

# 活動内容（団体ボランティア）

## 三重ラフター（笑い）ヨガクラブ

参加便：第6便（6月22日～25日）

人数：5名

活動内容：笑いヨガ体験会



2班に分かれ各3ヶ所、計6ヶ所、仮設団地談話室・集会所にて「笑いの体操」と「ヨガの呼吸法」を取り入れた笑いヨガ体験会を実施。

—『笑いヨガ』って一体何だろう？—と興味津々で集まってくださったたくさんの方々と共に高らかな笑い声を響かせました。時折、尺八の演奏やマジックなども取り入れ、呼吸を整えながら時間いっぱい笑っていただきました。参加された方々には、心も体もリフレッシュ、「笑い」を通じて様々な感情を表に出し、ぶつけ合ってもらうことができました。参加者の皆さんが「楽しかったね！」と笑い合いながら帰っていく姿は、大変嬉しい光景でした。

鈴木 真一さん



震災発生から1年余り。まだまだ笑うことなんてできないのでは…不安を抱きながら、「笑いヨガ」というおみやげを携えて山田町に向かいました。参加できない会員と作ったミニカホン10台も一緒です。仮設住宅集会所に集う人たちと、共に笑い、歌い、語り合う中で、感激の涙もたくさん流していただきました。孤独になりがち日々の暮らしから抜け出し、見せ合うことのできた笑顔は、弾けるよう。訪問した私たちが方がたくさん元気をもって帰りました。

山田町から



山田第四仮設団地  
湊 義雄さん

「笑いの大切さに感謝」震災前まで何げなく笑っていた笑い。今そんな笑いが出来ているのだろうか。今こそ笑い声を上げなくては。あと押ししたのが「笑いヨガ」ヨガを開いて…！？参加した皆さんが笑顔で集会所を後にする。今度は自分達の手で「笑」を取り戻す。三重県の皆さんありがとう。

## 手づくり工房・ワイワイ

参加便：第6便（6月22日～25日）

第19便（10月26日～29日）

人数：6名、2名

活動内容：手芸教室



各便3ヶ所、計6ヶ所、仮設団地の談話室・集会所にて手芸教室を実施。第6便ではふくろうづくり、第19便ではお雛さまづくりを行いました。

震災前から手芸を趣味とする方が多くいらしたため、会場には身動きが取れないほどたくさんの方が集まってくださいました。細かいパーツなどをキットにまとめて準備をされ、手芸に慣れていない方にもスムーズに作成できるよう工夫をこらした活動となりました。また、第19便での活動が大変好評であったため、ワイワイさんの協力のもと、第21便で個人ボランティアの皆さんにお雛さまづくり活動を行なっていただきました。



代表  
井谷 三枝子さん

去年2回ボラパックに参加し、今年度は団体として活動しました。現地でも知った方にお会いした時は、第二の古里に久しぶりに帰ったようでした。皆様の温かいおもてなしの表情や言葉に安堵しました。1回目はフクロウのリース作り、2回目はお雛様作り。その後又、お雛様作りをして欲しいとの要請があり、皆様の生きがいややる気に繋がればいいと、嬉しく協力させて頂きました。私達の願いは皆様の笑顔がみたい！ただそれだけです。我が身に置き換えて協力しあえる体制を作りたいと思います。

山田町から



船越第二仮設団地  
岡市 智子さん

短時間での手芸、フクロウのリース作りをして、「ああ私でも出来るんだな」と、とても嬉しかったです。皆で良く出来たがねと喜びました。リースはクリスマスに玄関に飾りましたし、参加して良かったと思っています。またいつか会う機会があれば嬉しいです。本当にありがとうございます。

# 活動内容（団体ボランティア）

## 眺明流剣詩舞道

参加便：第7便（7月6日～9日）

人数：18名

活動内容：剣詩舞道の公演・体験会

仮設団地集会所や福祉施設で「剣詩舞道ふれあい公演」を実施。

前半では剣舞・詩舞の演舞を觀賞いただき、普段なかなか観られない舞に見入る方や、中には演舞曲を口ずさみながら楽しむ方もいました。

後半では希望者全員に扇を使った簡単な詩舞体験をしていただき、認定書の発行もありました。詩文に込められた意味や情景を体現する事は、健康的にも精神的にもよいと言われ、踊りの経験者から初心者まで気軽に楽しく伝統芸能に触れられる良い機会となりました。



山田町から



恵の里 眺望  
野田 権右さん

みえボラの皆様には遠いところからおいでいただき感謝しております。当事業所には眺明流剣詩舞道治眺館の皆様が慰問に来てくださりました。免状までいただき、利用者さんも大変喜んでおりました。ありがとうございます。

同じ目線で剣舞、詩舞を舞い、顔の表情が穏やかになって笑顔が我々にとって、とても気持ちよく舞うことができました。まなびの時間での、理容店ご主人の被災された様子、避難所暮らしのお話には、皆涙を流し聞き取りました。大変な経験された事、私達は一生忘れないでしょう。私達の趣味の剣舞、詩舞で少しでも元気になって頂けたかなと思っております。



岩田 眺東さん



久保 志郎さん

東日本大震災からまもなく2年になろうとしている。宗家から山田町で剣詩舞道ふれあい公演を計画しているとお話があったので、私は参加することにした。私たちは、仮設住宅、老人福祉施設において剣詩舞道ふれあい公演を行った。被災された方々と一緒に舞扇を使って詩舞教室を開き、笑い声も出て楽しくふれあうことができ、逆に元気をもらった感じがした。

## 琴修会 中勢支部

参加便：第14便（9月7日～10日）

人数：15名

活動内容：大正琴ミニコンサート・体験会

寺院や民宿、福祉施設で大正琴ミニコンサートおよび体験会を実施。ミニコンサートでは、大正琴の音色を懐かしむ参加者や、演奏にあわせて手をたたいたり、歌ったりと楽しい時間を過ごしていただきました。体験会では、希望者一人一人に「ふるさと」の丁寧な指導があり、最後まで弾けると素敵な笑顔があふれていました。

琴修会本部より大正琴寄贈もあり、これを契機に大正琴の趣味を再開する方や、新たに始めたいという方もいました。活動時だけにとどまらない、今後にも繋がる活動となりました。



代表  
田村 美保子さん

ボランティアは3会場で行い演奏後、聴いてくださった方々に演奏体験の時間を設け、大正琴に初めて触れる方も経験のある方にも大変喜んで頂くことができました。被災地に実際に訪れてこそ、被災地の方々と話をしてこそ、知ることができ、理解できることがあります。たった3日間でしたが、参加した全員が「もう一度行かせていただきたい」と心に誓いました。山田町の方々にいただいた元気は、今後の私たちの貴重な財産となるでしょう。そしてこの一期一会を大切に、日々前進していこうと心に深く刻みました。

山田町から



阿部 洋子さん

私の自宅は津波と火災に遭い、一瞬にして飲み込まれ、第一歩からの出発でした。大事にしていた色々な趣味の道具もなく嫌になる毎日でした。その時友人から大正琴寄贈の話を知りました。琴修会会長岩間様より頂き、涙が出る思いでした。あれから毎日弾いています。昔のことを思い出しながら、心安らぐ事ができました。心より感謝しております。