

認定NPO法人底上げ 2022年度活動報告書

# Sokoage Progress Report



## contents

- 2 理事長挨拶
- 3 スタッフ紹介
- 4 ニュース
- 5 気仙沼の教育・人材育成支援
- 6-8 若者エンパワメント
- 8 組織支援・視察
- 9 収支報告 / 助成・寄付団体
- 10-11 対談
- 12 認定 NPO 法人底上げについて

## 理事長挨拶

今年も無事に報告書が完成しました。

今年度は新しく中野、日野がジョインしフレッシュな風を吹かせてくれました。成宮、齋藤、横山、矢部のコミュニケーションは暗黙知が多く、コミュニケーションのストレスもほとんどありません。しかし二人が加入することにより言語化や可視化を通じた説明が必要となり、改めて思いを形にした1年となりました。そんな6人体制で迎えた本年度。汗と涙の活動報告をどうぞご覧ください。

矢部寛明

## 底上げスタッフ

Saori Yokoyama

### 横山沙織

2016年より底上げに参画。今は主にみんなの後ろでこぼれ球を拾ったり、伝票を整理したりしています。おかげでたくさんの方々に底上げが支えられている事を知れるこの頃です。

#### 2022年度がんばったこと

久しぶりに兼業を頑張りました。今年は底上げでも新しい事したい。

#### 底上げを一言で言うと

ワクワク探検隊。

Takafumi Narumiya

### 成宮崇史

2011年8月に気仙沼に入り、底上げを設立。その後も気仙沼に定住し、主には人に関わることを中心に、年々変化を楽しみながら活動しています。

#### 2022年度がんばったこと

色々なチームに関わりながら、仲間の大切さを深く感じる事ができました。

#### 底上げを一言で言うと

愛に満ちたティール組織

Yusuke Saito

### 齋藤祐輔

2011年4月に気仙沼に入り、底上げ設立から参画。現在は SOKOAGECAMP の運営をメインで行っています。また 2022 年から東北大学博士課程に進学し、実践と研究をいったりきったりしています。

#### 2022年度がんばったこと

硫黄岳一横岳一赤岳の縦走、今年は東北の山を巡りたい！

#### 底上げを一言で言うと

楽しい集団？

Shuichiro Nakano

### 中野柊一郎

宮城県仙台市出身。宮城教育大学卒。大学時に宮城の子どもの居場所づくりを団体を立ち上げ、現在も活動を行いながら、2022年度より底上げに参画。現在は主に SOKOAGE CAMP の運営や仙台でのイベントの実施に携わっています。

#### 2022年度がんばったこと

とにかく考えること！

#### 底上げを一言で言うと

結局全然わからなかったこの一年で、その不思議さが底上げっぽいかも！

Ryo Hino

### 日野涼音

山形県山形市出身、東北芸術工科大学卒、3人兄弟の長女。2022年度より底上げなみなさまにお世話になっております。福島県楡葉町に暮らしながら活動をはじめました。魔女になりたい24歳。

#### 2022年度がんばったこと

生きること（笑）

#### 底上げを一言で言うと

生きた生命体！



Hiroaki Yabe

### 矢部寛明

2011年3月気仙沼入り。底上げを作り、底上げに底上げされた本人。蔵王山麓に妻と息子二人と共に暮らす。

#### 2022年度がんばったこと

月に一回、河北新報という新聞のコラムを担当したのですが、自分の考えてることを言語化したこと。締め切りを守れたこと。

#### 底上げを一言で言うと

一言で言えない（という一言笑）。



2022  
年度底上げ  
ニュース

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。



## 矢部、デンマークへ

ウェルビーイングに興味を持ち出しかれこれ10年。その間、度々登場するデンマーク。いざ!幸福王国デンマークへ!そこで待ち構えていたのは洗練されたデザインと、一個600円のクロワッサン!学びたいのオンパレードでした。コペンヒル、フォルケホイスコーレ、クリスチャニア、グルントッピ…書き出したら止まらない!



## 広島研修

底上げのメインの商品は働くスタッフであるという思想のもと、定期的に視察研修を実施しています。今年度は7月に4日間の広島研修を実施しました。大崎上島にてアメリカの大学と連携しプログラムを提供する志塾、瀬戸内グローバルアカデミーや多様な学びの場づくりを行う(一社)まなびのみなど。広島市では、平和教育を行うNPO法人Peace Culture Village、アートを通じた障がい者支援を行う一般社団法人HAPなどを訪れました。福島稲葉拠点の立ち上げ時期であったので多くのエッセンスをいただくことができました。食事はもちろんお好み焼き。



## 河北新報連載

2023年1月より半年間、河北新報「座標」という企画の中で矢部が記事を担当しました。河北新報は宮城県を中心に45万部発行される東北を代表する新聞社です。そんな媒体を通じて東北の皆様へ何が伝えられるだろう?と考えながら執筆しました。テーマは、「ウェルビーイング、計画的偶発性理論、内発的動機付け、旅の効用」などです。



## 伴走者合宿

「昔やってた伴走者合宿って、すごい良かったよね!そろそろ直接集まれるんじゃない?思い切ってみんなに声をかけて自主的に集まろうよ!」という勢いから始まった伴走者合宿2022。気仙沼に遊びにおいてよ!くらいの感覚で個別に声をかけていって気付けば集まった人数は40人!久しぶりにみんなワイワイ楽しみながらお互いの近況を共有できました。また勢いと思いつきでいつかやりたいと思います(笑)



## 齋藤結婚パーティー引越し宮城大

2022年度を振り返ると、4月に結婚式、9月に結婚パーティ@秋保キャンプ場貸切、10月に東北大学博士課程入学、2023年3月に宮城大学で働くことが決まり急遽仙台に引越して、ライフイベント多めの1年を過ごしました。2023年4月から宮城にかまばっくしたので、東北のみなさま遊んでやってください!

SOKOAGE NEWS 2023

新メンバーも加わり、事業の変化もあり、底上げの活動をよりお届けしやすくするために2016年ぶりにウェブサイト进行全面リニューアルしました。リニューアルにあたり、底上げのことをよくよく理解し理事としても参画している2人にディレクションとデザインをお願いしました。それぞれの経験を存分に発揮していただき、エネルギッシュなサイトが完成しましたので、ぜひご覧ください。

## 制作メンバー

高校卒業から10年、いつかいつかと思っておりましたが、はじめて底上げとお仕事をすることができました!まさちゃんのおかげもあって、パワフルで底上げらしいサイトができたと思います!このまま東北と一緒に底上げし続けていきましょう!

阿部 愛里



“底上げらしさ”をどう出せるかかなり悩みましたが、写真スガワラさまで撮影した写真もあり、楽しいサイトになりました。「底上げとは」のページ上部にあるカード風デザインが、このままワークショップで使えそうでお気に入りです!底上げが大好きなみなさん、時々このサイトを訪れて底上げパワーを感じてください!

小野寺 真希

## 気仙沼の教育・人材育成支援事業

## 気仙沼教育事業

気仙沼市役所、気仙沼市教育委員会、一般社団法人まるオフィス、合同会社colereと協働しながら、市内の小中高生の探究的な学びの場作りや実践の伴走を行っています。「探究学習コーディネーター」として市内小中学校の探究の授業のサポートや、先生方への学びの機会提供、プロジェクト探究部の実施をしたり、昨年度立ち上がった「気仙沼学びの産官学コンソーシアム」の事業として探究学習塾ナミカゼを運営したり、「気仙沼の

高校生マイプロジェクトアワード」で高校生たちの実践の発表の機会を作ったり、直接的な伴走を中心にしながら少しずつその輪が広がるような仕組みづくりも行っています。

試行錯誤しながらプログラムを作りあげていくことに邁進した年度となったので、2023年度はそのプログラムを丁寧に充実させていくことに注力していきたいと思っています。



## 気仙沼まち大学運営協議会

会員制シェアスペース「□ship(スクエアシップ)」を中心に、学びの場づくり、繋がりの創出、起業支援やプロジェクト伴走を通して、気仙沼市が目指す「対話・協働・共創による市民が主役のまちづくり」の実現に向け活動しています。2022年度も個人やコミュニティの伴走に加え、多くの学びの機会を作ることができました。個人的には、コーディネーター育成、社会教育、起業支援、スポーツツーリズム、ゼロ・ウェイスト、

アップサイクル、など幅広いテーマに触れながら自身の学びも深めていくことができたことが充実しておりました。一方で、まち大構想全体の整理や裾野広げに関して課題となる部分もしっかりと意識しながら事業を推進していきたいと思っています。





## 若者エンパワメント

### SOKOAGE CAMP

2016年から続けてきた大学生・社会人を対象とした自己内省合宿プログラムSOKOAGE CAMP。2022年度は5地域にて計8回実施しました。今回は特に社会人を対象としたものや2泊3日、3泊4日といった短期間で行ったもの、過去のCAMP参加者を対象としたものなど、今までの形から新しいSOKOAGE CAMPの可能性の発掘に力を入れて取り組みました。社会や人の在り方が変化していく中で、私たちも変わることを厭わず、引き続き若者のためにできることにチャレンジしていきます。

Schedule

2022 夏 山形県金山町 : 2022.8.11-14  
山形県庄内地域 : 2022.8.22-27,9.23-25  
宮城県有壁地区 : 2022.8.26-31  
宮城県気仙沼市 : 2022.9.7-12

2023 冬 山形県庄内地域 : 2023.2.19-24  
宮城県蔵王町 : 2023.3.3-5  
山形県金山町 : 2023.3.14-19



#### COMMENT

日野涼音 / SOKOAGE CAMP スタッフ

これまでSOKOAGECAMPでは、キャンパー、地域コーディネーター、スタッフと、さまざまな役割を担わせてもらいました。この場は、目の前の相手、時間、空間全てがいまでもこれからも存在していきそうな気がする不思議な5泊6日です。そして、私にとって地球ごとまるっと愛せる私になれる場所です。参加回数を重ねるごとに、私から話をしたい、聞きたいと思う瞬間が生まれ始めました。私からはじめられる世界の愛し方なのかなと思います。今はまだ私が私であるためにできれば手放したくないです笑

#### COMMENT

中野柊一郎 / SOKOAGE CAMP スタッフ

2022年度は、夏には気仙沼(26期)、冬には金山(29期)のCAMPに参加し、一年間を通してCAMPに携わりました。前年度の冬に参加者として参加していたCAMPをつくる経験ができたことで、多くの発見がありました。CAMPは、CAMPに参加する人が立ち止まって改めて自分と向き合ったり、前に進むきっかけを拾ったり、頼れる仲間に出会ったり、大事な人とのかかわり方を考えたり、そんなことができる場であるということ、そして、その中にある僕がとっても幸せに思ってもらっていることを気付かせてもらいました。とっても幸せです!

## 若者エンパワメント

### 東北ターンLab.



東北出身者や、東北に縁のある若者がつながら、学び合うプログラムとして第2期が実施され19名に参加いただきました。昨年に引き続き、NPO法人TEDIC、NPO法人きっかけ食堂の3団体で企画運営を行いました。「リーダーシップ」「居場所」「ウェルビーイング」をテーマにゼミ形式の研究室を開設し、研究室単位での東北地域へのフィールドワークを実施し対面での交流も実現しました。対話を中心に進められた研究室での学びを経て参加者同士、そして参加者と地域の活動やプレーヤーが会いつながらの機会を作ることができました。



#### COMMENT

野内杏花里 / 参加者

想像以上に濃密な時間を送れたなと思います。普段、同年代の学生とばかり会話するので、年上の存在がいることが新鮮でした。同じ立場から少し先の意見や経験談を聞けるのはとても贅沢だったなと思います。



### 瀬戸内グローバルアカデミー

広島県大崎上島に拠点を置く瀬戸内グローバルアカデミーの一部授業を担当しています。フィールドは福島です。本年度は原子力発電所の事故で被害を受けた地域を訪れ、ヒアリング、現地調査を実施しました。避難を余儀なくされ一時は誰も住むことができなくなった地域。当たり前とは何か。生きるとは何か。この地に来るとそんな本質的な問いが浮かびます。原子力というプラスにもなればマイナスにもなる事実を目の当たりにし、一筋縄でいかないことを痛感させられました。本プログラムに参加した学生は今後アメリカの大学に進学します。是非とも異国の地でも福島を発信してもらいたいと思います。

#### COMMENT

唐下希颯 / 参加者

福島でのフィールドワークは、濃密であった。絶望の地へと変わってしまった故郷をなんとかしたいという思いを持ち続ける方々と出会った。一人の力ではどうすることもできなくても、続けることで何かを変えることができる、いや変えてやろうじゃないか、という思いが「希望」であり、「郷土愛」繋がっているのではないか。そんなことを考えた。





# 若者エンパワメント

## ならはこどものあそびば

福島県楡葉町を拠点に、小中学生の創作活動のできる遊び場兼居場所「ならはこどものあそびば」をはじめました。2022年10月から週3回程度開所し、楡葉町の小学生延べ243名が来所してくれました。このあそびばでは、なんでも自由。宿題をしたり、集中して絵を描いたり、友達と協力して大きな怪獣を



作ったり、みんなと話したりしています。日々、子どもたちから忘れかけていた大切な好奇心やワクワク感を教えてもらっています。大人が何かを教えるのではなく、子どもたちが小さな壁に向き合っていくことを大切にしています。

# 組織支援・視察

## 伴走者合宿

東北地方を主な拠点とし、中高生の活動をサポートする「伴走者」が集まり、知見の共有をする『2022 東北伴走者合宿』が、2022年4月に宮城県気仙沼市で開催されました。2015年から実施していたこの合宿。参加する伴走者も多様になり、今回初めて参加する若手スタッフも多くいました。そこで若手スタッフのためのコミュニティ構築の必要性を感じ、



若手スタッフ版『伴走者合宿ヤング!!!』を企画しました。2022年度は宮城県女川町と岩手県陸前高田市にて2回、合宿を実施し、各地域での活動の共有や振り返りを行いました。合宿後、それぞれの活動について相談したり、お互いの地域に訪問するなど、若手スタッフ間の関係性が構築され、団体を越えた連携が生まれています。

令和4年度貸借対照表(令和5年3月31日現在)

※単位：円

科目	金額	
<b>I 資産の部</b>		
1.流動資産		
現金預金	39,831,430	
前渡金	131,182	
未収入金	180,000	
流動資産合計		40,142,612
2.固定資産		
(1)有形固定資産		
有形固定資産計	0	
(2)無形固定資産		
無形固定資産計	0	
(3)投資その他の資産		
投資その他の資産計	0	
固定資産合計		0
資産合計		40,142,612
<b>II 負債の部</b>		
1.流動負債		
未払金	1,915,101	
未払法人税等	72,000	
人件費計	127,017	
預り金		
流動負債合計		2,114,118
2.固定負債		
固定負債合計	0	0
負債合計		2,114,118
<b>III 正味財産の部</b>		
前期繰越正味財産		45,256,954
当期正味財産増減額		-7,228,460
正味財産合計		38,028,494
負債及び正味財産合計		40,142,612

## そこそこ団について

NPO 法人底上げ賛助会員をそこそこ団と名称しています。そこそこ団の年会費は賛助会員費に当たり、寄付控除の対象となります。

### 入団者の4つのワクワク

- 1 年次活動報告書の送付
- 2 秘密の facebook グループに入れる
- 3 限定イベントに参加できる
- 4 底上げと楽しい事しちゃう!?

### 賛助会員年会費

- 個人会員 12,000 円/年
  - 法人会員 50,000 円/年
- ご入金はクレジットカードまたはゆうちょ銀行への振込みが可能です。詳しくは「ご寄付について」欄をご確認ください。

令和4年度計算書類(令和5年3月31日現在)

※単位：円

科目	特定非営利活動に係る事業	その他の事業	合計
<b>I 経常収益</b>			
1.受取会費			
賛助会員受取会費	866,956		866,956
2.受取寄附金			
受取寄附金	1,647,927		1,647,927
3.受取助成金等			
受取民間助成金	2,650,000		2,650,000
4.事業収益			
若者のエンパワメント事業	2,892,785		2,892,785
人づくりを通じた気仙沼のまちづくりに関する事業	5,235,839		5,235,839
組織・プロジェクトの企画相談事業	0		0
その他目的を達成する為に必要な事業	0		0
物品の制作・斡旋及び販売事業	0	0	0
5.その他収益			
受取利息	368	0	368
経常収益計	13,293,875	0	13,293,875
<b>II 経常費用</b>			
1.事業費			
(1)人件費			
役員報酬	3,420,000	0	3,420,000
給料手当	7,800,000	0	7,800,000
人件費計	11,220,000	0	11,220,000
(2)その他経費			
法定福利費	1,649,934	0	1,649,934
福利厚生費	5,850	0	5,850
謝金支出	495,000	0	495,000
印刷製本費	104,288	0	104,288
会議費	278,026	0	278,026
旅費交通費	1,582,796	0	1,582,796
通信運搬費	274,354	0	274,354
消耗品費	191,547	0	191,547
修繕費	198,020	0	198,020
水道光熱費	28,923	0	28,923
地代家賃	376,000	0	376,000
賃借料	63,000	0	63,000
保険料	29,400	0	29,400
諸会費	5,000	0	5,000
租税公課	600	0	600
研修費	10,400	0	10,400
支払手数料	135,043	0	135,043
新聞図書費	15,400	0	15,400
広告宣伝費	53,037	0	53,037
その他経費計	5,496,618	0	5,496,618
事業費計	16,716,618	0	16,716,618
2.管理費			
(1)人件費			
役員報酬	600,000	0	600,000
給料手当	1,680,000	0	1,680,000
人件費計	2,280,000	0	2,280,000
(2)その他経費			
法定福利費	298,608	0	298,608
福利厚生費	35,549	0	35,549
業務委託支出	242,000	0	242,000
謝金支出	100,000	0	100,000
印刷製本費	179,713	0	179,713
旅費交通費	53,540	0	53,540
通信運搬費	363,881	0	363,881
消耗品費	67,569	0	67,569
水道光熱費	8,987	0	8,987
租税公課	600	0	600
研修費	8,000	0	8,000
支払手数料	21,709	0	21,709
新聞図書費	9,900	0	9,900
広告宣伝費	63,607	0	63,607
その他経費計	1,453,663	0	1,453,663
管理費計	3,733,663	0	3,733,663
経常費用計	20,450,281	0	20,450,281
当期経常増減額	-7,156,406	0	-7,156,406
<b>III 経常外収益</b>			
経常外収益計	0	0	0
<b>IV 経常外費用</b>			
経常外費用計	0	0	0
税引前当期正味財産増減額	-7,156,406	0	-7,156,406
法人税、住民税及び事業税	54	72,000	72,054
当期正味財産増減額	-7,156,460	-72,000	-7,228,460
前期繰越正味財産額			45,256,954
次期繰越正味財産額			38,028,494

ご支援いただいた団体



ファーウェイ東日本大震災 IT 復興支援プロジェクト

公益財団法人ハタチ基金

その他多数のご支援・ご寄付を有難うございます。



## 2022年度から加入した新スタッフ、新理事で底上げを語ってみた

with 齋藤 & 成宮

齋藤 今回は、2022年度から新しく関わってくれている理事・スタッフ4人から底上げがどういうふうに見えて、どうして関わっているのかを聞けたらと思っています。最初に自己紹介をお願いします！

中野 大学を2年前に卒業して、りよりよと同じタイミングで底上げに入職しました。底上げ歴でいうと、1年8ヶ月ぐらい。元々大学時代教員を目指して宮城教育大学に入りました。大学4年生の時、大学の同級生と宮城の子どもたちの居場所作りを始めて、今もその活動を続けながら底上げにいます。

日野 今の気分を喋るとドキドキしてます。大学時代は、東北芸術工科大学のコミュニティデザイン学科に通ってました。底上げの代表でもある矢部のゼミに入って、卒業研究では福島県の楢葉町で地域の子どもと大人が関わるきっかけを作りました。卒業後も楢葉町で子どもの居場所を作りたいという私の意志を汲み取ってくれて、底上げに入り活動することになりました。

古瀬 個人事業主として古瀬ワークショップデザイン事務所ファシリテーターの仕事をしています。僕は底上げ歴でいうと、誕生日前から関わっていて。大学時代にひろくん（矢部）と自転車旅をしたので。当時「底上げ」という名前にする話を、ひろくんから聞

いた時に「その名前はやめた方が…」っていう話をしたと思う。（笑）言いたいことはわかるけど、「底上げてやるぞ」と勘違いされる可能性もあると思って。でも10年経って底上げという名前はいいなと思っておりま

す。  
牛木 東北芸術工科大学のコミュニティデザイン学科で教員をやっています。昔ソフトバンクリーダークリウドプログラムで高校生を受け入れていた時、とてもいきいきと活動している子たちが何人か参加をしていて、話を聞いてみると「底上げ」という団体に関わっているとのことだった。けど、「底上げ」をネットで検索しても全然出てこないし怪しいと思ってた。ある日、東京で底上げの活動報告会があって発表を聞いている時に、みんなが堂々と楽しそうに話をしてくれて、あたたかい場所だなと興奮したのを覚えている。

日野 底上げという団体のこと1年かかっても分かるようで分からない状態だったのですが（笑）皆さんから見て「底上げ」を一言で表すとなんだと思いますか？

古瀬 わからないよね（笑）団体や組織って言葉も合わない気がして。底上げは民族っぽい雰囲気があると思ってる。共通の特性を持っている人々の民族じゃないかな。起こった出来事を引き受けて、どんな状況において

も面白がりながら乗り越えようとするスタンスは非常にあると思ってる。そういう精神を持った人たちの連なりみたいな。遠く離れても何かを共通し合っている、謎の民族じゃないかな。

牛木 僕は、愛みたいなのもあるし、仲間みたいな。同じ時にずっと一緒にいれればいいわけじゃなく、離れる時もあるけど、繋がってる感じがあたりとか。ひめ（横山）が入る時って、気づいたらいた感じだったと思ってる。なんかドラクエみたい。「ひめが仲間に加わった」みたいな。こうやって仲間になっていく感じで広がるのが面白いなと思って。家族みたいだと思ってる。

成宮 離れやすさと入りやすさの距離のバランスが良いということなんだろうね。

中野 底上げって、社会や、周りにいる人にとってどういう役割があるのかが気になっていて。底上げから何を受け取ってますか？

古瀬 キーワードは「触発」なのかもしれないな、と。底上げに関わると、人々は触発されると思っていて。その人がその人になろうとする固有の何かがあるとしたら、それがツ

ンツとつかれて、その人がその人になっていくのを助けるような役割があると思う。

牛木 底上げの対話を聞いていて、自分だったら大体こう返すだろうなと考えた時に、根

底に愛情がある予想を反した返答あって。底上げじゃないところの会話に慣れちゃうと、こうなったらこうだしてというネガティブな側面とか、現実こうだよなとか、誰かの欠点をみたりすることがある。

日野 今話を聞いてて、底上げには居心地の良さや居心地の悪さがあるなと思って。居心地の良さは何か起きて笑ってくれるとか、ポジティブに物事を捉えられるとか。居心地の悪さは、私は結構感じて。1年いて結構感じてるってやばいけど…笑。まっすぐ見られすぎて、目で問われているというか、嘘はつけられないような見透かされる感覚がある。私の言葉を待ってくれてたり、自分がどうしたいのかを問われる感覚。それがすごく居心地が悪かった。私が何か言ったら、嫌われたり、見損なわれるんじゃないかなって。けど自分が返した言葉で嫌われたことはない。そういうことね、なるほどね、って言って受け止めてくれるのが、すごく居心地良くなってきて。その居心地の悪さと良さが混じり合ってる。

中野 去年の僕はうまくいかなかった敗北感があって。その要因は底上げっぽくなることか、底上げという人間になろうと考えたことだと思ってる。底上げの4人はそんなこと考えてないだろうし、その1人として



///

何をするかみたいな話なのかなって。だから個人の中野柊一郎としてどうあるべきか、どうありたいかが大事なんじゃないかなって。底上げになろうと思ったら底上げにはなれないって。

ゆっけさんとなるさんは、底上げにいますか？

成宮 直感的に答えると僕は「ホーム」かな。安心できる場だからこそ、外でチャレンジできる感覚がある。常に同じであっても面白

くないから、ホームからも刺激を受けたいし、悩んだり考えたいという意味で、りよりよとおーじが入ってくれたのは面白くてありがたい。だから、友達と仲間と恋人と家族みたいなものが融合した関係値なんだなと思ってる。その関係性を表す言葉は、日本語にない気がする。

齋藤 気持ち悪いんですけど本当に一緒に（笑）。何か足とするならば、感動をもらってる。

牛木 僕は底上げにフルコミットしているメンバーではないけど、僕はそれでいいんだと思ってる。僕の関わる距離のところ、ここに戻ってこれる繋がりがすごく幸せ。そこに照らし合わせて自分に何ができるのか、何をしたいんだろうって考えて、また戻って、ふと考えると底上げのことを思い出して二

ヤットするのが僕は心地がよい。  
日野 底上げはすごい愛を感じるんだけど、時折、ドライだなんて思う部分も結構あって。ドライさが、あたたかさでもある。最後まで全部手伝ってあげるわけではなく、それぞれ行動しながら触発され合っている状態が、愛があるドライさなのかなと。

齋藤 そろそろいい時間だね（笑）最後に一言ずついかがでしょうか？

牛木 自分の底上げのなものとそうじゃないものって考えたことなかったから、りよりよとおーじが話してくれたようなことが、なるほどなと思ったので、そこを噛み締めたいです。

日野 話を聞いていて、自分は触発を受けたり、感じ取っているのに、自分自身に向き合っていないんだなって思いました。自分自身に向き合っていくように振る舞いながら自分がないに大事だと思うのか妥協しない強さを持ちたいと改めて思いました。

古瀬 ここまで出なかったキーワードで底上げに感じてるもう1つのキーワードが浮かんできて、真剣さがあるなと思ってる。ふざけたり楽しんだりするけど、真剣なんだよね。例えば、テスト前に「勉強しないよ」とか言いながら、隠れて勉強してるみたいな。今日この時間も触発されたし、居心地がよかった。

中野 僕はこの1年自分がポンコツであることをドーンって感じ。ポンコツである自分は嫌だし、ポンコツだと思われるのも嫌なんですけど（笑）。自分に対してできないと思うけど、そんなことはない。自分を信じられるか。頑張ってたぶん自信をつけたいと思っています。

成宮 2つ持ち帰りたいものがあった、当たり前を疑いながら共感を持ち合わせた、面白さとユーモアのバランス感覚は考え続けたいなど。もう1つは、自分と向き合うって大事だと頭では理解してるし、人からも大事だよって言われるけど、一方で向き合うことは痛みを伴うものでもある。けどその痛みを共感したいし、ともに未来をつくっていきたいなど。その2点を考え続けていきたい。

齋藤 現場にいる人間だけで底上げのことを考えると、わからないことが多いなと思ってる。底上げと関わりと触発が生まれるという話はすごく共感した。加えて僕らも、まーぼーとかちからくんとコミュニケーション取ることによって触発されることがあることを感じたし、持ち帰りたいなと思った。今日はありがとうございました～！

Fin.

※対談は2023年6月に実施しました。

MEMBER 1



古瀬正也(まーぼー) 底上げ理事  
古瀬ワークショップデザイン事務所代表

MEMBER 2



牛木力(ちから) 底上げ理事  
東北芸術工科大学教員

MEMBER 3&4



日野涼音(りよりよ) 底上げスタッフ  
中野柊一郎(おーじ) 底上げスタッフ

MEMBER 5&6



成宮崇史(なる) 底上げスタッフ  
齋藤祐輔(ゆっけ) 底上げスタッフ

# NPO 法人底上げについて

## 所在地

〒 988-0077  
宮城県気仙沼市古町 2-7-117

MAIL. [info@sokoage.org](mailto:info@sokoage.org)

WEB. <https://sokoage.org/>

## 運営体制 (2022 年 7 月現在)

理事長	矢部寛明
副理事長	齋藤祐輔
理事兼事務局長	成宮崇史
スタッフ	横山沙織
	中野柊一郎
	日野涼音
理事	喜内尚彦
	阿部愛里
	大谷逸稀
	小野寺真希
	三浦亜美
	牛木力
	古瀬正也
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、若者のエンパワメント事業、人づくりを通じた気仙沼のまちづくりに関する事業、組織・プロジェクトの企画相談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)

下記リンク先または QR コードからお振込をお願いいたします。

※各社クレジットカード、amazon pay、銀行振り込みに対応



<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 (二ニキユウ店)  
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令和 3 年 9 月 17 日付けで、宮城県より「認定特定非営利活動法人 (認定 NPO)」として認定が更新されました。これにより、引き続き頂いたご寄付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。



認定 NPO 法人  
底上げ



認定 NPO 法人  
底上げ



SOKOAGE  
CAMP



SOKOAGE  
CAMP

Special Thanks 底上げにかかわる全てのみなさま  
Designed by Nao Kato