



母親アップデート  
コミュニティ

# 母親アップデートコミュニティ(HUC) 2周年イベント協賛のご案内

# はじめに

共働き世帯の増加、少子高齢化、人口減少、さらに、コロナ渦での社会的混乱など、時代は大きく変化しています。このような背景から、人と人との“つながり“は薄れ、「孤立の子育て」や「生き方」に課題を感じている母親が増えているのをご存知でしょうか？

母親アップデートコミュニティ(HUC)は、「1、2、3」で何かが始まる予感があつたあの日、2019年1月23日のメディアの番組観覧時に発足しました。現在は約200名のメンバーで「母親を、もっとおもしろく。」を目指し、日々活動しています。

私たちが大切にしているのは、母親が、自分の人生をワクワク楽しむこと。「誰も否定しない」をたった1つのルールとし、認め合い、学び合い、助け合うことでアップデートを続け、ひとりひとりのアップデートが少しずつ繋がることで、アップデートの輪が大きくなっていることを実感しています。

2021年1月23日で、ちょうど2周年。花まる学習会・代表の高濱正伸 先生をゲストにお招きして、2周年祭を実施いたします。

本イベントを通じて、貴社の認知度拡大やビジネスチャンスの発見にも貢献できればと考えております。ご多忙の折とは存じますが、是非ご協賛のご検討をいただけますと幸いです。

一般社団法人母親アップデート 代表理事  
HUC 発起人・鈴木奈津美

# 母親の孤独

## 自己否定



# つながり1.0



孤育て

# つながり2.0



共育

母親を、もっとおもしろく。

A diagram illustrating the relationship between personal and social updates. It features a horizontal line with two circles. On the left is a smaller pink circle containing the text '自分のアップデート' (My Update). A pink arrow points from this circle to a larger yellow circle on the right containing the text '社会のアップデート' (Social Update). The yellow circle is significantly larger than the pink one, suggesting that social updates encompass or build upon personal ones.

自分の  
アップデート

社会の  
アップデート

＼1月23日は母親アップデートの日／

# ACTIONS FOR MYSELF

「つなぐ」HUC2周年祭

2021年1月17日(日)～23日(土)



母親  
アップデート  
コミュニティ

# テーマ



## 「つなぐ」Actions for myself

未来をつくるために「つなぐ」。

私たちのアクションで、  
より良い未来を実現するために、  
人と人や、違いを「つなぐ」。

その自分自身の未来へのアクションが、アップデートである。

# 開催概要



## 「つなぐ」HUC 2周年祭 ～Actions for myself～

- ・日程:2021年1月17日(日)～2021年1月23日(土)
- ・開催場所:オンライン(Zoom)
- ・参加条件:事前申込(Peatix)
- ・参加対象:母親に限らず、どなたでもご参加いただけます
- ・主催:母親アップデートコミュニティ(HUC)
- ・協賛:一般社団法人母親アップデート

# 協賛プラン



母親アップデート  
コミュニティ

	ダイヤモンド	ゴールド	シルバー
ご協賛費用(税別)	100,000円	50,000円	30,000円
イベントページ(Peatix)へ ロゴ掲載	○	○	○
サービス紹介動画の放映 ※2	○	○	—
イベントのセッション枠 ※3	○	—	—
メルマガでのセッション告知	○	—	—

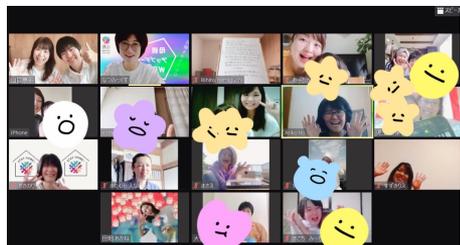
※1: 企業様だけではなく個人様のご協賛も可能です。

※2: 1分程度までの動画、オープニング、高濱先生ご登壇セッション、クロージングの3回の放映を予定しています。

※3: HUCコラボイベントまたは、ご希望のセッションを実施できます。(セッション日時や内容等は、要相談)

# 未来をつくるために「つなぐ」

## イベントでつなぐ



※オンライン(Zoom)想定

## 展示でつなぐ



作品など

グラレコ、  
イラストなど



動画



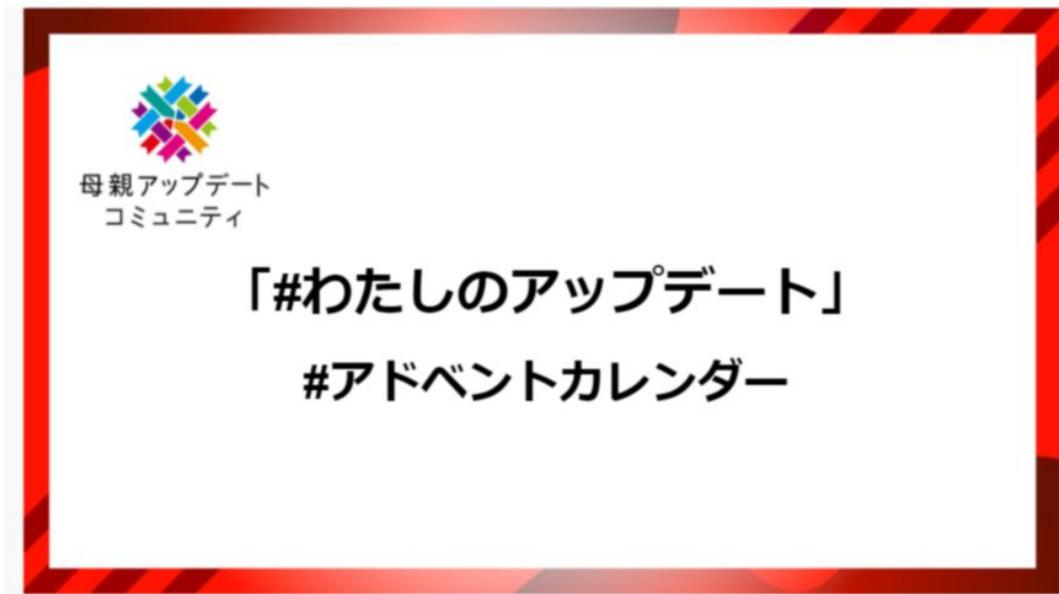
※noteやYouTubeなどで  
作品展示

## メディアでつなぐ



※SNSで輪を広げる

# 【実施中】 「わたしのアップデート」記事



2020年12月1日から12月25日の期間に、  
「わたしのアップデート」をテーマに、メンバーがnote記事の投稿をしています。

<https://note.com/huc/n/n85dc54d9c383>

# 【実施中】 「わたしのアップデート」インスタ企画

The image displays six Instagram post templates arranged in a 2x3 grid. Each template has a light yellow background with a vertical line and colorful circular accents. At the top left of each post is the 'ACTIONS FOR MYSELF' logo, and at the top right is the '母親アップデート' (Mother Update) logo. The text in the center of each post is a personal update from a mother, and at the bottom is the date and event information: '1月23日は母親アップデートの日 / 「つなぐ」HUC2周年祭'. The posts are as follows:

- Top Left:** Text: 朝8時おはよう！  
ごとうさまいってきます！  
ママが寝ても朝は回る！  
BY さおたん
- Top Middle:** Text: 約10ヶ月ぶり！に夜時間を満喫♪  
仕事帰りのマッサージ、ご飯、  
考えごと。子供が寝てから帰宅！  
お風呂もゆっくり入ってリフレッシュ〜  
BY Aiko
- Top Right:** Text: 1人で丸一日趣味に没頭する時間  
を毎月のスケジュールに  
強制追加した！  
BY パーティー
- Bottom Left:** Text: 姉弟喧嘩をスルーできた  
私が口を挟んでも挟まなくても  
気づいた時には収まる  
AirPodsのおかげ！  
BY あきあき
- Bottom Middle:** Text: わたしの出張留守中に  
飲み会に行きたいパパの要望に  
応えて  
実父を愛知から広島に呼び寄せた！  
BY えっちゃん
- Bottom Right:** Text: ことも達を夫に頼んで、  
5年ぶりに夜の女子会！  
BY あいちゃん

# 2021年1月17日(日)～23日(土) スケジュール

	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)
9:00							⑧9:00-11:00 【子連れイベント】 子どもシェフ*online cooking * -生地からつくるふわふわのピザ- 500円
10:00	①10:00-12:00 オープニング1部・2部						11:00-13:30 ふら〜りHUCの旅 HUC地方メンバーの紹介と その土地の紹介
11:00	2部 ゲスト ドキュメンタリスト 高島太士氏						
12:00	12:00-13:00 音楽でつながる HUC jukebox♪	12:00-13:00 5日連続企画 HUC的ウェルカムベビー PJー〜名前に託した子供への思い〜 Meetup	12:00-13:00	12:00-13:00	③12:00-13:00	③12:00-13:00	
13:00							
14:00							⑨14:00-15:30 一人で片づけできるもん! 子どもの生きる力を育む片付け収納
15:00	期間中 HUC作品展示						
16:00							16:00-17:30 愛でつなげるHUC
17:00							
18:00							⑩18:00-19:00 HUC部活1分ピッチ大集合!
19:00							
20:00	②20:00-22:00 輝く未来へつなぐ 今わたしにできる政治アクション Politologue Cafe コラボ	<b>協賛枠案</b>	④20:00-21:30 女性の権利を守り 未来につなげるための アクション講座	⑤20:00-21:30 北歌の子育て トークセッション	<b>協賛枠案</b>	⑥20:00-22:00 「#わたしのアップデート」 高濱先生トークイベント 1,000円	⑪20:00-21:30 HUC100人 サテライトカフェ 人見知りでもセレンディビティ --新時代のつながりの法則--
21:00							
22:00		22:00-23:00 カメラはOFFで お話しカルタ	22:00-23:00 ふら登山部	22:00-23:00 経済の歴史をつなぐトーク	22:00-23:00 日本を動かしているのは 中四国		⑫22:00-23:00 クローゼット
23:00							⑬23:00-0:30 HUCの中心で 「偏愛」を叫ぶ 1部
0:00							0:45-3:30 HUCの中心で 「偏愛」を叫ぶ 2部

● HUCメンバーのみ参加可能 ● ● 誰でも参加可能

ゲスト  
花まる学習会・代表  
高濱正伸 先生

ゲスト  
セレンディビティ  
コンサルタント  
林勝明氏

# 関連イベントの実績



母親アップデート  
コミュニティ



・2019年5月  
「母親のメンタルヘルスイベント」

- ・オフラインで実施。
- ・50名の参加
- ・Twitterライブ配信 1,000視聴回数



・2020年1月  
「HUC1周年イベント」

- ・オフラインで実施。
- ・80名の参加



・2020年5月  
「母親アップデートWEEK」

- ・オンラインで実施。
- ・合計140名の参加

# お問い合わせ先



母親アップデート  
コミュニティ

母親アップデートコミュニティ2周年イベント事務局

[haha.update.com@gmail.com](mailto:haha.update.com@gmail.com)



母親アップデート  
コミュニティ

# 母親アップデートコミュニティ(HUC)とは

## ◆母親たちがSNSを通じてつながりを育みメンバーは200名超え、一般社団法人化

母親のキャリアも注目される現代、母親アップデートコミュニティはメンバー募集をしてない状況で、メンバーが200名を超え、つながりの大切さ、価値を実感。

有志7名が理事として2020年8月に一般社団法人母親アップデートを設立。  
母親たちが自分たちのためにソーシャル起業したとして、話題に。

一般社団法人母親アップデートは、  
「母親を、もっとおもしろく。」をビジョンに、  
「自分の人生をワクワク楽しむ」母親を増やすための活動を行っています。



母親にまつわる固定観念、同調圧力、自己犠牲による孤育ての課題を解決するため、2019年1月に「母親アップデートコミュニティ」を発足。

自分を主語にし「誰も否定しない」つながりを醸成する中で、認め合い、学び合い、助け合うことで、自身と社会のアップデートを続けてきました。母親が個性を解放する社会の土壌をつくるため、新しい母親像の発信やシェアサービスの啓蒙、子連れワーケーション、母親の声を集めた社会提言など、多様なプロジェクトも実施しています。

新時代を切り拓き100年先にも語り継がれ、引き継がれる存在となるよう、2020年8月に一般社団法人を設立。  
有料メンバー180名超、イベント開催150回以上、SNSのフォロワー数約2,000名。

”

## ともに自分を生きられる 幸せなつながりをひろげよう

母親アップデートのミッションとは

わたしの あなたの

個性を大切にし 異なる意見に耳を傾け わずかな違和感も無視しない

だれもができる小さなアップデートを

積み上げることをやめない先に ようやく見えてくる

誰も否定しない社会の実現を目指し続けることである。

“

## 代表理事ご挨拶



一般社団法人母親アップデート  
代表理事 鈴木奈津美  
[なつみっくす]

### 母親こそ「自分」の幸せを追求していく社会へ

私は、母子家庭で育ち「母親が自分の人生を楽しんでいない」ことに違和感がありました。でも、いざ自分が母親になると、同じように「子育てを優先すべき」という母親像に縛られていた気がします。

今、母親を取り巻くご近所システムが失われ、「孤育て」が問題になっています。母親ひとりひとりが、固定観念、自己犠牲などに悩み、もがいている。でも、何より大切なのは、母親が「自分」を生きること。自分が満たされてこそ、周りを満たすことができるからです。また、違いを認め合う「つながり」を母親が持つことで、誰かと比較して幸せを測るのではなく、ひとりひとりが自分のしあわせを追求し、その輪を広げていくことができます。

活動をしている中で、ある女性が声をかけてくれました。

「こんなに生き生きしたお母さん達がいることに勇気づけられ "母親になりたくない"という気持ちが変わりました。」

この「つながり」が、現代の母親だけでなく次世代を生きる母親の希望になり、新しい時代を創ると確信し、一般社団法人を設立いたしました。

しあわせの輪をここから広げていきます。

# 名誉顧問ご挨拶



一般社団法人母親アップデート  
名誉顧問 高濱正伸

1959年熊本県生まれ。東京大学卒、同大学院修了。1993年、「メシが食える大人に育てる」という理念のもと、「花まる学習会」を設立。花まる学習会代表、NPO法人子育て応援隊むぎぐみ理事長、算数オリンピック委員会作問委員、日本棋院理事。

## 母である前に、まず個人としてどう生きるか

私は、1993年、子どもたちの生きる力を育むことを目的として、花まる学習会という塾をスタートした。

ほどなく、子どもの頭脳と心を育てるための最大の環境である「家庭」に大きな問題があることに気付いた。

笑顔でいてほしい母親の多くが、イライラして不安定なのである。そしてほどなく、これは地域力の崩壊などに基づく構造的な問題で、心がけなどでは解決しないと分かった。

大切なのは、子育ての海に放り込まれた一人の母に、多くの「人のつながり」があることである。心配事を傾聴し、受け止め、うなずき、共感し、ねぎらってくれる誰かの存在。簡単そうだが、現実には、共に暮らすパートナーにすら本当には理解してもらえなかったり、表面的なお仲間はいても、安心してさらけ出せる友を見出せなかったりする母も多い。

ところが、HUCが生まれた。母である前に、まず個人としてどう生きるかを大切にし、お互いを否定しない関係を作り上げ、どの一人も輝いている事実を見たときは、本当に感動した。応援しなすではいられない。HUCの存在を端緒として、どうか、母の安心が広がりますように。

## コミュニティメンバーの声

HUCに入って私はたくさんの勇気をもらいました。世の中の母親をもっと勇気づけたいという夢ができました！子供がいても「●●ちゃんママ」ではなく「私は○○」と勇気を出して言える世の中になりたい！まずは東北の母親を熱く元気に！

石部 敦子さん



対話を重ね、自分なりのアクションを起こしているメンバーたち。私も一緒に学び、できることを見つけていきたいと前向きな気持ちにさせてくれるのがHUCです。これからも、私なりの一歩を重ねていきたいです。

山谷 真子さん



「母親は自己犠牲すべき」という固定観念にがんじがらめだった9年間、親子としての幸せを見失いかけていた頃、HUCに出会いました。メンバーの多様で多彩な母親像に触れるうち、自分のありたい姿で生きることの大切さを思い出しました。

後藤 周子さん



## 新規メンバー募集中！初月無料！

母親になると諦めなければいけない事が増える、そう言った考えがまだまだ日本には多いです。

母親になる事で出来る事がある、新しい価値観や考え方に気づける、母親になる事をポジティブに捉えられる世の中をHUCとならつくっていると信じています。

南郷 佑奈さん



5年前に子どもを産み、自分が社会的弱者になったことに気づきました。女性は生活の土台が安定しない中で男性と同じ結果を求められます。全ての人が生きやすい環境整備が優先だと考え会社員を辞めて社会活動家になりました。生き方のアップデートを全力で応援してくれたHUCは今も私の活動の強い支えです。

藤本麻子さん



## 母親アップデート コミュニティ

なんかおもしろいな、って関わっていくうちにワクワクがどんどん膨らんで、笑ったり、ドキドキしたり、やったー！ってなったり、感動して泣いたり、励まされたり、はっと閃いたり、時にほっこりしたり。

毎日がカラフルで、今ではわたくし、HUCホリックです！！

堀江成江さん



# 活動実績



## 子連れ100人フェス



2019.05.27  
会場: アネビートリムパーク

- 電車アート王国
- アートに触れよう!“えもてなし”
- 生演奏を聴こう ピアニストによる“凱旋生ライブ”
- みんなで踊ろう“ブペルダンス”



## 母親のカラフルキャリア



2019.08.05  
会場・協力: 株式会社 LIB

- ゲスト (株)LIB 代表取締役 松本洋介 様  
(株)ラッシュジャパン 人事部長 安田雅彦 様
- トークセッション「令和母のキャリアはどうあるべきか?」
- グループワーク「キャリアについてのモヤモヤ」



## 令和の子育てについて考えるワークショップ



2020.08.29  
会場: オンライン  
協力: 株式会社SHE

- 子育てと仕事の両立に関するモヤモヤWS
- 子育てと並行して心地よい生き方を叶えるtips
- モヤモヤの解決策を考えるWS
- ネクストアクション宣言



## HUC結成1周年イベント『母親アップデートの日』



2020.01.23  
会場: SHIBUYA QWS

- ゲスト 花まる学習会代表 高濱正伸 様  
SLOWLABEL ディレクター 来栖良依 様  
シェアリングエコノミー協会事務局長 石山アンジュ 様  
NewsPicks Studios CEO 佐々木紀彦 様
- 母親アップデートかるた
- ゲストをお迎えるでのパネルディスカッション
- HUCメンバー1分ピッチセッション

## イベント企画・開催実績

- ・「21世紀の教育」登壇：讃井康智氏(ライフイズテック株式会社 取締役) (2019年4月)
- ・「母親が向き合うべきメンタルヘルス」登壇：大室正志氏(産業医) / 佐々木紀彦氏(NewsPicks Studios CEO)(2019年6月)
- ・「子連れ100人フェス」@お台場アネビートリムパーク(2019年7月)
- ・「母親カラフルキャリア」協力：株式会社LiB(2019年8月)
- ・「母親のシェアライフ～シェアすれば、もっと母親はおもしろくなる」共催：シェアリングネイバーズ(2019年8月)
- ・TOKYO WORK DESIGN WEEK 2019  
登壇：松本洋介氏(株式会社LiB 代表取締役) / 千葉祐大氏(株式会社BabyTech&Community CEO)(2019年11月)
- ・「台風被災地支援チャリティーライブ」(2019年12月)
- ・母親アップデートコミュニティ1周年記念イベント」@SHIBUYA QWS(2020年1月)
- ・オンライン読書会(SNS PR)(2020年4月～毎週開催)
- ・「親のジェンダーバイアスが進路に与える影響とは」共催：一般社団法人Waffle(2020年7月)
- ・「令和の子育ての新定義を考えるワークショップ」共催：SHE株式会社(2020年8月)
- ・「教育のミライ × 母親アップデート」オンラインセッションダビンチクラブ 代表 Mac フナミズ氏 / OneColor 一色雄生氏(2020年8月)
- ・「親子で参加 "キッズマネースクール"」講師：キッズマネースクール関西支部代表 草野麻里氏(2020年11月)

## 開催予定

- ・母親アップデートコミュニティ2周年記念イベント」(2021年1月予定)
- ・子連れワーケーション 五島列島(2021年1月予定)他

## 登壇実績

- ・「花まる子育てカレッジ」鈴木奈津美 × 高濱正伸「母親をアップデート」(2020年7月)
- ・「大学生のライフプラン相談室」津田塾大学学生団体「苗ぶろ」(2020年9月)
- ・「「普通」の人でもできる！200名のコミュニティを創り、起業に至るまで」NowDo(2020年11月)

## メディア掲載/出演実績



ボイスメディアVoicyレギュラー番組  
「母親アップデートラジオ」

(2019年11月)

【コロナショックから学ぶ】地域や社会との関わりを、身近なリーダー・ママ区議に教えてもらいました



LEEオンライン(集英社)  
区議と語る イベントレポート  
「私たちは、どんな未来を創っていくか?」

(2020年5月)



AERA with Kids 秋号(朝日新聞出版)  
コミュニティ紹介

(2020年9月)

## その他の実績



クロスメディア・パブリッシング  
「シェアライフ SHARE LIFE」  
著:石山アンジュ氏

表紙コメント協力 (2019年5月)



SHIBUYA QWS チャレンジ  
プログラム 採択 (2019年11月)



DAISO  
「堀江貴文 日めくり名言カレンダー」

制作協力 (2020年9月)