

山梨県富士吉田市

～母親のケアからはじまる、子育てしやすいまちづくり～

基本情報



【年 齢】
31歳
【出身地】
山梨県甲府市
【転出元】
東京都葛飾区
【前 職】
理学療法士（整形外科勤務）
【活動時期】
R7.4～

協力隊に応募したきっかけ

私は理学療法士として東京都の医療機関で勤務し、運動器疾患のリハビリに携わる中でピラティスを学び、身体ケアの専門性を高めてきました。出産を経験したことで産前産後ケアの重要性を実感し、女性が安心して妊娠・出産・育児を迎えられる環境づくりに貢献したいと考えようになりました。理学療法士としての専門性を活かし、妊産婦や子育て世代が安心して過ごせる街づくりに寄与したいと思い、地域おこし協力隊への応募を決意しました。

今後の抱負・任期後の目標

これまで「子ども中心」の子育て支援が多い中で、私は「母親のケア」の大切さを広める活動に取り組んでいます。今後はアンケートやヒアリングを通して、富士吉田市で暮らす母親たちの声を丁寧に拾い上げ、この地域の現状を可視化していきたいと考えています。そのうえで、心身のケアや交流の機会を通じて、母親が自分を大切にできる文化を根づかせたいです。母親の笑顔が家庭や地域の元気につながる—そんな循環を生み出せる活動を目指します。

活動内容

●富士吉田市の子育て環境の現状把握と可能性抽出

地域の子育て支援体制や利用実態を調査し、行政による支援の課題や可能性をまとめました。現場で活動する立場から、制度だけでは届きにくい母親の「心と身体のケア」の必要性を明確にしてきました。

富士吉田市子育て支援センター
× 産後ケアの可能性

2025年9月12日
地域おこし協力隊 林明美

●母親支援の啓蒙・発信活動

「母親のケア」を広めるため、地域のカフェや施設と連携し、ピラティス体験や交流イベントを企画・運営。地域事業者と協力しながら、ママたちが自分を大切にできる時間とつながりを生み出しています。

Concept room ママの自分時間／

Cafe×ピラティス

詳しくはこちら

●アンケート調査による地域ニーズの可視化

市内の母親を対象にアンケートを実施し、子育て支援の満足度や困りごとを分析。現状をデータとして可視化し、今後の地域づくりや施策提案に活かしています。



富士吉田市ママの声アンケート

B I U E T

連絡先

【活動の様子を発信しているSNS・ブログなど】
(ブログ)<https://akepilates.com/> (Instagram)@ake_pilates