

# peer

ぴあ応援ブック

Vol. 10

児童養護施設・里親家庭で暮らす

夢を持っているきみへ。  
これから夢を持つきみへ。

Vol.

2025 Winter

ぴあ応援ブック制作チーム

## CONTENTS

新生活を始めるあなたへ

一人立ちする前に知っておこう!

「こども応援シェアセミナー」レポート

奨学金は将来と向き合うきっかけに

ぴあ応援ふえす特集

大学4年生が伝えたい!大学進学の魅力!!

※「ぴあ(Peer)」は、仲間を意味します。





# 応援生から新生活を始めるあなたへ

初めのうちは慣れないことが多く、戸惑うかもしれません。それでも少しずつ新しい環境に慣れていく自分を信じてあげてください。私は特に焦らず、「自分のペースでいいんだ」と心に言い聞かせることで、気持ちを楽にしていました。また、周りの人に話しかけたり、相談したりすることで、思わぬ支えやつながりが生まれることもあります。

「自分ならきつと乗り越えられる」と信じて、小さな一歩を積み重ねてください。新生活が、みなさんにとって素敵な出会いと成長の場になりますように。応援しています！



ゆう

新生活を始める前、初めてのことでだらけでも緊張し、不安でいっぱいでした。一番の不安要素は、それまで誰かにしてもらった多くのことを、一人でできるのか、ということでした。でも、周りの人たちに相談しながら始めてみると、不安は和らぎ、新生活にもすっかり慣れていきました！

みなさんも相談できる相手を見つけてください。きつと緊張や不安が和らぐと思います！



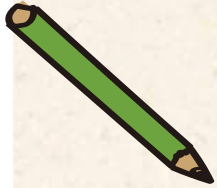
みくる

一人暮らしを始めて半年たった今でも、家の鍵をかけ忘れたり、自炊をあまりしなかったりと、自分で心配になることがたくさんあります。でも、一人暮らしをしなければわからなかったことに気づけたり、お友だちを招いて一緒にお泊りしたりしながら、毎日自分の成長も感じています。ぴあ活動を通じて、心配事を共有し、仲間と励まし合えることも。「自分の味方はたくさんいるんだ」と実感しながら日々を過ごしています。



しおり

## いつも応援してるよ……



新たな環境での生活に、不安や希望で胸がいっぱいになっているのではないだろうか。僕もそうでした。

新しい環境では、孤独を感じたり、不安に押しつぶされたりしそうになることがあると思います。そうした気持ちに耳を傾けてくれる人を探してください。巣立った施設の友だちや職員さん、新しい環境でできた仲間たち、誰でも大丈夫です。

一人で生きると言っても、完全に一人で生きていくことは難しいものです。自分を支えてくれる人を、ぜひ見つけてください!!



しょうむ

就職にしても進学にしても、新生活を始める時、迷いや不安を感じることもあると思います。自分一人や周りの人と関わりながら楽しめること、息抜きができる時間などを見つけてください。それらを上手に使い分け、素敵な新生活が送れることを願っています。応援しています！



ひな



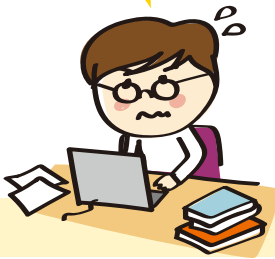
## 応援生とは

児童養護施設・里親家庭等進学応援金(奨学金)を受け、全国の大学や専門学校で学ぶ約60人です。この冊子はその中の有志10人が中心となって制作しています。

## 1 役所での手続きや支援制度

転出・転入の届け、住民登録、健康保険への加入など、引っ越し際にすべきことや、手続きの方法、手順について知っておきましょう。また、家賃補助や奨学金などの制度を設けている自治体もあるので、窓口を把握しておく。特に大学生は、奨学金の手続きや必要書類の提出方法などを確認しておきましょう。

必要な手続きや書類の提出があるので、知らないで混乱して大変！



身近な人に聞くことで不安が和らぐし、つらい時に寄り添ってくれる！



## 3 施設の職員さん、里親さんへ質問してみる

施設の職員さんや里親さんが、実際に経験したからこそわかる生活のコツや、これまでの失敗談を聞いてみましょう。これからの生活で自分自身が不安や心配に思うことについてアドバイスをもらったり、施設の職員さんや里親さんが作ってくれた好きな料理のレシピを覚えてもらおうと自分で作っていつでも食べることができます。

## 2 銀行口座の開設と利用法

銀行口座の作り方や、振り込み・引き出しの方法は知っておきたいポイントです。口座開設に必要なもの(本人確認書類など)もあり、あらかじめ銀行のホームページなどで確認しておく。また、ガス代や電気代を口座引き落としにする場合の契約方法も調べておきましょう。

自分でお金の管理をするようになるから大切！



自分の過去と向き合ったことで一区切りをつけることができ、スッキリとした気持ちで新生活を迎えることができた。

# 一人立ちする前に知っておこう！

いざ実際に一人で生活してみると、知らないことがたくさんあると気がついて、焦ったり不安になったりしてしまいます。私たち応援生の経験から、「知っておいてほしい」と思ったことをまとめてみました。さまざまな準備で忙しい時期だとは思いますが、これを読むを通じ、施設の職員さんや里親さんとじっくり話す機会も作ってほしい、と願っています。

## 4 自分自身と向き合う時間を作る

生まれてからこれまで、自分はどんな人たちと関わり、どのように育ってきたのかを振り返ってみる。自らを大事にし、誇りをもって成長できるようにするのが目的です。巣立ちを機に、施設の職員さんや里親さんたちと、話し合ってみるといいと思います。社会的養護のもとで生活してきた私たちだからこそ抱える葛藤や不安に直面した時に、自分のことを思い・支えてくれた人たちがいてくれたことはすごく励みになります。



### 応援生から

一人暮らしを始めると、手続きなどは自分で行わなければなりません。少しでも知っていることが多いと、いざというとき、とても役に立ちます。ここで紹介したことだけでなく、社会に出る前に知っておいたほうが良いことはないかと施設の職員さんや里親さんに聞いてみるのもいいですね！ まみ



## 「こども・養育者・仕組み」 それぞれの間の ズレを防ぎたい!!

参加  
レポート



福岡県北九州市の児童養護施設「カリタスの園天使保育園」で2024年9月20日、「こども応援シェアセミナー」を開きました。応援生有志でつくる「ぴあ活動進学情報シェアチーム」が主催。現地の施設職員さんたちが参加し、オンラインでも同時開催しました。テーマは「ズレ」。私たちはこれまでに、社会的養護のもとで暮らす子どもと養育者（職員さんや里親さん）、現場と行政（仕組みや制度）の間に、かみ合わない部分があると感じてきました。セミナーではそのズレについて意見交換しました。ここでは特に重要だと感じられた「子どもと養育者」の間のズレについて、一部をご紹介します。



## 「学び」「ルール」「目標」「お金」…。子どもと養育者の間にあるズレとは？

★=子ども（応援生）の意見、☆=養育者の意見、★=話した結果見えたことや解決案

### 【勉強・学びについて】



- ★勉強の必要性を感じない、面白くない。
- ☆将来のために勉強が必要だということが伝わりにくい。
- ★施設で暮らす子どもたちは、家族に関する悩みや傷つきなどから回復する過程にある。まだ将来について考えることが難しい人もいる。「子どもは悩んでいるかもしれない」という可能性を踏まえ、養育者には支援してもらいたい。一方の中高生も、悩んでいる場合には、気軽に近くの大人に相談してほしい。

### 【夢や目標について】



- ★夢や目標がない、思いつかない。
- ☆自分らしく生きるために夢や目標を持つことの必要性や価値が伝わりにくい。
- ★夢や目標を言葉にしたり、具体的にイメージしたりすることが不得手な子どももいる。養育者には「将来はどんな大人になりたい?」「あなたにはこういうものが向いているかもしれない」など、子どもが夢や目標を持ちやすくなるような関わり方をしてほしい。また、挑戦してみて、方向転換をしたくなかった時の支えや、考え直せる場所も必要。中高生には、自分の興味があることを大切に、深めていってもらいたいです。

### 【お金について】



- ★もっと自由に使わせてほしい。なぜお小遣い帳などをつけないとしないのか。
- ☆お金は生活に必要なものを買うための限られた大切なもの。巣立ったあとで困らないようお金の大切さを伝えたい。
- ★実際にお金を使う機会が不足しているのではないか。「ほしいものを買うためにお金を貯める」といった、目的を持った貯金の経験も必要。子どもと一緒に使い方を考える機会があればなお良い。対する中高生は、一人立ちした後、どのくらいお金が必要になるのか、大人と話してみしてほしい。

### 【施設や里親家庭でのルールについて】



- ★ルールに不満がある。
- ☆主に施設でのルールの重要性が伝わりにくい。
- ★養育者は、子どもが納得できるようにルールを伝える必要がある。理由も言わず、要望を却下しないように。ルールに関する話し合いの場を設け、養育者が十分に説明し、根拠を示せば、子どもも不満をため込まずに済むと思う。また、中高生はルールに納得できない場合、近くの大人に「なぜそのルールが必要なのか」を質問してみましょう。

### 応援生から

今回のセミナーを通じ、子ども同様、養育者も多くのズレを感じ、悩んでいることが分かりました。このズレを小さくするため、養育者はこれまで以上に、子どもの言葉や思いに耳を傾ける必要があると強く感じました。また、そうした子どもの声を届ける存在として、応援生の可能性をより感じました。これを読んでいる中高生のみなさんも、疑問に思うことは職員さんや里親さんに質問し、話し合ってみてください。今後もこのような活動を全国へ広げていきたいと強く思います。今回、参加して下さったみなさんに、改めて感謝申し上げます。 しょうむ



# 奨学金は将来と向き合うきっかけに

奨学金検索サイト「Miomus(ミオムス)」を立ち上げた応援生たちが主催して2024年11月、東京都内で奨学金団体交流会があり、パネラーとして参加しました。奨学金団体のみなさんや全国児童養護施設協議会の赤池裕副会長をお招きし、さまざまな視点でお話することができました。中高生はもちろん、施設の職員さんや里親のみなさんにも一緒に読んでいただき、改めて子どもの進路に向き合うきっかけにいただければ幸いです！

奨学金の審査に  
面接があると応募しづらい…



- ・書類より面接の方が応募者について分かる!
- ・直接アピールできるからチャンスが多い!
- ・書類審査だけの奨学金より倍率が低いかも!
- ・フリートークや面談みたいなイメージで実施している団体もあります!



給付額に大きな差が  
あるのはなぜ?



できるだけたくさん  
子どもたちに届くよう、  
一人あたりの金額を  
減らしている団体もあります!



審査で重視していることは?



- ・自己分析がしっかりできているか
- ・熱意が伝わってくるか
- ・将来を見据えているか などなど



- ・審査方法について、学生視点からはどう見える?
- ・奨学金を選ぶ基準は? などなど



交流会では団体側から  
質問されることも!



交流会を通して  
気づいたこと



奨学金団体のみなさんと私たちは、  
目に見えないだけでちゃんと  
つながっているし、私たちに  
寄り添ってくれている!!

私たち学生が声をあげるにより、  
これからの奨学金をよりよく  
できるかも……!!



## 1対1で話す時間はとれていますか?

「そもそも将来への向き合い方が分からない」という子どもたちもたくさんいると思います。私もかつてそうでした。

中高生のみなさん、日常で素直に周りの大人と話すことはできていますか? 一方の施設職員や里親のみなさんも、子どもたちとしっかり向き合う時間をとれているのでしょうか? 交流会で「中高生の子どもたちと1対1の時間をとれるのは夜だ」と話された方がいました。私が施設で暮らしていた時、職員さんと長く話げたのは、確かにみんなが寝静まった夜でした。約束したわけでもなく、「そういえばさ〜」で始まり、友だちとの出来事や、好きな音楽といった他愛もない話をしていました。そうした日常会話が、今後について相談するきっかけになったと思っています。将来と向き合うきっかけは人それぞれです。でも、私にとって、職員さんと話すことや、奨学金への応募は、将来について考えるきっかけになりました。

## 応援生から

自分の人生を決めるため、中高時代はたくさんの選択をしなければならない時期です。もちろん自立はとても大切ですが、それと同じくらい「人に頼る」ことを学ぶのも重要です。自分を知らない人に、将来について話すのは抵抗があって当然だと思います。でもなんとなく話さないというのは、少しもったいないと感じていて、一回腹割って話す! みたいなことをしてもいいかもしれません。それで徐々に信頼できる人を見つけていけたらいいのかな、と思います。そうすることで、将来の幅も広がっていくかもしれません。 しおり

今年1年を振り返って

入学したときに1年のうちはたくさん遊んでおいたほうがいい! といっぱい先輩に言われたのでたくさん遊びました!! とても楽しい1年でした思い出たくさん〜 しおり

# 君の未来をひろげよう!

YouTube  
ライブ配信イベント!

# ぴあ ふえす 応援 特集

例えばどんな進学先があるの?  
将来どういう仕事に就こうかな?  
誰かに悩みを聞いてほしい!——。  
一度はそんなふう感じたこと、ありませんか?  
その不安な気持ち、ぴあ応援フェスが解決します!

## ぴあ応援フェスって?

社会的養護のもとで暮らす中高生や、子どもに関わる養育者に寄り添った、視聴者参加型のオンラインイベントです。将来や進学、お金、一人暮らし、仕事、気持ちの整理など、中高生の「不安」や「知りたい!」という気持ちに応えようと、「ぴあ応援フェス実行チーム」が主催し、3回目の開催となります!

2025年2月23日(日)・24日(月・祝)開催!

約50のプログラムを用意した前回のフェスは、「気になる進学」「世界を広げよう」「一人暮らし」「おしゃべりの部屋」「大人プログラム」の5つのブースに分けて開催しました。「気になる進学」ブースでは、現役大学生・専門学生の応援生が、実際の学生生活などについてトーク。また「おしゃべりの部屋」では、中高生が自由に応援生と話せるようにしました。一方、大人向けのプログラムでは、大人と中高生が同時参加する特別企画も行いました!

今年のぴあ応援フェスは...  
さらにパワーアップ...!?

詳細はこちらから!



## 応援生から中高生のみなさんへのメッセージ

社会的養護で暮らしているすべての中高生の参加をお待ちしています! 進学したい方も将来のことが何も分からない方も、気軽に参加してくださいね。(れな)

実際に社会的養護を経験した応援生を初め、たくさんの方々の熱い思いがフェスには込められています。みなさんが「可能性は無限大だ」と実感し、将来自分が在りたい姿を考えるきっかけの場になれば嬉しいです。(ゆきあ)

環境や境遇はそれぞれ違うと思いますが、生活していく上での悩みや進路に対する不安などを、少しでも解決できるようなフェスにしたいと思っています。みなさんのお力になりたい。ぜひお気軽にご参加ください。(かずま)

フェスは中高生の悩みや不安の解消だけでなく、同じ社会的養護で暮らしてきた人たちとの交流の場にもなっています。「気が向いたから」「誰かと話したいので」。そんな気軽な思いでの参加も大歓迎です。この場で得たものは、きっといつか、あなたの力になるでしょう。(ふうね)

みなさんが知りたいことはもちろん、まだ知らない進学先や、施設出身者としてお知らせしたいことなどを、全部伝えられる場にしたいです!(せいや)

フェスに参加することで、普段言えなかった悩みが解決したり、抱えていた不安感が和らいだりするかもしれませんが、一人じゃないことが再確認でき、楽しい時間を過ごせると思います。同じ経験がある人たちと交流できる貴重な機会。ぜひお気軽に参加してください!(みくる)



今年1年を振り返って

とても忙しくあっという間に過ぎ去ってしまった印象です!来年こそはどこかに出かけたいなと思っています。ふうね



## 魅力その1

### 「自由な時間がたくさん！」



私が進学したのは「学びを深めたいから!」ということもありますが、「社会人になる前に猶予がほしい!」というのも大きな理由でした。大学の4年間は自分で好きなように使える時間が多く、旅行やボランティアで国内外を年に数回飛び回ったり、友だちと朝まで遊んだり、一日中寝たり、大学とは別に資格の勉強をしたりしました。

経験は自分の財産になると思うので、ぜひいろんなことに挑戦してみましょう!

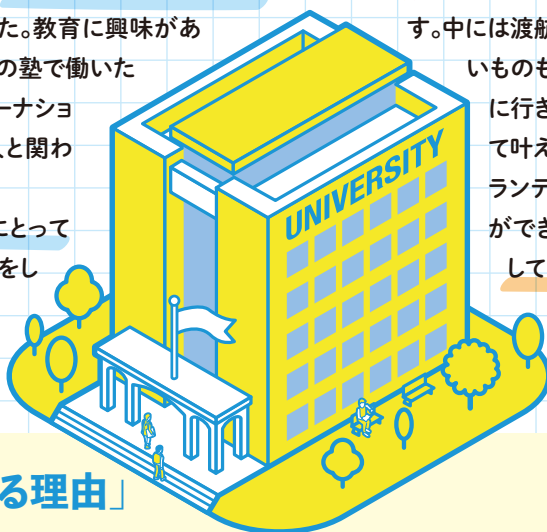
## 魅力その2

### 「アルバイト」



擬似お仕事体験ができます(笑)。アルバイトを選ぶ基準は人によってさまざまだと思いますが、私は何か得たいスキルを身につけられるかどうかで選びました。教育に興味があるので、子どもの居場所や特別支援の塾で働いたり、自然な英語に触れたくて、インターナショナル保育園や保育園など海外の人と関わられる場所で働いたりしました。

ただお金を稼ぐのではなく、自分にとってプラスになる、興味があるアルバイトを試みるのもいいかもしれません!



大学4年生が伝えたい!

# 大学進学の魅力!!



## 魅力その3

### 「学生だからできること」



進学の大魅力の一つが「学生」という特権を得られること。学生というだけで、さまざまなプログラムに応募できます。中には渡航費や宿泊費などが無料で金銭的負担が少ないものもあります。私は幼い頃から抱いていた「海外に行きたい!」という夢をプログラムへの参加を通して叶え、在学中に2度、海外へ行きました。1度目はボランティア、2度目は短期留学です。このような経験ができるのも、たくさんの大人が私たち若者に期待してくださっているからだと思います!

ぜひ、自ら動いてチャンスをつかみましょう!

## 番外編

### 「私の挑戦・行動する理由」

私はよく、自己肯定感が高く、自信ありそうに見られるのですが(笑)、全くそんなことはありません。むしろ自分ではその真逆だと思っています。そう思うのは多分、社会的養護のもとで生活してきたことが影響しているのだろう、と感じています。

実家のように「絶対に帰れる場所」がないからこそ、新しいコミュニティに飛び込み、自分の居場所を作っているのかもしれません。

また高校生の時、自分の将来について考えるようになり、私のロールモデルである兄に進路相談をしたことがありました。その時、「自分の人生だから最後は自分で選択するべきだ。周りの人はアドバイスをくれるかもしれないけれど、責任まではとってくれないよ」と言われました。その時から、社会的養護のもとにあるのを言い訳に自分の可能性を狭めないこと、自分の可能性を自分が一番信じてあげて意識するようにしています。

私の原動力になっているのは、きつと負の感情かもしれませんが、ですが、挑戦し続けることによって、自分の存在意義を見出し、プラスの方向に向かっているのかもしれません!

私からのメッセージです!

きぬよ

地方国立大4年生  
専攻:外国語、教育  
将来の夢:子どもたちが環境に左右されず、夢に向かって頑張れるようサポートすること!



## 編集後記

夢を持っているきみへ。  
これから夢を持つきみへ。

次号もお楽しみに!



前号のクロスワード  
パズルのこたえ

「つきあかり」

たくさんのご応募  
ありがとうございました!

肌にツンと感じるような寒い日が続いていますが、皆さん体調はいかがでしょう??

外出した日は、鍋やおでんなど温かいものを食べて、体をしっかり温めてくださいね!

風邪をひきやすい季節ですので、たくさん栄養を摂って、みんなで寒さを乗り越えましょう! みくる

# WE ARE A GOOD TEAM!



## 進学情報シェアチーム

奨学金や進学体験などの情報を施設や里親といった社会的養護で暮らす中高生や養育者の方々に共有(シェア)していく活動を行っています。今年度は9月に北九州市や名古屋市でセミナーを開催しました。今後も様々なセミナーを開催していくので、興味のある方はぜひぜひ参加してみてください!!



## サイトチーム

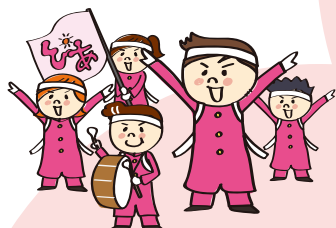
全国の社会的養護に関連する奨学金情報などを掲載した、奨学金検索サイト【Miomus(ミオムス)】を公開しました。奨学金の検索ができるほか、奨学金の仕組みや、当事者の声など、様々なコラムを配信予定です。学校関係者の方や、社会的養護に関わり始めた方も、奨学金について深く知るきっかけになってほしいです!

奨学金情報等のお役立ち  
情報をたくさん公開!



## すだちずチーム

「すだちず」は、中高生のみなさんの『巣立ち』に役立つ情報や、心温かくなるようなメッセージで応援し、みなさんがそれぞれの人生の『地図』を描いていてもらいたいという思いから制作しました。今年度は新たにメッセージや情報を追加し、コラムなども掲載する予定です!ぜひご覧ください!



## フェスチーム

今年は、2025年2月23日(日)と24日(月・祝)の2日間で開催します!

中高生が日頃から親しんでいるYouTubeを使って、17時~21時(予定)に生配信します!当日は、応援生の進学体験談や一人暮らしなど、社会的養護を経験してきた先輩たちがお話をします!中高生のみなさんのためになるようなお話から、コメントを使いながら楽しく交流できる企画も考えておりますので、ぜひ参加してみてください!



## ラジオチーム

社会的養護で育った私たちの経験やゲストインタビュー、大学生活、奨学金の情報についてYouTubeを通してラジオ形式で発信しています。企画から出演、イラスト作成などを学生が中心となってい、同じような境遇きょうぐうにあり、進学や夢を目指す中高生を応援することを目的に活動しています。多くの皆さんにお聴き頂ければ幸いです。

びあ応援ラジオを  
YouTubeなどで配信中!

