

2025年7月

CWS JAPAN NEWSLETTER NO.106

いつもCWS Japanの活動に温かいご支援、
ご理解をいただき、ありがとうございます

NGOでの社会人1年目 どうだった？ 新卒× NGO歴16年目 インタビュー<後編>

皆さんこんにちは、コミュニケーション担当の
一色です。『NGOでの社会人1年目どうだった？
新卒× NGO歴16年目インタビュー』の後
編です。

前編では望美さんの1年目を振り返りましたが、
後編ではワークライフバランスや現地事
業パートナーとのコミュニケーションなど、
NGO職員の働き方・仕事への取り組み方につ
いてお話を伺いました。

▼前編はこちらからお読みいただけます。



どのようなライフステージでも働き続 けられるという安心感

豪さん：1年間働いてみて、ワークライフバ
ランスは取れていますか？

望美さん：この業界・仕事柄、ワークとライ
フを分けるのが難しいなと思っています。ワ
ークとライフが繋がっているからこそ、

これまではプライベートで取り組んできたこと
が、今は仕事として給料をもらいながら人のた
めに貢献できており、それが喜びややりがいにな
っています。また、どの仕事も自分のためにな
っているという実感を得やすいなと思いま
す。

一方で、ワークとライフがつながっているから
こそ、やってみたいことも数え切れないほど無
限に出てきます。それに際限なく手をつけはじ
めてしまうと、その時々で変化する自分のキャ
パシティに収まりきらず、その葛藤が場合によ
っては大きなストレスや負担になってしまうこ
とがあるなと思うので、そのバランスを保って
いくことの難しさを感じます。

豪さん：プライベートの時間に、仕事の本を読
んだりしちゃいますよね。そういう意味でも、
まったく違う趣味があるといいなと思います。
望美さんのコーラスやダンスといった趣味もい
いですよね。

ワークライフバランスについて付け加えると、
望美さんが「これから」を考える時に、自分に
とって無理のない選択をしてほしいなと思って
います。

家族の状況やライフステージなど、プライベ
ートの条件でできる働き方を諦めなくていいよう
に、組織としても環境を整えて、仕事の成果を
出してもらえるといいなと。

僕自身、ライフステージに合わせて緊急支援を
現場で担当していた時期も、出張の少ない経理
に携わっていた時期もあります。

望美さん：チームのメンバーがさまざまなライフステージにありながら、プライベートと両立して働いている姿をみて、自分もどのようなライフステージでも何かを諦めることなく柔軟に働き続けられそうだという安心感があります。

豪さん：大きなNGOになると、画一的な総務・人事のルールを作り込まないといけないけれど、CWS Japanは10名程度の規模感だからこそ、それぞれのプライベートの事情を汲みながらチームとして働くことができていると思います。このフレキシブルさを兼ね備えたまま、規模が大きくなったらいいというのが理想ですね。

チームとの共通認識、事業パートナーとの共通認識

豪さん：このフレキシブルさを持ちつつ、組織が大きくなっていくためには「ただ雇われてお給料をもらっている」ということではなく、それぞれが自己目標を持ちながら、それをチームとして共通認識になっているといいなと思います。望美さん、チームと共通認識を持っていますか？

望美さん：チームと共通認識は持っています。どちらかというと、組織外で取り組んでいる活動で共通認識を持つことの難しさを感じていたりします…。

――現地事業パートナーとのコミュニケーション

豪さん：共通認識といえば、CWS Japanは関係パートナーと一緒にプロジェクトを進めていくことが多く、現地パートナーと共通認識を作っていくことってまだまだ難しいなと感じることがあります。そのあたり望美さんはどうでしょう。

望美さん：いま、まさにインドネシアのプロジェクトで現地パートナーとこれから事業がどこに向かっていくのかということを確認しあっている段階です。

「いまお互いが見えている景色」を共有しながら、共通認識を作っていけるのかなと思っています。手探りではあるのですが、

「きっとできる！」という希望を持ちながら取り組んでいます。



インドネシア事業の地域政府関係者と ©CWS JAPAN

組織の未来、そして個人としてのこれから

豪さん：CWS Japanがこれから目指すべき姿はどのようなものだと思いますか？

僕から先に答えると、今は支援地域がアジア太平洋に限られていますが、ウクライナやガザなど地域の枠を超えたり、逆にあまり注目されておらず支援が行き届いてない地域だったり、活動の幅を広げられるといいなと思っています。活動地を増やすためには人を増やす必要があり、人を雇うためにはファンドレイズをしないといけないなと思っています。そして、ファンドレイズをするためには、愛されて、信頼される組織にならないといけないなと。

望美さん：何かあった時にすぐに動き出せる体制を作りたいと思っています。外部からの「NGOにお願いしたい！」というリクエストに応えられるといいなと。そして「NGOを支えたい」と思ってくれている人もいるので、そういう方々と良好な関係性を築いていけたらと思います。

――個人として目指したい姿はありますか？

望美さん：「さまざまな立場にある人の仲介者でありたい。人としてのつながりを大事にしたい」と思っています。普段の生活では関わらないような属性や立場の人と繋がったり、異なる観点を持っている人との関わりを持ち続けたりしたいなと。そうすることで、さまざまな観

点を取り入れながら柔軟に物事を考えられるようになったり、自分一人だけでは難しいことも、できる幅が広がっていくのではないかなと感じています。

認識のすれ違いにより、本当は助けあえる人たちが敵対してしまうこともあると思っています。助け合いの文化を醸成できるよう、人と人の関係性を仲介できる人になりたいなと思っています。

豪さん：僕は「パパかっこいい！」と娘に思われたいと思っていて(笑)。先ほど話した愛される・信頼される組織作りのために頑張っている姿を見せて、ロールモデルになればいいなと思っています。



五十嵐望美さん（左）と五十嵐豪さん（右）。話すことが尽きない対談時間でした ©CWS JAPAN

編集後記

1年目の望美さんが「どのようなライフステージでも働ける安心感」を抱きながら働けることは、共通認識をチームで共有できているCWS Japanの特徴とも言えるかもしれません。1年目のお仕事を振り返りつつも、後半は組織の未来や個人のこれからにまで話が広がりました。これからもCWS Japanは、関連するパートナーと関係を築きながら、信頼できる組織として、国内外で支援活動を行っていきます。

※2025年4月インタビュー実施。肩書や内容は当時のものです。

(インタビュー：高橋明日香／
文：一色あずさ)

さまざまなSNSで 情報をお届けしています

CWS Japanでは各種SNSで、日ごろから情報をお届けしています。お好きな方法で最新情報をぜひチェックしてみてください



各種SNSは
[ここをクリック](#)or
QRコード読み込み

認定NPO法人CWS Japan @Japan_CWS · 8月1日
＜アフガニスタン帰還民への緊急人道支援を開始＞
近隣諸国の強制帰還方針の影響で、アフガニスタンへの帰還民が急増しており、2025年4～5月の2か月間だけで50万人以上が帰還したと報告されています。こうした状況を受け、CWS Japanは緊急人道支援を開始しました。



note.comから

cws_japan

認定NPO法人CWS Japan

678 投稿	1,257 フォロー	2,085 フォロー中
-----------	---------------	----------------

CWS Japanは国内外で災害対応・防災支援をするNPOです。2011年の東日本大地震を機に、日本での活動を開始しました。
災害時に支援の手が届かず取り残される人々を... 続きを読む

linktr.ee/cwsj

@cws_japan



CWSJapan

CWS Japanは国内外で災害対応・防災支援をするNPOです。
2011年の東日本大地震を機に、日本での活動を開始しました。
毎週金曜日に団体の活動や職員の想いを載せた記事を配信しています

秋田豪雨から2年目の 現地を訪問しました

こんにちは、五十嵐豪です。今回は、甚大な水害被災から2年を前にして秋田を訪問した様子を報告します。

2023年7月14日から16日にかけて発生した記録的豪雨により、秋田市内を中心に大きな被害が発生しました。秋田市内だけで、床上浸水が約4,300戸、床下浸水が約2,600戸を超えたと記録されています。経済損失も大きく、約1,430億円に上ったとも言われています。CWS Japanは、秋田市内で生活困窮者を支援する「NPO法人あきた結いネット」とともに被災者支援を実施しました。

▼秋田豪雨災害支援の様子はこちらからお読みいただけます。



想像よりも長い災害の影響と明るい将来への希望

水害から約2年が経過した秋田市内に降り立つと、災害の痕跡を感じることはほとんどありませんでした。これは他の水害被災地に入る時も多く見られることですが、地震や津波のような大規模な破壊が伴う災害と異なり、洪水の水が一旦引いて散乱した土砂やゴミの清掃が終わると、建物の壁等に僅かに残る水の痕跡から洪水が達した水位の高さを伺うことができるのみになってしまいます。わたしが見た限り、秋田市内はそういった僅かな水害被災の痕跡もきれいに清掃されていて、本当に水害があったのかと思うぐらい、復興されているように感じました。

あきた結いネットさんが秋田市内で運営するセレクトショップのstory_catを訪問しました。とてもおしゃれな雰囲気の店内には、あきた結いネットさんが支援するみなさんが

描いた絵画が掲げられ、これらをプリントした服やクラフトなどとても素敵なものが多く販売しています。オンラインでも購入できるようなので、ぜひご覧ください。

story_catを訪問すると理事長の坂下さんが迎えてくれました。坂下さんとは以前にNPOの勉強会で一緒になり、そのご縁が2年前の連携のきっかけとなりました。海外支援だけでなく、日本国内の災害支援でも、わたしたちが外部から入る支援者である限りは、現地の事情を詳しく知ることは難しく、支援が届きにくい災害弱者に繋がることは困難です。そこであきた結いネットさんのように平時から地元根付いて、要配慮者や生活困窮者の支援を行っている団体との連携が重要になります。

story_catでは、当時わたしたちが支援した被災者にもお会いして、お話を聞く機会も頂戴しました。2年前の支援に対する感謝のお言葉をいただき、現在の生活状況も伺うことができました。被災直後、画一的な支援だけでは不足していた状況でしたが、「CWSが実施した電化製品の支援で大変助かった」と話してくれました。現在の生活状況は落ち着いているとのことでしたが、一部家屋の修繕は今年に入るまで続いていたと伺い、町の様子からは見ることでできなかった、長引く水害の影響を知ることができました。お忙しい中、わたしを迎えてくださったあきた結いネットの皆さまと、お話を聞く機会をくださった関係者の皆さまには改めて御礼申し上げます。



あきた結いネットさんが運営するセレクトショップにて理事長の坂下さん(左)と筆者(中) ©CWS JAPAN

大学での講演と将来への期待

今回、秋田を訪問するきっかけとなったのは、秋田市内にある日本赤十字東北看護大学から、災害被災者支援や難民支援を含む人道支援について講演する機会をいただいたためでした。将来、看護師を目指す大学生のみなさん、その中でも特に災害医療という分野を志す方も多くいらっしゃいました。また、近隣の高校生にもご参加いただき、当日は400名近い方が聴講に来ていただきました。多くの方に、被災者中心の人道支援の考え方を、実際の現場の事例を交えて、実践的に理解してもらうことができました。後日、聴講した多くの大学生や高校生から、とても熱い思いを込めた感想文をいただきました。こうして若い次の世代が、将来の人道支援を支える人材として育っていくのかと想像すると、とても頼もしいです。



大学の大きな体育館にたくさんの聴講者にお集まりいただきました。©CWS JAPAN



大学のいろいろなところに講演案内のポスターが貼ってあり、少し照れ臭かったです。©CWS JAPAN

いつでも、どこへでも駆けつけるために

気候変動の影響を受けて、日本中のどこであっても豪雨や大型台風による災害リスクが増してきたように感じます。加えて地震のリスクはいつ起こるかわかりません。いつどこで起こるかわからない災害に対応するためには、できるだけ多くの人々や団体と平時から交流して信頼関係を構築しておき、いざという時には支援活動を迅速に開始できるようになっておくことが重要です。秋田豪雨被災者支援では、そうした取り組みがうまく機能しました。

わたしたちは今後も起こりうる災害に備えて、平時から連携のネットワークを広げるためにアンテナを広げるとともに、ここに参加する人材を育成するための研修や講演の依頼も積極的に臨んでいこうと思います。

(文：ディレクター 五十嵐豪)



皆さまのご理解・ご支援を
心よりお願い申し上げます。

**継続的な
寄付**

**今回のみ
寄付**

広がる取り組み、 深まる防災力 防災力向上支援プロジェクト パキスタン出張報告

皆さん、こんにちは！CWS Japanで2024年11月よりパキスタン事業を担当しているTomokoです。今回は、シンド州ウマルコートで実施している「農村地域の防災力向上支援」の2つの事業の視察のため、現地を訪問してきました。実はわたしにとってパキスタンは、2013年以来12年ぶりの訪問。自分が担当する事業を初めて自分の目で見ることに、そして久しぶりの再訪ということで、出発前から胸が高鳴る出張となりました。

▼前回の出張報告はこちらからお読みいただけます。



▼事業開始当初のパキスタン出張の様子はこちら。



パキスタン最大の都市 カラチを初訪問

これまでわたしは、首都イスラマバードでの駐在経験はありましたが、今回は初めてパキスタン最大の都市であり、商業と金融の中心地でもあるカラチを訪れました。事業地であるシンド州ウマルコートは、ここカラチから車で約5時間の距離にあります。

同じ国の都市でも、イスラマバードとカラチの印象は全く異なります。イスラマバードは1960年代に計画的に建設された整然とした近代都市。一方カラチは、活気と多様性に満ちた“エネルギーギッシュな大都市”といった印象です。訪問時はちょうど結婚式シーズンの最中で、夜遅くまで町は華やかさと人々の熱気で賑わっていました。

歴史と文化が交差する事業地 ウマルコート

今回の出張の目的である事業地ウマルコートは、当初のイメージでは小さな田舎町かと思っていたのですが、実際には歴史的にもとても興味深い町でした。ムガル帝国第3代皇帝アクバルが誕生した地として知られるウマルコート城があるなど、歴史的背景の深い地域です。

アクバル皇帝は、ムガル帝国を繁栄へ導いた人物で、特に宗教的寛容さを重んじ、多宗教間の対話を奨励したことで知られています。こうした歴史の影響もあるのか、今回訪問した8つの村の多くでは、イスラム教徒とヒンズー教徒が同じコミュニティの中で暮らし、長年にわたり共存してきた様子が伺えました。



ウマルコート要塞。アクバル皇帝誕生の地、ウマルコート城の要塞 ©CWS JPAAN

事業を終えて 地域住民の声・生活の変化

2025年5月末に完了した「防災力向上支援事業」の現場を訪れ、灌漑用水路および貯水池の視察を行うとともに、地域コミュニティとの意見交換の場をもちました。この地域では「干ばつ」と「洪水」が頻発しており、水資源の安定的な管理は喫緊の課題です。本事業では、農業生産の要である灌漑用水路の新設・改修や貯水池の整備を支援しました。今回の視察で、整備され

た用水路や貯水池が丁寧に維持管理されており、住民自らが主体的に関わっている様子が確認できたことは大きな成果です。



ゴミもなく綺麗に管理されている灌漑用水路
©CWS JAPAN



灌漑用水路の分岐点：左右の蓋を開け閉めして、
田畑に水を流し込みます ©CWS JAPAN



貯水池：水路を流れてきた水が貯められていく様子を見ることができました ©CWS JAPAN

意見交換の会合では、地域住民からは「耕作地が広がり、綿花の収穫が増えた」など、具体的な成果が語られました。中には、収入増により念願の店を持つことができた、バイクを購入したという声もあり、生活の変化を肌で感じることができました。



地域コミュニティとの会合の様子
(奥中央) 現地団体CWSAのプロジェクトマネージャー
(奥右側) 説明を受ける筆者 ©CWS JAPAN



ちょうど収穫時期であった綿花を手に、
収穫量の増加を話してくれました ©CWS JAPAN



念願の小さいお店を持てた女性が、
そのお店に連れて行ってくれました ©CWS JAPAN

また、この事業ではインフラ整備と並行して、住民に対して農業生産性を高めるための研修も実施しました。「苗床のつくり方」

「気候変動に対応した農法」「農業における災害リスク軽減」といったテーマを通じ、住民の知識と技術の底上げを図る活動を行いました。さらに、防災・農業分野の地元行政職員12名を対象に、日本の防災専門家によるハザードマップ作成研修も行い、今後の地域主導の活動につながる人材育成も進めました。

会合においてとりわけ印象的だったのは、女性たちから「コミュニティ菜園で無農薬野菜を育て、子どもに安全な食を届けられるようになった」という声が多く聞かれたこと。また、防災研修で作成したハザードマップを誇らしげに見せながら、「家族で防災リュックの中身を話し合った」というエピソードにも、地域に根差した意識の変化が見て取れました。



村のハザードマップを誇らしげに見せながら、説明してくれたコミュニティもありました

©CWS JAPAN

次なる協働に向けて

2025年3月に開始した今年の事業は、前年度と同じウマルコート県内の6村を対象に、特に脆弱な世帯（高齢者、障がい者、女性、子どもなど）と家畜の安全な避難を支えるための避難用シェルターや、農作物保管庫の建設を進めています。

本年度の大きな特徴は、地域の人材が中心となって防災活動を担っていることです。昨年度、日本の専門家による研修を受けた地元行政職員が、今年度は自ら主導でハザードマップを作成。避難場所や避難経路、危険箇所を住民とともにマップに落とし込み、実践的な防災計画づくりを進めていきます。完成後は

地域でマップを共有し、避難訓練も実施。「実際に使える防災計画」として機能させることを目指します。

わたしにとってこの仕事の醍醐味は、このように現地で地域住民に会い、お互いの想いを共有することです。今回も、「この事業の主役は地域の人々であり、日本は力強いサポート役である」という認識を確認しあい、お互いの協力に感謝し合い、今後も自立した地域づくりを進めていく決意を共有しました。

住民の表情や語りからは、防災への意識の高まりと自立的な取り組みの芽が力強く感じられました。これからも、地域とともに歩む防災支援を継続してまいります。皆さまの温かいご支援をよろしくお願いいたします。

この支援は日本政府の外務省「日本NGO連携無償資金協力」に加え、皆さまの温かいご寄付に支えられて実施しています。今後とも引き続きの応援をお願いいたします。

（文：パキスタン事業担当 Tomoko）

「高麗博物館との初コラボ企画」と「水引結びのクラフトカフェ」 7月のコミュニティ・カフェ@大久保

皆さん、こんにちは！CWS Japanの五十嵐望美です。今月もコミュニティ・カフェ@大久保のレポート記事をお届けします。

高麗博物館との初コラボ企画！ もうひとつのコリアンタウン・ 新大久保を知るを開催

7月第1週のカフェでは、ご近所さんの高麗博物館から岩元さんと梁さんをお迎えして、初めてのジョイント企画「もうひとつのコリアンタウン・新大久保を知る！」を開催しました！高麗博物館については[ウェブサイト](#)より、ご覧になれます。

場所などなど・・・どこも普段わたしたちが何気なく通っていた大久保の街角に起きていたストーリーの数々に皆さん聞き入っていました。



前日に撮影してきたという写真を交えながら、さまざまなスポットにまつわるエピソードをご紹介します！©CWS JAPAN

まだまだ知りたい大久保や歌舞伎町の歴史ですが、次回のコラボ企画の際には実際にそれらの場所を辿りながら、当時のコリアンの人たちの暮らしぶりを想像するようなまち歩きを企画したいと考えています！

2025/7/2 もうひとつのコリアンタウン



1990年に市民がつくる博物館として高麗博物館が創設された経緯から、「在日コリアンから見た大久保の歴史」を概観し、現在の多国籍タウン大久保となるまで、まさにその変遷を見てこられたお二人に語っていただきました。

お話の中で、身近なお店や著名人ゆかりの地、ロッテの工場跡に加えて、1980年代によく見られた、知る人ぞ知るコリアンのお母さん達が歌舞伎町で売っていたもやし栽培の

水引結びを体験！癒しのクラフトカフェを開催

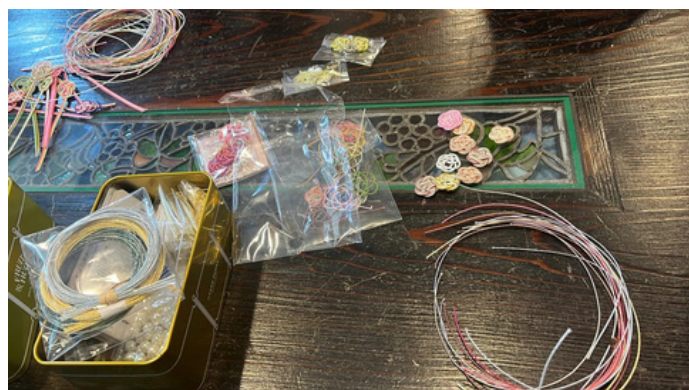
7月第3週目のカフェでは、「癒しのクラフトカフェ」として、日本で古くから祝い事や贈り物に使われてきた水引の結び方を体験しました！

2025/7/16 癒しのクラフト：水引結びの体験



水引は飾りとして、アクセサリやストラップとしても使われていたり、とても万能なので、さまざまなところでよく見かけますよね。今回は紐を使ってさまざまな形にしながら作る水引結びを楽しみました。

最初は一本の紐を使って土台の形を作るのですが、これが想像以上にかなり手先の器用さが求められる作業でだいぶ苦戦しました…。これまでの手を動かしながら工作する企画では、おしゃべりしながらなんとなく完成することができていたのですが、今回はかなり集中力が求められ、無言で淡々と取り組むことに…。



最初是一本の紐で土台を作り、そこから2本目3本目と足していった、完成させていきました！©CWS JAPAN

しかし、次第に慣れてくると、紐を何本も通せるようになり、短時間で作業が終えられて、二個目以降にもチャレンジする参加者もありました！（ちなみに、わたしは作業にかなり時間がかかってしまい、一個を完成させるのでいっぱいだった笑）そんな初めての水引結び体験でしたが、若者からご高齢の方までおしゃべりしながら手仕事を一緒に楽しむことができました！！



今回も高校生のボランティアからご高齢の参加者まで、幅広い年代の方にご参加いただきました ©CWS JAPAN

8月のカフェ企画のお知らせ

8月のカフェは、通常通り、第1水曜日・第3水曜日の営業です。

日時：毎月第1・3水曜日 13:00-17:00
場所：日本福音ルーテル東京教会
 東京都新宿区大久保1-14-14（JR新大久保駅から徒歩5分）

8月の予定

営業日	イベント企画
8月6日（水） 13:30-16:00	クラフトカフェー暑中見舞いー （参加費無料・事前申込不要）
8月20日（水） 14:00-16:00	日本語学習×地域参加（仮称） （参加費無料・事前申込不要）

※イベントの内容・日程は事前のアナウンスなく変更する可能性がありますのでご了承ください。

最新情報はSNSで
お知らせしています！

QRコード：f, Instagram, X, COMMUNICAFEST2023

8月第1週目のカフェでは、コミュニティ・カフェの協働パートナーである友国際文化学院で日本語を学ぶ留学生の皆さんとの交流企画として、「クラフトカフェー暑中見舞いー」を開催します。

夏本番の季節ですが、大切なあの人に、暑い夏を乗り切るメッセージを伝えましょう！



コミュニティ・カフェ@大久保の各種SNSはこちら。
[Facebook](#) / [Instagram](#) / [X\(旧Twitter\)](#)

(文：プロジェクト・オフィサー
 五十嵐望美)

8月第3週目のカフェでは、「日本語学習×地域参加（仮称）」を開催します。

コミュニティ・カフェ@大久保では、2023年から無料の日本語学習支援を開始し、日本語学習をテーマにした企画を定期的で開催してきました。今回も3月のケーススタディに引き続き、ゲストに和田貴子さんをお迎えし、地域の日本語学習者が地域との関わりや接点をどのように持つことができるかについてお話を伺います！

日本語教育や地域日本語教室、多文化共生の分野にご関心のある方は、ぜひお越し下さい！

8月も引き続きコミュニティ・カフェ@大久保にお越しください。

特定非営利活動法人CWS Japan
 〒169-0051
 東京都新宿区西早稲田2-3-18
 日本キリスト教会館25号室

メールアドレス：
public@cwsjapan.jp
 電話：
 03-6457-6840



[CWSJapan](#)



[@Japan_CWS](#)



[cws_japan](#)