

# てばなす

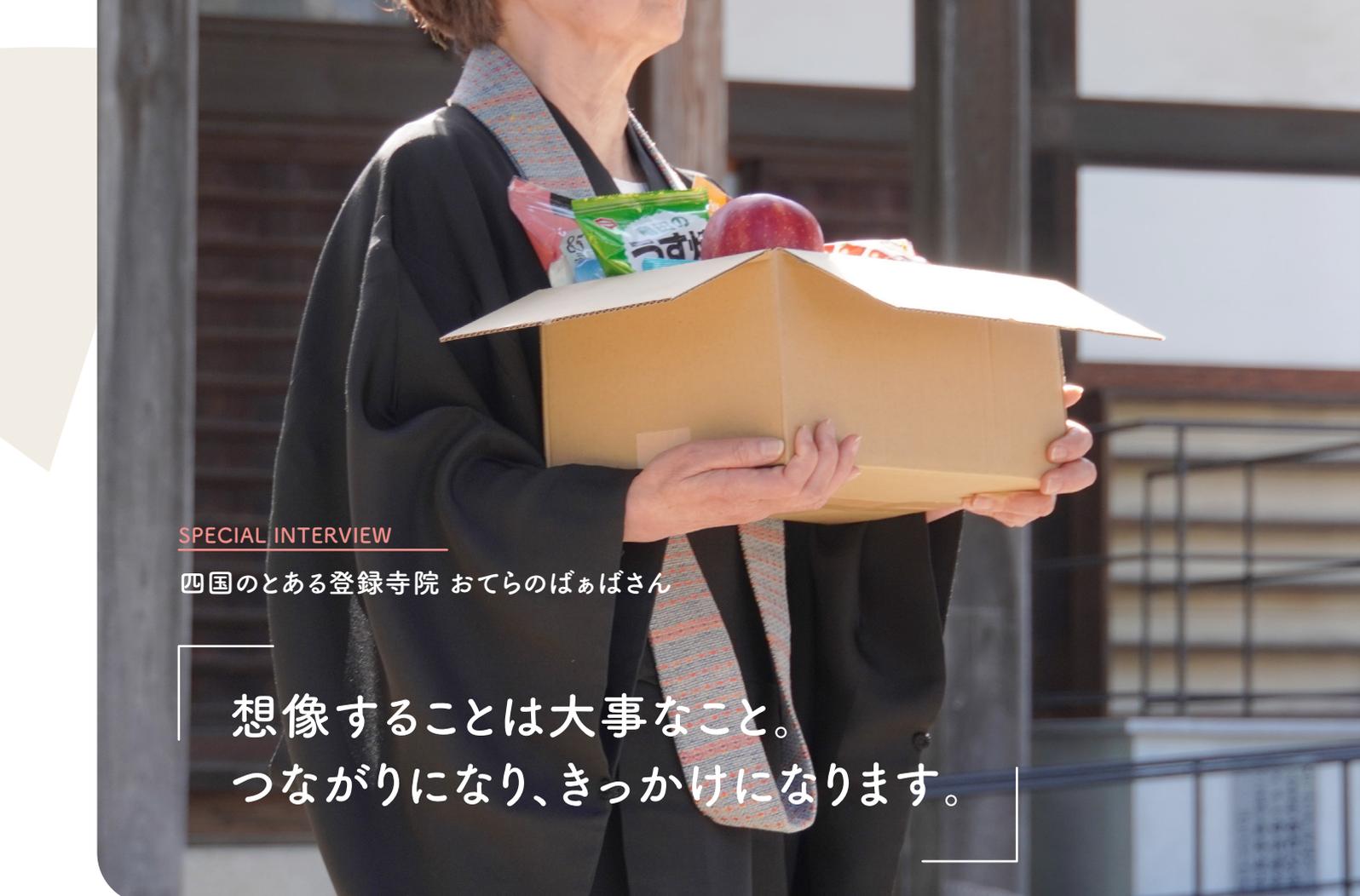


「おすそわけ」にのせて

わたしの想いを

第9号  
2025.6





SPECIAL INTERVIEW

四国のとある登録寺院 おてらのばあばさん

想像することは大事なこと。  
つながりになり、きっかけになります。

おてらおやつクラブの登録寺院としてひとり親家庭に匿名でおすそわけを送るおてらのばあばさん。おすそわけを受け取ったご家庭の感謝の声は事務局にも多数届き、事務局員の間でも噂になっているほどでした。一体どのような方で、どんな手紙を書いておられるのか。今回、お話を伺うために四国へ向かいました。

## 貧困は自己責任ではない

昭和25年、終戦後に四国のお寺で生まれました。お寺といえば生活に困らないイメージがあるかもしれませんが、私のところのような街中にあるお寺は、耕す田畑もなくお布施は農作物という時代でしたので、貧しい子ども時代を過ごしました。みんなは買ってもらえているのに自分は買ってもらえないという経験をしていたから、傲慢な言い方かもしれませんが、生活に困窮しているご家庭の大変さが想像できるのかもしれない。

「おすそわけ」を送るときはいつも、少しでも多く入れたいということ、何を送ればこのご家庭に喜ばれるのかを考えています。お米はもちろん、スパゲッティも若い人は好きかなと思って。ホットケーキミックスにはシロップも入れてお子さんと一緒に作ってもらえたら。あとは檀家さんからいただいたものを入れています。

自分が子育てを大変に感じていたから、その時のことも思い出して「おすそわけ」を用意しています。疲れているときは子どもが「早く寝ないかな」と思うこともありました。今考えると子育ての時間は短いのに、なんであんなにイライラしてたんだらうって……。

自分の子育ての反省から、今子育て中のお母さんには子どもと向き合う時間を作ってほしい。せめて30分だけでも向き合ってほしいと思い、そんなことを手紙に書くんです。……お節焼きですよ。

おてらおやつクラブにつながるお母さんは、ご両親や親戚とのつながりが閉ざされている人が多いと聞くので、「おすそわけ」をきっかけに地域とつながってほしいと願って支援団体のパンフレットも入れています。どこかに所属して、愚痴を言い合うだけでも救われると思うんです。

貧困を自己責任だと決めつける人もいます。私も何も知らないときはそう思っていました。でも貧困問題に取り組んでいる方の講演を聞いて、貧困で苦しむ人は世の仕組みの中から生み出された人たちだということを知りました。社会全体で支える必要があると思います。

## 想いは箱に収まり切らない

私は周囲の子どもたちから下の名前に「ばあば」を付けて呼ばれるんです。そこから手紙を書くときには「おてらのばあば」と名乗っています。受け取るお母さんたちには自分のお母さんのように思ってもらってほしくて。

おてらおやつクラブの匿名で送る仕組みは距離感がちょうど良いです。届く先の相手がわかってしまうと強い入りかたになりすぎて、私の想いは小さな箱に収まりきれない気がするから。相手のことをもっと知りたいという気持ちもあるけど、匿名だから冷静に関われないと思っています。

想像してみることで、匿名だから冷静に関われないと思ってしまう、きっかけになります。ジョン・レノンもティク・ナット・ハンも想像することの大切さを教えてくれています。

「おすそわけ」は娘や孫に送るつもりで、娘たちと同年代、30〜40代のひとり親の人が子どもを抱えて生活していると想像しています。

同封する手紙には自分が若かった時のこと、後悔していること、ちょっと踏み入れて自分のことなどをさらけ出して書きます。私にも辛くて眠れないときや泣き明かしたこともありましたが、今になって振り返ったら、あのときがあったから今日の私があるんだなって思えるようになりました。

「あなたが今大変な生活をしていることは、なにも無駄になっていませんよ。」

あなたの糧になっていますよ。応援していますよ」  
自分の人生と重ねてこんな手紙を書いています。どこかで箱を開けた親子が喜んでくれていると想像すると嬉しいです。

表面だけみないで、物事を想像できるような人でありたいと思います。子どものころから空想することが好きでした。上っ面だけで判断して、その人に〇×をつけてしまうこともありますよね。そうじゃない自分でありたいと思っています。



## SPECIAL INTERVIEW

奈良県 お手紙ボランティアさん

はたらくことは、  
傍が楽になること。

おてらおやつクラブから送る「おすそわけ」には食品や日用品のほか  
に絵手紙を同封することもあります。受け取ったご家庭からは誰か  
とのつながりを感じる大切なきっかけとしてとても喜ばれています。  
そんなひとり親家庭にぬくもりを届けたいと手紙の執筆ボランティ  
アを続ける女性がいいます。彼女が書いた手紙はお寺を通じて「おす  
そわけ」とともにひとり親家庭のもとへと届けられていきます。な  
ぜ「手紙」という形で関わっているのか。誰かのために動き続ける原  
動力をお聞きしました。

「うわー嬉しい！」と思ってもらえるかな

ボランティアに参加したきっかけは、新聞で活動体験会の案内を見つけた  
ことでした。「おてらおやつクラブ」というネーミングがかわいいなと思って。  
どんな活動なのか一回行って見たらわかるかと思っ行ってみたんです。

私は30年近く百貨店の紳士服売り場で働いていましたが、会社がコロナ禍  
をきっかけに潰れて失業したんです。そこから別の仕事に就職したんです。  
そうしたら時間の都合がつけやすくなったので、ボランティアに行ってみよう  
と思いました。

百貨店の新入社員時代に出会った「営業担当のおじさん」から「働」という  
漢字について教えてもらいました。ひらがなで書くと「はたらく」。自分のそ  
ばのことを「はた」って言うじゃないですか。はた迷惑とか。「らく」は「楽」と  
読めますね。だから「自分のそばにいる人が楽になってもらうために、自分  
(人)が動く。『傍が楽』それを意識して仕事がんばってね」とおじさんから言  
われました。それがずっと心に残っています。

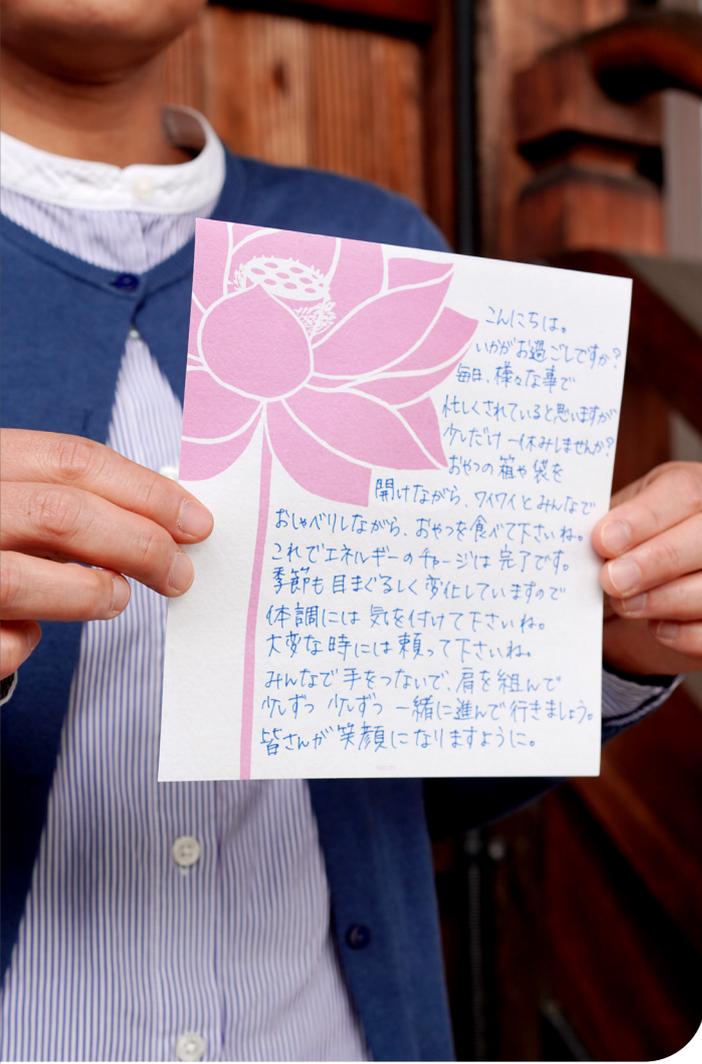
仕事だけじゃなく、自分が動いて、周りが楽になるのならそれが一番いいな。  
それが今のボランティア活動につながっていると思います。

ボランティアはいつも楽しく参加させてもらっています。箱にお菓子などを詰めていると、もっと入れたい、どうすれば入るかな、どんな風に入っていたら開けたとき「うわー嬉しいー」と思ってもらえるかな、などを考えて詰めています。ボランティア同士で箱の隙間に「あれやったら入るかな」「これやったら入るかな」と言いながら。

お母さんが疲れてたら、子どもも微妙に察するじゃないですか。子どもやお母さん、お父さんが箱を開けたとき喜んでくれるのが一番で、少しでも家族の話題になればいいなと思います。

## 「がんばって」は使わない

手紙を書こうと思ったのは、梱包作業で箱に絵手紙を入れていたのを見ていたときでした。絵手紙ボランティアさんがとても上手に絵手紙を描いてくださって、すごいなと思っていました。でも私は絵は描けないけど、文章だけなら書けると気づいたんです。



こんにちは、  
いかがお過ごしですか？  
毎日、様々な事で  
忙しんでいると思いますが、  
少くも一休みませんか？  
お母さんの箱や袋を  
開けながら、ワイワイとみんなで  
おしゃべりしながら、おやつを食べて下さいね。  
これでエネルギーのチャージは完了です。  
季節も目まぐるしく変化していますので  
体調には気を付けて下さいね。  
大変な時には休憩して下さいね。  
みんなで手をつないで、肩を組んで  
ぐんずぐんず一緒に進んで行きましょう。  
皆さんの笑顔になりますように。

手紙を書く相手のことを知らない人だと思って書いていません。自分の友だちや身近な人に送るような気持ちで書いています。だから「元気ですか？」「いかがお過ごしですか？」というところから書き始めています。もう一つ気にかけていることがあって、「がんばってくださいね」って言葉は使わないようにしています。ひとり親家庭のお母さん、お父さんはもう十分がんばっていらっしやるし、がんばっている人に、さらにがんばれっていうとちょっとと思うので。心折れるときってあるだろうから、手紙を読んでもちょっとだけ休憩してもらええる時間を取ってもらえたらいいな。「明日もがんばる」って思ってもらえたらと思っています。

自動ドアではない手動のトビラを開けて入ったとき、後ろの人も入るとわかったらトビラを開けて持っていてくれる人って居るじゃないですか。全然知らない誰かが「はいどうぞ」ってトビラを支えていてくれること、そういうのは些細なことですけど嬉しいですよ。誰かにしてもらったら自分も嬉しいし、次は私もそうしてあげようって思います。ああいう人は自分の周りに居る人の状況に気づける人なんだなと思うんです。自分もそういう人になりたいし、それができる心の余裕がある人になりたいと思います。

これからも「傍が楽になる」が自分の永遠のテーマです。それを大事にしなから日々自分も健康で一日一日を大切に過ごしたいです。

お二人のインタビューは  
いかがだったでしょうか。  
紙面に載せきれなかった  
素敵なエピソードを  
WEBサイトに掲載しています。  
下記QRコードからご覧ください。



# あなたの「てばなす」が、 誰かの「ほっとする時間」になりました。

おてらおやつクラブでは、寺院や支援団体からの「おすそわけ」が、困りごとを抱えたご家庭のもとへ届けられています。箱を開けたときの驚きや、手紙を読んだときの涙、ご飯を炊いたときの安心感…。そんな、受け取った方の声や日常のひとつまを、いくつかご紹介します。「てばなす」ことで生まれた、そっと寄り添うぬくもりを、あなたにも感じていただけたらうれしいです。



東京都 きしょう こども食堂さま  
@kishoukodomoshokudou



和歌山県 善称寺さま  
@zenshoji\_wakayama

食材のご支援と、温かいお手紙をありがとうございます。いただきました。お菓子はすぐに中学2年生になる食べ盛りの息子が「これ食べていいの?」と聞いてきて「いいよ!」と久々に肯定の返事ができました。親としては「食べなさい」と言えることが本当に嬉しいです。お手紙もしみじみ読ませていただきました。「そうだよな、私が元気じゃなきゃこの二人の生活は立ち行かないんだよな」と改めて感じました。本当にありがとうございます。

(東京都/50代のお母さん/お子さん1人)



岐阜県 地域たすけあいの会さま  
@tasukeai\_happy



青森県 family cafe あづま〜るさま  
@familycafeadumaru

頂いた手書きのお手紙、メッセージの一行目を目にして何とも言えない気持ちになりました。

「毎日頑張ってますね」と声をかけて頂いたことが初めてです。そうなのです、頑張ってるんだ私!と認めて応援して貰える事に何とも言えない気持ちが入り込んできました。

しかも、嬉しいお届けの中にはリップや生理用品もあり本当に大切なプレゼントに感謝です。ありがとうございます。頑張ってる良かった!と思います。

(宮城県/40代のお母さん/お子さん2人)

開けた瞬間、娘が目を輝かせて「わー!」としゃべっていました。娘だけではなく、大人が食べられるようなものも入れていただいており、暖房をつけずに頑張っている冷え冷えのお部屋で、心はとっても温かくなりました!これからは頑張るぞー!と思うことができました。ありがとうございます。

(大阪府/30代のお母さん/お子さん1人)

この度は、心温まるおすそわけを頂き本当にありがとうございました。親一人・子一人の2人生活はとても楽しく毎日過ごしていますが、時には頑張りがすぎ、心が苦しく辛くなる時もあります。そんな時、おすそわけが届き、普段荷物が届く事がないので、私も子どもも開封するのが楽しみで、ワクワクしました。たくさん食品に、日用品・手作りの素敵な作品が入っており、ホッとして毎日必死に働き子どもには不自由なく!!を心がけ、頑張る私には、余裕がなかったのですが、おすそわけのおかげで元氣と助けてくれる人がいるんだ!と孤独感が薄れました。本当にありがとうございました。

本日、児童養護施設を退所した子ども達の支援品として寄贈させて頂きました。昨今ニュースで話題となっている闇バイトに手を出してしまう子どもも居るようで、私達の活動で少しでも子ども達が犯罪に巻き込まれない様に関係作りをするツールとなっております。今回ご支援を頂きありがとうございます。

(山梨県 こども食堂)

春休み前なので、いただいたお菓子は春休みに来た子どもたちと一緒に食べようと思います。最近、必ず来る子どもがいます。「お母さんが食べた後に残った物しか食べるものがない」という話を聞きました。お昼ごはんや、おやつと一緒に食べる時間がその子にとってはとても楽しい時間になっているようです。

(愛知県 居場所づくり団体)

子どもたちへお渡しする際「これは、お寺さんからのプレゼントだよ」と伝えて、渡しています。先日「えー?なんでお寺なの?」との反応がありました。「みんなのことを大切に思っていてくださるお坊さんがいらつしやるんだよ」と伝えたら、恥ずかしそうにモジモジニコニコする姿が見られました。これからも、心のこもったあたたかな御品に温かな言葉も添えて渡していきます。

(岐阜県 ひとり親家庭支援団体)



# あなたにとっての「てばなす」



## 「てばなす」と聞いて、あなたは何を思い浮かべますか？

モノを減らすこと、人との距離を取ること、考え方を変えること...

日々の暮らしの中には、ほんの少してばなすことで、心や関係がすこし楽になる瞬間があるかもしれません。

今回は4人の「てばなす」を紹介します。

それぞれのエピソードをもとに、あなたにとっての「小さなてばなす」も思い浮かべてみてください。

**Q1** これまでに「てばなした」こと、またはこれから「てばなしたい」と思っていることは何ですか？

**Q2** その「てばなす」にまつわるエピソードを教えてください。 **Q3** あなたにとって「てばなす」とは？



井出 留美(いでの るみ)

ジャーナリスト。食品ロスを全国的に注目されるレベルまで引き上げたとして第2回食生活ジャーナリスト大賞食文化部門/Yahoo! ニュース個人オナーアワード2018/令和2年度 食品ロス削減推進大賞消費者庁長官賞受賞

**Q1** 大手企業の管理職というポジションをてばなしました。

**Q2** 会社を辞めて参加したJICA海外協力隊で、訓練所の同期が手渡してくれた本に次の言葉がありました。「独占欲から出た愛はエゴイズムです。これは愛とは言えません。愛するものを手放しなさい。その人が戻ってこなければ、初めからあなたのもてはなかったのです」

**Q3** たとえ組織を離れても、つながるご縁のある人とは、またつながるものです。物理的な距離は、その関係をふるいにかけてくれます。



齋藤 幸子(さいとう さちこ)

春慶寺住職 齋藤堯圓の妻

**Q1** 実家の家族でやっている会社の実務を数年前から甥夫婦に引き継ぎました。寺の事務も娘が正規雇用になりましたのでほとんどを引き継ぎました。自身の持物を減らす努力を始めました。

**Q2** 夫婦二人とも70歳代となり、堯圓は有能な後輩に役職を譲り彼らの活躍を期待しています。幸子は二人の両親と琴の師匠の看取りとその後始末を経験して、亡くなった時に多くの「物」が残されることの大変さを味わいました。

**Q3** 自身にとってどれほど大切な「価値」や「物」も、亡くなってしまうと「ゴミ」同然、いや、ゴミ以上に厄介なものとなります。生きている内に、無くて困っている人が必要としてくれているのであれば、てばなすべきだと思います。



吉田 田 タカシ(よしだだ たかし)

教育者、デザイナー、ミュージシャン。京都芸術大学・天理医療大学(元非常勤講師)アートスクール「アトリエe.f.t.」代表。「まほうの다가しやチロル堂」の共同代表。教育や社会問題に取り組む「トーキョーコーヒー」代表。日本PTA全国研究大会などにおいて多数の講演実績がある。バンド「DOBERMAN」ボーカル。出演はフジロックなど多数。

**Q1** 「痛み」を手放しました

**Q2** 10代に脊椎分離症と診断され「一生治らない」という言葉の呪いに苛まれ、将来への不安や痛みを増幅させていたが、腰痛も自分の一部と受け入れたら20年続いた痛みが無くなった。

**Q3** 状況が一切変わらなくても、丁寧に観察してわかっていくと悩みだけが消えるという事がある。



宮崎 成悟(みやざき せいご)

元ヤングケアラー。15歳の頃から難病の母のケアを担い、大学卒業後、国内大手医療機器メーカーに入社。3年で介護離職。2021年にヤングケアラーを支える団体である一般社団法人ヤングケアラー協会を設立し、代表理事に就任。Forbes Japan「世界を救う希望」100人に選出。

**Q1** 人生に何かを求めて焦り、一生懸命になることをてばなしました。

**Q2** 映画『キャスト・アウェイ』で、無人島で全てを失った主人公が語る「これからどうするか？息を続ける。明日も太陽が昇るだろう。潮が何を運んでくるかなんて、誰にもわからない」というセリフが心に残っています。人生は思い通りにいかない。それでもいいのかもしれないと思えたんです。

**Q3** 人生を無理にコントロールしようとしないこと。力を抜いて流れに身を任せるとき、思いがけず大切なものが見えてくる気がします。

昨今、ひとり親家庭を取り巻く生活状況は一層深刻さを増しています。2024年4月には、児童扶養手当の一部見直しを実施され、収入が一定額を超えた場合の支給制限が一部緩和されました。また、6月には、国による子どもの貧困対策推進法の改正が行われ、自治体が高める方向へと舵が切られました。こうした制度改正は前進といえますが、現場では依然として支援を必要とする家庭の声が途切れることはありません。

毎月の生活費が厳しいので一生懸命働こうと思っても、身体がついてこなくて病院代が高くつくこともあり、働かざるを得ない状況に陥っています。児童扶養手当には所得制限があるので、沢山働かざるを得ない状況に陥っています。医療費が1割から3割に増えてしまったり、税金がかかりだしたり。頑張れば頑張るほど、苦しい状況に陥っています。借金を得なくなりました。

(岡山県／40代のお母さん／お子さん2人)

## 子どもを取り巻く生活不安の声

おてらおやつクラブのもとにも、全国のひとり親家庭から、生活の厳しさや不安の声が日々届いてきます。特に物価高の影響は大きく、日用品や食料品の価格上昇によって、主食のお米が手に入らない、食事の回数を減らしているという声も聞かれます。

食べ盛りの子供3人いるけど、物価高により食料品がほとんど買えません。成長期なのに、満足に食べられず子供の身長が止まってしまってお菓子とかも買えず思春期のストレスが発散出来ずにいる子供たちを見てるのがつらいです。

(神奈川県／40代のお母さん／お子さん3人)



## 2024年度のおてらおやつクラブの取り組み

こうした現状を受けて、2024年度もおてらおやつクラブでは多様な支援活動を展開しました。令和6年能登半島地震で被災された登録家庭18世帯に対し、1年間にわたりおすそわけを継続して届けました。発災直後に北陸3県の登録家庭へ緊急アンケートを実施し、必要な家庭にインスタント食品や簡易トイレなどを提供。奥能登地域には道路事情の影響で支援開始が遅れましたが、生活状況の聞き取りを重ね、全国の支援者や北陸の登録寺院と連携し、3か月ごとに支援を続けました。

夏休み・冬休みの時期には「夏のおすそわけ／歳末たすけあい」として、物価高に苦しむ家庭の生活を一時的にでも支えることを目指し、全国4,833世帯へおすそわけを届けました。

また、近年、家庭や地域によって子どもが得られる

学校外での体験活動の機会に格差が生じる「体験格差」も社会的に注目されています。おてらおやつクラブでは、おすそわけを届けるだけでなく「体験の機会を届ける支援」として、これまで外食機会や人形芝居の観劇機会、本のプレゼントの提供などさまざまな取り組みを実施してきました。昨年度は、野球グローブをおすそわけするプロジェクトも実施。これは、奈良県三宅町とのふるさと納税型クラウドファンディングの企画として実現した取り組みです。

待ちに待ったグローブに、さっそくグロスを塗ったり、ボールを投げて型をつけています。本当にありがとうございます。

地域の野球チームには入れてあげることが出来なかったのですが、せっかく頂いたグローブもあるので、習い事として週1回野球に行く事になり、毎日手入れした後は夜枕の横に置いて寝ています。私では買ってあげることができなかったもので、本当に嬉しゅうにしています。それが見れた事が私にもとても嬉しいです。

(奈良県／40代のお母さん／お子さん3人)

また、ひとり親家庭へ支援情報を届けるためにさまざまな自治体や支援団体と連携することで、単なる物的支援にとどまらず、「孤立させない」「つながる機会をつくる」ことを重視しています。

子どもの貧困は、単に「お金がない」問題にとどまりません。体験、教育、将来への希望が持てないといったあらゆる面に影響を及ぼします。引き続き、私たちは見えにくい貧困の実態を明らかにしながら、支援の輪を広げていきます。

次のページでは、24年度に実施した活動の一部をご紹介します。

全国8か所で  
啓発イベントを実施

2024年度の啓発事業として、公益財団法人浄土宗ともいき財団の助成を受け、全国各地でおやつクラブの活動内容やひとり親家庭からの「声」などをお伝えする「全国行脚 おてらおやつクラブと一緒に子どもの貧困について考えよう」を実施しました。今もなお足りないひとり親家庭の支援の輪を広げることを目的に、子どもの貧困問題について触れる機会として全国8か所で開催。オンラインを含め270人を超える方が参加され、さまざまな支援の輪を広げることができました。



11/11(月)開催 福岡会場の様子

愛知県春日井市と  
連携協定を締結

子どもの貧困問題の解決を目的に愛知県春日井市(市長 石黒直樹様)と「地域共生社会の推進に関する連携協定」を締結しました。この協定によって春日井市の市役所窓口でひとり親家庭に「おてらおやつクラブ」を紹介いただき、希望する家庭へ「おすそわけ」配達などの支援が可能となりました。さらに両者が協議し、地域住民がお互いに支え合う社会づくりに必要な企画の立案、実施も進めています。



ソニー銀行提供の  
クラウドファンディング

ソニー銀行株式会社提供するクラウドファンディング「GIVING for SDGs sponsored by ソニー銀行」に参加しました。247名の方から6,363,000円のご支援をいただき、第1目標としていた500万円を達成。寄付の際、通常差し引かれる手数料分をソニー銀行さまがご負担くださったため、いただいたご寄付は全額おてらおやつクラブの活動に活用することができました。

この活動はソニー銀行の認定プロジェクトです

SDGsに貢献する寄付型クラウドファンディング

**GIVING for SDGs**

sponsored by ソニー銀行

決済手数料はソニー銀行が全額負担しています。  
あなたの想いを100%団体に届けます。

松島靖朗のラジオが  
voicyで始動!

おやつ活動を始めて早10年あまりが経ちました。「ひとを助ける」とはどういうことだろう。毎日そんな事を考えています。誰かのために、社会のために生きることに、「利他」という言葉を切り口に、おやつ活動のこれからについて考えるラジオを開設しました。フリーマガジン「てばなす」は年に一度の発行ですが、ラジオは不定期ながらほぼ毎日配信しています。みなさんの「てばなす」エピソード、ぜひ聞かせてください。(松島)

voicy

利他ラジオ  
松島靖朗@おやつのお坊さん

聴取はこちらの  
QRコードから



# 数字で見るおてらおやつクラブ

賛同寺院数	<b>2,188寺院</b>	前年度比108.7% 175寺院増	おてらおやつクラブ 通信配信数	<b>7,665件</b>	前年度比133.7% 1,932件増
支援団体数	<b>936団体</b>	前年度比114.7% 120団体増	講演数	<b>19件</b>	前年度比67.9% 9件減
直接支援世帯数	<b>16,570世帯</b>	前年度比148.6% 5,417世帯増	寄付金額	<b>49,855,214円</b>	前年度比 69.3% 22,105,069円減
直接支援の年間発送数	<b>10,267個</b>	前年度比150.1% 3,428個減	マンスリー寄付者数	<b>502人</b>	前年度比108.2% 38人増
おすそわけ発送数	<b>15,995件</b>	前年度比114.6% 2,039件増			

※2023年度より数値の算出方法を一部変更しました。

## 活動計算書サマリー

科目	2023年度	2024年度	前年度比	
<b>I 経常収益</b>				
1. 受取会費	賛助会員受取会費	5,372,000	5,797,000	107.91%
2. 受取寄附金	受取寄附金	71,960,283	49,878,702	69.31%
3. 受取助成金等	受取民間助成金	12,013,062	8,114,702	67.55%
	受取国庫補助金	8,336,422	3,843,109	46.10%
4. 事業収益	事業収益	3,816,733	4,955,750	129.84%
5. その他収益		191,425	1,156,767	604.29%
	経常収益計	101,689,925	73,746,030	72.42%

科目	2023年度	2024年度	前年度比	
<b>II 経常費用</b>				
<b>1. 事業費</b>				
(1)人件費	人件費計	17,791,639	22,165,131	124.58%
(2)その他経費	業務委託費・謝金	17,657,896	19,346,657	109.56%
	荷造運賃	9,610,952	11,415,842	118.78%
	印刷製本費	1,177,096	3,352,069	284.77%
	旅費交通費	1,547,006	2,798,537	180.90%
	消耗品費	3,176,819	3,760,584	118.38%
	その他	4,962,185	5,790,678	116.70%
	その他経費計	38,131,954	46,464,367	121.85%
	事業費計	55,923,593	68,629,498	122.72%
	<b>2. 管理費</b>			
	(1)人件費	人件費計	4,884,608	9,999,189
(2)その他経費	業務委託費・謝金	3,701,909	4,537,205	122.56%
	旅費交通費	1,704,993	1,020,166	59.83%
	研修費	881,500	980,000	111.17%
	広告宣伝費	0	0	0%
	その他	3,090,613	3,074,111	99.47%
	その他経費計	9,382,595	9,611,482	102.44%
	管理費計	14,267,203	19,610,671	137.45%
経常費用計		70,190,796	88,240,169	125.71%
当期経常増減額		31,499,129	(14,494,139)	-46.33%

科目	2023年度	2024年度	前年度比
<b>III 経常外収益</b>			
固定資産売却益	49,999	0	0.00%
経常外収益計	49,999	0	0.00%
税引前当期正味財産増減額	31,499,129	(14,494,139)	-46.33%
法人税、住民税及び事業税		0	0
当期正味財産増減額	31,549,128	(14,494,139)	-46.26%
前期繰越正味財産額	14,713,282	46,262,410	314.43%
次期繰越正味財産額	46,262,410	31,768,271	68.67%

年会費でお支払いいただく賛助会員は192人となりました。

継続寄付者は502人(前年度末比+37人)と増加、都度寄付が減少しました。

2024年度は天理市・三宅町・田原本町との協働により、ふるさと納税型クラウドファンディングを実施し、総額4,759,516円のご寄付をいただきました(天理市:4,080,016円/三宅町:415,000円/田原本町:264,500円)。手数料等を差し引いた3,843,109円が補助金として交付されました。昨年度に比べ寄付額は減少しましたが、今後も安定的な寄付収入の柱と考えています。

職員2名が契約職員から正職員へ登用されたことに伴い、キャリアアップ助成金の支給を受けました。

新規に5,417世帯とつながり年間のおすそわけ配送にかかる費用が増加しています。宅配の際に隣県への配送を徹底、寺院での手渡しや団体への持ち込みの推奨などを通じ、配送コストを抑えるチャレンジを続けています。

フリーマガジン「てばなす」に加え、ひとり親家庭の声を届ける「声」2024年度版を発行。ひとり親家庭の経済的自立や子どもの貧困といった社会課題を広く知ってもらうための啓発活動を行っています。

子どもの貧困問題の啓発活動として全国8か所でシンポジウムを開催し、職員・理事が出席しました。

2025年度の認定更新にむけて管理部門の人員強化を進めています。

みてね基金による組織基盤強化の助成により、外部講師による対面での研修を実施しました。

当法人は広告宣伝費を一切支出していません。

寄付収入減という厳しい状況ではありましたが、中長期的に活動を継続していくため、組織基盤の強化や職場環境、人員待遇の改善などの投資を行いました。今期半年では法人創設以来、最大幅の赤字決算となりました。これらの投資を通じて、子どもの貧困問題やひとり親家庭の孤立を解決する社会的インパクトを、より大きく育てていくことを目指しています。

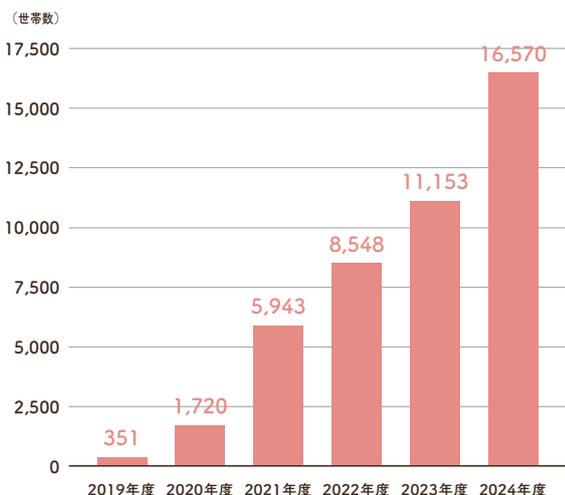
前年度にお預かりした遺贈寄付を原資に24年・25年度は投資フェーズとし、事業運営を行いました。その結果、繰越金が減少しました。25年度は運転資金の安定化に留意しながら、黒字転換できるよう事業運営を進めてまいります。

# 草の根で広がる「てばなす」に支えられて

2024年度、おてらおやつクラブとつながるひとり親世帯の数は全国で16,570世帯となりました。前年比148.6%の大幅な増加であり、多くの「たすけて」の声が寄せられた一年でした。

物価が上がり続けるなか、暮らしに困りごとを抱えるひとり親家庭が増えています。そうした家庭に、おすそわけを通じて安心感を届けるため、私たちは全国のお寺や支援団体・企業・自治体のみならずと力を合わせ、活動を続けています。

直接支援世帯数の推移



家計への負担が普段よりも重くのしかかる夏休みや年末には「夏のおすそわけ2024」「歳末たすけあい2024」を実施。皆さまのお力添えにより、のべ約4,800世帯のひとり親家庭にあたたかな支援を届ける

ことができました。また支援団体や企業、自治体との連携も進み、株・株式会社フエリシモとの協働企画「みんなでおそなえギフト」の継続・推進や株式会社ファミリーマーとの取り組み「ファミマフードドライブ」を関東圏店舗で実施など、新たな支え合いも芽吹いています。

一方で、活動規模の拡大に伴い、運営の財務状況は厳しいものとなりました。2024年度は寄付収入が伸び悩み(前年度比69.3%、右ページ参照)、結果として赤字に転落しました。全国各地に活動を展開するなか、物価高騰で増大する支援要請に何とか応えてきましたが、寄付を集められず苦しい一年となりました。

事務局では配送費をはじめとするさまざまなコストの見直しを進めてきました。しかし、一方で家庭が支援を申し込んでも「おすそわけ」の準備が整うまでお待ちいただく期間が長くなり、家庭の満足度が下がるという課題も生じています。この課題を解決していくために、おすそわけ先の家庭目線から「簡単・迅速・匿名」を特徴とする支援となるようシステムを改良し、支援の担い手を増やしネットワークに余裕を持たせることが今後の目標です。



こうした取り組みをすすめていけるのも、日々のご寄付・ご寄贈・おそなえ・ボランティア・情報のシェアなど、皆さまがそれぞれの暮らしの中でおてらおやつクラブの活動を気にかけてくださったおかげです。皆さまのあたたかなご支援があつてこそ、私たちの活動はここまで歩んできてきました。改めて皆さまに、心からお礼申し上げます。

皆さまが無理のないかたちで差し出してください。思いが、誰かの手元へと届いています。そして、あとから振り返ってみれば、それはまさに「てばなす」という行いだったのだと、私たちは気づかされます。

たとえ意識していなくても、何気ないその一歩や一声が誰かにとっては大きな支えになっていた——そうしたつながりが、日本中で静かに、けれど確実に広がっています。このつながりを、これからも絶やさぬように、引き続きご支援・ご協力をよろしくお願い申し上げます。

おてらおやつクラブでは活動によって社会がどう変わったかを明らかにするため、毎年インパクトレポートを作成しています。さらに詳しく知りたい方は、インパクトレポートをご覧ください。

2024年版  
インパクトレポート  
はこちら



# おそなえ・ご寄付のお願い

あなたも「おてらおやつクラブ」の活動に参加しませんか？



## おそなえ

### おやつ・食品をおそなえする

受け入れ可能なものかどうかを  
右記のページよりご確認のうえ、ご送付ください。



## 寄付

### 継続寄付をする

毎月1,000円で1年間に12世帯の  
ひとり親家庭へおすそわけをお届けできます。

### 好きな金額で寄付する

クレジットまたは銀行振込で寄付できます。



おてらおやつクラブへのご寄付は税制優遇の対象になります



鹿児島県出水市 感応寺

各種詳細・お申し込みはホームページにて

[otera-oyatsu.club](http://otera-oyatsu.club)

てばなす第9号 2025年6月14日 第一版発行

発行人: 松島靖朗 協力: デザインで株式会社

発行所: 認定NPO法人 おてらおやつクラブ

〒636-0311 奈良県磯城郡田原本町八尾40

[info@otera-oyatsu.club](mailto:info@otera-oyatsu.club)

この冊子は、東大寺に設置された募金箱へのご寄付をもとに制作されました。