイメージです

相談員メッセージ



ゆうと
(ピアスタッフ)

物事が進んでいるときもそうでないときも、一人一人の感情の居場所であり続ける時間にしていきたいです。地域・団体との連携体制構築も増えてきている中、相談者が必要としたときに必要な選択肢を提供できるように引き続き力を入れていきます。

個別相談は、正解のない問いをZOOM上に並べ、色んな角度から眺め方を変えてみる場所です。

『どうせ答えなんて出ない』『解決策なんて見つからない』と思える相談事を一緒に頭を悩ませる相手に選んでいただけるように頑張ります。



こひます
(ソーシャルワーカー)

特別イベント開催

2/17にサイボウズ東京オフィスでスウェーデンにて先駆的な取り組みをされている、

「Maskrosbarn」創設者であるテレサ・エリクソン (Therése Eriksson)さんをゲストにイベントを開催しました。

当日はスウェーデンでの実践を伺いながら「これからの日本で何が必要か」をテーマに学びと考えを深めました。



Maskrosbarnとは？

Maskrosbarnは、依存症や精神疾患の親をもっていたり、親による暴力に晒されていたりする、スウェーデンの50万人の子どもたちの生活環境改善に取り組む当事者団体です。13歳から19歳までの子どもたちが、自分たちの困難な家庭状況について安心して話せるように、さまざまな機会や場所を創設してきました。スウェーデン語のMaskrosbarn (マスクロスバーン)は「たんぼぼの子どもたち」という意味です。厳しい家庭環境にある子どもたちの姿を、逆境に強いタンポポの草花のイメージで表しています。

MASKROS SBARN

クラウドファンディング実施報告と御礼

2023年7月1日～8月30日までクラウドファンディングを行い、562人の方から5,749,500円のご寄付をいただきました。

多くの方からいただいた温かい応援メッセージに大きな力をいただきました。応援してくださった皆さん、本当にありがとうございました。



利用者の声



20代前半女性

CoCoTELIに入ってから、悩みをお互い共有しあえる、理解しあえる人たちと出会えて今まで自分が悩んでいたことが自分だけじゃないんだなという安心材料のひとつになりました！
困った時に相談を聞いてくれてどうすべきか？一緒に考えてもらえたりとかしてすごく助かることができました。

ココテリに入って自分の気持ちを吐き出せるようになったことと、相談できて、共感してくれる人ができたことが良かったです。
親のことでつらいことがあったとき、ため込まないでいられたので、ココテリのおかげで精神的なダメージは軽減されたと思います。
今はココテリが身近にあって、相談出来る状況があるけれどココテリと出会う前のことを考えると、よく一人で耐えてたなという感じです。



10代後半女性

数字で見るCoCoTELI

オンラインの居場所

- 参加者 **56** 人 (14-25歳)
 - 交流会 **150** 回強開催
 - イベント **10** 回開催
- └開催テーマ：キャリア、メンタルヘルス、お金

個別相談

- 利用者 **29** 人
 - 相談回数 **219** 回
- (チャットでの相談等は含まない)

ピアサポーター養成0期生

- 受講者 **8** 名
- └5名がピアサポーターに。

公式LINE

- 追加数 **159** 人

会計報告

活動計算書_2023

(単位：円)

科目		金額		
I 経常収益				
1. 受取寄附金				
	受取寄附金			12,095,889
2. 受取助成金等				
	受取民間助成金			2,182,377
3. 事業収益				
	講演・イベント事業収益			419,477
4. その他収益				
	受取利息		40	
	雑収益	222,592	222,632	
	経常収益計			14,920,375
II 経常費用				
1. 事業費				
	(1)人件費			
		人件費計	0	
	(2)その他経費			
		業務委託費	1,450,522	
		謝金	350,000	
		印刷製本費	6,250	
		会議費	4,830	
		旅費交通費	80,359	
		消耗品費	4,186	
		支払手数料	1,046,356	
		広告宣伝費	40,008	
		その他経費計	2,982,511	
	事業費計			2,982,511
2. 管理費				
	(1)人件費			
		人件費計	0	
	(2)その他経費			
		その他経費計	1,597,394	
	管理費計			1,597,394
	経常費用計			4,579,905
	当期経常増減額			10,340,470
	税引前当期正味財産増減額			10,340,470
	法人税、住民税及び事業税			0
	当期正味財産増減額			10,340,470
	次期繰越正味財産額			10,340,470

2023年度は創業2年の資金を集める動きを進めてきました。子ども・若者たちに活動を安定して届けるためにも資金集めに向き合っていきます。

受取寄附金
クラウドファンディングをはじめ多くの方が寄付で活動にご参加くださいました。また大口の寄付をいただいたため、金額が大きくなっていますが、子ども・若者に活動を安定して届けるために、安定した収入源となる継続寄付という形での仲間集めにも力を入れていきます。

受取民間助成金等
公益財団法人 キリン福祉財団様、公益財団法人 三菱財団様、NPO法人 まちぽっと様からの助成金が含まれています。

講演・イベント事業収益
代表の平井が足を運び取り組む課題についてお話しさせていただきました。また現在ソーシャルワーカーの出口を中心に研修プログラムを開発中です。取り組み課題や現場のリアルについてお話しする講演依頼は常に募集しています。

業務委託費
初年度は組織体力を踏まえ基本的に業務委託メンバーでの活動となりました。24年度途中から1人目のフルタイムスタッフがジョイン。現場強化、活動基盤強化に力を入れていきます。

謝金
オンラインの居場所で月1回開催しているイベントの謝金や2月に開催した特別イベントの謝金などが含まれています。

支払い手数料
クラウドファンディングや寄付決済システムを用いたご寄付など手数料が発生するご寄付の手数料となります。

その他経費
その他経費のうち業務委託費 約77万円、支払手数料 約30万円、地代家賃 約19万円が主な支出です。不正を防止するためにも管理費にも適切な支出してまいります。

次期繰越正味財産額
約1034万円を繰り越しました。23年度は2年分のお金を集める動きをおこなったため、支出に対して繰越金が多額となりました。24年度の支出は最低でも1000万円を超えていく見込みです。現在、人件費を十分に支払えているとは言えない状況であり、持続可能な形で支援を広げていくためにも必要資金を集めるファンディングに力を入れていきます。

STAFF紹介

平井 登威 (理事長)

5月に法人化してからあつという間の1年でした。皆さまからの応援のおかげで多くの子ども・若者と出会い活動を大きく進めることができましたが、団体運営に関しては右も左もわからず進んでしまっている現状があります。2024年度は課題解決のマラソンでへばらない組織づくりにも力を入れていきます。



出口 龍之介 (ソーシャルワーカー)

精神科病院・クリニック、小・中・高校でソーシャルワーカーとして、勤務をしてきました。CoCoTELIでも多くの子ども・若者と出会う機会を頂いています。簡単に解決しないことが多いからこそ、ちょっと元気が出た気がする、ということ積み重ねていけたらいいなと思っています。



山縣 勇斗 (ピアスタッフ)

いつもCoCoTELIを応援いただきありがとうございます。私のCoCoTELIとの出会いは当事者としてでした。そこから数えれば2年が経ちます。現場でハードな状況にある当事者とも出会う機会もある中で、自分たちは当事者と共にある団体だという変わらない大切な価値観を大切にしながら1歩ずつ前進していきます。



渡辺 睦美 (広報)

驚くことにCoCoTELIに関わってから1年が経ちました。活動を継続できているのは皆様からのご寄付あってのことです。本当にありがとうございます。毎日頭を悩まし、対話を続け、ここにつながる当事者にとって安心できる場所ができるように、日々真摯に取り組んでまいります。引き続き応援をいただけたら嬉しいです。



Information

精神疾患の親をもつ子ども・若者支援の土壌づくりに寄付という形でご参加いただけたら嬉しいです。

<ご寄付の方法>

1. クレジットカードで寄付する (右のQRコードより)
2. お振込で寄付する
GMOあおぞらネット銀行 法人第二営業部(102)
口座番号：1546265



寄付フォーム

お問い合わせ

NPO法人CoCoTELI

✉ info@cocoteli.com

【住所】

〒541-0046
大阪府大阪市中央区平野町1丁目7-1 堺筋高橋ビル5階B-506

◆ホームページ

<https://cocoteli.com/>で検索or下記QRコードより

◆X (旧Twitter)
@cocoteliで検索

◆Facebook
@cocoteliで検索



HPIはこちら



CoCoTELL

〒541-0046
大阪府大阪市中央区平野町1丁目7-1 堺筋高橋ビル5階B-506
info@cocoteli.com

<https://cocoteli.com/>



2024年6月発行