ADRA 季刊誌 2025.6 Vol.144

ひかり

手を取り合って、40年。
これまでも、これからも。

希望とちからを手から手へ

ADRA

Justice. Compassion. Love

手を取り合って、40年。

ADRA Japanは2025年、設立40周年を迎えました。

ADRA 40 YEARS OF JUSTICE, COMPASSION, LOVE

世界とつながる 40年の軌跡

1985年。終戦から40年の年に、ADRA Japanは生まれます。戦後の困難な時代を、世界の人々からの支えによって乗り越えた感謝を胸に、今度は支える側になろうと立ち上がり、多くの方の想いに支えられ、私たちは国内外で、命と暮らしを守る支援を届けてきました。

地震や台風などの災害で大きな被害を受けた地域へは、緊急支援とともに、生活の再建に寄り添い、教育の機会を持たない子どもたちには学びの場を創り、清潔な水のない村には井戸や衛生施設(トイレ、手洗い場など)を設置し、人々の手に希望とちからを届け続けてこられましたことを心から感謝いたします。

1985年にアドラ国際援助機構設立

1988年、時代に先駆けてマレーシアに学生ボランティアを派遣し、井戸6本掘削

2011年、東日本大震災の緊急期には宮城県にて炊き出しを実施

2022年から続くウクライナ危機では、スロバキアより食料と衛生用品が入った箱をウクライナ各地に届けた

1945年	戦後、日本に10億円の支援 世界のADRAから届いた善意
1985年	アドラ国際援助機構設立。支える側へ 40年の歩みが始まる
1995年	阪神・淡路大震災被災者支援実施。青年たちを ボランティアバスに乗せ、約2か月に渡り派遣
2000年	アドラ国際援助機構から ADRA Japan(アドラ・ジャパン)に名称を変更
2004年	特定非営利活動法人として認証 任意団体から法人格を持つ団体へ
2010年	ADRAフレンド受付開始 支援者とつながる継続支援の輪
2011年	世界中のADRAが東日本大震災の支援へ 約3億円の寄付が日本へ届く
2016年	公益性や適性な組織運営が認められ、 認定NPO法人格取得
2022年	ウクライナ人道支援の輪広がる Yahoo！ネット募金や企業支援が拡大
2025年	設立40周年を迎え、「希望とちからを手から手へ」を スローガンに、新たな一歩を踏み出す

これまでも、これからも。

ADRA

これからのADRAが届けたい“希望とちから”

世界は今、気候変動、紛争、感染症、そして格差といった多くの困難に直面しています。こうした課題の中で、私たちはこれまで以上に「人と人がつながる力」を信じ、行動していきます。
災害に強い地域をつくる支援、未来を描ける教育、生活を支える収入づくり、そして心のケアや誰ひとり取り残さない仕組み。ADRAのこれからの支援は、「希望とちからを手から手へ」届けることをさらに深めていきます。
支援が届いた先に生まれる光。それは、支援に参加する皆さまをも照らす光だと私たちは感じています。
これからも、あなたとともに。
ADRAは、一人ひとりに寄り添う活動を続けてまいります。

2024年心のケアとして、スロバキアに住むウクライナ難民の子どもたちとクリスマス会を実施

2024年能登半島地震において被災者に足湯を実施。ホッとする時間を提供

ひかり

季刊誌のタイトルが「ADRAニュース」から「ひかり」にかわります

助けを必要とする状況にある人に手を差し伸べようとするとき、そこには、寄付をしてくださる人、その想いを形にする人、支援を受ける人が存在し、一体感が生まれます。その先には明日への希望となる光がきっと灯るはずです。人々が力を合わせた先にある未来を季刊誌のタイトルにしました。

500万円のクラウドファンディングに挑戦中！チャリティTシャツやトートバッグを買って応援してください！

ADRA Japan設立40周年を記念して、絵本作家五味太郎さんのイラストをモチーフにしたオリジナルTシャツとトートバッグを作りました。是非、皆さんのお気に入りアイテムに加えてください。

詳しくはこちら▶

応援メッセージを募集しています！

あなたのメッセージが、私たちの支えになります。ADRA Japan設立40周年に寄せて、皆さまからの応援メッセージを募集しています。「支援してよかった」「応援しています」というひと言が、活動を続けていく上で大きな原動力になります。

方法1 メールマガジンに登録のうえ、届いたメルマガに返信する

方法2 ADRA Japan公式LINEにメッセージを送る

方法3 40周年記念募金ページから、応援メッセージを添えて寄付する

※いただいたメッセージは、広報等で匿名紹介させていただく場合があります。

現金給付支援を受け取り、
笑顔になる女性

支援がつないだ笑顔。今も続く復興への道

「激しい揺れの中、私は子どもたちの手をとり大通りに飛び出し、転げながら逃げました。2回目の揺れでは、家の真ん中から大きな火柱が立ち上り、家は全焼してしまいました」（被災地の30代女性）

2025年3月28日にミャンマーで発生したマグニチュード7.7の大地震と300回を超える余震により、1,720万人以上が影響を受けました。5,000人以上が負傷、4,000人近くが命を落とし、100人以上の行方は今もわかっていません。

5月下旬現在、被災地域ではいまだに多くの人が耐震性の低い家に帰ることを恐れ、家よりも身の安全が確保されるテントやブルーシートに覆われた小屋で過ごしています。学校校舎に避難したままの人もいます。そのほかにも食料や安全な飲み水の確保、衛生環境の整備、心のケア、校舎の修繕、学校の再開など、解決すべき課題は山積みです。

ADRAは、地震発生直後から被害の大きかった地域にチームを派遣し、住民の皆さんの声に耳を傾けました。その結果、多くの人々が「自分たちに本当に必要なものを、自分で選べる支援」を望んでいることがわかりました。この声を受けて、ADRAは3月30日より、現金給付支援を開始。これまで被災地域の1,793世帯へ届けています。

妊娠中の女性はこう語ります。

「このような大変な時に支援してくださり、ありがとうございます。いただいたお金は、食べ物や簡易住居など、生活の中で必要なことに充てさせていただきます。悲しみの中にはありますが、皆さまに感謝いたします」

現地の状況は、地域や家庭によって異なります。避難場所を確保し、簡易住居を作るためのブルーシートやロープなどの資材、寝具の要請が強い地域もあれば、飲み水を確保することを最優先に求めている地域もあります。食料が必要な家庭がある一方で、調理器具を求めている方もいます。現金給付という、それぞれの状況に応じて手にするものを選べる支援の方法により、人々に、今の困難を乗り越える力を届けることができます。

漁師の男性は言います。

「私たちは通常、漁業で1日に約1,000から5,000チャット（日本円で約70円から350円）の収入しか手に入りません。家の再建は経済的に容易ではないです。私たちの復興と再建のために、皆さんからのご支援とご協力が必要です」

支援に希望を持ちながらも、また漁に出て、自らの力で生活をしていきたいという強い意志が言葉の中に滲（にじ）んでいます。

ADRAは引き続き被災地において活動を続けていきます。現在、現金給付に加え、現金では物資が手に入らない地域に向けて衛生用品の配付や、住むところを失った世帯への仮設住居の提供などの準備を進め、合計14,136世帯を支えることを目指しています。

4月11日に国連人道問題調整事務所（OCHA）が発表した、人道ニーズ対応計画の緊急文書（Humanitarian Needs and Response Plan）では今回の地震被災者支援で、特に支援を必要とする110万人に向けて、2億7500万ドル（約400億円）が必要と発表されています。しかし、現在国際社会から集まった金額は4,420万ドル（約64億円）と、必要額の2割以下です。

皆さまのご支援が、多くの笑顔につながります。引き続きのご支援を、どうぞよろしくお願いいたします。

※安全上の理由から、詳しい地名や名前は伏せております。

ミャンマー地震　被災者支援募金のお願い

被災地域ではいまだに多くの人が支援を必要としています。生きる希望とちからを届けることができるよう、皆さまからの温かいご支援をよろしくお願いいたします。「アドラミャンマー」で検索していただくか、右記のQRを読み込み、寄付ページからクレジットカードか銀行振込にてご支援をお願いいたします。郵便振替は以下の通りです。

口座番号：00290-2-34169　**加入者名**：（特活）ADRA Japan

The SCENE
ADRAスタッフが見た情景

ADRAの支援の現場には、さまざまな「SCENE（シーン）」があります。
笑顔が生まれる瞬間、悩みながら進む日々、スタッフの心に響いた出来事…。
そんなリアルなひとコマを、このコーナーでお届けします。

当たり前の幸せ

2024年2月、私はアフリカ南部に位置するジンバブエの北北西の外れ、ニャミニャミ地区の村にいた。出張で訪れたこの地で、他スタッフたちが宿泊するフィールド事務所を離れ、一晩だけ村在住の現地スタッフ、マンゴショの自宅に泊めさせてもらったのだ。

彼の家を訪れると、奥さんと息子、娘、彼の家族が世話をしているという14～15歳ほどの女の子が私を迎え入れる。口数少ないマンゴショとは違い、好奇心が目の奥に光るおしゃべりな奥さんとはすぐに仲良くなった。

子どもたちが寝静まった後、家の灯りで照らされた闇を見つめながら軒先に腰かける私の横に奥さんも並んだ。私の日本での暮らし、お父さん子だという彼女の父親についての会話の後で、家の話題となった。

「案内しようか？」と彼女は言った。こんな闇夜の中では、スマホのライトを使っても大して見えないのだが、翌早朝には出なければいけない私は「ぜひお願い」と返した。マンゴショと結婚して借家に住んだ後、購入した当地で少しずつ家を建てて、完成したのはつい最近だった（2024年2月時点）。裏手にも回り、鶏たちが眠る自前の鶏小屋も見せてくれた。暗闇の中で案内をしてくれた彼女の表情は見えなかったが、「我が家」の周りを歩きながら語る彼女の声には誇らしさが溢れていた。

翌朝、出発前に奥さんが手作りのパンを出してくれた。私が寝た後に焼いてくれたそのパンの味はとても素朴で、優しかった。軒先で熱いコーヒーとパンを掻き込む私の傍で、子どもたちが眠たい目をこすりながら起きてくる。あっと言う間に出発の時間が近づき、マンゴショの自慢の家の前に立ち、みんなで写真を撮った。子どもたちに別れを告げ、私はザックを背負い、マンゴショと奥さんと共に、他スタッフたちが待つ事務所に徒歩で向かった。事務所までの道のりの半分ほどまで来ると、奥さんが「私は家に戻らないと」と足を止めた。一晩泊めてもらった心からのお礼を伝え、またいつか会えるといいねと、ぎゅっとお別れのハグをした。

今から約1年前のこの時の記憶を辿る度に、私の気持ちは温かくなる。帰る場所があるということは幸せだ。それは1日の終わりに戻る家かもしれないし、長期間離れて帰る地元かもしれない。私が出発したあの日も、マンゴショは家族が待つ小さなクリーム色の家に帰って、家族団欒の時間を過ごしたのだろう。彼の家族はそんな当たり前な幸せを私に思い出させてくれた。

（文責：高橋 睦美）

ADRAのWebページのご案内

「当たり前の幸せ」の記事全文は、こちらのQRを読み取ることで、お読みいただけます。ADRAのWebページでは、この他にもスタッフによる個性豊かな記事を多く載せています。「アドラ　つぶやき」で検索し、ADRAのWebページへぜひお越しください。

アドラのチカラ

ADRA Japanを支えてくださる企業をご紹介します！

株式会社ジャパンテクニカルソフトウェア様

2020年に創業50年を迎えた独立系ITソリューション企業。
さまざまな分野のシステム開発を軸に、時代のニーズに応えている。

── ADRA Japanをお知りになったきっかけ

2021年度にウクライナの方に対する寄付を検討している際に、世界最大のNGOの日本支部ということで、寄付先といたしました。

── ADRA Japanとの関わりについて

2021年度に初めて寄付をしてから、ウクライナ人道支援への寄付を続けています。ADRA Japan様が実施しているウクライナの難民の方に対するさまざまな施策にも賛同し、協力をさせていただいています。また、今回のミャンマー地震被災者支援に関しても、支援させていただきました。

── ADRA Japan の魅力や関わっていてよかったこと

海外支援活動に関して、今まで、弊社ではツールがありませんでした。ADRA Japanを通じて、寄付以外の形でも、微力ながらも海外支援活動を応援することができるようになったことに加え、活動報告も伺い、ウクライナ難民の実情等も知ることができました。

── まだADRA のことをご存じない方へのメッセージ

ADRAは、世界約120か国に支部を持つ世界最大規模のNGOということで、世界の紛争・災害被災地や途上国において一人ひとりに寄り添う活動をされています。実際に、ADRA Japanの方も海外各地で人道支援を行っておられます。私どものような企業や個人が海外の現地において、直接サポートすることは困難ですが、ADRA Japanを通じて支援することは可能ですので、ぜひ検討いただければと思います。

── ADRA Japan へのメッセージ

世界の困難な状況におかれている方々への支援活動をされていることに改めて、深謝いたします。引き続き、弊社としても、人道支援活動に協力していきたいと考えております。

寄付申込及びチャリティランナー申込期間 2025年6月24日～7月9日

東京マラソン2026チャリティ　受付開始！

東京マラソン2026チャリティは、「走れる幸せを誰かの幸せにつなげよう」をスローガンとした東京マラソン財団チャリティRUN with HEARTのプログラムのもと実施されています。ADRA Japanは寄付先団体の一つとして、2025年6月24日から7月9日まで、寄付申込及びチャリティランナーの募集を行います。

今年開催された東京マラソン2025チャリティには、日本人ランナー1名を含む世界各国から49名がADRAのチャリティランナーとして出走しました。

参加者の一人、イギリス出身のダニエルさんはチャリティへの想いを次のように話してくれました。

「私は子を持つ父親です。ADRA Japanとのつながりは、子どもを大切に思う気持ち―ただそれだけです。世界には今もなお、支援を必要とする小さな命が数多くあることに心を痛めています。貯めていたお金が、水や食料、住まい、教育の支えにつながればと願って寄付しました。今回、ADRA Japanの支援活動のために走ることで、苦しいレース中も自分を奮い立たせることができました。どうか子どもたちの未来のために、これからも活動を続けてください」

ADRA Japanは、東京マラソン2026チャリティの寄付先団体です。チャリティランナーとして走ることは、単なるレースとは違います。あなたの踏み出すその一歩一歩が、世界のどこかで困難に向き合う人々に希望を届けます。「チャリティランナーとして走ってみたい」、「応援だけでもしたい」―そう思ってくださった方は、ぜひ右の二次元コードを読み込む、もしくは「アドラ　東京マラソン2026チャリティ」で検索し、詳細をご覧ください。皆さまからのご参加を心よりお待ちしています。

アドラ 東京マラソン2026チャリティ 検索

応援メッセージ　ご寄付いただいた方より、メッセージを頂戴しましたので、ご紹介いたします！

今回の地震のニュースを知り、大変心を痛めております。もっと多額の寄付をしたいところですが、現在失業中のため、最低額にさせていただきました。寄付をしないという選択肢もありましたが、私にはできませんでした。くれぐれもお気をつけて活動されますようお願いします。
（ミャンマー地震被災者支援　東京都 H.Hさん）

必要としているところへ、必要なものを迅速にお届けいただいていることに感謝申し上げます。自分も東日本大震災を経験した人間として、今回のミャンマーでの大地震は心が痛みます。被災されたミャンマーの皆様、どうか力を合わせて頑張ってください。
（ミャンマー地震被災者支援　福島県 K.Oさん）

様々な必要がわずかでも満たされて、皆様の働きが支えられていきますよう、陰ながら応援いたします。
（ミャンマー地震被災者支援　アメリカ　D.Fさん）

当社にもミャンマーのスタッフがおりますので何かしらの支援がと想い寄付させていただきます。1日も早い復興をお祈りしております。
（ミャンマー地震被災者支援　東京都 S.Tさん）

ADRA Japanは「人間としての尊厳の回復と維持」を実現するため、キリスト教精神を基盤として、人種・宗教・政治の区別なく世界各地で国際協力活動を行っています。

ホームページ
https://www.adrajpn.org/

発行人　青木 泰樹

発行　認定NPO法人 ADRA Japan（アドラ・ジャパン）
〒150-0001　東京都渋谷区神宮前1-11-1
TEL：03-5410-0045　FAX：03-5474-2042
E-mail：support_adra@adrajpn.org
Facebook：adrajapan　X（Twitter）：ADRA_Japan
Instagram：adra_japan　LINE：https://lin.ee/sbm2uFM
YouTube：@ADRAJapan

団体概要

法人名	特定非営利活動法人 ADRA Japan
所在地	〒150-0001　東京都渋谷区神宮前1-11-1 （JR原宿駅 徒歩5分、東京メトロ明治神宮前（原宿）駅 徒歩2分）
代表者	柴田 俊生（理事長）
事務局責任者	青木 泰樹（常務理事／事務局長）
創立年月日	1985年3月30日

デザイン：TIMA GEVOEL Co.Ltd.