

あいである REPORT

NUMBER
20



令和8年6月

805名に実家便

を送りました!

(新規:233名/継続:572名)



『実家便』活用の「声」をご紹介します!

ほほ咲みの郷

担当職員



小山さん

ほほ咲みの郷が、実家便と出
会って、どれぐらいの月日が
経ったでしょうか。その当時、
「実家便」という事業名に触れ
た時、何て温もりのあるネー
ミングだろうと思ったこと、恐縮
ながら、私共の施設名「ほほ咲
みの郷」の名に込められた「ほ

ほえみ」に溢れた温かい施設(故郷)で、花を咲かせ、社会に巣立ってもらいたいという願いに通じるものがあるのではと思ったことを思い出します。そして、今も、当時と変わらず、温かいご支援を頂き、心より感謝申し上げる次第です。

実家便の発送の時期には、届いたばかりの実家便を手渡すために子どもたちを訪問すると、「待ってました〜!」と受け取る笑顔を見ることができ、直送して頂いた子どもたちからは、「実家便を受け取ったよ。」と喜びの便りが届きます。

日々、精一杯の時間を過ごしている子どもたちにとって、実家便を開ける瞬間は、癒しのひとときであり、こころがホッとする時間にもなっている様子が伺えます。また、同封する職員からの手紙も喜んでくれている様子も感じられ、職員にとっては、一人ひとりの子どもたちを思い浮かべながら手紙を書く時間は、その子と職員をつなぐ大切な時間になっています。

実家便は、命を守る防災用品や食料品はもちろん、たくさんの方の「想い」が詰まって、子どもたちの元に届いています。自分のことを想ってくれている人、応援してくれている人の存在、たくさんの方の想いを改めて感じることに繋がっているのではないのでしょうか。

そういう想いをさらに広げたいとの思いから、ほほ咲みの郷では一昨年より「食料支援チケット」を配布しています。必要なタイミングで施設を頼ってもらえるよう、「困った時には相談してもいい」と思える関係づくりを大切にしています。

実家便は、生活を支えるだけではなく、子どもたちの孤立を防ぎ、「見守られている」という安心感を届ける大切な支援です。今後も実家便の力をお借りしながら、アフターケアを通し、子どもたち一人ひとりの人生に寄り添っていきたくと思います。



迦陵園

担当職員



川邊さん



当初は職員が食料品などをまとめて物資を退所者に送っておりました。あいであるさんの実家便を利用していただくようになり、10年程になります。

レトルト食品やお米など食料品を中心に退所者に送っていただき、荷物が届く度に「届きました、ありがとうございます」との連絡が入ります。退所者のアフターケアを施設としては積極的に行っていきたいと考えていますが、本人に断られたり、連絡がつかないことも多々あり、支援につながりにくのが現状です。また施設の入所児童の日々の生活支援を取り組むにあたって、アフターケアに手が回らなかったり、退所者と関係が出来ていた職員の退職によってその後の関わりが難しくなる等様々な課題があります。その中で、あいであるさんの実家便がきっかけで半年に一度の頻度で連絡が取れ、やり取りに繋がることが多いです。施設に実家便を取りに来た退所者が箱を開けた瞬間に「食品も嬉しいけど、職員からの手紙が一番嬉しい」との声があった際は、とても嬉しい気持ちになりました。その機会を作ってくださったあいであるさんや実家便に物品提供いただいている支援者の皆様には感謝しております。

当施設のアフターケアは、退所者宅への訪問や施設へ里帰りしてくれた退所者と食事を共にしたり、電話やLINEで相談に乗る等、それぞれのニーズに合わせて実施しています。以前より連絡や里帰りをしてくれる退所者が増加した実感があります。また、直近では退所者からの相談を受けて一時的に施設にて生活の場を提供することもありました。面談をする中で、本当にしんどくなるまで施設に頼れなかった状況や関係性があることが分かりました。本人は身近な親族や友人を頼れない状況でしたが、幸い施設と連絡が定期的に取れていたこともあり、支援につながることができました。今は新しい仕事も見つけ、再出発に向けて、法人内の自立支援を受けながら頑張っています。

社会的養護下に置かれた子どもたちはサバイバルしていた生活歴から大人を信用することの難しさがあり、施設職員や社会の人々との関係構築も容易ではなく、人を頼ることにつながりにくいです。その中で、あいであるさんの実家便は支援のきっかけであり、つながりづくりで大きな力になっていると考えています。施設の入所児童にも実家便の事を伝え、退所しても支援してくれる人はいること、社会での生活の仕方や頼り方を伝えております。今後も、あいであるさんをはじめとする支援者の皆様のお力添えをいただきながら、入所児童そして退所者を支えていきたいと考えております。

梅光児童園

担当職員



大角さん

当園では、この実家便を令和元年から利用させていただき、これまでに18人の卒園生にご支援いただきました。

私は、最初、この活動を知ったときに、自分自身が大学に入り一人暮らしを始めたときに、実家から送られてきた野菜や食料品が詰め込まれていた段ボールが届いたこと、そしてそこに込められた優しさを感じ、心があたたかくなったことを思い出しました。

担当していた・していないにかかわらず、進学や就職で、施設を卒園して一人暮らしを始める卒園生をたくさん送りだしてきました。様々なタイプの子がいて、それぞれに想う心配は色々ですが、どの子にも共通で思うのは、何かあったときに一人で抱え込まずにSOSを出してほしい、ということです。

卒園後も施設の職員とつながり続けることを自然にできる子もいれば、こちらからアプローチしないと音信不通になってしまうような子も様々です。そんな中、この実家便というものがあることによって、つながりを維持できているなと感じる子もいて大変ありがたく思っています。

この実家便のご支援を通して、卒園生からは、「食べ物や沢山入っていてとても助かる」「自炊が面倒なときに、レトルトがあると助かる」「お米は高いから、とてもありがたい」「災害時グッズは必要だと思うけどなかなか自分で買わないから嬉しい」等、毎回ポジティブな反応を見たり聞いたりして、我々も嬉しく感じています。また、この実家便のご支援が何年目かになると、「そろそろ実家便の時期だね?」と心待ちにしている反応を聞くこともあります。これまで、実家便を受け取った卒園生たちの反応の中で、私が一番印象的だったのは、「職員からの寄せ書きが嬉しい・楽しみにしている・読んだら涙が出てきた」等の職員からのメッセージを喜んでのことでした。また、あいであるの方のメッセージに対しても、「顔を知らないのに一人一人にメッセージ書いてくれてありがたい」という子もいました。食料品の詰め合わせから感じる人の温かみ。メッセージから感じる人とのつながり、この人とのつながりが凝縮されているご支援だなと感じています。

この繋がり的重要性を感じて、当園では、卒園生の誕生日にお誕生日おめでとうメッセージをLINEで送ったり、年賀状を職員の寄せ書きで送るということを毎年しています。実家便を通しての支援の気づきを、当園のアフターケアの気づきに活かしていけたらとも思っています。今後もよろしく願いいたします。



施設を退所し、自活をスタートする皆さんへ

「あなたのことを気にしています。」という気持ちを込めて、初めての実家便を発送しました

防災用品はこんなものが入っています!

新規支援者への初回実家便は
災害時に役立つ防災用品、
長期保存可能な食品が中心です!

- ・携帯トイレ
- ・イベントリュック
- ・緊急用呼び笛
- ・防寒シート
- ・非常用食器折り紙
- ・コンパクトLEDランタン
- ・単3アルカリ乾電池4本パック
- ・軍手・使いすてカイロ
- ・絆創膏
- ・アルコール除菌ウェットティッシュ
- ・不織布マスク
- ・カードケース
- ・緊急連絡カード
- ・ひえぶるやわらかまくら



新規支援者へ発送した実家便

実家便を受け取った 子どもからの声



今回もたくさん食料ありがとうございました。また、同封のメッセージに心が温まりました。♡

無事に届きました。ありがとうございます。缶詰やお菓子が多く入っていて嬉しかったです。お米や味噌汁も助かります。ありがとうございました。♡

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2027年3月末まで



継続支援者へ発送した実家便

マネークリップレクチャーの受講施設を募集しています♪

募集要項を当財団HPにてご確認ください。

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。



公益財団法人
あいである

〒105-0004
東京都港区新橋1丁目18-16
日本生命新橋ビル3F