

あいである REPORT

NUMBER 19



令和7年12月

761名に
実家便を送
りました!




「あなたを見守っています」 そんな思いを込めて、実家便を送りました。

最後の実家便を受け取った対象者から、施設の先生、支援者の皆さまへあてた、直筆のメッセージが届きました。一部をご紹介します。

いつも実家便をありがとうございます。
幸甚である、あいであるの方々の
アドバイスや応援、先生方のメッセージ
が届いた実家便に、たくさん
の温かいお気持ちを感じ、感謝の
気持ちでいっぱいです。
これまでも本当にありがとうございます。
どうぞ皆さま、温かい年末年始を
お過ごし下さい。

実家便

Thank You



たくさんの食料
をありがとうございます。
とてもありがたかったです。
おばさんが
たくさんのおにぎりに
包まれますように
願っています!!

実家便

今まで、社会人生活5年間、
実家便を送っていただき、
ありがとうございます。
三替勤務で大変ですが、
父
とても助かっています。
これからも頑張ります。

実家便

令和7年度
12月継続支援者へ
発送した実家便



お米の購入費用として 助成金をいただきました!



公益財団法人
お金をまわそう基金

引き続き、実家便に同梱する「お米」の購入費用を「お金をまわそう基金」の寄付サイトにて受け付けています!

QRコードからご寄付
いただけます▶



受付期間は
2026年3月末
まで

「お米が高くて買えなかった」「お米をもらって嬉しい」「実家便のお米が自炊のきっかけになった」など、お米は子どもたちからもとても喜ばれます。



ふりかけの購入費用として 助成金をいただきました。



公益財団法人
東京コミュニティー財団

ゆずりは基金とは

東京コミュニティー財団で管理・運営している冠基金。

着物姿でヴァイオリンの弾き語りをするスタイルのシンガーソングライターとして活動されながら、PocochaやTikTok LIVEでライバーとしても活躍され、タレント女優業に踏み出された月明ゆかり様によって2023年に設立されました。毎年、社会貢献活動を行う日本国内で活動されている非営利活動法人およびNPO団体等へ、助成を行っています。

実家便を利用されている施設職員の声

救世軍世光寮



担当職員
佐藤さん

救世軍世光寮では、今年度より「実家便」を利用させていただいております。日頃より、当施設を退所し自立の道を歩む子どもたちへ温かいご支援をいただき、心より感謝申し上げます。

施設のアフターケアにおいて、退所した若者たちの生活に深く踏み込むことは容易ではありません。特に引越しや仕事の悩みといったデリケートな問題は、かつて関係が良好だった子どもでも、状況の変化に伴い遠慮が生じたり、突然連絡が途絶えたりと、状況把握が困難になるという課題がありました。しかし、「実家便」という定期的に荷物が届く仕組みは、この見守り支援に大きな変化をもたらしてくれました。

「荷物は届いたかな?」という何気ない連絡をきっかけに、彼らの生活や仕事の近況について、自然な流れで話を聞くことができるようになりました。実際、今年度は実家便をきっかけに本人の転居が判明し、速やかに施設のアフターケアへと繋げることができたケースもあり、その有効性を強く実感しております。

支援を受けている若者たちは、それぞれの場所で懸命に生きています。将来の留学に向けて貯金に励む学生、就職活動中で仕送りに安堵する者、通信制高校の卒業を目指す者、そして警備員として働きながら自炊に励む者。昨今の物価高騰の中、「久しぶりにお米が食べられます」という切実な喜びや感謝の言葉に接するたび、この支援が単なる物資の送付に留まらず、彼らの生活基盤と心の平穏を支えていることを痛感します。

12月のクリスマス会に顔を出してくれる卒業生がいるように、実家便を通じて保たれる「細く長い繋がり」こそが、彼らが社会で孤立することを防ぐ大きな力となっています。今後も、彼らが「自分は見守られている」という安心感の中で一歩ずつ自立への歩みを進められるよう、共に寄り添い続けてまいりたいと思います。



松風荘



担当職員
手塚さん



松風荘では令和3年度から実家便のご支援を頂いております。食品を揃え定期的に卒園生に送ることは施設でもなかなか難しいため職員としても大変有難く思います。

当施設では遠方で生活している卒園生にはあいであるさんからの直送をお願いしていますが、近隣で生活している卒園生には職員が直接届けに行くようにしています。卒園生の顔を見て話しをしながら実家便の開封をしていると、普段の食生活や健康管理の話にもなり必要なアドバイスをすることができます。また、生活上の困りごとの話になればどんな助けが必要かニーズを確認することもできます。普段は電話やLINEでのやり取りが多いのですが、部屋の様子の変化や卒園生本人の表情など実際に足を運んだからこそ気づくことも少なくありません。そういったこともあり、実家便を届ける対応もあいであるさんの力を借りた大事な支援と考えています。実家便については、普段の食事や生活費などもあって卒園生がなかなか買い揃えることができない防災用品や長期保存が可能な食品が入っていることも魅力のひとつだと思います。施設内での高齢児向けの防災講座もきっかけとなり、災害時の行動や居住地のハザードマップ、緊急時の避難所など学生の卒園生を中心に連絡を取って改めて確認を行いました。昨今の自然災害の多さとは対照的に卒園生の防災意識の低さを感じ、その点のフォローも随時必要だと改めて考えさせられました。

このように実家便の存在が当施設でも支援の拡がりに繋がっています。継続的な実家便のご支援を頂くことに卒園生・職員共々感謝をしながら、お互いを繋ぐ大事なツールとして今後も活用させて頂ければと思います。これまでの感謝をお伝えする共に改めて今後とも宜しくお願い致します。

ライクホームはるか



担当職員
鳥村さん

私は、令和3年より自立支援担当職員を拝命しました。同じ年、山口県内に自立支援担当職員の部会が立ち上がり、日頃はそれぞれの現場で奮闘している職員同士が、情報や悩み、実践を共有できるつながりが生まれました。その職員間の交流の中で知った取り組みの一つが、令和4年からお世話になっている「実家便」でした。コロナ禍という、人との関わりが希薄になりやすい時期に始まったこの支援は、退所後の若者たちとのつながりを無理なく保つ大切なきっかけになってきたと感じています。

実家便を手渡す際の反応は、今でも強く心に残っています。「助かります」「ちょうど必要でした」といった言葉とともに見せてくれる、ほっとした表情や柔らかな笑顔から、この取り組みが単なる物資支援ではないことが伝わってきます。内容についても、「生活の中で役立っている」「参考になるものが多い」と話してくれることが多く、一人ひとりの暮らしに寄り添って考えられている支援だと実感します。

実家便の意義は、孤立を防ぐこと以上に、無理のない、心地よい関わりを続けていくことに感じています。必要ときに、必要な形で思いが届く。その積み重ねが、若者たちの安心感や前向きな気持ちにつながっているのだと思います。このような支援が継続できているのは、趣旨に賛同し支えてくださる支援者の皆さまの温かなお力添えがあってこそです。心より感謝申し上げます。



? マネークリップとは

あいであるオリジナルのレクチャーカードを使って、お金の使い方や生活費のやりくりを体験をし、自活のシミュレーションを行うゲームです。施設職員の皆様に体験していただき、施設内での子どもの自立に向けたシミュレーションゲームとして取り入れて頂いています。



マネークリップレクチャーを受講された施設職員の感想

楽しみながらゲームで学ぶことができ、子どもたちにも内容が入りやすいと実感しました。お金を通した他者とのコミュニケーションも学ぶことができました。

2026年4月1日より

実家便及びマネークリップレクチャーの新規募集を開始します!

※募集要項を2026年4月1日に当財団法人のホームページに掲載します。
(<https://idealidea.org/>)にてご確認ください

