

Vol.53 Spring & Summer 2026

ウェルビーイング体感マガジン 健康PLUS

HEALTH PLUS

Lifestyle Well-Being Magazine

Well-Being INTERVIEW

古い仮面を脱ぎ捨てたい男性向け 特別講座
「王のお仕度〈ザ★北翔塾〉」開講に向けて—

俳優、歌手、
元宝塚歌劇団男役トップスター

北翔海莉さん

薬草百話

腎臓病に役立つ春から夏にかけての
薬膳食材と漢方薬

ストレスよ、さようなら

再起動
「脳のReboot」

ネオ・シロダラ・エクスぺリエンス



誰かを幸せにする Well-Being Cut a wall out!

未来を、続く形にするために

前回、私は「未来像について詳しくお話ししたい」と書きました。今回は、その続きをお伝えします。

かたわらの活動は、三年目に入りました。毎月、子どもたちと顔を合わせる時間が当たり前になり、「また来てくれたね」と迎えてもらえる関係が築かれています。しかし私は、最近強く感じていることがあります。す。この活動は、「続いてこそ意味がある」ということです。

一度きりではなく、積み重ね

子どもたちに必要なのは、特別なイベントではありません。「また会える」「来月もある」その安心の積み重ねです。信頼は、一度では生まれません。時間をかけて、何度も顔を合わせて、ようやく芽生えるものです。だからこそ、活動を止めないこと。これが何よりも大切だと考えています。



新しいロゴができました！協力してくださる方が徐々に増えていくのはとても嬉しいことです。この活動の意義がさらにたくさんの方に伝わるように日々活動を続けます。

活動を「仕組み」にする

現在、私たちは

- ・大会運営の仕組み化
- ・ボランティア育成
- ・地域との連携強化
- ・機材の更新・整備

といった準備を進めています。特に機材は、日々少しずつ消耗しています。修理できるものは自分たちで直します。それでも、どうしても交換が必要なものが出てきます。活動は「想い」だけで続けることはできません。現実的な土台が必要です。

子どもたちの未来のために

この活動は、子どもたちの今を楽しくするためだけのものではありません。勝ち負けを経験し、悔しさを知り、立ち直る力を育てる。そして何より、

「自分を応援してくれる大人がいる」

そう感じてもらうこと。それが、将来の自己肯定感につながると信じています。

具体的なお願い

ここで、皆さまにお願いがあります。わたらの活動を安定して続けていくために、継続的なご寄付という形で未来づくりに参加していただけないでしょうか。例えば、

- ・月500円のご支援
- ・年1回の応援寄付
- ・大会スポンサーとしての協賛

等々、どの形でも構いません。一人ひとりの小さな支えが、子どもたちにとっての「また来てくれる」を守ります。

誰かのかたわらに立ち続けるために

私は、たくさん仲間を得て、協力者とともに、支援の輪が広がり、地域全体で子どもたちのかたわらに立つ。そんな未来を目指しています。どうか、この活動を「見る側」ではなく、「共につくる側」として応援していただけたら幸いです。詳細は公式ホームページをご覧ください。皆さまのご参加を、心よりお待ちしております。



このような機材を、いつも車に満載して運んでいます。組み立てたり、分解したりするうちに少しずつ痛んでいってしまいます。現在は同時に2人でしか遊べないので、あと2台増やして4人同時に遊べたら良いな、と思っています。

積み重ねが、子どもを支える

ある日、帰り際にひとりの子がぼつりと言いました。

「来月もあるよね？」

その一言に、活動の本質が詰まっていると感じました。特別な賞品よりも、派手な演出よりも、子どもたちが求めているのは「続くこと」なのだと思います。

安心は、突然生まれません。信頼は、時間の上にはしか築けません。だからこそ、この活動を止めないことが、何よりの支援なのです。月500円で、子どもたちの「また来月」を守ることができます。子どもたちが

「また来てくれるよね」

と安心して言える未来を、どうか一緒につくっていただけませんか。あなたの一歩が、子どもたちの「次の一周」を支えます。どうぞよろしくお願い致します。



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。



パトカーや救急車はやっぱり人気です。グランツーリスモシリーズは、レーシングカーだけでなく一般の自家用車もたくさん収録されているので、「これ見たことある!」という車も運転できるのが魅力です。



<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