

## NEWSLETTER



ファミリーファーストジャパン 2026



## 挨拶



副理事長 糟谷恵司

新しい年、2026年を迎えるにあたり、日頃より私たちNPOファミリーファーストジャパンの活動にご理解とご支援をお寄せくださっている皆さまに、心より感謝申し上げます。日本社会は今、少子高齢化や経済的格差、そして子育て・教育をめぐる不安、価値観の多様化の中で

家庭や地域が抱える課題も一層複雑になっています。忙しさの中で家族の会話が減り、孤立を感じる方も少なくありません。しかし同時に、家族という最も身近なつながりが、人の心を支える大切な基盤であることを、私たちは改めて実感しています。

本年は午年です。馬は前を向いて力強く進み、時に人を乗せ、ともに目的地へ向かう存在です。私たちのNPOもまた、独走するのではなく、地域社会や支援者の皆さまと伴走しながら、社会に必要とされる役割を果たしていきたいと願っています。本年より私どもの活動の柱である、父親ネットワーク、カップル関係診断に加えて子育て中の若いカップルにもフォーカスして活動を進めてまいります。

この一年が、家族の絆が深められ、思いやりと希望が広がる年となるよう、引き続き皆さまと共に歩んでまいります。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

## 活動・イベント報告

## 【父親ネットワーク】

小金井グループ

・1/24 16:00～

三鷹グループ

・春季バイリンガルグループ立上げ予定

オアシスグループ1・2

・2/8 12:30～（船橋市勤労市民センター）

ZOOM

・2/18

※ZOOMでの参加者には事前にURLを送付します。詳しくはメールでお問い合わせください。  
info@familyfirstjapan.org

## 【プリペア・エンリッチ】

・4/18

13:30～15:30 ファシリテーター研修会

15:30～16:30 交流会

(TEAMセンター三鷹)

## カップル関係診断 登録ファシリテーター紹介



相山早苗（東京都青梅市在住）

登録ファシリテーター

自己紹介

所属教会で結婚準備クラスを担当したことをきっかけに、プリペアー・エンリッチ認定ファシリテーターを取得。夫婦・カップルが対話を通して互いをより深く知っていくその瞬間に立ち会えることをとてもうれしく思っています。

小さい頃から、私の中には「両親はなぜケンカをするのだろうか？」という疑問がありました。家族をよく観察していると、聞こえの悪い母には肩をトントンしてから話しかけたらいいのではないかと、味方の少ない父の声には、もっと意識して耳を傾けてみたらいいのではないかと。そんなことに気づき、実際に試していたのを覚えています。今思えば、その頃から「家庭」に対する関心が、心の中に静かに育っていたように思います。そしてその思いが、今の働きにつながっているように感じています。

カップル関係診断を受ける方々は、自分のこと、相手のこと、どこが似ていて、どこが違うのかを知ること、ドキドキとした期待を抱く一方で、「あまりにも違っていたらどうしよう」という不安も感じておられると思います。ファシリテーターとして、つい良い方向へ導きたい思いに駆られることもあります。しかし本当に大切なのは、互いがどんな人なのかを知ったあと、それを受けとめるためのスペースを心につくること、そして、これからどう在りたいのかを見つけていく手助けをすることだと感じています。家庭が、一人ひとりらしくいられる場所でありながら、絆によって一つとされていく— そのような体験をされる方が増えていくことを、心から願っています。

## カップル関係診断 ファシリテーター研修会 「異性理解」のご案内

ファミリーファーストジャパンでは、結婚カウンセリングや夫婦サポートに携わる方のために学びの場を用意しています。今回のテーマは「異性理解 ～いい結婚をするより、した結婚をよくするために～」。男女の感じ方やコミュニケーションの違いを知り、価値観のギャップを「ケンカの火種」ではなく「互いを深く知るチャンス」として生かす視点を学びます。

プリペアー・エンリッチのファシリテーターだけでなく、これから結婚カウンセリングを学びたい方、夫婦・カップル支援に関心のある方ならどなたでもご参加いただけます。

【日程】 2026年4月18日（土）13:30～15:30

（交流会 15:30～16:30）

【場所】 TEAMセンター三鷹（東京都三鷹市下連雀3-6-20）

【会費】 一人：3,000円／カップル1組：5,000円

【ご参加対象】

- FFJカップル関係診断ファシリテーター
- FFJ正会員・賛助会員
- 一般ファシリテーター
- 結婚カウンセリングに関心のある方



【講師】 水谷潔 師

（JECA春日井聖書教会協力牧師）

### 【お申込み】

登録ファシリテーターの方は2026年2月14日から先行お申込みを開始しております。すでにお送りしたご案内メールからお申込み頂けます。一般の方のお申し込みは2026年3月18日（水）から右のQRコードからお申し込み頂けます。



### ■カップル診断ファシリテータ・コミュニティへのお誘い

ファシリテーターとしてのお互いの経験を分かち合い、支え合うことを目的とするコミュニティです。

結婚前、またご夫婦が、希望を持った結婚、結婚生活を送ることの助けになることができるようともに学び支え合いましょう。

詳細・お申し込みはQRコードより：

# ファミリーファーストセミナーのご案内

ファミリーファーストジャパンでは、「結婚」「父親」「子育て」をテーマに、各種団体・企業の研修や福利厚生プログラムとしても実施可能なセミナーを提供しています。社内研修、家族向けイベント、オンライン勉強会など、形式はご相談に応じます。



## 結婚・カップルセミナー

夫婦のコミュニケーションと健全な衝突の仕方を学び、幸せな結婚生活に必要なスキルを支援します。

## 父親向けセミナー

父親としての子どもの関わり方と子育ての基本について学びます。

## 子育てセミナー

寝かしつけ、言葉かけ、食育、デジタル端末との付き合い方など子育ての悩みにお応えします。



## 講師プロフィール：松本 万慶

特定非営利活動法人ファミリーファーストジャパンナショナルコーディネーター。「結婚子育て・父親支援」をテーマにセミナーやカップル支援を行っている。二児の父。

内容・時間・回数は、ご所属の団体・企業の状況に合わせてカスタマイズ可能です。関心をお持ちのご担当者様は、どうぞお気軽にお問い合わせください。

お問い合わせ：[info@familyfirstjapan.org](mailto:info@familyfirstjapan.org)

## 父親ネットワークだより



父親ネットワークに昨年6月から参加しているメンバーのお父様が11月に亡くなられ、その時に気付いたことを書いて下さいました。私にとっても、色々考えさせられる内容でしたので、この場を借りてシェアさせていただきます。 理事 松本祐人

“ 私たちは子どもにとって良い父親でありたいと願いますが、一方で「子どもが父親を父親たらしめることがある」のだと気づかされました。私は長い間、父と疎遠な関係にありました。しかし関係が回復し、父と話す中で感じたのは、「お父さん」と呼ばれ、父と息子として向き合う会話を重ねることで、父が「おじいちゃん」ではなく父親としての気持ちを取り戻していく姿でした。こちらから父親に近づき、「お父さん」と呼び敬う態度を取ることで、新たな父と息子の関係が生まれるのかもしれませんが。既に実践されている方も多いと思いますが、父を亡くしたばかりの者の気づきとして記します。幾つになっても、良い親子関係を築いていきたいですね。

埼玉県在住 N.Tさん ”

## ■父親ネットワークに参加してみませんか

当ネットワークは地域（コミュニティー）の中で、父親同士がパパ友としての交流を定期的に持ちながら学び合い、互いに励まし合い、より良い父親／夫になることを目指すグループです。小金井と三鷹、土浦・筑波のエリアで活動し、オンラインではZOOMで開催しています。各エリアごとに、1-2ヶ月に1回ほどのペースで開催しています。

\*\* 詳細・お申し込みはQRコードより：



## 応援・サポート

ファミリーファーストジャパンは、皆さまからのご支援、ご寄付によって支えられています。SNSのフォローを始め、引き続きの応援をよろしくお願いいたします。



<https://familyfirstjapan.org>  
[info@familyfirstjapan.org](mailto:info@familyfirstjapan.org)