

Vol.49 Spring 2024

ウェルビーイング体感マガジン 健康PLUS

HEALTH PLUS

Lifestyle Well-Being Magazine

セレンディピテイのある暮らし

ある暮らし

薬草百話

「肝気」を整え「気血」を巡らせる

女性の体と心を助ける春の薬草たち

Well-Being ZOOM TALK SESSION

二人の医学博士に聞く

自律神経バランス測定から広がる

ウェルビーイング可視化の可能性

自律神経薬理学 柳原 延章 さん

×

漢方リトリート養生学 邵 輝 さん

かたわらの活動について雑誌に連載記事を書いています。
連載部分だけを抜粋した“かたわらバージョン”です。

2024年3月1日発行 HEALTHPLUS49号掲載

“Cut a wall out!” 特別編集抜粋版

かたわら

編集協力: MarieDaviWorks



誰かを幸せにする Well-Being

Cut a wall out!

過ぎゆく時間

前回は、私がなぜこの「かたわら」を始めたのか、どこへ向かっていくのかというお話しをいたしました。なかでも、地震とその後が出来事が大きく影響を与えています。今回は、東北の大震災でのボランティアと、令和6年能登半島地震への想いについてお話ししたいと思います。

子どもたちとの関わり

2011年7月21日〜22日、あるプロジェクトに帯同し、東北の避難所（荒井小学校用地内仮設住宅集会場）や中学校の体育館（東六郷小学校の校舎が使えなくなり、六郷中学校内で授業を受けていた為）等でライブをしました。発災から4ヶ月と少したった頃でしたので、もう少し復旧なども進んでいるかと思いましたが、まったく違いました。復旧・復興どころか、後片付けも進んでいない状況に、阪神大震災との違いを強く感じた記憶があります。その翌年の春と秋にも同じ場所に訪問し、徐々に現地の人も仲良くなっていきました。このとき感じたのが、前回お話をした



いつものゲーム、いつもの「かたわら」。今回はラジコンやお絵かきもたくさん楽しみました。辰年なので、龍の絵も描いてくれましたのですが、めちゃくちゃ上手!

「情けは人のためならず」です。今現在避難生活を送っている皆さんに逆に励まされて、勇気ももらいました。その翌年、2013年の春には、東六郷小学校が廃校になることが決定しました。小学校に籍が残っていた生徒が全員卒業する、というタイムングだったのです。2012年の秋に訪問したライブの最後に、先生がマイク越しに「来年の卒業式、ぜひ来てください！」と公開オフアールするというサプライズ。生徒達みんなの大きな拍手、「ぜったい来てね！」という声。我々も感動し「絶対に来ます！」とお返事をしました。そして翌年の春。我々のチームは卒業式に来賓として参加させていただき、式の後にはミニライブも実現しました。無事に全員が卒業できたことが嬉しく、我々は感動の涙を流して

おり、歌手の皆さんも涙ながらに歌われていたのを覚えています。私はカメラのファインダーで顔を隠していましたが、涙が止まらず手ぶれの写真を量産してしまいました。

能登半島での福祉施設の現状と皆様にお願いしたい事

こども家庭庁の発表によると、今回の地震で被災したと報告された保育所や児童養護施設などの児童福祉施設の数、2月1日の時点で石川県、新潟県、富山県合わせて281施設で、石川県内の107施設では断水が続いています。緊急の支援も必要ですし、日常を取り戻すことも急務です。そこで、かたわらの活動だからこそ出来ることとして、いつもの「グラントーリスモ」やラジコン、そのほかのおもちゃ等を持ち込んで、子どもたちに少しでも楽しんでもらいたいと考えています。東北での経験上、4〜5ヶ月たった頃にはボランティアを受け入れる余裕も少し出てくると思われれますので、ゴールデンウィークが開けたあたりから夏休み前の期間での訪問を計画中です。幸い、昔と比べてボランティア団体が資金を皆様から協力していただける方法が増えており、現在我々は Syncable と



東北で撮影した写真。2013年の卒業式参加を前に、活動を皆さんに知ってもらうために、写真展を開催しました。「Smile by Music」写真展エコール・リラ本館 4F 展示スペースにて、2012年12月6日から21日まで開催

いうサービスを使用しています。ここでは単発の支援から、毎月定期的に支援を続ける仕組み、今回のように災害支援などでクラウドファンディングのように、志を集める仕組みが整備されています。今回は、能登半島の児童福祉施設または子どもたちが多く避難している避難所などに持ち込むことを考えており、そのためのクラウドファンディングを立ち上げる予定ですので、皆様にもぜひ、能登半島の子どもたち楽しんでもらうためのご寄付をお願いいたします。また、アイデアや情報も募集してい

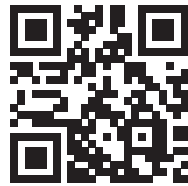
ます。現地の情報が不足していますので、もし現地の避難所や施設の情報をお持ちの方がいらつしやいましたらぜひお寄せください。「かたわら」の特性上、筐体を設置して、スペースもとりますし人も多く集まります。現地の責任者の方としつかりと事前打ち合わせをしておく必要があります、繋がりがしつかりと出来た状態で行かないと、ご迷惑をおかけすることになりかねません。他にもアイデア等も大歓迎です。「かたわら」は、できる限りたくさんの方にかわっていたいただきたいと思っていますので、少しでも関心を持っていただけると嬉しいです。

記憶から忘れられるとき

阪神大震災も、東北の地震も。もちろんここではすべてに言及できませんが日本では多くの災害があり、そのたびに被災された方がいます。ただ、まだ支援を必要としているのに、時間だけが過ぎてしまっ、報道が減っていくに従って忘れられてしまうこともあります。東北の際も、「現地で見聞きしたことをできる限り帰ってきてからたくさんの方に伝える」という使命を



写真提供：フォーミュラ Enjoy 協会



「かたわら」公式
<https://katawara.fun/>

豊田 佳明 (とよたよしあき)

自動車 / モータースポーツを通じて、こどもたちのかたわらに立ち続ける活動「かたわら」の代表。ベンチャー企業、その後1部上場企業でITエンジニアとして過ごし、中小と大企業の醍醐味を勉強する。独立後は映像制作を生業とし、元ネットワークエンジニアの強みを活かしネット上でのライブ配信も得意とする。ウェルビーイングを実現するための活動を続けながら、三重県鈴鹿市のK&Gレーシング様にて、Formula Enjoyレース出場に向けて目下練習中。

持っていました。ページ左上の写真は、阪神大震災との違いを実感した1シーンです。阪神では瓦礫が大量に残っていました。東北では辺り一面に建物も何も無い状態で、ぽつんと重機だけが置かれていました。本来は建物があるはずの場所での1枚です。今回の能登半島でも、我々は「かたわら」として、いつまでもかたわらに立ち続けたいと思っていますので、継続的に支援してくださる方は大歓迎です。いつもの活動と違って、毎月訪問するわけにはいきませんが、できる限り回数を増やし、長期的に訪問し、伝えていくという使命を果たしたいと思っています。



<https://katawara.fun>



概要

「かたわら」は、小さな手がハンドルを握る瞬間に、世界が広がる奇跡を信じています。私たちは、児童養護施設の子どもたちに、モータースポーツを通じて無限の可能性を感じてもらうためのプロジェクトです。子どもたちに贈るのは、ただのゲームではなく、人生のレースを乗り越える勇気と喜びの時間です。

疾風のように駆け抜ける子どもたちの笑顔が、私たち「かたわら」の原動力です。児童養護施設での毎月の集まりは、ただの遊びではありません。それは、心の扉を開く鍵となる貴重な時間です。一緒に、子どもたちの心に共鳴する冒険を始めませんか？

目を輝かせる子どもたちが、一斉に画面に集まり、レースの世界に飛び込んでいくその瞬間を想像してみてください。

私たち「かたわら」の活動は、そんな心躍る体験を、児童養護施設の子どもたちに毎月届けています。この小さなイベントが、彼らの日常に色を加え、新しい夢を描くきっかけになることを願っています。

世の中には、こんなにも心を弾ませる瞬間があるんだと、子どもたちに実感してもらいたいです。そして、彼らが自分自身という存在を、この世界で確かなものとして受け入れる手助けができれば、それは、私たちにとって最も大きな報酬になります。

スタッフ募集

「かたわら」では、子どもたちの心に光を灯す活動を一緒に創り上げる仲間を探しています。

あなたの温かい手が、子どもたちの未来に希望の光となります。共に、彼らの生きる力を育む事業に参加しませんか？



寄付のお願い

一人ひとりの支援が、子どもたちの未来のページを明るく照らします。ご寄付は、ただの支援ではありません。それは、子どもたちが自分の道を見つけ、歩んでいくための、愛と信頼の証です。私たち「かたわら」と共に、子どもたちに新しい希望の章を開くお手伝いをしていただけませんか？詳しい方法はホームページをご覧ください。また、以下のQRコードからもご寄付いただけます。ご寄付をいただいた方には、定期的に活動報告のニュースレターをお送りいたします。



公式 WEB



500円寄付する