2025年度　上期

令和7年　12月1日

みやぎ生協　福祉活動助成金　助成活動報告書

団体名	ライクミー	
代表者名	土屋愛美	
連絡先 TEL：070-8544-2327 FAX：		E-mail doublecare.like.me@gmail.com

1、助成事業報告

助成を受けた事業名	パネル展事業
事業の目的	市民の皆様にダブルケアを身近なものとして捉えてもらう場の提供と、ダブルケアラー当事者に向けた石巻圏域での支援活動の提供を行うことにより、社会から孤立してしまいやすいダブルケアラーを支える一助となることを目的とする。
事業の具体的内容	・日本のダブルケアラーの現状 ・日本のダブルケアラーの統計 ・ダブルケアラーの本音 ・ライクミーの活動内容 ・ダブルケア写真展 ・ダブルケアラー当事者からの体験談 ・地域の作家さんによる出店 開催日時　令和7年11月16日(日) 10：00～15：00 開催場所　大曲市民センター イベント名「ダブルケアマルシェ」

活動の開始から完了までの流れ	８月共催団体との打ち合わせ 　　ライクミースタッフ打ち合わせ（オンライン） 10 月スタッフ打ち合わせ 10 月～11 月準備物用意 11 月 16 日開催 11 月 17 日振り返り
活動の成果と教訓	チラシを大曲地区へ配布、市内小中学校へ配布、SNS、石巻圏域へも広報を行い、約 250 名の方にご来場いただきました。例年開催しているパネルの内容からクイズを用意し、ご参加いただいた方 50 名様限定で粗品をプレゼントしたのが今回も大変好評でした。今回は粗品を生活用品にしたので幅広い年齢の方々がクイズに参加してくださいました。 初めてダブルケアを知ったという方や、周りでダブルケアをしている人が居たらライクミーさんの事を教えるね！という嬉しいお言葉も聞くことができました。 地域全体での見守りが広がり、地域の中で助け合いや支え合うことに繋がれば大変嬉しく思います。 今回当日の協力メンバーが３名おり、流れが分かっていたため当日の運営はスムーズでした。 パネル展だけでは来場者の確保が難しいと感じ、空いているスペースで団体の趣旨に賛同いただいた作家さん方の出店ブースを用意しました。 その為多くの来場者に繋がり、幅広い年代の方にダブルケアを知っていただけたと思います。
今後の展望など	今まではほとんど注目されなかったダブルケアも近年の晩婚化と出産年齢の高齢化、少子化による家族背景の変化、高齢化社会による高齢者の増加などの要因でダブルケアは今後大きな社会問題となっていく事が予想されます。今後も地域に向けた広報を続けながら、当事者へ向けても相談できる場がある事の発信を続けダブルケアラーの孤立を少しでも減らしたいと考えております。 また家から出る事が困難なケアラーへの個別支援や、様々なケースに対応できる支援を目指しております。

２、助成金使途報告書

■　収入の部

確保した資金内容	金額（円）	備考
福祉活動助成金	89,000	
自己資金		
合計	89,000	

■　支出の部

費目	内容	予算額（円）	実支出額
印刷製本費	チラシ 印刷代	14,000	13,636
事務用品費	コピー用紙等	10,000	14,135
備品	シュレッター	20,000	9,980
旅費交通費	打ち合わせ @500×３名	0	1,500
	パネル展当日 @500×３名	0	1,500
施設利用料	大曲市民センター 多目的ホール	29,300	30,300
雑費	お茶等	5,700	14,164
消耗品費	テープ等	10,000	2,501
合計		89,000	87,716

＊用紙が足りない場合は他の用紙などで補ってください。

※残金 1,284 円は返金

ダブルケアに理解ある地域を目指して

ダブルケアマルシェ こどもドまんなかフェス

昭和200年に向けたカルチャー都市宣言 昭和100年祭 1926→2025→2125

ダブルケアラーママ支援団体ライクミー × NPO法人いろどり・みんなのみち

2025 11.16 SUN 10:00-15:00

入場無料

大曲市民センター（東松島市大曲字寺沼194番地）



マルシェ

ハンドメイド、新鮮な農産物、ワークショップやヒーリング等、20店舗以上の店舗が並びます。



展示コーナー

ダブルケアマルシェに関する展示コーナー。先着50名様までプレゼントがもらえるクイズもあります。



こども縁日

昭和100年を記念して、しゃてきやヨーヨーなど、様々な昔の遊びが出店。
駄菓子も出張販売します♪

ダブルケアとは同時期に複数のケアを担う事
今頑張っている方には相談出来る場所がある事を知ってほしい

ダブルケアラーママ支援団体
ライクミー

頑張りすぎない社会へ。ダブルケアラーを孤立させないための支援団体です。

DOUBLECARE.LIKE.ME

出店者一覧は裏面へ

キッチンカーもくるよ！



主催：ダブルケアラーママ支援団体 ライクミー
共催：NPO法人いろどり・みんなのみち（こども実行委員）
後援：東市松島市、東松島市教育委員会
この事業はみやぎ生協福祉活動助成金を受けています
TEL：070－8544－2327
MAIL：doublecare.like.me@gmail.com

11.16日

ダブルケアマルシェ　出店者一覧

Handmade

KaRuNa moms
アクセサリー、雑貨
KARUNA_MOMS

Kawaapy
アクセサリー
KAWAAPY__HANDMADE

Love the SUN
デニムリメイク
LOVE.THE.SUN.DENIM

pacchin cobo
がま口雑貨
PACCHIN_COBO

OGGI*DOMANI
デニムリメイク
OGGI_DOMANI

ねこものRinRin
猫雑貨
NAILTONEKOMONO_RINRIN

ハンドメイド えな
かぎ針編み雑貨

Workshop

Babys Breath
キッズ向けワークショップ
BABYSBREATH_XOXO

MARDY
多肉植物ワークショップ
TANIKU.MAMAMARDY.8.26

ライクミー
キャンドルワークショップ
DOUBLECARE.LIKE.ME

Food

asahi farm
農薬・化学肥料を使わない野菜
ASAHIFARM2021

caféノラネコ
焼き菓子
CAFE_NORANEKO

CanyonBee
コーヒー、ドリンク
CANYON.BEE

パン工房コナリナ
パン
CONALINA5767

まっちゃん八百屋
おにぎり

Healing

HARIRI
鍼
ISHINOMAKI.HARIRI

Kirarie
耳ツボ
KIRARIE_223

Snuggle
アロマ
SNUGGLE_0511

ふくふく
足ツボ
FUKUFUKU.81

Kitchen CAR

Twenty-four
ポテト・トリンク等
TWENTYFOUR.2424

Sara & Kuu
クレープ
NEW_SARAKUU

※当日、一部出店者に変更がある場合がございます

当日使える
こども緑日用
イ～ナチケット
1枚プレゼント

NPO法人いろどり・
みんなのみち公式LINE





ダブルケア知るマルシェ

東松島 育児・介護パネル展も



ダブルケアの人たちへの支援に賛同する参加者たち（16日、東松島市で）

千育てと親などの介護に同時に向き合う「ダブルケア」の実情を知ってもらうマルシェとパネル展が16日、東松島市の大曲市民センターで開かれた。地域での支援に役立ててもらう目的で、市内で支援を行う任意団体「ライクミー」が企画した。

マルシェには同団体の取り組みに賛同する雑貨店や菓子店、コーヒー店のほか、ダブルケアによる疲労を癒やすマッサージ店など計10店舗が並んだ。パネル展では絵と文章を使い、ダブルケアの実情を紹介。精神的・体力的に厳しいが家庭内の悩みだけに気軽に話せない、相談場所が分からないといった悩みなどを紹介した。

同団体の土屋愛美代表（37）は祖母の介護と幼い子ども2人の育児を同時に経験した。「育児も介護も当たり前のことで無我夢中。ダブルケアの状態とは感じなかった」と振り返り、「そんな状況に置かれた人に気づいたら手を差し伸べてほしい」と呼びかけた。

会場を訪れた同市の民生委員、遠藤克子さん（66）は「とても勉強になった。地域の一員として力になれたら」と話した。

千育てと親などの介護に同時に向き合う「ダブルケア」の実情を知ってもらうマルシェとパネル展が16日、東松島市の大曲市民センターで開かれた。地域での支援に役立ててもらう目的で、市内で支援を行う任意団体「ライクミー」が企画した。

マルシェには同団体の取り組みに賛同する雑貨店や菓子店、コーヒー店のほか、ダブルケアによる疲労を癒やすマッサージ店など計10店舗が並んだ。パネル展では絵と文章を使い、ダブルケアの実情を紹介。精神的・体力的に厳しいが家庭内の悩みだけに気軽に話せない、相談場所が分からないといった悩みなどを紹介した。

同団体の土屋愛美代表（37）は祖母の介護と幼い子ども2人の育児を同時に経験した。「育児も介護も当たり前のことで無我夢中。ダブルケアの状態とは感じなかった」と振り返り、「そんな状況に置かれた人に気づいたら手を差し伸べてほしい」と呼びかけた。

会場を訪れた同市の民生委員、遠藤克子さん（66）は「とても勉強になった。地域の一員として力になれたら」と話した。



