



2023年5月1日発行  
 公益財団法人とちぎYMCA  
 〒320-0041  
 宇都宮市松原2-7-42  
 Tel 028-624-2546  
 Fax 028-624-2489  
 www.tochigiyymca.org  
 発行人 / 塩澤 達俊  
 編集人 / 公益財団法人とちぎYMCA

# YMCA News

5



## がんがん生きてやる!

表紙の写真から：とちぎY 野外クラブ（小学生）にて。

リーダーと子どもたちは遊ぶ時もいつも全力です。

私がYMCAに出会ったのは、高校生の時に参加したICEPの歓迎会でした。もともと海外の文化に興味があったり、外国の方とコミュニケーションを取りたいと思っていたりしたため、この出会いは自分にとって願ってもないチャンスでした。英会話は出来なかったものの、歓迎会の装飾準備や活動を共に行うことで、お互いに顔を赤くなるほど空気を送っているのに風船が膨らまないことに笑いあったり、緊張していた私をレクリエーションに誘ってくれて鬼ごっこを全力で楽しんだりしました。この機会に巡り合っていなかったら、知り得なかった人たち、一緒に楽しめなかった活動に出会って、本当に嬉しかったです。この経験を通して、参加するまではドキドキするけど、参加してしまえばそのドキドキなんてすぐに忘れてしまって、色々な人とたくさんワクワクを分かち合える、勇気を出してよかったと絶対思える場所というイメージが、ボランティアにはあると思えるようになりました。そして、小さな興味でも芽生えたらとりあえずやってみよう精神が生まれました。

大学生3年生になってから、幼稚園や野外教育プログラム、ウェルネスプログラム等でユースボランティアリーダーとして活動を始めました。子どもたちとたくさんのことを見聞きし、体験してきた2年間でした。特に思い出深い活動は、野外教育プログラムです。「僕の手が熱かったから、カエルさん苦しかったのかな？」と自分の生き物との関わりを振り返り、「これからはお水をすぐにあげる。手でずっと持たない。」と触れ合い方を考え直したり、「捕まえるのは良くないよ」というお友だちの言葉を聞いて「またね」と直ぐに返したりした自然探索。「黄色いリンゴさんはまだ取っちゃダメだよ! 真っ赤になるために、頑張っているんだから。」とじっくり観察して選んだり、「りんごは、恥ずかしがり屋さんだから赤いの!」「りんごはお洋服を着ている

から、赤とか黄色とか水玉模様なんだよ!」と一つひとつの色や形を面白がったりした果物狩り。他にも、たくさんの野外活動を子どもたちとしてきました。子どもたちの見え方、感じ取り方、表現は、本当に面白い! ユーモアたっぷりな子どもたちには、モノだけでなくコトに意味合いを持つことが、自分を豊かにしてくれるということも教えてもらいました。

リーダーやディレクターとも、子どもについて語り合い、子どもたちに届ける体験に向かって話し合いや準備を重ねました。YMCAに入ってきたのは、子どもの姿や様子から活動で起きそうなことを予想することが出来ず、体験に関するアイデアや必要な配慮等の事前準備をすることが難しかったです。しかし、色々な人の考え方や優先順位のつけ方、大切にしているものを学ばせていただき、だんだんと子どもたちへの願いを込めた体験を思索することが楽しくなってきました。頭と心を働かせるエネルギーが切れることも多々ありましたが、そのような時はみんなとおしゃべりをしたり、おいしいものを食べたりして、栄養補給をして、またひと踏ん張りすることが出来ました。仲間存在に助けられたことへの感謝の気持ちを伝えたい、みんなにしてもらって嬉しかったことを今度は自分が誰かにしたいという思いが膨らみ、それを叶えられた時に満たされるようになりました。

保育者として働き始めた今、YMCAで積んだ経験を日々の糧とし、ちいさなリュックでは詰め切れない思い出を心の拠り所として、アドベンチャーソングを歌いながら、これからも冒険に出かけたいと思います。YMCAは私にとって、ずっとずっと一緒に温かく付き合っていたい場所です。

とちぎYMCA ユースボランティアリーダー OG  
 牧野 友香 (ムーミンリーダー)

とちぎYMCAの使命。 ~みつかる。つながる。よくなっていく。~

### 2023年度とちぎYMCA年間聖句

主に望みをおく人は新たな力を得、鷲のように翼を張って上る。走っても弱ることなく、歩いても疲れぬ。」(イザヤ書 40 章 31 節)

「疲れた者、重荷を負う者は、だれでもわたしのもとに来なさい。休ませてあげよう。」(マタイによる福音書 11 章 28 節)



## 認定こども園 さくらんぼ幼稚園 「4月のご報告」



4月8日(土)2023年度入園式が行われました。さくらんぼ幼稚園では「入園式」は年少組の4月に行うことになっています。年中組で入園された園児も参加して行います。今年は86名が晴れの日を迎えました。緊張で硬い表情の子もたくさんいましたがきつと数日後には笑顔で「せんせい、おはよう」と登園してきてくれると思います。迎え入れる私たちも負けないくらいの笑顔で待っています。

4月1日から新年度が始まりました。2023年度も神様から頂いたたくさんの出会いに感謝しながら共に過ごせる時間を日々大切に過ごしていきたいと思ひます。行き届かないことも多々あるかと思ひますが職員一同精一杯努めてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。本澤 利香



## ようとう保育園 「新採用保育士のご紹介」



今年度からようとう保育園で働かせていただきます。つばめ組(2歳児)担任の関谷 瑠愛と申します。私は子どもがとても大好きで、歌を歌うことや外であそんだりすることも好きなので、これから毎日子どもたちと一緒に関わる中で、外で体を動かしたり、一緒に色々な歌を歌ったりしていきたいです。

社会人になって、これからたくさんのことに自覚をもって仕事をしたいといけな立場なので、何事にも責任をしっかりともち、仕事に専念していきたいです。そして、子どもたちが保育園に行くことが楽しみに思えるような援助ができる保育士になりたいです。

子どもたちにとっての大切な時期を共に過ごす立場であるからこそ、子どもの成長を支え、保育園での生活を楽しく・伸び伸びと過ごすことができるよう努め、保護者の方にとっても子育てのパートナーとして安心して子どもを預け、相談できるような存在でありたいです。そのために、周りの保育士の方の保育を見て学び、たくさんのことを吸収していきたいと考えています。まだまだ至らないことばかりですが、園長先生をはじめ、先生方を見習って早く一人前の保育士になれるように頑張ります。よろしくお願ひします。



## 「トライ東公式SNSのご紹介」

トライ東では前年度から公式 LINE、YouTube チャンネルを開設しました。LINE では、各種セミナーやイベント等の最新情報の発信、トライ東の HP、施設の予約をキャンセルした際に必要なキャンセル届の記入フォームへ簡単にアクセスができ、施設の空き状況も見ることができます。

YouTube は、施設に常設してあるボードゲームの遊び方や季節のイベントの様子、トライ東スタッフの紹介動画などを随時発信していきます。動画の編集は主にユースのアルバイトスタッフがっており、とても楽しく面白い動画となっておりますので、是非ご視聴ください。

また、トライ東は Instagram も開設しております。セミナーの紹介や季節のイベントをリアルタイムで配信するインスタ LIVE、毎週水・土曜日に青少年が体育館を使用できる時間、青少年デーの告知をするなど様々な投稿を行っております。

SNS の開設により、トライ東が青少年の活動の場として多くの方々に認知していただき、より多くの方々が交流する場所となり、人とのつながりが広がることを願ひます。

Instagram :  
@try.east で検索!



## 特別養護老人ホームマイホームきよはら 「春の訪れ」

本格的な春の陽気に包まれ過ごしやすい日々の中新年度を迎え、マイホームきよはらのご入居の皆様も日中は以前よりも少し薄着でも問題ない様子で、春の日差しを受けて気持ちよさそうに昼寝や散歩など好きなように過ごされています。

3月26日と4月2日にドライブで花見に出かけました。26日はあいにくの雨で



車の外に出て近くで桜を見ることはできなかったのですが、車で桜並木を潜り抜けた時には嬉しそうに桜を見上げておられました。2日のお花見は天気良かったので車から出て桜の木の前で記念写真を撮りました。少し葉桜に移ろっていましたが綺麗に咲く桜を間近に見てとても素敵な笑顔が見られました。その他の日も天気いい日には施設の近くにある桜を見にお散歩に出かけました。



またホール独自のイベントとしてワッフルづくりや居酒屋を行いました。ワッフルづくりは生地から手作りして焼き上げている香りとてもワクワクされており、出来上がったワッフルをイチゴや生クリームなどでトッピングし美味しく召し上がっていました。居酒屋ではビールなどを提供し、お酒が好きな方はゴクゴクと飲まれてとても良い笑顔が見られ、また居酒屋したいねと話されておられました。

## 親と子の居場所 めいめい 「新学期スタート!」

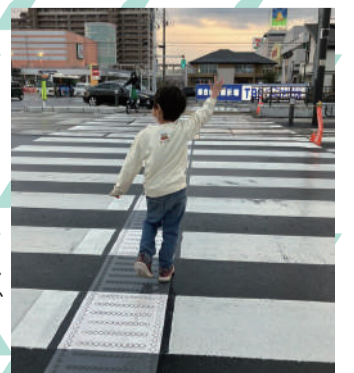
最近暖かい日が多くなってまいりましたが、めいめいでは様々なイベントを行っております。近くに桜がたくさんある公園に行きみんなでお花見をしました。桜舞い散る中で元気いっぱい鬼ごっこやアスレチックで遊んでいました。鬼ごっこでは普段おとなしくしているお友だちが一生懸命



懸命追いかけており、新たな一面が見られました。また、桜の花びらを何枚取れるか勝負をしている様子も見られそれぞれが自分自身で楽しい遊びを見つけられています。

4月に新1年生になる子どもたちが多く「横断歩道の渡り方を教えてもらった」と、実践してくれました。左右確認や腕をしっかりあげて横断歩道を歩いている

姿はとても素敵で、背中にランドセルが見えました。登校班で学校に通う話もしてくれ緊張でどきどきした気持ちと楽しみでわくわくした気持ちが伝わってきました。新学期になりましたが、めいめいで変わらず過ごしていただけたら嬉しいです。



# スプリングプログラムありがとうございました。

とちぎYMCAではこの春、子どもたちの全人的成長を願い、スプリングプログラムを実施いたしました。それぞれのプログラムでは「体験のその先にある成長」をテーマに実施し、自然の恵みを通して、子どもたち一人ひとりがグループのメンバーやリーダーと関わる体験をしたことで、「協力する」ことの楽しさや大切さ、「人とのつながり」を持てる嬉しさ、仲間どうし「互いを認め合う」ことの大切さを心で感じる事ができた活動となっていたら幸いです。

## 菅平シュプールスキーキャンプ

4年ぶりに菅平にて2泊3日を楽しみました。子どもたちは3日間のスキーレッスンを通して技術の向上はもちろんですが、スキーの楽しさを感じることができました。最後の「シーハイル」でみんながキャンプ体験を終えて、他者と協働する喜びや達成感を得たのだと感じました! 2泊3日の中でグループの垣根を超えたアットホームな雰囲気を作り出されていて、リーダーも子どもと一緒に楽しむことができたキャンプでした!

白鷗大学4年 若井 優花(みんちゃんリーダー)



## 新1年生チャレンジキャンプ

1日目の朝は、初めてキャンプに参加するメンバーもいて、少し緊張している様子も見られましたが、バスの中でたくさん話をして、少しずつ打ち解けていきました。冒険活動センターでは、ポイントラリーや山登りなどに挑戦しました。勇気の洞窟では涙を流してしまうメンバーもいましたが、友だちと手を繋ぎながら無事通ることができました。山登りでは、険しい山道を慎重に登り、無事山頂に到着しました。今回のキャンプは、友だち同士で時には支え合いながら、たくさんの「できた!」を感じることができました!

宇都宮大学2年 藤田 ちひろ(ベリリーリーダー)



## 春らんまん3Days

3Daysでは日帰り3日間、笑顔満開をテーマとし、季節感を楽しみながら活動することができました。今年は1日目、変形自転車。2日目、生き物探し。3日目、お弁当作りを行いました。この3日間は、キャンプでは味わえない、3日間それぞれ違うプログラムでの子どもたちの様子から成長を見られる3Daysとなりました。子どもたちだけでなく、リーダーも笑顔満開になったプログラムになりました!

国際医療福祉大学2年 佐藤 彩華(せつぷうリーダー)



夏休みのサマープログラムは6月から申込み開始予定です。  
2023年度もとちぎYMCA シーズンプログラムをよろしくお願ひいたします!

# ドッジボールチーム トライ∞

## 第9回とちぎYMCA杯エンジョイドッジボールご協力のお礼

標記大会は2023年3月18日(土)、清原体育館にて開催されました。これもひとえに参加者の皆様をはじめ、ご後援・ご協賛くださいました企業、団体、協会の方々のおかげと感謝しております。

今大会は、栃木県、群馬県、茨城県、埼玉県、東京都から男女混合の部24チーム・ジュニアの部16チーム、延べ720人を越える子どもたちが参加し、一人ひとりが楽しみながら元気に試合を行うことができました。

来年度、第10回とちぎYMCA杯エンジョイドッジボール大会が引き続き開催できますよう、今後ともご支援、ご協力賜りますようお願い申し上げます。

末筆となりましたが、みなさまの今後ますますのご繁栄とご活躍、ご健勝を祈念し、大会の報告とお礼のご挨拶とさせていただきます。

とちぎYMCA杯エンジョイドッジボール大会  
担当 菅井 宏益

○男女混合の部  
優勝 隼'Eight(栃木県)  
準優勝 Vegaes源氏前(東京都)  
3位 トライ∞(栃木県)

○ジュニアの部  
優勝 トライ∞ジュニア(栃木県)  
準優勝 プニーズ☆TERAO B(群馬県)  
3位 Team the Bit's(群馬県)



## 関東ジュニア大会ドッジボール選手権 優勝しました!



2023年3月21日(火)アドストリアみとアリーナで行われた、第4回関東ジュニア大会ドッジボール選手権に栃木県第1代表として参加しました。

昨年度も出場しましたが、決勝トーナメントで3回戦敗退してしまい悔しさが残った大会です。

憧れのカラーコートに立つこと。そして、絶対に優勝すると目標に向かって日々練習に取り組みました。

結果、優勝。創部以来、関東ジュニア大会で初優勝を果たすことができました。

大会運営の皆様、参加にあたりご協力くださった指導者、審判員の皆様、保護者の皆様、本当にありがとうございました。

## 小学生ドッジボールチーム トライ∞(トライエイト)メンバー募集中!

競技ドッジボールの基礎技術を学び、活動中の試合や県内外の大会にチャレンジしていくドッジボールチームです。

日本ドッジボール協会にもチーム登録をしています。

※トライ∞については宇都宮市青少年活動センター(トライ東)までお問い合わせください。

Tel:028-663-3155 ドッジボールチーム トライ∞担当 菅井 宏益



# ウクライナのこの1年と今後の支援活動

## 日本の YMCA の支援活動と今後

2022年3月にウクライナからの女性が羽田空港に到着。その後、次々と来日避難する方たちの緊急支援や生活のための手続きなどの支援活動を行う。また、避難した方たちの居場所として「ウクライナカフェ・ひまわり」をオープン、生活講座や無料バザーの開催、ウクライナ語の絵本の設置。次第に相談内容が生活個別支援のニーズに移っていった。その後『心の折れる時期』のメンタルヘルスケア対応や中長期的滞在定住支援を行っている。

今後は、子どもたちの教育、言葉の壁、資格・手続きなど制度の壁、異文化適応の心の壁などを抱える人たちにどのように伴走していくか、全国のYMCAと考えていきたい。

今回の支援活動を通して日本が外国人の人権を守り、共生できる豊かな社会をつくるための、社会の変換につながるような意識喚起をしたい。

## ウクライナ YMCA の支援活動と今後

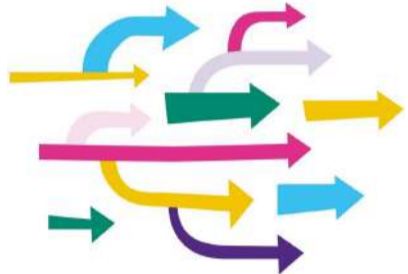
ウクライナ全土で、電気、水、インターネット、食料の不足に苦しむ困難な中でも国内 24 の YMCA のうち 20 の YMCA のスタッフ、ボランティア、コミュニティは活動を継続している。

避難者受け入れ、物資配布などの人道的支援活動、地雷に関する安全教育・対策、避難する人達の支援、実践的な救急医療コースの提供等を行った。YMCA のセンターを仮設シェルターとして利用、またうつ病や PTSD など心理的社会的サポートに重点を置き、メンタルサポートを提供している。

世界の YMCA の支援に感謝、引き続きのサポートが必要。

(YMCA ウクライナ避難者プロジェクト責任者・横山由利亜さんのメッセージ及び「1年後のウクライナ YMCA」から抜粋)

YMCAが実現したい世の中の姿



互いを認め合い、高め合う  
「ポジティブネット」のある  
豊かな社会を創る。

## 「ポジティブネット」 Positive Net

互いの存在や個性を認め合い、高め合うことのできる、善意や前向きな気持ちによってつながるネットワークのこと。課題の多い社会のなかで、それは、生きるためのひとつの選択肢となっていく。私たち日本のYMCAは、グローバルなネットワーク基盤を活かしてポジティブネットを広げ、希望あるより豊かな社会を創ります。

## 月刊# (ハッシュタグ)



### 第24回 #なにそれなにそれ

とちぎYMCA総主事  
塩澤 達俊

#とちぎYMCA年間聖句#ポール・マッカートニー#ジョン・レノン  
(今月も70年代音楽雑誌インタビュー記事風にしてみました)

たっちゃん: 疲れたカラスが上昇気流イケイケの鷲の翼の上で休んでいるように見えるだろう?

ジョン: うん! しかも、一緒に空中を飛び続けている!

ポール: 疲れを知らない鷲と疲れたカラスがいっしょに飛んでる!

たっちゃん: そうなんだ! 疲れたら休めばいいし、力があつたら休ませてあげればいい。そして! いっしょに飛べばいい! これが聖句を並べて与えられた2023年度のとちぎYMCAの目指す姿=あり方さ!

ジョン&ポール: All Together Now! (オール・トゥゲザー・ナウ! = みんないっしょに) ってカンジね!

たっちゃん: そうだね! ここで注目して欲しいことがもう一つあるんだ。

ポール: なんだい?

たっちゃん: 鷲の翼の疲れさせない「力」がどこから来たかってことさ。

ジョン: 上昇気流?

たっちゃん: リンゴ! じゃなくて、BINGO!!

ジョン、ポール、ジュージ&リンゴ: (大爆笑)

たっちゃん: 鷲の筋肉や頑張りだけじゃないんだ。自分の力だけじゃなくて、気流の力に身を任せている。

ジョン: 人間の心について言い換えると?

たっちゃん: 聖句に「主(神さま)に望みを置く人は新たな力を得る」とあるだろう? 「望みを置く」って、望みをかけてみる=信じてみるということ。「新たな力を得る」は力を与えられるということだよ。だから、上昇気流を信じて身を任せてみると、自分の力だけで必死に頑張らなくても、大きく翼を張るだけでグングン昇れるのさ!

人間の心も同じじゃないかな。

希望をもつ、誰かを信じる、誰かと愛し合う、自分の行く先をそんな希望や誰かに任せてみると、フワッと軽くなれる力がやって来るような・・・。

ポール: 疲れたカラスは鷲に身を任せて休ませてもらって一緒に昇って。そんな鷲は自分で頑張らないで上昇気流のより大きな力に身を任せてグングン昇って・・・

ジョン: なんだか、つながって、一つになっているね。

たっちゃん: そうさ! とちぎYMCAの2023年はこんな感じでいきたいね!



## 高校生ボランティアグループ「つぼみ」

### つぼみ通信 vol.2



## いちばん充実していた1年!



昨年度は子どもの貧困に対するアクションとして、子ども食堂の運営に力を入れました。高校生が最初から企画し実行に移すにあたり、なかなか思い通りに進まないこともありましたが、毎回「準備・開催・反省」の過程を踏むことで、つぼみ

み食堂をよりよいものにしていくことができたと思います。そして、なによりもつぼみ食堂に来てくれる子どもたちの笑顔で、私も幸せな気持ちになりました。1年間つぼみ食堂を続けて感じたのは、人と人とのつながりの温かさです。継続して来てくれる子どもたちや保護者の方をはじめとして、地域の方々や食材の提供をしてくださる方々、そしてワイズメンズクラブの皆さんなど、私たちはたくさんの人に支えられているということを実感しました。

また、私はつぼみのプログラムリーダーを務めました。上手いかないときには悩むこともありましたが、だんだんと仲間との絆も深まり、みんなで「つぼみ」を作っていくことにやりがいを感じるようになりました。

このようにたくさんのことを経験した高校2年生の1年間は、今まででいちばん充実していたと思います。高校3年生になり、活動できる時間も残りわずかになりましたが、最後まで全力で取り組みたいと思います。

宇都宮東高校3年 高木雅帆 (あんばんリーダー)