



「生きづらさをかかえながら生きているあなたへ」

—「心のスポンジづくりプログラム」—

今を必死に生きている方たちへ

「あなたは、がんばっています」

だからこそ、頑張った分だけ幸せになりましょう！

でもそのためには、大切な力が必要なのです。

居場所や心の安定はもちろん必要です。

でも、それだけでは生活が、人生がよくなるとは限りません。

「心のスポンジづくりプログラム」は、

生きづらさを抱えた方、就労に困難を抱えた方、貧困に苦しんでいる方、

人間関係・家族関係に悩んでいる方が

自分に合った新しい道を見つける手助けをするためのプログラムです。

教育の視点と技法を取り入れ「今までの自分を活かしながらも、別のもの

とらえ方や考え方身に着けることができるプログラムです。

「生きづらさ」を「生きやすさ」に変え、希望を持って人生を歩みましょう

心のスポンジプログラム実践実績

【服役者】

佐賀少年刑務所職場定着指導	85回	延べ 250人受講	そんたく塾心のスポンジづくり受講
福岡刑務所就労意欲喚起指導	4回	延べ 20人受講	延べ 42人 再犯者 0人
麓刑務所就労体験指導	4回	延べ 24人受講	統括部長 1名 現場職長 5名
福岡少年院就労体験指導	2回	延べ 12人受講	営業職 3名 個人事業主 3名

【就労相談】 延べ 321件 【講演会講師】 自治体の人権セミナー 暴追セミナー 保護司研修 他

【企業研修】 トヨタ九州宮田工場 幹部研修 日本財団幹部職員研修 中小企業社員研修 多数

「生きづらさを変えるために」講座

— 「心のスポンジづくりプログラム」 2022 年特許取得 —

日時：2025 年 1 月 25 日（土） 14 時 00 分 ～ 16 時 00 分

場所：東京都港区高輪 3-23-14 シャトー高輪 205 No.87

会費：3,000 円

みなさま、お誘い合わせの上ご参加ください。

お問い合わせ先

一般社団法人 YOMIGAERI プロジェクト

〒410-0022 静岡県沼津市大岡 989-6

TEL/FAX 055-900-1297

担当：原 090-4792-2084

「生きづらさを変えるために」講座

< 出欠連絡用紙ご返送用紙 >

締切 1月14日(火)

一社) YOMIGAERI プロジェクト宛

FAX : 055-900-1297

メール fujimaki-nakayama@outlook.jp

講座 講座に参加します

お名前 _____

連絡先 _____

お名前 _____

連絡先 _____

お名前 _____

連絡先 _____



講師紹介

(一社) ヒューマンハーバーそんとく塾 塾長

日本財団職親プロジェクト本部事務局事務局長 原田公裕

講師経歴 1962年生まれの61才

九州の公立小中学校で26年間教員として勤務。

教員時代には、国語科を中心とした教科教育と学級づくりを実践し、生徒指導担当としても20年間、非行問題や家庭問題に取り組んできた。

2012年に金銭トラブルを起こし行政処分を受け退職。刑事責任は問われなかったものの社会的制裁を受ける。そんな中(一社)ヒューマンハーバーそんとく塾の代表である副島勲氏と出会い、迷惑をかけた人たちが社会に贖罪と弁済を行うため、刑務所出所者や少年院出院者に教育を通して関わり、多くの方の社会復帰のサポートを行ってきた。

さらに、2020年(一社)ヒューマンハーバーそんとく塾の塾長となり、生きづらさを抱えた方へ心のスポンジづくりプログラムを提供し社会復帰につなげたりワーキングプアの収入アップにつなげる事業を展開して11年目。現在に至る。



ココロのスポンジ
プログラム

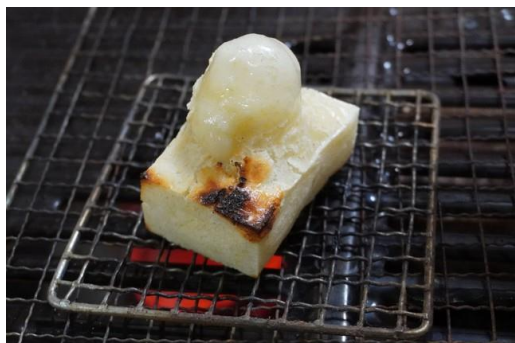
心のスポンジづくりプログラム 講座案内



一般社団法人ヒューマンハーバーそんとく塾

生きづらさを抱えながら 生きていくために

心のスポンジづくりプログラムはイースト菌

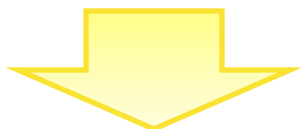


どうして上手く生きられないの？



一生懸命頑張っているのに報われない
コミュニケーションが上手くいかない
避けられている気がする・・・

「変われたらいいな」と少しでも感じたら



心のスポンジづくりプログラム

心のスポンジづくりプログラム
⇒考える仕組みを変えるプログラム
⇒考える仕組みが変わることで課題の解決につながる

【考える仕組みを変えるためには】

課題を解決できる考える仕組みとは
「直感」と「考えぬく」という脳の活動が
活発に行き来させる

心のスポンジづくりプログラムは
変わりたいを応援するプログラムです



心のスポンジ
プログラム

8. 心のスポンジづくりプログラム

心のスポンジづくりプログラム
⇒考える仕組みを変えるプログラム
⇒考える仕組みが変わることで課題の解決につながる

【考える仕組みを変えるためには】

課題を解決できる考える仕組みとは
「直感」と「考えぬく」という脳の活動が
活発に行き来させる

【考える仕組みを変えるためには】

習者が自分自身で自分の認識(学び)を誤りだと
気づき発見し、誤りを認める

【自分自身で気づき発見し誤りを認めるためには】

自律性の感覚を発達させるには
報酬や評価がこないような環境下

【Exit講座】

生きづらさを抱えた方が
生きづらさを抱えながらも前向きに生きていけるんだと
発見し気づきを促す講座

講座1

「会社で上手くやれない」が「会社と関わりたくない」になる前に

【幹部社員研修講座】

【若手育成研修講座】

【全体講演】

講座2

「生きづらい」が「生きられない」になる前に

【指導者支援者研修講座】

【生きる力講座】

【全体講演】

講座3

「稼ぎたい」が「稼げない」になる前に

【就労意欲の喚起や社会復帰などに関わる指導者・支援者研修】

【就労支援講座】

【全体講演】

講座4

「家族や仲間といるのがつらい」が

「家族や仲間といたくない」になる前に

【関係改善支援者研修講座】

【関係改善研修講座】

【全体講演】

ヒューマンハーバーそんとく塾で 心のスポンジづくりプログラムを受講

○心のスポンジづくりプログラム
受講者総数
2018年～2024年5月(6年間)

48人

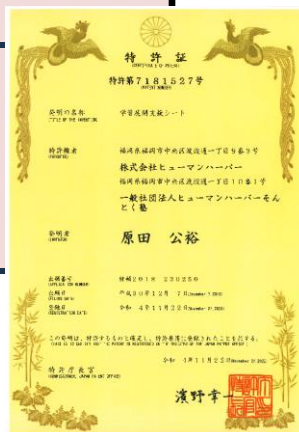
再犯6人
全て途中退塾者

○心のスポンジづくりプログラム
(12P～24P受講)者数
2018年～2024年5月(6年間)

42人

再犯0人

【責任ある仕事についている人など】
職長級4人 課長級2人 部長級1人
個人事業主3人
結婚3人 実家和解11人



1. 矯正施設心のスポンジづくりプログラム実施状況

佐賀少年刑務所	2019年 5月 8日～	通算82回	延べ410人
福岡刑務所	2023年 1月17日～	通算5回	延べ25人
長崎刑務所	2023年 2月13日～	通算4回	延べ12人
福岡少年院	2024年 1月29日～	通算2回	延べ12人
麓刑務所	2022年 4月 7日～	通算8回	延べ38人

2. 心のスポンジづくりプログラム講演

各福岡市福祉協議会大会 講師
福岡県警暴追大会 講師
九州経済同友会社会貢献部会 講師
各福岡市保護司会 講師
日本財団ダイバーシティシンポジウム パネラー
他、多数

3. 企業研修

- 千房株式会社幹部社員研修
- トヨタ九州幹部社員研修
- 日本財団幹部職員研修
- その他中小企業幹部または社員研修多数

