

認定 NPO 法人
底上げ
年間活動
報告書
2019



contents

- 3 理事長挨拶
- 4 スタッフ紹介
- 5 底上げニュース
- 6-7 気仙沼プロジェクト
- 8-9 SOKOAGE CAMP
- 10-11 若者育成
- 12-13 底上げについて
- 14 そこそこ団について
- 15 収支報告 / 助成・寄付団体
- 16 認定 NPO 法人底上げについて



代表挨拶 *message*

毎年、代表挨拶を考えているのですが、こういうのは本当に苦手でいつも最後になってしまいます。

設立から9年目を迎え、毎年毎年苦手意識が消えないのは、ただ僕が成長していないだけなのか、僕の考えすぎなのかわかりません。ただ一つ言えることは、今年もこの苦手な苦行がやってきたと思う一方、「また今年も挨拶ができるなあ」と嬉しいような気持ちもどこかにあるということです。相変わらず、できることは小さい団体ですが、思い浮かぶスタッフや受益者の顔は笑顔にあふれています。

そんな環境を今後も作っていければと思っています。

理事長 矢部寛明

Hiroaki Yabe
矢部寛明



2011年3月気仙沼入り。2012年底上げを創設。縁の下の力もちに憧れつつも結局担がれるタイプ。自由で柔軟な発想で新しく事業を生み出す係。底上げを運営しながらも、大学で教員もしています。最近の発見は、矢部は「楽しい」を目的に生きているということ。

2019年泣いたこと……………自分の大学院の卒業式がコロナの影響で中止になったこと。実は学部卒業式も2011年震災のタイミングで中止でした。卒業には縁がないのでしょうか？ちゃんと卒業してるはずなのに！

Takafumi Narumiya
成宮崇史



2011年8月に気仙沼に入り、底上げを立ち上げ、気仙沼に根付いて高校生の主体性の教育を中心に、市内の人材育成全般に楽しく関わっています。2019年は「感謝する心を育てる」をテーマに様々な伴走活動を行ってきました。全然答えが見えてません(笑)

2019年泣いたこと……………やはり「卒業」かな。高校生たちの卒業パーティーに、真希ちゃんの地域おこし協力隊の卒業など、新たな旅立ちに涙はつきものですね。常に新しいチャレンジを意識しながら、自分の変化を大事に2020年も頑張っています！

Saori Yokoyama
横山沙織



2016年より底上げに参画。足りない事はなんでもやります。底上げの「こぼれ球」拾う係。人が自分自身の幸せとは何かを探求し、そこへの一步を踏み出すきっかけになるようなコミュニティや場づくりがしたい。2019年は結婚妊娠出産のコンボで価値観や視界も歪んだり広がったりした一年でした。最近のホットワードは「ねんね」と「だっことおんぶ」。インプットは進むものの、アウトプットが容易ではない、成果とは何なのかよく分からないという点でかなり未知です。

2019年泣いたこと……………2019年一番泣いた事が本当に思い出せないのですが、つわり中に感情が暴走して小説読むたびに泣いてました…。只今育休中！

Yusuke Saito
齊藤祐輔



2011年4月に気仙沼入り。底上げを立ち上げ、その後1年半海外を放浪。帰国後底上げに復帰しSOKOAGECAMPや気仙沼の高校生マイプロなどのプログラム企画運営を行っています。

最近のホットワードは“研究”。豊かさを探求してきた中で、いよいよ大学院に入り研究を始めます。テーマが大きすぎて何から始めていいかわかりませんが、やってみます。

2019年泣いたこと……………2019年一番泣いたことは…CAMPかな。4年間やってきて、今年は卒業生が多かった。参加してくれた時からインターンで関わって卒業するまで、なんだかあつという間で感無量でした。これからますます楽しみ！

底上げニュース

2019年度

この一年の間に底上げメンバーに起こったあんなことや、こんなことをお伝えするページです。



横山、娘爆誕！！

12月に娘が爆誕しました。産まれるまでまさか病院に二泊するとは思っていませんでしたが、元気に産まれてきてくれて感謝です。ちなみに精魂尽き果てて、出産の瞬間は感動ではなく「終わった…」という感想でした。感動には体力が必要！慣れない子育てに右往左往したり、上がったり下がったりしながら一日一日を過ごしています。現代の子育ては本当に大変だよ！世の母はよくやってるよ！2020年は子育て中心になりますが、娘と一緒に楽しい事や新しい事に挑戦していきたいなーと思っております！



矢部、カンボジアへ行く

2019年3月に視察兼研究の一環でカンボジアへ行ってきました。震災直後、ボランティアで度々訪れてくれた当時大学生だった山勢くんが、カンボジアで起業し活動を行っており、彼の団体との連携の可能性を探る旅でした。彼はカンボジアでバナナペーパーを開発、加工し、名刺入れやポーチなどのお土産として観光客向けに販売しています。現在は人材育成にも力を入れ、精力的に活動を行っています。底上げとしては今後、気仙沼と世界をつないで面白いことをしたいと妄想しているだけに、多くの可能性を感じる旅となりました。SOKOAGE CAMPに参加した大学生や、気仙沼の高校生と何か一緒にできたらいいなあ…妄想が止まらない！



年末マラソン

今年もやってきた！とMの祭典!!そこあげ沿岸部マラソン!今年も開催しました。12月末の年の瀬の時期に、岩手県宮古市から宮城県南三陸町まで160キロをタスキリレーしながら二日間で走りきる企画!そこそこ団を中心に13名が全国から参加!今年は、途中雪に見舞われ、車移動を余儀なくされましたが、なんとか走破。「いったいなぜ?」「意味がわからない」という声が聞こえてきそうですが…参加者の満足度はそれはそれは高いものとなりました。



丸森ボランティア

令和元年10月に発生した東日本台風は、関東や甲信、東北に甚大な被害をもたらしました。同じ宮城で大きな被害を受けた丸森で、矢部と成宮の2名が1日ボランティア活動を行ってきました。大変微力ですが、わずか数時間の滞在ではありましたが、自然の力、防災やコミュニティの大切さを改めて強く感じる機会となりました。今でもしっかり前を向いて努力している仲間への深い敬意を表します。今後も、どの地域でも災害が発生した時に、私たちもしっかり自分ゴトとして捉え、すぐに行動していけるようにしたいと思います。



BeCAMPを開催!

一年の振り返りと、翌年の向きたい先を考える2泊3日の合宿。NPO法人SETと一緒に2018年から始め、2回目の実施。学生社会人が9名集まり、ワークをしながらお互いの話も聞き、夜にはたき火を囲みながら語り合いました。参加者も主催者も満足度が高いプログラム。少しずつ輪が広がり、1年に一回、年末に集まる恒例行事になったらいいなと思っています。



齊藤、フォルケホイスコーレ視察

2014年に旅をしていた時に会った人から聞いていたデンマークの話。フォルケホイスコーレのことやヒュッグという言葉など、豊かさを考える上でヒントになりそうだとずっと気になっていました。そして2019年10月!仲良しな仲間たちに誘ってもらい、どうとうデンマークにいました。視察として4つの学校を見て回り現場の先生とお話できました。時間や空間に余白をつくることで思考や感情が活発に働きあらたな発想から行動が生まれるんだなあ改めて感じました。アートや旅はやっぱりいいなー。暮らしにもプロジェクトにも取り入れたい。

Sokoage Member



高校生マイプロ

気仙沼市役所、気仙沼市教育委員会、気仙沼高校、一般社団法人まるオフィスとの協働事業です。地域の大人たちが、有志が集まった高校生一人ひとりの思いに寄り添って、地域の中で自分がやりたいプロジェクトを興し実践することをサポートしています。2019年は15名の高校生が参加、市長や教育長、外部専門家ゲストを審査員にお迎えし、150名を超える一般聴講者と共に「気仙沼の高校生マイプロジェクトアワード」を実施することができました。これからも地域内外の方との繋がりを増やし、高校生の思いをよりいっそう形にしていけるように努力していきたいと思ひます。先行き不透明な未来においても、自分の意思を持って豊かに生きていく力が身につけていけますように。

気仙沼高校3年
齊藤恵梨佳



去年の夏、人生で初めて創造的な行動をとったと思ひます。それまではいつも、やってみたくて思ひながらも、できるわけないと諦めてきた自分でした。そんな時、気仙沼マイプロの存在を知り、思ひ切って友達と参加しようと決めたのは、人生の転機だと今でも思ひます。マイプロに参加したら、自分の夢も諦められなくなりました。親大反発です笑



気仙沼マイプロバス

気仙沼出身で東京や仙台、山形に進学・就職した若者に、高校生のマイプロをサポートしてもらうために無料で帰省できるバスを提供しました。貴重なバス代は、企画に賛同いただいた地元の多くの企業様よりいただくことができ、本当に感謝しております。高校生のサポート以外の時間でも、市役所の方からお話を聞いたり、地元企業の方とのワークショップも行い、今の気仙沼の魅力とワクワク感を肌で感じてもらいました。それぞれの学びが起点となって、気仙沼で人材の還流が生まれていくようにこれからも仕組みを作っていきたいと思ひます。

岩手大学4年
尾形亜樹



この企画に参加して、気仙沼ってやっぱりいいなと実感しました。豊かな自然、おいしい食べ物、温かい人々に触れて、気仙沼が故郷であることを改めて幸せに、そして誇りに感じました。また、気仙沼で夢を追う高校生や熱意ある大人を見て、私も気仙沼に貢献したいと強く感じ、そのために今できることを頑張ろうと思ひました。

1 底上げ Drinks

記念すべき50回まであと一歩！（笑）高校生と地域の大人や、大学生達との食事を通じた交流の場です。ゆるく繋がりを作る時間があれば、高校生の企画を実施する時間としても活用することができ、多様性の意義を感じることができています。今後については、長く継続してきたからこそ、新しい形を模索してアップデートを目指していきたいと思ひます！



2 気仙沼高校 キャリアセミナー

今回で4年目となる、気仙沼高校でのキャリアセミナー。今年も35名の講師の方々にご協力いただき、高校1年生にそれぞれ多様な人生観や仕事観を、少人数の対話の形で語っていただきました。毎回参加して下さる講師の方に加えて、新しい方々とも一緒にでき、私たち自身もとても楽しく学ばせていただいております。今回は時間配分などいつもとは違う形で実施し、チャレンジの中に新しい可能性を見つけることもできました。

3 気仙沼の教育魅力化事業

一般社団法人まるオフィスと協働しながら、気仙沼でより魅力的な教育の仕組みが生まれていくように活動してきました。学校の先生方と魅力的な教育のあり方について対話する時間を始め、市役所の方で人材育成を担当している方々や、外部の専門家の方々とも意見を交わし、貴重な学びの機会となりました。2020年はその学びをしっかりと形に興していきたいと思ひます。



4 新月中学校探究学習

2019年も、気仙沼新月中学校3年生の探究学習の授業のコーディネートをしていただきました。今年は仲間が増え、市内6つの事業者からミッションを提示してもらい、中学生が約半年かけ、自分たちのできるアウトプットを考え作っていただきました。答えのない問いに向かって、思考力や協働力が深まり、新しいものを創り出す楽しさを感じてもらえるように事業者と対話しながら授業を作っています。



5 気仙沼まち大学 運営協議会

会員制シェアスペースである「□ship（スクエアシップ）」を中心に、場や繋がりの創出を通して、気仙沼市が目指す、対話・協働・共創のまちづくりを体現しています。底上げも民間のメンバーとして携わっています。市役所と民間が一体となり、気仙沼市民すべての人がワクワクして新しいことにチャレンジしていけるようなまちづくりを今後も実践してまいります。

SOKOAGE CAMP

SOKOAGECAMPとは、大学生向けの自己内省プログラムです。全国から大学生が集まり、未来の自分はどのようにありたいのか、どう動いていくのかを探求します。1週間気仙沼で合宿をし、徹底的に自分と向き合い、対話します。新しい価値観にふれあい、視野を広げ、合宿後には日常に戻り、仲間と共に進んでいきます。過去21回実施し、参加した大学生は173名。安心安全な環境のもと自分に矢印を向け内省ができるコミュニティが少しずつ広がっています。



中央大学4年インターン
木原葵



学校や家族での日常のコミュニティに、なんとなく居心地の悪さを感じてた。忙しい毎日で、自分はどうしたいのかもわからず、時間ばかりが過ぎてた。そんな日常から一歩置いて、やすむことを許してくれる場がSOKOAGE CAMPでした。自分の過去や弱い自分、ありのままの自分を受け入れてくれて、次に進む勇気をそっと押ししてくれました。

メインファシリテーター

以前からSOKOAGE CAMPを手伝ってくれていた社会人ファシリテーター2人に依頼をし、2019年夏の15、16期はメインで進行する役割を担っていただきました。外部からファシリテーターを招くのは初めての試みでしたが、また新しい場のあり方が生まれ、参加者はもちろん、底上げスタッフにとっても学びと実りの多い時間になりました。素敵な場を作ってくれた2人に大感謝です。これから先も一緒に新しいものを創っていきける感覚を得ることができ、楽しみが増えています。

社会人キャンパー
阿部優美



自分のためだけに自分を探求する大切さを知りました。就活時は人に評価される自己分析を窮屈に感じていましたが、それとは対照的に、自分の心の声を素直に言語化できたり、感情をありのまま伝えられる温かい場所がSOKOAGE CAMPでした。あの場を共有したキャンパーは、今でも私の背中を押してくれる家族のような存在です！

メインファシリテーター
伊藤大貴



キャンプの空間に身を置く度、人間はこんなにも温かい生き物なんだなあ、と思います。出会った仲間達と、同じ時代と一緒に生きていけることは、私の幸いの一つです。少しでも、この温度が世界に広がればいいな。もっと、この場所と日常が繋がればいいな。祈りながら、向き合いながら、これからも一緒に、歩み続けたいです。

メインファシリテーター
高橋愛満



SOKOAGE CAMPに関わるたびに深まる実感は、誰もが語るべき言葉やストーリーを持っていて、力強くかけがえのない存在だということ。これまでを振り返り、感情や思考を言葉にして対話するSOKOAGE CAMPでの時間が、キャンパーにとって自分を認識し大切に感じるきっかけやその先の生き方につながることを願って、これからも精一杯共に進んでいきます。

社会人研修

忙しい毎日の中で一度立ち止まり内省する余白をつくること。社会人にもそんな時間が必要だと思い、社会人の研修の一環でSOKOAGE CAMPに参加してもらった。大学生とともに時間を過ごすことで双方に学びや気づきを作り、自身を見つめ直す時間になった。

社会人参加者
鈴木平



底上げな人たちと一緒にいると、言葉を獲得できる。そのヒトそれぞれの、内から出てくる言葉を。言葉を獲得することは自分を自分のものにできる感覚に近い。僕もそのひとり。いつの間にか、恐れや比較から来る言葉ばかり、見てくれはいいかもしれないけど、「それは俺じゃない。」そんなことを気づかせてくれる空間、機会を楽しそうに愉快地に優しく創ってくれる、そんなヒトたち。底上げに会おう。



B-action

「環境に慣れるな、環境をツくれ」をコンセプトに、半年間にわたり毎月一回の勉強会を通じて結成される爆笑集団を作る取り組みです。

その中で自らの違和感や課題感を言語化し行動に起こします。底上げの他にも、この活動に共鳴する団体が京都や鎌倉でも活動を実施しており、東北内外のネットワークを構築中です。過去に30名が参加し、それぞれのフィールドでアクションを起こし続けています。B-action（ばくしょん）は、爆笑とアクションを合わせた造語です。

宮城教育大学1年
4期参加者
早坂峻輔



僕は、B-actionに参加したことで、自分の過ごしやすい環境であるコンフォートゾーンから、自分の経験したことがない環境のストレッチゾーンに踏み出せるようになりました。B-actionは個人活動ですが、期間中は毎日B-actionのことで頭がいっぱいで、同期のメンバーも頑張っているから頑張ろう！という気持ちになり、体が軽くなった気がしました。そのおかげで、日常が豊かになりました。

そしてなによりも、あの特別な体験が忘れられません。仙台駅でのだるまさんがころんだや誰も知らないライブフェスなどは大学生活の中で1番ワクワクした体験でした。B-actionに参加できて本当によかったと思っています！



自分と未来を創る探求所

2018年度から、東京で大学生社会人向けのプログラムを始めました。日々の暮らしの中で自分のほしい未来を探し自分で作ってみる。それをもとに毎月一回集まり参加者同士が対話をしながら自身の変化や特性、ほしい未来を探求します。東日本大震災後のさまざまな出会いによって生まれた「わたす日本橋」(<https://www.watasu.net/>)の皆様とともに作っているこのプログラム。東北から進学で関東にきた大学生や、気仙沼で繋がりをもった社会人なども参加しており、東北と東京、今と未来、人の心に架け橋をわたすコミュニティにもなっています。

(※三井不動産株式会社からの業務受託事業)

1期社会人参加者
2期サポートスタッフ
行本未希



約1年間、探求所に関わる中で、自分の日常をちょっぴり良くする技を知りました。日々の暮らしは何気なく過ぎ去っていくかもしれないけれど、ちょっと自分の心と向き合うことで、心地よく生きることができるなあと感じました。もっと肩の力を抜いて、リラックスした自分がいいと思わせてくれた探求所メンバーとの出会いに感謝です。



企業研修

石巻を中心に子ども支援を行うNPO法人TEDICの全職員を対象に、研修を実施しました。この流れは自己を見つめる対話型プログラムSOKOAGE CAMP(学生向け)をアレンジし社会人に対しても行えるように設計したものです。学生でも社会人でもその人の内面からくる声をしっかり聞き、日々の生活や仕事に活かすことは重要です。この研修を受けることで、より良いワークライフバランスに繋がることを目的としています。

特定非営利活動法人
TEDIC
大津賢哉



ユースワークとか、ソーシャルワークとかを外した、個人としての生き方とか価値観に触れられたり、考えるきっかけになった。でもそれ以上に残ったのは、個人としてどう生きたいとか、どう生きることが幸せなのか。それを考えられたのが、すごいよかった。



福島ツアー

アメリカの諸大学から来日した学生を対象に福島ツアーを実施しました。本事業は広島を拠点とし活動する一般社団法人AUSTのプログラムを一部運営するという形で実施。17名の留学生を対象に、福島からのレクチャー、対話の場をはじめ、東京電力廃炉資料館などを訪れました。世界から見る福島と日本が認識している福島の違いなども話題に上がり有意義な時間となりました。底上げも海外ともっと繋がっていききたいですね…！

ツアー参加者
Emily Tahra



I love Fukushima. It is rich in culture, the food is out of this world, and the people are extraordinary.

When 3/11 occurred, I remember I was in an apartment and sat on my couch. I could not begin to fathom the lives lost and damage that was done.

Not in a million years would I have guessed that not ten years later, I would visit Fukushima.

I was in constant awe that despite such tragedy, more than 3500 people came back home. They saw the opportunity of cultivation for so many things instead of seeing the "nothingness" that most would see. They saw a new beginning, in the hopes of a brighter future. I saw that despite the cold shoulder from the rest of Japan, the people of Fukushima put one foot in front of the other, and work hard.

It will always be an experience I am able to recall so fondly of, and am eternally grateful for.

Sokoage method 底上げが

楽観性について

真面目に話してみた！

2019年3月に矢部は宮城大学事業構想学研究課程を修了。その際の研究テーマは「職場環境が主観的幸福に与える影響—東日本大震災が生んだNPOリーダーを中心に—」であった。この研究では7人のNPOリーダー層を分析した。本研究テーマに行き着いた理由は大きく分けて二つある。一つは、震災後、彼らと接していく中で、生き抜く強さのようなものを感じたこと。もう一つは、なんだかとても楽しそうだったからである。彼らをアンケート調査やヒアリングを行っていくうちにわかったことがある。それは未来に向けてとても楽観的であるということである。比較すると一般のデータよりも3割増しくらいの高い数値が出た！決して恵まれているとは言えない環境下で強く、そして楽しそうに活動を行う理由のひとつに楽観的という要素があったのだ。ある研究によると「楽観性は幸福度を向上させるためには重要な要素で、楽観性があれば他の要因は吹き飛んでしまうくらい重要なものである」としている。なんと！楽観性はジョーカーのようなものなのか！ではその楽観性を底上げスタッフに向けてみると…楽観性の塊のような方々！（笑）はい。今回のテーマは楽観性でいきたいと思います。



登場人物

斉藤（ゆっけ）



横山（ひめ）



成宮（なる）



矢部（ひろ）



ひろ：はい、みなさん！今日は楽観性をテーマに話していこうと思います。簡単に説明すると底上げを構造分解した時にひとつのキーワードで楽観性があるのかと、…。ほら、いつも笑ってるじゃない？ぼくら（笑）その背景にはどんなことがあるのかなーと。震災後からたとえ不謹慎だと思われそうになっても笑いながら続けてくってことをやってきたじゃない？僕たち？その辺ももちろんいいことばかりじゃなかったけども、震災なんてほんと大変なことばかりで、でも実は世界に目を向けても似たような状況っていうのはたくさんあって。ゆっけが旅から帰って来たとき（ゆっけは2013年から約1年間放浪の旅後、再度底上げに合流）言ってたよね。「僕は、戦争を止めることはできないけど、自分の身の周りのことだったら少しはできるかもしれない」って話をしてくれたのは覚えている。その辺は今回のキーになる気がする。
ゆっけ：未来にこういう状態でいたい、こうなりたっていう明るいビジョンを持ったりもするんだけど、必ずそこにはかなきゃいけないとか、これがないと絶対に生きていけないとか、そういうものがあると、それが手に入らないことってあるから。そこはできるって思うことと、手放せるっていうことを両方持ちながら、うまくバランスをとっているかな。
なる：人って結構、想定内にとどめたいんだよね、いろんなものを。
ゆっけ：はいはい、そういう話かも。
なる：ほとんどのことを想定内にとどめたいから、「こうあるべき」という風潮を押し付けたり自分もそのイメージの中で動いていて。確かに想定外が起きた時は怖いし、受け止めきれないものがあるんだけど、想定外を笑って受け止められる感覚ってめっちゃ大事な気がして。想定内、かつ、こうなければいけない論がいっぱいあるわけじゃん。価値観で言えば、人はお金をたくさん稼がなければならない、とか。それを外して、お金がなくても豊かさってここ

にあるよね、って問われた時、イメージしたことがないから受け止めきれない。けれど、それを受け止められるのが楽観性だよな。
ひろ：それで言うと、なるさ、出会った当時、想定外苦手だったよね（笑）今全然そういう感じじゃないよね。その認識どう？
なる：あるある（笑）僕は、想定外がすごい嫌だった。
ひろ：でもさ、全然そんな感じじゃないよね、今。
なる：でも、それをかえてくれたのは、ゆっけとひろだと思って。
ひろ：いや～、すごいね（笑）
なる：自分も他の人も、想定してないいろんな失敗があるわけじゃない（笑）それを笑って過ごせる感覚はすげ～なってずっとと思って真似てたら、自分もちょっと変わってた。いまだに苦手なところもあるし、想定外が起こるとストレスもあるんだけど、その固定観念を解放できた時にもっともっと成長できるって分かってきたから。
なる：そういう意味では、ひろとゆっけはすごいなって思いながら、それはどうやって培うんだ？みたいなことは考える。メソッドとしてはまだ分かってないかな。
ゆっけ：なるほどね、すごいね。やっぱり震災がでないかな。
ひろ：それでいうとひめは、入った時からどしどししてたよね。「なんでも来いよー！」そういう感じじゃない？
ひめ：そもそも底上げっていう組織、団体自体が想定外じゃん（笑）
一同：（笑）
ゆっけ：誰が想定してるのかって話しだけだね。
ひめ：誰も想定できないよね。
ひろ：すごい。今回、見えてきた（笑）
ひめ：たとえば底上げて今、高校生、大学生に対してのプログラムやってるけど、5年後やってるか分からないじゃん。想定の中では、底上げは気

にあって高校生とか大学生に対してずっとやってるんだけど。そういう周りから見えてる前提条件とかも、全くこの中にいる人たちは関係ないんだなって思って。目指したい未来は共有出来ているから、そこへ向かう為に「こっちはじゃない？」「この方法やってみようよ」となれば新しい事に踏み出せちゃう。今のやり方や事業に良い意味で執着がないんだな、と思って。
ひろ：それはいつ気付いたわけ？
ひめ：それは結構早い。中に入っていると感じるよね。
ひめ：ただ、事業は方向転換もするし、手放すことも出来るけど、気仙沼という場所に対しては、やっぱり強い思い入れがあるんだなとは感じた。
ひろ：そうだね。
ひめ：周りの人たちからすると想定外しかないんだと思うの、底上げに対しては。そんなことしちゃう？そっちいっちゃう？みたいな。
ゆっけ：なるほどね。
ひめ：だから羨ましいし、憧れるのかもしれない。そうなりたいけど、なれないところもきっとあるんだろうなって思って。
なる：分かるわ～（笑）
ひろ：分かるの？ほんと？（笑）
ゆっけ：事業とか職業とかそういうところに目標を置きがちだけど、人の幸せとか豊かさのところに抽象度は高いところにいるから、そこへの向かい方とかはそんなに考えてませんよ（笑）みたいなあるのかもね。
ひろ：宗教じゃん（笑）
ひめ：前から言ってるじゃん（笑）けど絶対にこっちの方が想定外だし、先が見えないけど楽しいよね。
ひろ：きた、楽観的発言（笑） そうなんだよね。勝負とかするつもりもないけどさ、やっぱりどれだけ楽しんでも僕らの基準で大きいよね。楽

しんでるとか、幸せに感じるとか、それこそ豊かさ、っていうのが上位概念なのかな、やっぱり。
ひめ：なんのために生きるのかってことよね。
ひろ：そうなんだよね。
ゆっけ：これをそうだよなってなっちゃう報告書ってすごいよね。
一同：（笑）
ゆっけ：僕このチームがチームとして成り立っている1つの要因は、欠点、できないことが明確にあるのが大きいと思う。
ひろ：僕らが？
ゆっけ：僕らが個々で圧倒的に劣っている能力を持っている。やっぱりさ、本当に、僕って忘れ物が多いじゃない？（笑）学校とかにいて、忘れ物が多いってなるとチェックされるわけよ。で、周りと比較されてできないよねっていう評価になる。それで結構最初悩んだよ。小学校の時とか、分からんから。なんで忘れ物が多いのか。けど、それは自分の特性だと思っちゃえば、もうこれと一緒に生きていくしかないから、それなら誰かの救いになることくらいしかない。忘れちゃったわ、「がはは」って言うしかないよなっていう。人からだめっていうレッテルを貼られるところから、できないやつおもしろい「がはは」みたいな視点に持っていくようなことをしないと、しんどい。けど今まで何かを忘れて死ぬほど困ったことはない。携帯忘れようが、スーツケースをバスのトランクに入れっ放しだろうが、命をとられたことはない。そういうのをさ、みんな持っている。このチームじゃなくても、みんな持っているんだけど、このチームはそれを露呈しにいってる。自分でもお互いでも。そこは楽観性を保てる1つの要素かなって思った。
なる：たしかに。
ゆっけ：さっきのできない話とちょっと近いかも。
ひめ：それで言うと、底上げに入って1番のカルチャーショックは、脱輪した時に爆笑されたこと

だったかも（笑）
一同：（笑）
なる：やはり（笑）
ひろ：人が失敗しちゃう時は笑いに変えるとかよくあるじゃん。でも世の中の人って、意外に笑われると傷ついたりするんだね。脱輪してさ、ひめがきょとんとして見てるのって最高に面白いじゃん（笑）そういうのを見てゲラゲラ笑うって言う行為を、ある一部の人には笑わないでみたい。人の失敗をなんで笑うの？みたいな風に言われることがあるんだなって。
ひめ：笑いの質が全然違うと思うんだよね、見下されるとかバカにされるとか、そういう笑われ方ではないじゃん。
ひろ：底上げがでしょ？
ひめ：うん。
ひろ：同じ側から一緒に笑ってる。
なる：あ～そう。
ひろ：あとさ、面白いことがあったらすぐ連絡するじゃん。「なる、聞いてくれよ～」みたいな。そういうアンテナの感度が高いよね。面白いこととかネタにあることがあるとすぐに連絡したいんだよね。僕がフライトの日間違えて17万払った時も、速攻連絡したじゃん。「やっちまった！ネタになった！電話しよ～～！」（笑）みたいな（笑）そういうのはずっとあるんだろうな。
ゆっけ：あるある（笑）それで言うと、僕らはやっぱり、私たちはできる側にいて、あなたができなくて笑ってるっていうサイドに立っているわけではなくて、私もできないよっていう親近感で笑ってるのか。笑うことで一緒の場所にいられている感覚があったりするんだな（笑）
ひろ：できないってことを相手にも、自分にも許容した上で仕事をして。なんかよく言われてる気もするし、言われてない気もする。なんかちょっと見え



そここ団について

私たちの考える底上げの賛助会員は、底上げの活動を寄付で応援するだけでなく、底上げの理念に共感し、一緒に体現していく仲間です。キャッチコピーは、「楽しい事やる、絶対」会員だからこそこの情報や関わり方を一緒につくっていきます。

syncable キャンペーン

2019年10月から1ヶ月、「チャレンジこそが生きがい! 見たい未来を共につくるそここ団 100人を募集!」と銘打って始まったキャンペーン。NPO法人として資金繰りが大切なのはもちろんですが、その上で、「未来を一緒につくる」というところが底上げにとってとても大事で、震災後から今までの繋がりの多さを改めて感じさせてもらえる期間となりました。たくさんの方から応援の言葉をいただき、最終的に132名の方に参加していただきました。

オンライン会

年度末は報告会、年度始めは新しい事業のスタートダッシュ! という毎年の流れがコロナの状況により度重なる変更を余儀なくされました。ただ、それで歩みを止める底上げではありません! 世界中みんなが抱えている課題だからこそ、一人ひとり何ができるかをそここ団のメンバーとオンラインで話し合う会を設けました。また、2019年度の報告会もオンラインで実施し、多くの方にご参加いただきました。今だからこそ、しっかりと自分たちができることを見つめ直し、これからもエネルギーに活動していきたいと思えます!

収支報告

平成31年活動計算書
(平成31年4月1日～令和2年3月31日まで)

科目	借方	貸方	(単位:円)
1. 資産部			
1. 流動資産			
現金預金	48,000	48,000	
ゆうちょ銀行普通預金	11,390,842	11,390,842	
三菱UFJ銀行普通預金	14,562,963	14,562,963	
気仙沼市基金普通預金	5,481,122	5,481,122	
ゆうちょ銀行貯蓄口座	2,988,413	2,988,413	
前払金			
労働保険	70,560	70,560	
雇用者負担増減引	25,102	25,102	
流動資産合計		34,533,102	
2. 固定資産			
(1) 有形固定資産			
車両運搬具		272,030	
自動車1台			
有形固定資産合計		272,030	
(2) 無形固定資産		0	
無形固定資産合計		0	
(3) 投資その他の資産		0	
投資その他の資産合計		0	
固定資産合計		272,030	
資産合計		34,805,132	
II 負債部			
1. 流動負債			
未払金		794,214	
3月経費		794,214	
預り金		53,851	
雇用保険		13,928	
流動負債合計		861,993	
2. 固定負債		0	
固定負債合計		0	
負債合計		861,993	
正味財産	174	33,943,139	

助成・寄付団体

東日本大震災現地NPO応援基金
「しんきんの絆」復興応援プロジェクト



「5」のつく日。JCBで復興支援



平成31年財産目録
(令和2年3月31日現在)

科目	金額		(単位:円)
I 資産部			
1. 流動資産			
現金預金	34,433,440		
前払金	99,662		
流動資産合計		34,533,102	
2. 固定資産			
(1) 有形固定資産			
車両運搬具	272,030		
有形固定資産合計		272,030	
(2) 無形固定資産		0	
無形固定資産合計		0	
(3) 投資その他の資産		0	
投資その他の資産合計		0	
固定資産合計		272,030	
資産合計		34,805,132	
II 負債部			
1. 流動負債			
未払金	794,214		
預り金	67,779		
流動負債合計		861,993	
2. 固定負債		0	
固定負債合計		0	
負債合計		861,993	
III 正味財産部			
前期繰越正味財産	34,359,616		
当期正味財産増減額	-416,477		
正味財産合計		33,943,139	
負債及び正味財産合計		34,805,132	

事業協力

日産スマイルサポート基金

その他多数のご支援・ご寄付を有難うございます。

認定 NPO 法人底上げについて

所在地

〒 988-0023 宮城県気仙沼市南が丘 2-2-12

TEL 0226-25-9670 FAX 0226-25-9670

Email info@sokoage.org

http://www.sokoage.org/

運営体制

理事長	矢部寛明	理事	野間口侑基
副理事長	齋藤祐輔		齋藤裕輔
理事兼事務局長	成宮崇史		天貝祐樹
スタッフ	横山沙織		金指了
			喜内尚彦
			スミス光永奏者
監事	山崎賢治		
顧問税理士	滝澤正樹		

ご寄付について

皆様からご支援頂いた寄付金は、復興支援事業、地域の若者育成事業、交流事業に使わせていただきます。
認定 NPO 法人底上げの活動にご賛同頂ける方からの温かいご支援をお待ちしております。

▶ クレジットカード (Syncable)

右記リンク先または QR コードからお振込をお願いいたします。

※ amazon pay/VISA/master に対応

<https://syncable.biz/associate/sokoage/>



▶ ゆうちょ銀行

口座種別：振替口座

口座名：特定非営利活動法人底上げ

記号番号：02290-9-120905

▶ ゆうちょ銀行以外からお振込みの場合

ゆうちょ銀行

預金種目：当座

店名：二二九 店 (ニニキュウ店)

口座番号：0120905

寄付金控除には領収書が必要になりますので、振込にてご寄付頂く場合は、通信欄へのお名前、ご住所、お電話番号、メールアドレスの記入をお願いいたします。

寄付金控除について

特定非営利活動法人底上げは平成 28 年 7 月 27 日付けで、宮城県より「認定特定非営利活動法人 (認定 NPO)」として認定されました。これにより、平成 28 年 7 月 27 日以降に寄付いただいた金額は、税制優遇の対象となります。

ご寄付いただきましたみなさまには当法人より、お名前、ご住所等必要事項を記した領収証を発行しております。確定申告時に申告していただくことで、税額控除ないしは所得控除を受ける事が可能になります。

詳しくは最寄りの税務署にご相談いただけますよう、お願い致します。

facebook でプログラム情報を配信中!



認定 NPO 法人
底上げ



SOKOAGE
CAMP

Special Thanks 底上げにかかわる全てのみなさま

Designed by Nao Kato