
2025年度 活動報告

強みを知って自信を育てるワークショップ

ストレングス・サポーターズ



このパンフレットは、2025年度日本郵便年賀寄付金の
助成を受けて作成しました。

私たちの思い

なぜ今、親子の「つよみ」なのか？

私たちは「つよみ」を軸とした対話と、「対話のプロ」による深い傾聴を通じて、親子が孤立せず、自分らしく自信を持って歩める社会を地域と共に作ることを目指しています。私たちが何より大切にしているのは、保護者が子どもの「その子らしさ」をありのまま受け止められるようになること。「今のこの子のままで大丈夫」という安心感は、子育ての不安に直面したとき、大きな力になると信じています。



喫緊の社会課題：深まる親子の孤立と不安

文部科学省の調査（令和5年度）によると、約7割の親が子育てに不安を感じており、その最大の悩みは「子どもの気持ちがわからない」ことだと言われています。特に、発達特性のあるお子さんや不登校・登校しぶりの状態にあるお子さんを抱える保護者では、その不安と孤立感はより深刻です。

ストサポが大切にする「第三者による受容の場」

2025年度、私たちは関西エリアのコミュニティスペースなどと連携し、計6回ワークショップを実施しました。

現場で印象的だったのは、ワークショップ後に保護者の方が、対話のプロ「キャリアコンサルタント」に、日頃抱えている悩みや誰にも言えなかった想いをぼろっと口にされ、長時間話し込まれる姿でした。

こうした光景は、ワークショップを通じた親子間の理解促進だけでなく、保護者が不安を安心して吐き出せる「第三者の場」がいかに求められているかを物語っています。

私たちが提供しているのは単なる強み診断ではなく、受容と傾聴を通じて親子が本来持っている力を引き出す、温かな対話の場です。



「つよみ」を共通言語に、多様なステークホルダーと歩む

私たちは、どんな子にも、そして大人にも、その人だけの「つよみ」があると信じています。この「つよみ」を親子や地域の共通言語にすることで、家庭を、そして地域社会を「個々の個性が尊重される場」へと変えていきたい。

地域のコミュニティ、子育て支援に取り組むNPO、学校、企業の皆様と協力し、大人も子どもも「自分の未来にワクワクできる社会」を共に広げていきたいと考えています。



「ストサポ」とは？

強みを知って自信を育てるワークショップ

「ストレングス・サポーターズ・ワークショップ」（通称ストサポ）は、ストレングスフ
ァインダー®（CliftonStrength®）を基にした強み診断と、親子対話を組み合わせたワー
クショップです。

親子でそれぞれの「つよみ」を発見し、日常生活への活かし方を考えます。



10個の特性を表す「まめーず」

ワークショップでは、診断結果として10の
特性が分かります。ストサポでは10個の特
性を、キャラクター「まめーず」で表し、お
子さんでも理解しやすい内容になっていま
す。また、塗り絵やカードゲームを通して楽
しみながら取り組むことができます。



対話の伴走者「キャリアコンサルタント」

キャリアコンサルタントは、対話を通じて
「その人らしさ」や強みを引き出す国家資格
を持った専門家です。特にストサポでは、小
中学校でのキャリア教育の授業や親子ワーク
の経験を積んだキャリアコンサルタントが、
親子の対話に寄り添います。



2025年度の活動実績

2025年度は関西エリアを中心に6回開催。合計48組121名の家族にワークショップを届けました！

実施日	実施場所	参加者
2025/07/31	カルチャー&ブックカフェPICO（大阪府豊中市）＊	10組25名
2025/08/08	株式会社カナエ・ファミリーデー（大阪府大阪市）	9組25名
2025/08/17	コワーキングスペース SARASA（兵庫県西宮市）＊	2組4名
2025/08/20	カルチャー&ブックカフェPICO（大阪府豊中市）＊	6組15名
2025/09/20	コミュニティカフェ and hapiness.（京都府京都市）＊	6組15名
2026/02/14	中豊島小学校PTA（大阪府豊中市）	15組37名

「＊」は2025年度日本郵便年賀寄付金の助成を受けて実施



忙しい日常の中で立ち止まり、親子の思いに丁寧に向き合う

開催概要

開催日時	2025.7.31（木） 8.20（水）
開催場所	カルチャー&ブックカフェPICO（大阪府豊中市）
参加者	16組40名（大人19名、子ども21名）



キャリアコンサルタントとして参加したスタッフの声



「ママが優しく大好き」「パパ、意外と頼りになる」など、ワークの中でお子さんから自然に出てくる言葉に、思わず笑顔になり喜ばれる姿が印象的でした。お子さんのつよみを言葉にしていく過程で、我が子の可愛らしさや成長をあらためて実感される場面も多く見られました。忙しい日常の中で立ち止まり、親子の思いに丁寧に向き合う、楽しく貴重な時間だったと感じています。

働く場が、親子の対話の場に

開催概要

開催日時	2025.8.17（日）
開催場所	コワーキングスペース SARASA（兵庫県西宮市）
参加者	2組4名（大人2名、子ども2名）



開催場所を提供して下さった共催者の声



西宮市の coworking space SARASAにて開催しました。普段は地域で働く大人が集う空間が、この日は親子が向き合う特別な場になりました。少人数での実施だったため、キャリアコンサルタントが一組ずつ丁寧に寄り添い、それぞれの「つよみ」を言葉にしながら対話を深める時間となりました。日常から少し離れて立ち止まり、互いの良さを認め合う温かなひとときが生まれました。

まちライブラリー併設のカフェで、「つよみ」を介してゆったりと対話

開催概要

開催日時	2025.9.20（土）
開催場所	and happiness.（京都市）
参加者	6組・15名（大人6名、子ども9名）



お母さんやお父さんとお子さん、おばあさまとお孫さんなど、多様な組み合わせのご家族が「つよみ」を見つけるワークを通じて、互いの良さを認め合う時間となりました。会場はまちライブラリー併設のコミュニティカフェで、目の前には公園も。ワークショップ終了後、子どもたちが本を読んだり外で遊んだりして過ごす傍ら、安心できる空間で保護者がキャリアコンサルタントとゆっくり対話する様子が多く見られました。

参加者の声：保護者



- 子どもが自分をどう思ってるのか知れたのが良かった。
- 子どもの気持ちが良くわかりました。
- 子どもにどの様に接していけば良いか、どの様な性格なのか知ることができた。



- 新たな気づきがあった！
- 塗り絵で子どもも楽しみながらできて良かった。
- ほめてのばすところがわかった！



- 貴重な機会をありがとうございました！親子で対話の時間や、つよみを知る機会を得られて嬉しかったです！

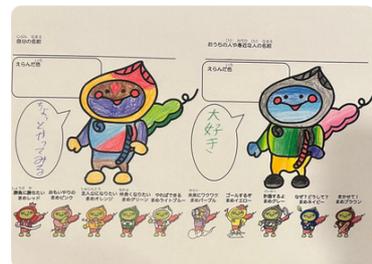
参加者の声：子ども



- 面白かった、自分のことが分かった。
- 普段言えないことを言えた。



- 楽しかった。



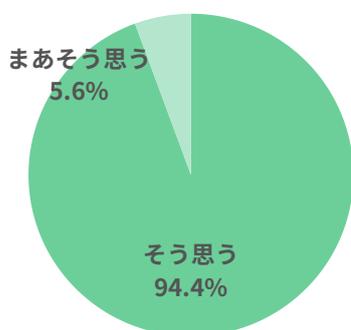
参加者アンケート

保護者・子ども共に回答者の100%が「参加してよかった」と回答。特に保護者の100%が、お子さんの「つよみ」を理解できたと回答しています。伴走者を交えた対話を通じて、「その子らしさ」を客観的に見つめる機会になったことが伺えます。

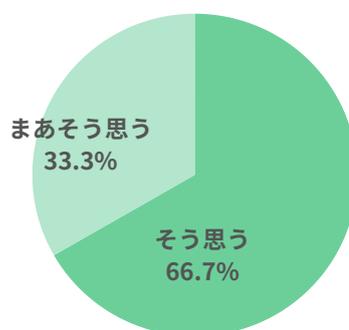
※2025年度日本郵便年賀寄付金の助成を受けて実施した際のアンケート結果。(2025年7月～9月/3会場・計4回開催)
※参加者24組59名のうち、アンケート回答数19の結果をまとめています。

保護者

今回のワークショップに参加してよかったですか

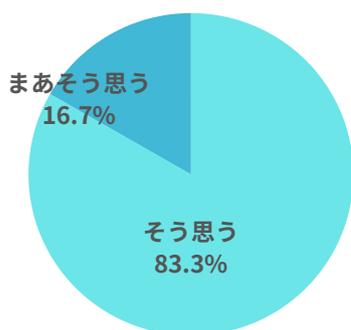


お子さんのつよみを理解できましたか

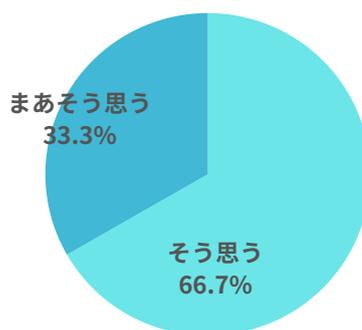


子ども

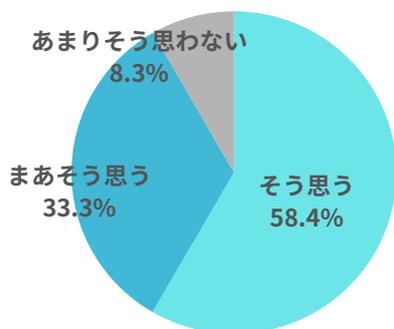
今回のワークショップに参加してよかったですか



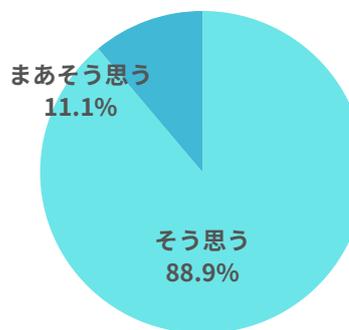
自分のつよみを理解できましたか



自分のつよみをこれからの生活に生かせそうですか



ワークショップの説明は分かりやすかったですか



一緒に実施してくださるパートナーを募集中！

ストサポは いろいろな場所・目的で 実施できます！

地域のコミュニティスペースや子育て支援NPOの皆様

子育て支援のきっかけ・入り口として

子どもの「つよみ」理解を入口に、孤立しがちな保護者の子育ての不安や悩みに寄り添う機会を作ります。地域で活動する方々と共に、温かい地域コミュニティづくりに貢献したいと考えています。



学校・PTAの皆様

学校参観やPTAでの親子イベントに

参観日の親子企画や、子ども同士の相互理解を深めるワークショップとしての実施など、学校現場に合わせたプログラムにカスタマイズ可能です。PTAイベントでの開催実績もあります。

企業の皆様

ファミリーデーの企画やCSR施策として

従業員向けのファミリーデーや、子育て世代の仕事と育児の両立を支援する研修プログラムとしてご活用いただけます。子育て中の従業員の心のゆとりを育む機会を提供します。



お問い合わせ

ストサポはNPO法人xTReeEが運営しています。

お問い合わせは、公式サイトのお問い合わせフォームもしくはメール (sutosapo@xtreee.or.jp) でお願います。



最新情報はウェブサイトをご覧ください。
<https://xtreee.or.jp/activity/program/sutosapo/>

instagramのフォローもお願いします！
[@sutosapo_ekyaribu_xtreee](https://www.instagram.com/sutosapo_ekyaribu_xtreee)

