

# YMCA News

3



## ウクライナ支援特集号

### 戦争によって奪われた「普通の生活」～ウクライナ避難者支援から～

ロシアによる軍事進攻から4年。停戦の道筋は今なお困難を極めているのが現状です。YMCAは世界的なネットワークを通じて継続的な支援を行ってきました。これまで約40万人の人々がYMCAとそのパートナーの支援を受けたとされています。その支援は21の現地YMCAと25か国のYMCAを通じて実施されてきました。

日本のYMCAはこれまで1800名の来日、渡航から生活開始、生活のあらゆるお困りごと、自立に向けた伴走等の支援を行ってきました。

今回の盛岡YMCANEWS3月号はウクライナ支援特集号です。皆さんから寄せられた国際協力募金が具体的にどのように使われているか、日本YMCA同盟ウクライナ支援事業責任者の横山由利亜さんからこれまでの取り組みや現在、避難者の皆さんが直面している課題等報告してもらいました。



日本YMCA同盟  
ウクライナ支援事業責任者  
横山 由利亜さん

#### ウクライナ訪問の機会を得て

昨年10月下旬にウクライナ中西部を訪問する機会を得た。激戦地から離れ、比較的に安全だとされている地域であっても、日に何度も空襲警報のサイレンがなり、街中の軍人墓地には真新しい遺影が並び、通りに男性の姿は少なく家族連れはほとんど見られない。地元の学校を訪ねると、空襲警報のたびに生徒300名ですし詰めとなる地下シェルター、戦地で亡くなった教員や卒業生の写真、休み時間に子どもたちが手で編む迷彩柄の軍用ネットなど、「現在進行形の戦争」は「日常の一部」となって人びとの生活を脅かし続けていた。

(中面へ続く)

私たち、盛岡YMCAは、イエス・キリストによって示された生き方に学びつつ、豊かな自然と歴史的伝統に満ちた岩手の地で、こども、家族、地域とともに公正で平和な世界の実現を目指します。

1. こどもたちの個性を大切にし、それぞれの夢や希望、生きる力を育みます。
2. 家族の絆といのちの大切さを深め合います。
3. 共に生きるために、異なった文化、多様な価値観と出会う場を提供します。

最新情報はこちらでチェックできます！



ホームページ



facebook



instagram

## 取るものもとりあえず 来日したウクライナ避難者

現在、日本では1967名（2026年1月末現在）のウクライナ人が避難者として避難生活を送っている。YMCAはロシアによる軍事侵攻直後、2022年3月、戦争前から日本で暮らすウクライナ人から「戦禍の家族を呼び寄せたい」との相談を受け、渡航支援を開始。ウクライナ、ポーランドのYMCAと連携し、165名（生後2カ月～86歳）を来日させて来た。来日後は、全国各地のYMCAが日本語教育やチャイルドケアなどでサポート。こういった働きのために、全国から寄せられたYMCA国際協力募金が用いられた。2022年7月からは、東京都と協定を結び、都内で暮らす避難民のあらゆる困りごとを聴き取り、必要な支援策にマッチングする事業を開始し、一軒ずつ避難民宅を訪問してきた。

ウクライナでは、成人男性は徴兵制度のため出国を制限されている。なので、避難者の4分の3が女性、当初、多くが母と子、そして高齢者だった。戦争が長引くにつれ、徴兵を目前に控えた16-17歳の少年や、心身に障がいや重い持病のある方なども増えている。

## YMCAの活動② ウクライナYMCA年次総会 共に支援するヨーロッパYMCA代表らと総会会場近くにある テルノピルYMCAを訪問



2025年10月、ウクライナ西部の都市テルノピルにて、ウクライナYMCAの年次総会が5年ぶりに行われました。ウクライナYMCAは首都キーウに全国事務局と、33の都市に活動拠点がありますが、東部ではロシアの占領下となり活動を休止せざるを得ない地域もあり、今回は17拠点の出席となりました。日本は長年にわたるパートナーシップや、軍事侵攻以降のウクライナ避難民の支援の関わりから呼びかけがあり、日本YMCA同盟スタッフが現地へ赴きました。ヨーロッパYMCA同盟ほか、スウェーデン、フィンランド、ドイツ、デンマークからも出席があり、グローバルなYMCAファミリーによる国際的連帯が強く示される機会となりました。

ウクライナYMCAは、戦時下の子どものメンタルヘルスケア、復興を見据えたユースのリーダーシップトレーニング、前線地域への物資支援等、幅広い活動を行っています。

## 迫られる「経済的自立」と生きる希望

いまウクライナからの避難民が最も直面しているのは、公的な財政支援の終了という問題である。「働きたい、自立したい」という気持ちはあっても現実的に厳しい方々、学齢期の子ども、小さい子どもを抱える母親、高齢者、重い持病や障害を持つ方々が全体の半数を超えている。多くの心配を抱え、自分のことは後回しになる母親には、子育てと並行できる「ゆっくり学ぶ日本語教室」や、地元でのパートタイムの仕事を紹介する。持病に不安のある高齢者には福祉サービスの情報を提供し、手芸や料理などの特技を生かして地域と交流できるように働きかけ、孤立を防ぐ。最近増えている一人て来日した若者は、日本文化への憧れが強い一方、コロナ禍と戦争で社会経験やロールモデルが不足し、相談相手がいない場合が多い。日本の友人づくりの機会、スポーツなど心身形成の機会の提供にも力を入れている。YMCAではこのように一人一人、時間をかけて伴走し、共に人生の良い方向性を探っていく。

辛い4年間だったが、それでも小学生が、「キュウシヨク、エンソク、サイコウ」と話してくれ、母親は「私たちにできることで恩返ししたい」と能登半島地震に募金を寄せてくれる。遠く1万キロ離れた日本で「先の見えないなかで人生のやり直し」を迫られた人々たちにとって、生きる希望や力になっているのは、国家や政治の大義、軍事の増強ではなく、日常の中での人の優しさ、共に考え、泣き、笑い歩んでくれる普通の人の存在であることにも気づかれされている。一日も早い平和の実現を願い、これからも伴走を続けて行きたい。

日本YMCA同盟 ウクライナ支援事業責任者 横山由利亜

## YMCAの活動① 個別相談業務



2022年秋からの大規模な攻撃によって避難の中長期化を覚悟せざるを得ない状況となり、就業、子どもの教育、本国の家族との関係など人生設計に関わる相談事項が増えました。避難への罪悪感や将来への不安と向き合い、日々の生活、日本のコミュニティとの橋渡しなど多岐にわたる対応を行っています。

## かけがえのない子ども時代、 「普通の生活」を奪われて



命からがら来日しても、そこは安住の地ではなかった。ウクライナはとても教育熱心な国で、IT先進国でもある。子どもは、世界中どこに避難していても本国の小学校から大学まで、オンラインでの授業が一日も欠かさず受けられる。なので、日本に避難している子どもの中には、午前には日本語教室、午後は地元の小学校や中学校に行き、夕方から深夜にかけてウクライナの授業をオンラインで受講する、信じられないハードな生活を送っている。本来なら学び、スポーツをし、交友関係を広げながら、将来の夢を膨らませる、そういう年代である。かけがえのない時間の多くを奪われ、言葉にならない憤りや寂しさを心に抱えている。

## 先の見えないなかでの 「人生のやり直し」



避難してきている人たちは、おとな、子ども関わらず、父親、夫、親戚や友人、クラスメートなどウクライナに大切な人を残してきている。なので、「自分だけが安全なところにいる」ことに罪悪感を十字架のように背負い、先行きが見えず、「どう生きていけばいいのか」と、希望が持ちにくくなっていく。日本政府や行政から生活費や住居の支援を受け、安全な地で生活を送ることができることに非常に感謝をされているが、しかし人はそれだけでは生きられない。

多くの避難民が、「まさか、戦争になるとは思わなかった。そしてこんなに長期化するとは・・・」と話す。戦争はわかりやすい形では始まらず、ひとたび始まったら、普通の生活者の人生を寸断し、進学や仕事のやりがい、コミュニティのつながり、そういったものをすべてゼロにする。



# これからもウクライナ避難者支援事業にご協力ください



ウクライナ避難者支援事業への募金は継続中です。この活動にご賛同いただける方は、郵便振込取扱票に必要事項をご記入のうえ、下記郵便口座にお振込みいただくか、最寄りのYMCAまでお持ち下さい

(記入例)

お振込先 口座：02290-9-54655  
口座名義：盛岡YMCA

下記内容を郵便振込取扱票にご記入の上、ご送金ください。

- ① 寄付者住所
- ② 寄付者名
- ③ 電話番号
- ④ 備考欄に「ウクライナ避難者支援」と明記下さい
- ⑤ 寄付金額

02		払込取扱票		通常払込料 加入者負担	
02290	9	54655	5	10000	0
盛岡YMCA			料 金	額	510000
① 岩手県盛岡市中央通3丁目19番22号					
② 盛岡 太郎					
③ 019-658-8773					
④ ウクライナ避難者支援					
⑤ 盛岡 太郎					

## 盛岡YMCAリーダー紹介 ③⑧



みなさんこんにちは！新年早々水道管が凍って大焦りしたちゅーです！私は現在行動科学専修プログラムで心理学を学んでいます。カウンセラーになりたいと思い大学に入学しましたが、様々な心理学を勉強したり、YMCAで子どもと関わったりしているうちに、カウンセラー以外の心理職にも興味が湧き、将来何になるか悩み中です。

私は4歳から中学2年生まで水泳を習っていました。泳ぐことが大好きでまた泳ぎたいと思っていたときに、YMCAの水泳教室を知り、木曜水泳に参加するようになりました。最初はしたらみんなが楽しく泳ぎの練習ができるのかとても悩みました。活動の回を重ねるうちに、子どもたちのことを知り、自分も楽しめるようになり、2年生になってからは他の曜日や体験会などのイベントにも積極的に参加しています。

年に数回行われる水泳のリーダートレーニングでは、泳ぎの補助の仕方を学ぶことができます。以前私のグループに、背泳ぎができない子がいました。リーダートレーニングで学んだ補助を行い、何度も練習していると、一人でできるようになりました。一緒に喜び、とても印象に残っています。水泳の活動は、継続的に参加することで、子どもたちの「できた」瞬間を直に感じ、体験することができます。子どもたちのできることを増やせるよう、リーダートレーニングや日々の活動、先輩方から様々なことを吸収し、安全で楽しい水泳教室にしていきたいです。

岩手大学2年 稲端 涼夏（ちゅーるリーダー）



## サポートプログラム 『ゲレンデで遊ぼう』



皆さん、こんにちは！チーノです！1月18日(日)、安比高原スキー場にてサポートプログラム『ゲレンデで遊ぼう』を開催しました。当日は風がやや強い時間帯もありましたが、空は晴れ渡り、白銀の世界が一面に広がる中での活動となりました。澄んだ空気と美しい雪景色に包まれ、子どもたちは到着した瞬間から期待に満ちた表情を見せ、ゲレンデへ向かう足取りも軽やかでした。

本プログラムでは、リーダーと子どもが1対1で関わる「バディ制」を採用し、一人ひとりの気持ちやペースを大切にしながら活動を行いました。スキーやソリを中心とした活動を行い、スキーに挑戦する子どもたちはリーダーと一緒に基本動作を確認しながら、繰り返し滑走に取り組みました。何度も転びながらも少しずつコツをつかみ、「さっきよりうまく滑れた」と達成感を感じている様子が見られました。

ソリ遊びでは、雪山の斜面を何度も滑り降り、スピード感や爽快感を全身で味わっていました。また、雪合戦や雪だるま作りなどの雪遊びも取り入れ、雪の感触を楽しみながら友達やリーダーと関わる時間を大切にしました。バディごとに相談し、「次は何をする？」と話し合いながら活動を選ぶ姿が印象的でした。お昼休憩のときも、バディ関係なく、みんなで楽しみながら、時間を過ごすことができました。

活動が進むにつれて、最初は緊張していた子どもたちも次第に心を開き、自分の気持ちや挑戦したいことを積極的に伝えるようになりました。できたことを一緒に喜び、難しかったことにも寄り添う中で、子どもたちの表情はどんどん明るくなっていきました。冬の自然の中で体を思いきり動かし、リーダーと関わりながら過ごした一日は、子どもたちにとって心に残る貴重な経験になったことと思います。今後も、子どもたちが安心して挑戦し、たくさん笑いながら楽しめる活動を大切に、充実したプログラムを提供できるよう努力していきます！

盛岡大学2年 藤田 楓（チーノリーダー）



# お勉強相談会



12月27日(土)奥州キリスト教センターにて、子ども8名・リーダー8名で第1回目の生涯学習の活動である、お勉強会を実施しました。子ども達の苦手な勉強にリーダーと一緒に向き合い、「苦手をちょっと楽しいかも?」に変えていく活動になっています。普段のYMCAの活動ではサッカーや工作、水泳などを一緒にやってみることが多いので、普段なかなか見ることのない、真剣に勉強している姿を1対1で見る体験が新鮮でした。

アイスブレイクではイラスト推理ゲームを行い、ペアを組んで片方が描いた絵を片方が当てていき、その数を競って遊びました。勉強を一緒にやるリーダーと子どもが協力する姿や、得意なお絵かきで輝いている子どもの姿などが見られ、とても楽しい空間が生まれていました。

勉強タイムでは、冬休みならではのドリルや読書感想文や自分なりに工夫して取り組んでいるワークなど、子ども達それぞれの苦手な科目に向き合いました。自分から積極的に苦手な科目にチャレンジしていたり、「楽しい!」という声が聞こえたり、勉強に取り組むだけでなく普段の学校での話がきけたり、この活動ならではのやりがいや子ども達の新しい一面が見える瞬間でした。

最後のお楽しみタイムには盛岡YMCAのこどもの人権プロジェクトで作成した子どもの人権カルタを使ってカルタ遊びをしました。他の活動よりは子ども達の交流が少ない活動ではありますが、その中でも子ども達同士で話し



たり、褒め合ったりする場面もあり、他の子に目を向ける時間にもなっていました。

子ども達の他の活動では見られない一面が見えたり、苦手を楽しいに変えるやりがいがあったり、他のプログラムとの繋がりを生んだりする等、生涯学習はたくさん可能性を持っている活動だと感じました。お勉強会が子ども達の居場所になり、苦手な勉強にちょっとでも楽しさが見いだせるような場にしていきたいと思います。

岩手県立大学3年 滝澤 里菜 (ぐらリーダー)

お勉強相談会は、学びの甘味処「ふらっと」に名称を変更しました。



盛岡YMCAが行う、子ども・若者のための学習支援・居場所づくり活動です。

学校や家庭でしんどさを感じている。勉強に少し不安がある。誰かと一緒に過ごしたい。ひとりでゆっくりしたい。そんな気持ちを持つ子どもたちが、安心して過ごせる時間と空間を提供を目指しています。

## ここでできること

- ・ 学び
- ・ 宿題や勉強をサポート
- ・ 分からないところを一緒に考える
- ・ 勉強しなくてもOK
- ・ ふらっと過ごす
- ・ おしゃべり
- ・ 本を読む
- ・ ぼーっとする

随時受付中!

お問い合わせ  
090-7525-0304 (濱塚)

日時 3月7日(土) 10:30~12:30

場所 奥羽キリスト教センター2階ホール  
盛岡市大沢川原3丁目2-37 (善隣館)

対象 盛岡YMCA会員 (小学校1年生~6年生)

参加費 無料

持ち物 教えてもらいたい教材、宿題など  
筆記用具、その他

定員 15名

お申し込みはこちら



## 3月活動案内・2025年度III期終了日・2026年度I期開始日

### ● 3月活動案内

サッカー	木曜	3/5、12	水泳	月曜	3/2、9、16、23
	幼児	3/7、14		水曜	3/4、11、18、25
	土曜小学生			木曜	3/5、12、19、26
体育教室	3/7、14、21、28		金曜	3/6、13、27	
習字教室	3/3、10、17		英会話	水曜	3/4、11、18
ちきゅうと、あそぼう。	3/21~22		金曜	3/6、13	

### 3月の開催予定イベント

・3月22日(日): スプリングフットサル大会 ・3月15日(日): サンデースクール

### ● 2025年度III期終了日・2026年度I期開始日

プログラム名	2025年度III期終了日	2026年度I期開始日	プログラム名	2025年度III期終了日	2026年度I期開始日		
サッカー	木曜	3/12	4/16	水泳	月曜	3/23	4/6
	幼児	3/14	4/18		水曜	3/25	4/8
	土曜小学生		木曜		3/26	4/9	
体育教室	3/28	4/11	金曜	3/27	4/10		
習字教室	3/17	4/14	英会話	水曜	3/18	4/8	
			金曜	3/13	4/17		

## 表紙の写真から



YMCAは2023年から毎年2月に、特別フォーラム「ウクライナ避難者が自ら語る『いま』、『これから』」を開催。独自で行うウクライナ避難者の大規模な調査結果の発表と、避難者当事者の発題、日本各地で支援活動の最前線に携わる人たちからの応答を行い、ウクライナ避難民、メディア、行政、支援団体・協力者ら100名程度が集い、意見交換を行っています。

2025年度 2月 寄付者 (敬称略)

2025年度 維持会費 深澤 秀男