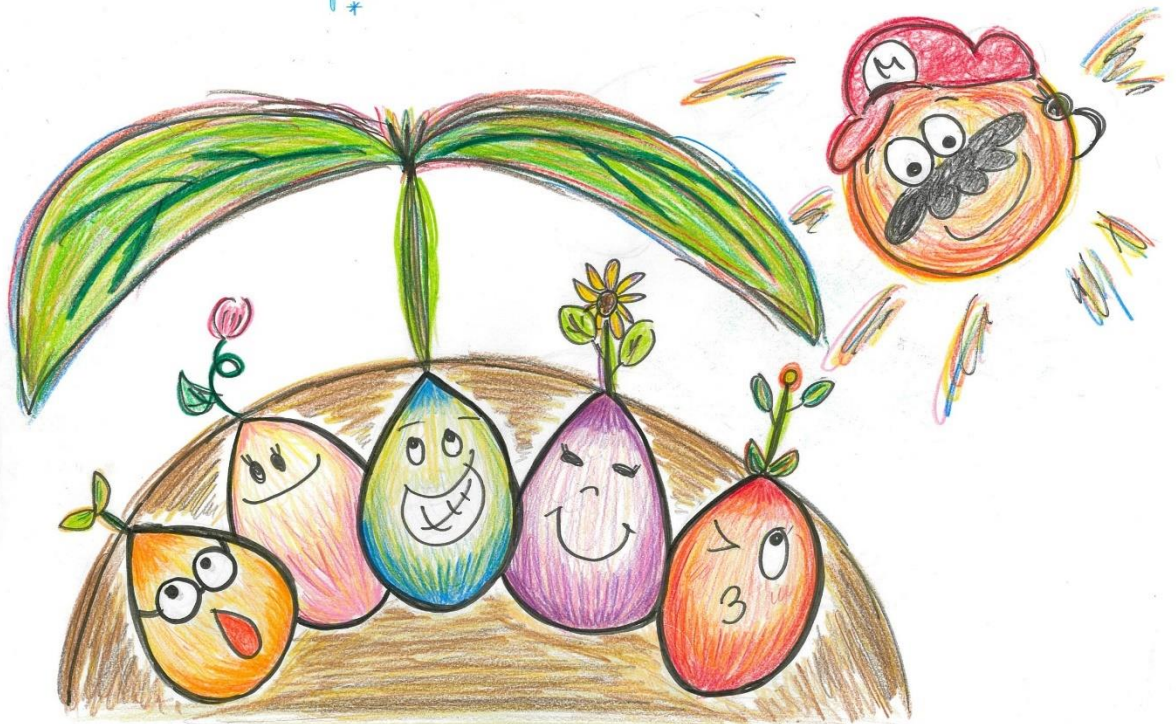




# 北東部 ユース・リーダーズ・アクト2017



## 報告書



**日程:**2017年2月25日(土)~26日(日)

**場所:**2月25日 清原体育館

2月26日 藤井産業株式会社 東館3階会議室

**主催:**ワイズメンズクラブ国際協会東日本区北東部  
公益財団法人とちぎYMCA

**運営:**トチギみらくるギフト エージェントチーム



## 御礼

ワイズメンズクラブ  
北東部長 長岡 正彦

北東部ユース・リーダーズ・アクト2017を成功裏に開催できたことに、心より御礼申し上げます。今年度の北東部の大きな目標に「福島への支援」と掲げて活動を始めました。その集大成が今回のユース・リーダーズ・アクトであったと考えております。1年も前から準備をしてくださった栃木YMCA、みらくるプロジェクトの皆様にはこころより感謝申し上げます。また、この趣旨にご賛同いただいた宇都宮大学国際学部教授、中村祐司様、ボランティアリーダー、小原保隆様、講演ありがとうございました。高校生の参加、大学生の参加、一般のボランティア団体の参加、皆様の「福島支援」への熱い思いに大変感動いたしました。特に地元南相馬の高校生の活動には「福島は大丈夫だ、今は高校生でも将来福島を背負ってくれる人材がいる。」との思いに胸が熱くなる感動を覚えました。

岩手、宮城は自力で立ち直れるところまでこぎつけました。福島は強敵「放射線」が残っております。私たちは福島の復興が終わるまで、何十年でも支援を続けていきたいと思います。福島の事をいつでも頭の一部において、忘れることなく支援を意識していきましょう。このたびは皆様のご支援をいただき、福島支援に大切な「人の輪、和」が出来上がったことに感謝してお礼の言葉とさせていただきます。



## 御礼

みらくるプロジェクト  
運営委員長 阿久津 知志

まず初めに、2日間無事に開催できたことに感謝致します。エンジョイドッチボール大会もみらくるプロジェクトも参加者、支えてくれた人があってこそだと思っております。

私は2日目のみらくるプロジェクトの方で企画、運営に大きく関わらせていただきました。1年前から私を含んだみらくるエージェント5人とYMCAスタッフで0からスタートして最終的に約60人も集まるイベントになりました。福島への思いを参加者1人ひとりが限られた時間で熱く語っている場面は忘れられません。今回のイベントはきっかけに過ぎません。今後の皆様のご活躍に期待しています。私たちみらくるエージェントもYMCAでの活動のみならず、今回参加していただいた団体をはじめ、様々なイベントに参加する意欲をもらいました。

最後になりましたが、来年度以降も新たなみらくるエージェントを選出していく考えです。機会がありましたらぜひお力添えをよろしくお願いいたします。



## 御礼

宇都宮ワイズメンズクラブ  
会長 大久保 知宏

2月25日26日に開催されたユース・リーダーズ・アクト2017は、とちぎYMCAに所属するユースグループ「みらくるエージェント」の活躍なくして成功はありませんでした。何回もの実行委員会を開催し、意見を出し合い、調整し詳細を詰めていく姿は、まさにYMCAが考えるユース・エンパワーメントの実現であると感じられました。ワイズメンズクラブにとっても、その姿はユース育成の取り組みとして理想的な姿と思えました。

今回のユース・リーダーズ・アクトは16-17年度の長岡北東部長（もりおかクラブ）の「福島復興支援」への強い思いから実現しました。25日のとちぎYMCA杯エンジョイドッジボール大会では、福島県南相馬市、宮城県多賀城市のチームを招待し、北東部内のユースが集い、大会運営を通じて交流が図られました。特に印象的な光景として、南相馬市の小学4年生以下のジュニアがチームを作れるほどの人数がいなかったことから、宇都宮のジュニアチームに加わって参加したことが挙げられます。ユニフォームの違いはあるものの、声を掛け合う姿は素晴らしいものでした。福島の子どもの笑顔に触れることができた光景でした。北東部内のユースは、大会運営側として駐車場案内やお弁当配布と言った裏方の働きをしていただきました。こうした働きが自然に笑顔で出来るユース・ボランティアはYMCAにとって宝物と思います。その夜はユース同士の交流が夜遅くまで行われ、これも北東部内のユースが集うことの大切な目的です。

二日目の「みらくるプロジェクト」においてもフォーラムの運営にあたる「みらくるエージェント」は、とても安定していてフォーラム参加者にとって安心感を与えるものでした。また、グループに分かれてのディスカッションでファシリテーターを務めたそれぞれのユースが個性的にグループをリードする姿が印象的でした。日々のリーダー活動がそれぞれの力になっていることを実感することができた瞬間でした。

「みらくるエージェント」はその役割を果たし、新年度から新たなユースがエージェントになると聞いています。今回のユース・リーダーズ・アクトを経験したユースが集い、より良いプログラムにしようと向上心を持ったグループになることに期待しています。

最後に、開催にあたりご支援いただいたワイズメンズクラブ東日本区、メネット会、北東部、北東部各クラブと、「みらくるエージェント」とその呼びかけに応じ参加いただいた皆様に心から感謝を申し上げます。ありがとうございます。





## 開催概要



2017年2月25日、26日の両日、ワイズメンズクラブ国際協会東日本区北東部・とちぎ YMCA 主催の『北東部ユース・リーダーズ・アクト2017』が開催されました。この事業は本年度ユース事業の中で取り組まれた部主催のユース育成事業として開催されました。

25日には、第4回とちぎ YMCA杯エンジョイドッジボール大会に盛岡 YMCA、とちぎ YMCA のユースボランティアリーダーが被災した福島県南相馬市と宮城県多賀城市のチームを含む30チームのサポーターや大会運営支援を行いました。その夜は、盛岡ととちぎのユースがとちぎ YMCA の施設「わいわい道場宿」に泊まり、お互いの交流を図りました。

26日には、場所を変え、「福島子どもたちと一緒に笑顔！」をテーマとしたフォーラム『みらくるプロジェクト』を開催しました。ユースリーダー21名、一般の高校生・大学生18名にワイズを含む総勢58名が「今、私たちにできること」を話し合いました。

午前中は、宇都宮大学の中村教授、宇都宮大学のUP（宇大生プロジェクト）の小原代表、福島県南相馬市で活動しているLLO（Live Lines Odaka）の4人の男子高校生の講演を聞き、午後からグループで話し合いを行いました。

このフォーラムの開催にあたり、北東部、北東部各クラブ、東日本区、東日本区メネット会からご支援をいただきました。ありがとうございます。

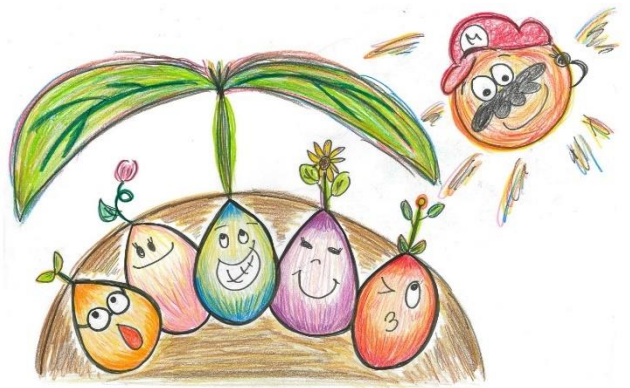
## 後援団体

### 【25日】

宇都宮市・栃木県教育委員会・宇都宮市教育委員会・日本ドッジボール協会・下野新聞社・とちぎテレビ・エフエム栃木・栃木放送・宇都宮ケーブルテレビ・栃木よみうり・栃木サッカークラブ・ワイズメンズクラブ国際協会東日本区・北東部・北東部各クラブ

### 【26日】

宇都宮市・宇都宮市教育委員会・下野新聞社・エフエム栃木・栃木放送・宇都宮ケーブルテレビ・栃木よみうり・ワイズメンズクラブ東日本区・北東部・北東部各クラブ



## スケジュール

### 2月25日(土) 第4回とちぎYMCA杯エンジョイドッチボール大会

- 8:00 清原体育館にリーダー集合
- 9:10 開会式
- 9:45 競技開始【予選リーグ】
- 12:00 昼食休憩
- 13:00 競技再開【決勝トーナメント】
- 15:30 競技終了
- 16:00 閉会式(表彰補佐などの手伝い)
- 16:30 大会開催後の片づけの手伝い
- 17:00 清原体育館 出発
- 17:20 わいわい道場宿 到着
- 17:30 オリエンテーション
- 18:30 夕食
- 19:15 入浴
- 19:30 石蔵サロンにて夜カフェ
- 21:00 就寝



### 2月26日(日) みらくるプロジェクト

- 6:00 起床
- 6:30 朝食
- 7:00 わいわい道場宿の清掃
- 7:30 わいわい道場宿出発
- 8:00 会場到着・会場準備
- 9:30 受付開始
- 10:00 参加者集合・開会式
- 10:15 アイスブレイク
- 10:30 基調講演
- 11:30 チームビルディング・振り返り
- 12:00 グループごとに昼食
- 12:30 グループディスカッション
- 15:15 全体のまとめ
- 16:00 閉会式・解散



## 各プログラムの報告

【2月25日 第4回とちぎYMCA杯エンジョイドッチボール大会】

記録：橋本 裕翼

朝8時頃に清原体育館に集合し、駐車場誘導やドッチボールのコート設営、受付補佐などを手伝いました。大会が始まってからは、試合記録係やタイムキーパー、チーム誘導や試合経過を案内する係などを任せられ、大会の運営を手伝いました。1試合5分という短さの中で繰り返される試合は、1秒たりとも無駄にはできない雰囲気伝わってきました。選手も審判も我々ボランティアリーダーも5分間集中して、なるべく試合時間を削らないように努めていました。

今回の大会は、420人を越える子どもたちが参加していました。大会中、子どもたちは真剣な眼差しで試合に臨んでおり、喜び合ったり励まし合ったりして会場は熱気で包まれていました。その気迫に我々リーダーも、試合に見入ってしまうことも多くありました。YMCAの活動で関わる子どもたちの表情とは違った子どもたちの表情をみることができました。また、チームが一丸となるための掛け声や観客席から応援するチームメイトやご両親たちの声、ボールが顔に当たって痛くて泣いている子に「大丈夫？」と寄り添う声など、様々な声も大会中に聴くことができました。福島からの招待チームも今回の大会に参加しており、真剣に大会に挑んでいました。大会後はコート撤収や体育館清掃を行いました。



選手宣誓



試合の様子

【2月25日 夜 わいわい道場宿】

記録：袖山 千歳

とちぎYMCAのデイサービス施設『わいわい道場宿』に到着して夕食までの時間を使い、自己紹介やレクリエーションなどを行いました。夜には夜カフェを開催し、キャンプソングを歌ったり、各YMCAごとに活動についての情報交換などをしたりしました。また、レクリエーションをリーダー同士でやってみたりなど自分たちの技術向上に励んでいました。このわいわい道場宿で、過ごす時間で他の県のリーダーと仲を深めることができました。



石蔵サロンでの夕食



石蔵サロンでの自己紹介

## 【2月26日 みらくるプロジェクト】

記録：金安 理香

8～10人で5つのグループを構成し、各グループには話し合いを円滑に行うため、とちぎYMCAユースボランティアリーダーがファシリテーターを務めました。

話し合いでは、「今の自分自身を見つめてみる」、「3.11震災についての振り返り」、「今、自分できること」といった3つのテーマを設け、各々が自分の考えや相手の思いに耳を傾け、共感している姿が見られました。高校生、大学生、社会人といった幅広い年齢層の方と思いを伝え合うことや、様々な視点からテーマについて考えることができ、とても貴重な時間となりました。私が出たグループでは高校生が2人いました。やはり、「今、自分にできること」は何かと瞬時に考え、文章にすることは容易ではありませんでした。しかし、その2人は悩んだ結果、今まで頑張ってきたことの中から自分にできることを導きだしていました。また話し合いの際に出たキーワードや考えをグループごとで模造紙にまとめました。それを拝見すると、理想を掲げるのではなく、“今の自分だからこそできること”を参加者自身が見つめることができたと実感し、嬉しく思いました。

最後に、このグループワークで見つけた答えは全てではありません。今の自分だからこそできることをこれからの人生の中でたくさん見つけて、どんどん行動に移してほしいと強く思います。



話し合いの様子①



模造紙掲示



話し合いの様子②



話し合いの様子③



## 基調講演者

宇都宮大学 国際学部  
中村 祐司 教授

現在もご活躍されている。専攻は地方自治・行政学・余暇スポーツ政策という分野であり、『スポーツと震災復興』や『政策を見抜く10のポイント』など多くの書籍を発表していらっしゃいます。そして今回の講演では、東日本大震災で原発災害を受けた地域や震災被害を受けた地域の訪問を通し、支援活動の様子と苦難・「地域」というものの現状・震災を経験したからこそ改めて気付かされる地域コミュニティの大切さについてお話頂きました。

### 【参加しての感想】

仕事柄、大学生とは授業などで日常的に接しています。また、出前授業とってこちらから高校に出掛けてって話をする機会もありました。しかし、今回のみらくるプロジェクトは自分にとっては初めての新鮮かつ刺激的な経験でした。会場では、集まった若者が準備や運営に積極的に関わっている姿がありました。

午前中の講演では、実際に訪問した福島県富岡町、宮城県岩沼市、栃木県塩谷町の震災後の状況、そして鹿沼市での防災体験の話をしました。誰もが真剣なまなざしで、集中して耳を傾けているのが伝わってきました。午後のグループワークでは、東日本大震災から6年が経過した今こそ、私たちに何ができるのか、南相馬市からやってきた高校生や栃木県内の学生たちと率直に話し合いを行いました。その際の明るく快活な雰囲気がとても印象に残っています。そこには暗く沈んだ雰囲気は微塵もなく、しかしいい加減で軽々しい雰囲気では決してないと感じました。

最も感銘を受けたのは、一人一人が震災後の経験を振り返って、数々の迷いや惑いを正面から受け止めた上で、これから踏み出していく方向を真摯に模索し苦闘する姿を目の当たりにしたことです。その意味でこの時のグループワークは、震災をめぐる思考の真剣勝負の場であり、メンバー間に新たな絆が生まれた場でもありました。そしていつかまた再会して、同じテーマで話し合えたらどんなに嬉しいだろうと思いました。

中村 祐司





## 基調講演者

UP（宇大生プロジェクト）代表  
小原 保隆 氏

宇都宮大学工学部建築学科建築コース3年生。東日本大震災による被害の復興支援を直接的に支援する宇都宮大学の学生団体「UP（宇大生プロジェクト）」の代表を務めています。2014年から継続的に宮城県に赴きボランティア活動を続け、震災の復興に携わり、2015年から震災について高校生達と語り合う「高校生サミット」に関わり、高校生達に震災について考えるきっかけを与えています。また、2015年9月に起きた大雨による鹿沼市の水害や2016年9月に起きた熊本地震のボランティア活動にも積極的に参加している。東日本大震災から6年となる2017年3月11日に開催された「オモイツタエル3.11～ともしびプロジェクト」の運営スタッフとしても携わっており、今なお東日本大震災に対しての活動を継続中です。

ともしびプロジェクト  
の様子→



### 【参加しての感想】

講師として、お呼びしていただき参加しました。生まれて初めての講演ということで、どのような話をすれば伝わるかと考えましたが、素直にこれまで活動してきたなかで、感じたこと、なぜ活動をするのかという部分に重点を置いて話をさせていただきました。学生がどんなことを考え、活動をしているのかを知ってもらえたことが良かったです。

午後のグループワークでは、様々な世代、出身地の方々と話をしたことで、今までとは違った発見もありました。当時の思い、今の思い、そしてこれからどのようにしていきたいかということで、とても良い意見交換ができたと思います。また、新たな出会いも生まれた時間となりました。こういった場で出会ったことから新しいことを始めていきたいと強く感じました。

みらくるプロジェクトはなにかが始まるきっかけ、またこれからにつながっていくようなものだとおもいました。素敵な場に呼んでいただき、ありがとうございました。

小原 保隆

# エンジョイドッジボール大会参加チーム一覧

## ○男女混合の部

### ・招待チーム

南相フェニックス	福島県
TRY-PAC	宮城県
永盛ミュートスキッズ	福島県

### ・参加チーム

御厨Dreams	栃木県
毛野スターズ	栃木県
隼 'Eight	栃木県
GOLD BLAZERS	栃木県
水戸United	茨城県
梅ヶ丘ドッジボールクラブ	茨城県
ぴゅあ&すまいるず	群馬県
スポレクブルーHearts	栃木県
北郷Five	栃木県
赤塚RESPECT	茨城県
笠間リトルフォックス	茨城県
東山スマイルズ	栃木県
ブルーイースターズ	栃木県
バイオレンズ国立	茨城県
館林レッドスターズ	群馬県
TOP-east	群馬県
茨城KOSMO	茨城県
トライ∞	栃木県

## ○ジュニアの部

### ・招待チーム

TRY-PAC.Jr	宮城県
------------	-----

### ・参加チーム

トライ∞レッド	栃木県
エンジェル童夢	栃木県
桜川ZERO-Jr	茨城県
富岡ウイングJr	茨城県
佐野TPGジュニア	栃木県
北郷Fiveジュニア	栃木県
バイレンズ国立Jr	茨城県
岩槻ジェネシスJr	埼玉県

## 参加者一覧（1）

No.	属性	氏名	リーダー名	所属
1	運営	阿久津 知志	つくつく	とちぎYS
2	運営	金安 理香	ヤン	とちぎYL
3	運営	橋本 裕翼	もっちゃん	とちぎYL
4	運営	川口 夏菜子	ぐっちょ	とちぎYL
5	運営	袖山 千歳	でっさん	とちぎYL
6	運営	荒井 浩元	マリオ	とちぎYS
7	運営	大久保 知宏		とちぎワイズ
8	運営	岩井 俊宗		みらくる
9	運営	内海 研二	二モ	とちぎYS
10	運営	長尾 真弥	おっち	とちぎYS
11	講師	中村 祐司		宇大教授
12	講師	小原 保隆		宇大UP
13	アクト	伊藤 綾音	ねっち	とちぎYL
14	アクト	吉森 仁美	みーやん	とちぎYL
15	アクト	栗田 純香	くりす	とちぎYL
16	アクト	関 美里	わーみー	とちぎYL
17	アクト	神原 響	ふっか	とちぎYL
18	アクト	青木 春佳	るんるん	とちぎYL
19	アクト	笠間 脩平	しゅうまい	とちぎYL
20	アクト	滝田 直輝	いもに	とちぎYL
21	アクト	浅野 里実	さっちゃん	とちぎYL
22	アクト	真壁 京香	ぴーす	とちぎYL
23	アクト	藤澤 咲恵	デール	とちぎYL
24	一般	新開 怜央		LLO
25	一般	川崎 蒼羽		LLO
26	一般	伏見 空翠		LLO
27	一般	高橋 晃汰		LLO
28	一般	佐藤 千耀		チームあおぞら
29	一般	横川 光		チームあおぞら
30	一般	小菅 幸志		チームあおぞら

## 参加者一覧（２）

No.	属性	氏名	リーダー名	所属
31	一般	小野寺 岳		茨大Fleur
32	一般	岩崎 彩		茨大Fleur
33	一般	長岡 友理	ゆりりん	中央女子高
34	一般	杉山 菜々子		中央女子高
35	一般	横山 奈那佳	ななぴょん	海星女子高
36	一般	武藤 理沙	りんりん	海星女子高
37	一般	柳内 祐人		白鷗大学
38	一般	檜村 妙子		白鷗大学
39	一般	菊地 裕真		白鷗大学
40	一般	柳澤 明日香	あっちゃん	白鷗大学
41	一般	大塚 由香	つかちゃん	共和大学
42	アクト	川口 奈恵	チョップ	盛岡Y
43	アクト	大藤 百華	ピーちゃん	盛岡Y
44	アクト	オン ホーイン	メンバー	盛岡Y
45	アクト	湯澤 直樹	タイヤ	盛岡Y
46	アクト	渥美 百恵	ニヨッキ	盛岡Y
47	アクト	高 彰希		盛岡Y（立教大Y）
48	ワイズ	長岡 正彦		盛岡ワイズ
49	ワイズ	濱塚 有史		盛岡Y総主事
50	ワイズ	鈴木 伊知郎		宇都宮東ワイズ
50	ワイズ	吉田 一恵		仙台ワイズ
51	ワイズ	加藤 重雄		仙台青葉城ワイズ
51	ワイズ	横倉 純		仙台ワイズ
52	ワイズ	加藤 真子		仙台青葉城ワイズ
53	ワイズ	村井 伸夫		仙台Y総主事
54	ワイズ	佐藤 隆久		宇都宮ワイズ
55	ワイズ	南部 利行		宇都宮ワイズ
56	ワイズ	新井 一夫		宇都宮ワイズ
57	ワイズ	塩澤 達俊		とちぎY総主事
58	ワイズ	松本 法判		とちぎYS

## 参加者数

とちぎYMCA/ユースボランティアリーダー：13名

とちぎYMCA/職員：6名

LLO：4名

みらくる：1名

チームあおぞら：3名

宇都宮中央女子高：2名

宇都宮共和大学：1名

UP（宇大生プロジェクト）：1名

宇都宮大学教授：1名

宇都宮ワイズ：4名

宇都宮東ワイズ：1名

海星女子高：2名

白鷗大：4名

盛岡YL：5名

盛岡Y総主事：1名

立教大Y：1名

盛岡ワイズ：1名

茨大Fleur：2名

計58名





## みらくるプロジェクトに参加して



NPO法人とちぎユースサポーターズ  
ネットワーク代表理事  
岩井 俊宗

みらくるプロジェクト、ほんとお疲れ様でした。企画から自分たちで準備、運営したトチギみらくるエージェントの皆様を誇らしく思うとともに、会場にお越しいただいた方々お一人お一人の存在を強く感じたプログラムでした。みらくるプロジェクトを見守らせていただきましたが、一言で言って、若者には未来を創っていく力がある、ということを感じました。笑顔あふれる会場で初対面でありながら、自分の考えを表現、受け止め、建設的に未来と自分を捉えていく姿に、希望と感心を持ちました。

みらくるエージェントのみんなが創り出しのはただのプログラムではなく、大げさに言えば、自分たちが動き出すことで、人の可能性を広げる、未来、社会の可能性を広げることができるというメッセージでもあったように感じています。みんなの背中を見た後輩たちが、追いかけてくなって、次もまた続いていくといいなと思っています。ご一緒させていただいて、ありがとうございました。

## みらくるプロジェクトに参加して

茨城大学 Fleur  
小野寺 岳

みらくるプロジェクトは、東日本大震災について考え直すきっかけになりました。これからの継続した支援をして行くことの難しさ、原発の問題など、問題はまだまだ山積しています。今まで東北の支援をわずかながらさせていただいた私にとって、様々な人の意見を聞くことができたワークショップも、とても有意義な時間でした。様々な分野のボランティアを行なっている方々の意見はとても建設的でこれからの東北ボランティアの方向性も見えてきた気がしました。

思いを同じくする人がたくさんいると心強いばかりです。みらくるプロジェクトは素晴らしい企画でした。ありがとうございました。

## みらくるプロジェクトに参加して

LLO  
新開 怜央

私がみらくるプロジェクトに参加しようと思ったきっかけは、大学生や栃木の高校生との交流で、何か小高の復興の手がかりになることがあるかもしれないと思ったからです。

午前中の講演で私は日常がいかに様々な人の支えで成り立っているということに気づかされました。午後は、グループごとにテーマについて話し合いました。3.11を経験した私たちだから辛さや大変さ、また、福島県の復興の現状を共有できたと思います。

みらくるプロジェクトを通して、震災という意識を風化させないためにはまず、震災を経験した自分達自身が周りに伝え続けること、イベントや地域復興などに自分から一歩踏み出すことが、自分にできることかと思いました。そして、幅広い年齢層の方たちと協力して、問題について考える貴重な経験をすることができました。

### LLO

Live Lines Odaka (ライブ・ライズ・オダカ)とは？

高校生が主体となって活動している団体です！

大学生に協力してもらい、福島県南相馬市小高の復興について考えるだけでなく、小高に住んでいる人たちにインタビューをして、『おだから図鑑』の作成、秋祭りでブースを出店など、小高の活性化を目指し活動をしています。また2016年11月12日には、南相馬市市長へ「高校生による小高区への提案事業」の公開プレゼンテーションを行いました。現在、小高のイベントなどに積極的に参加し、活動させていただいています!!



Live Lines Odaka



LLOの皆さん

## みらくるプロジェクトに参加して

チームあおぞら  
小菅 幸志

普段、東日本大震災の影響を受けた被災地での活動しているボランティア団体との関わりが少なくこのような機会を設けて頂き、凄く良い場となりました。また、自分達になにができるかを改めて考える機会ともなりました。

震災から6年経過した今、身体を動かすようなボランティアから被災者の心の声を聞くボランティアの形へと変化していることは、どのボランティア団体も同じで、同じ悩みを共有したり新しい繋がりも出来たりして、これから先も他団体と協力して被災地に寄り添った活動をしていきたいと感じました。そして、忘れられていく怖さと風化させてはいけないという思いを、身をもって感じたので、ここで感じたものを共有していき、あおぞらだからこそ出来る活動に繋がっていきたいと思います。



## みらくるプロジェクトに参加して

とちぎYMCAリーダー  
神原 響(ふっか)

震災から月日経つ中で震災について考えることは徐々に少なくなったように思います。

ですが、みらくるプロジェクトに参加し様々な世代の方々と震災について話し合ったり、いろんな思いや考えを聴いたり、今できることを考えたりできたことが、震災について改めて考えるきっかけとなりました。また、自分ができることを見つけだすことができたので、これで終わらせずに自分ができることを小さなことからでも行動に移していきたいと強く思いました。





