

活動編



TOKYO 2020



活動概要

呼 称

シティ キャスト^{*1}

運営主体

東京都^{*2}

登録要件

- ・2002年4月1日以前に生まれた方
- ・日本国籍を有する方 または 日本に居住する資格を有する方
- ・日本語による簡単な会話(意思疎通)ができる方

活動内容

活動内容	活動場所	活動日程
① 来場者案内、大会情報の提供	東京スポーツスクエア	7/19～9/5(7/21・22除く)
② 公開収録(東京・地域の魅力発信等)	東京スポーツスクエア	7/19～8/8、8/24・26・28・30、 9/1・3・5
③ メディア関係者の案内	東京都メディアセンター等	7/21～8/8、8/24～9/5
④ 選手等のお迎え、お見送り	羽田空港	7/18～23、8/1～11、 8/16～23、9/4～6
⑤ 来場者への声掛け(感染症・暑さへの注意喚起)等	聖火台周辺等	7/24～8/8、8/11～9/5 (7/27は台風のため中止)
⑥ 来場者案内、声掛け等	東京都庁	7/30～9/4(8/20・21除く)
⑦ 「みんなの東京2020応援チャンネル」 収録・配信会場サポート	日比谷野外音楽堂 東京都庁	7/23～25、8/1・7・8 7/31
⑧ 来場者案内、会場運営サポート等	パラリンピックギャラリー銀座	7/30～9/5(8/20除く)
⑨ パラ 競技・パラアスリート への応援メッ セージ作成	国立オリンピック記念 青少年総合センター	8/19～29
⑩ パラリンピック 集火式・点火式における 来場者の案内、暑さ対策グッズの配布等	東京都庁 代々木公園	8/20 8/24
⑪ 学校連携観戦のため会場へ向かう児童・ 生徒の案内	オリンピックスタジアム 国立代々木競技場 武蔵野の森総合スポーツプラザ	8/27～29、9/1～5 8/25～27・29、9/2～4 8/25・26、8/28・29
⑫ 来場者の案内、暑さ対策グッズの配布等	FAN ARENA・FAN PARK周辺	8/26～9/4
⑬ パラリンピックマラソン 沿道付近におけ る観戦自粛の呼びかけ	沿道付近	9/5
⑭ 大会への応援メッセージ、東京・地域の 魅力をウェブサイトから発信	(オンライン投稿)	7/23～(大会後も発信)

^{*1} … 東京2020大会における都市ボランティアのネーミング

^{*2} … 都外会場におけるシティ キャストは、競技会場を有する各開催自治体において募集・運営

活動状況 ① 来場者案内、大会情報の提供



東京スポーツスクエア1階エリアにおいて、来場者へ館内の案内や大会情報の提供等を行いました。また、タブレット 端末や遠隔操作のロボットを通じたリモートでの来場者案内も行いました。

活動日程	2021年7月19日(月)～9月5日(日) ※7月21・22日除く
活動場所	東京スポーツスクエア [1階]
活動規模	のべ 2,297人



City Cast
COMMENT

写真撮影のサポートを二人体制で担当しました。
混んだ時間帯は少し大変でした。

リモートでの活動は1時間がちょうどよかった。個別にシティキャストの方々と話す機会に恵まれて楽しい時間でした。



活動状況 ② 公開収録(東京・地域の魅力発信等)



東京スポーツスクエア1階入口付近の特設スペースにて、シティキャストによる東京・地域の魅力を伝えるプレゼンテーションを実施しました。その模様は、後日「東京2020大会 東京都ポータルサイト」にて公開しました。

活動日程	2021年7月19日(月)～8月8日(日)、 8月24日(火)・26日(木)・28日(土)・30日(月)、 9月1日(水)・3日(金)・5日(日)
活動場所	東京スポーツスクエア [1階]
活動規模	のべ53人



この企画を通して「東京の魅力」というものを改めて勉強させていただきました。東京の魅力をどんどん世界に発信して、また、多くの外国人観光客が戻ってくれることを願っています。

活動状況 ③ メディア関係者の案内

東京スポーツスクエア内に設置された「東京都メディアセンター」等で、国内外から訪れたメディア関係者に対して様々な案内を行いました。

活動日程	2021年7月21日(水)～8月8日(日) 8月24日(火)～9月5日(日)
活動場所	東京都メディアセンター[東京スポーツスクエア2階・3階] 浜離宮でのメディアツアー(7月21・22日)
活動規模	のべ957人



とても和気藹々とした雰囲気の中での活動でした。様々な取り組みがされていることを知る良い機会になりました。





活動状況 ④ 選手等のお迎え、お見送り

羽田空港において、各国選手・関係者の来日時のお出迎えや帰国時のお見送り等にあたりました。

活動日程 2021年 7月18日(日)～7月23日(金)
8月1日(日)～8月11日(水)
8月16日(月)～8月23日(月)
9月4日(土)～9月6日(月)

活動場所 羽田空港 第3ターミナル 到着エリア・出発エリア

活動規模 のべ 2,620 人



City Cast
comment

無観客となり、なくなった活動の代わりに急遽設定した活動だとは思いますが、とても良い活動だったと思います。



活動状況 ⑤ 来場者への声掛け(感染症・暑さへの注意喚起)等

大会期間中、聖火台が設置された夢の大橋周辺やマスコットガーデンにおいて、来場者へ聖火台観覧自粛のお願いや直行直帰のお声掛けを行いました。あわせて、熱中症の注意喚起や暑さ対策グッズを配布しました。

活動日程 2021年7月24日(土)～8月8日(日)
8月11日(水)～9月5日(日)
※7月27日は台風のため活動中止

活動場所 (1) マスコットガーデン周辺
(2) 聖火台周辺(夢の大橋)
(3) 夢の広場周辺

活動規模 のべ3,784人



City Cast
comment

マスコットガーデンで記念写真撮影のお手伝いを担当しました。外国の方に英語でご案内できて楽しかったです。

活動状況 ⑥ 来場者案内、声掛け等



都庁内に設けたオリンピック・パラリンピック 関連展示の周辺にて、来場者の案内にあたりました。

活動日程

2021年7月30日(金)～9月4日(土)
※8月20・21日除く

活動場所

東京都庁 第一本庁舎 [1階・2階]
東京都庁 第二本庁舎 [1階]
都議会議事堂 [1階 都政ギャラリー]

活動規模

のべ446人

City Cast comment

短時間でしたが、やっとユニフォームを着る事ができた感動も相まって、とても楽しい時間でした。



活動状況 ⑦ 「みんなの東京2020応援チャンネル」収録・配信会場サポート



日比谷野外音楽堂と東京都庁で実施された、特設サイト『みんなの東京2020応援チャンネル』特別コンテンツの収録・ライブ配信における会場運営のサポート、応援メッセージ映像の収録などを行いました。

活動日程 (1)2021年7月23日(金)～ 7月25日(日)
8月1日(日)
8月7日(土)～ 8月8日(日)
(2)2021年7月31日(土)

活動場所 (1)日比谷野外音楽堂(日比谷公園内)
(2)東京都庁 第一本庁舎 [5階 大会議場]

活動規模 のべ204人



City Cast
comment

10人で応援メッセージ映像の内容や、ゲストの方達のお見送りをどうするかなどを考えました。一体感が生まれて、充実した活動でした。

活動状況 ⑧ 来場者案内、会場運営サポート等

大会期間中、パラ競技の体験や、競技用具の展示など、パラリンピックの魅力を紹介する期間限定の施設『パラリンピックギャラリー銀座』において、来場者の案内を行いました。

活動日程 2021年7月30日(金)～ 9月5日(日)
※8月20日除く

活動場所 パラリンピックギャラリー銀座
[銀座美術館ビル1階]

活動規模 のべ290人

City Cast
comment

1時間でちょうど慣れた頃に活動終了でした。あと30分あれば、気づいたことをもう少し工夫して出来たのではないかと思います。





活動状況 ⑨ パラ 競技・パラアスリートへの応援メッセージ作成

パラ 競技やパラアスリート へ向けた応援メッセージパネルを作成し、大会関連施設等に掲出したほか、国内の各競技団体にお届けしました。

活動日程 2021年8月19日(木)～8月29日(日)

活動場所 国立オリンピック記念青少年総合センター

活動規模 のべ1,083人



City Cast
comment

グループワークが楽しかったです。活動は説明を含めて1時間だったので、もっと時間が欲しかったです。



活動状況 ⑩ パラリンピック 集火式・点火式における来場者の案内、暑さ対策グッズの配布等

パラリンピック 集火セレモニー開催に合わせ、都民広場において打ち水を行った他、庁舎内にて来庁された方へのご案内にあたりました。また、代々木公園で行われた点火セレモニーでは、うちわやネッククーラーなど暑さ対策グッズの配布等を行いました。

活動日程	(1)2021年8月20日(金) 集火式 (2)2021年8月24日(火) 点火式
活動場所	(1)東京都庁 都民広場 ほか (2)代々木公園
活動規模	のべ50人



City Cast
comment

打ち水をやっていたら、「涼しいですね」と言っていただけで、嬉しくてやってよかったと思いました。

活動時間が短かったのは残念ですが、多くの人にボランティアして貰うため、仕方ないですね。



活動状況 ⑪ 学校連携観戦のため会場へ向かう児童・生徒の案内



パラリンピックでの学校連携観戦プログラムで競技会場を訪れた児童・生徒たちを、会場入口付近にてお出迎え及びお見送りしました。

活動日程

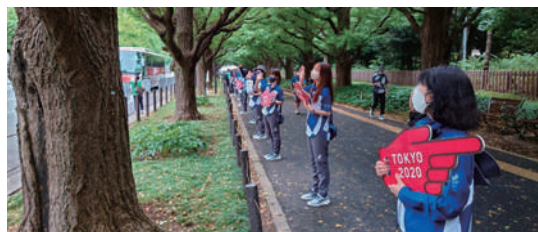
- (1) 2021 年 8 月 27 日 (金) ～ 8 月 29 日 (日)
9 月 1 日 (水) ～ 9 月 5 日 (日)
- (2) 2021 年 8 月 25 日 (水) ～ 8 月 27 日 (金)
8 月 29 日 (日)
9 月 2 日 (木) ～ 9 月 4 日 (土)
- (3) 2021 年 8 月 25 日 (水)・26 日 (木)
8 月 28 日 (土)・29 日 (日)

活動場所

- (1) オリンピックスタジアム
- (2) 国立代々木競技場
- (3) 武蔵野の森総合スポーツプラザ

活動規模

のべ 403 人



City Cast comment

より多くの方に参加していただくためだと思いますが、活動時間が1時間くらいで終わってしまったのは残念でした。



City Cast comment

学校観戦については次々と状況が変わる中、対応が大変だったと思う。競技内容の情報提供がもっとあると良かったです。



屋外の活動で暑さが心配でしたが、1時間程度の活動の後、休憩も確保されていてちょうど良かったです。

活動状況 ⑫ 来場者の案内、暑さ対策グッズの配布等

オリパラ 競技が体験できるイベント「2020 FAN ARENA」「2020 FAN PARK」会場周辺において、来場者の案内や熱中症の注意喚起、および暑さ対策グッズの配布を行いました。

活動日程 2021年8月26日(木)～9月4日(土)

活動場所 (1)FAN ARENA 会場周辺 (夢の広場)
(2)FAN PARK 会場周辺
(シンボルプロムナード〈セントラル広場～出会い橋〉)

活動規模 のべ 468 人



暑い日の屋外活動でした。水分補給をしながらの30分はあっという間に終了してしまった印象です。



活動状況 ⑬ パラリンピックマラソン沿道付近における観戦自粛の呼びかけ

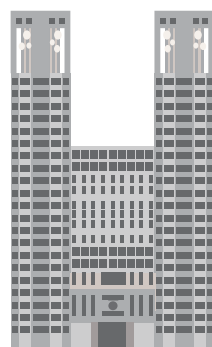
パラリンピックマラソン競技当日、午前4時台から、コース沿道付近およびその最寄駅等にて、沿道観戦自粛の呼びかけを行いました。

活動日程 2021年9月5日(日)

活動場所 マラソンコース沿道付近
千駄ヶ谷エリア、神保町エリア、日本橋エリア、浅草エリア、銀座エリア、芝公園エリア、二重橋エリア

活動規模 のべ1,256人

TOKYO
METROPOLITAN
GOVERNMENT



東京都庁

新宿

千駄ヶ谷エリア

オリンピックスタジアム
スタート・ゴール

皇居

東京

二重橋エリア

日本橋エリア

銀座エリア

東京タワー

芝公園エリア

選手村

東京スカイツリー

浅草エリア

City Cast
comment

「観戦自粛」と「声を出さないでください」のプラカードを持っての活動なので、観客の方との接触はほとんどなく、感染予防に問題はなかった。



活動状況 ⑭ 大会への応援メッセージ、東京・地域の魅力をウェブサイトから発信

シティ キャスト から寄せられた「大会を盛り上げたい」というご意見を踏まえ、シティ キャスト の皆様から大会への応援メッセージ や東京・地域の魅力を国内外に伝える写真・動画を募集し、東京2020大会 東京都ポータルサイトへ掲載するとともに、選手村やメインプレスセンター (MPC) 等でも紹介しました。

活動日程	2021 年 7 月 23 日 (金) ~ (大会後も発信) * 募集期間は 6 月 16 日~ 9 月 5 日
募集方法	都市ボランティアポータルサイト・マイページより
募集内容	【大会への応援メッセージ】 - 大会への応援メッセージ ・活動への意気込み、活動時に楽しみにしていること - シティ キャスト として世界中の方に伝えたいメッセージ 【東京・地域の魅力発信】 シティ キャスト の皆様がお薦めする、ぜひ知ってほしい東京や地域の魅力 (観光スポット、歴史、文化、グルメ、祭りなど)
発信実績	- 大会への応援メッセージ …………… 5,553 件 - 東京・地域の魅力発信 (写真) …… 1,136 件 - 東京・地域の魅力発信 (動画) ……… 76 件

●発信の様子



東京都ポータルサイト



東京スポーツスクエア



メインプレスセンター (MPC)

●投稿例



選手一人ひとりが最高のパフォーマンスを東京から世界へ届けることができますように。

I am hoping that all participants show their best performances to the world.

sachi



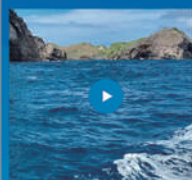
「お、も、て、な、し」でみんなを笑顔に!!

Let's make everyone smile with our OMOTENASHI spirits.

五十嵐信二
Shinji Igarashi

大会への応援メッセージ

東京に亜熱帯！小笠原諸島
Subtropical in Tokyo! Ogasawara Islands



竹芝桟橋から 24 時間、南に 1,000km の場所にあるのが小笠原諸島。旅程は最低でも 6 日間必要ですが、行けばその自然に魅了されること間違いなし！ボニンブルー（濃い青色の海）を、ぜひ実際にご覧ください。

The Ogasawara Islands are located 1,000 km south and 24 hours from Takeshiba Pier. You need to stay at least 6 days, but if you go, you will surely be fascinated by its abundant nature! Please come see the Bonin Blue (dark blue sea).

Recommend from City Cast
定本正志
SADAMOTO Masashi

夏でも涼やか深大寺
Jindaiji Temple - Escape from the summer heat



味の素スタジアムの近くにある深大寺は、水の豊かな場所。水で冷やされたそばは、真夏でも体温が下がります。立派なお寺を参拝した後は、美味しい深大寺蕎麦を食べてみてはいかがでしょうか？

Jindaiji Temple, located near Ajinomoto Stadium is blessed with rich water. I feel my body temperature go down when I go there even in mid-summer. The secret must lie in the chattering of the water. How about enjoying delicious Jindaiji soba (buckwheat soba noodles) after visiting the honorable temple?

Recommend from City Cast
おみくじこよみ
Omiyuki Koyomi

東京・地域の魅力発信

親子ボランティア 体験



ボランティア登録者から数多く寄せられた「親子で一緒に参加したい」というご意見を踏まえ、親子でシティキャスト活動を体験いただける機会を提供しました。



活動日程

8月24日(火)～8月31日(火)、
9月4日(土)・9月5日(日)

活動場所

東京スポーツスクエア 1階 エントランス

活動規模

231組



参加したお子様からの感想
(ウェブサイト「東京ボランティアナビ」にて公開)





控室風景

活動の拠点となった控室では、活動前後のミーティングや携行品の準備に留まらず、シティキャスト 同士の情報交換、記念撮影などの交流も活発に行われました。







感謝状贈呈式

シティ キャストに感謝状を贈呈し、感謝の意を伝えることで、大会を契機に高まったボランティア 気運の維持を図り、活動継続につながるよう感謝状贈呈式を開催しました。

日 程

2021 年 10 月 17 日 (日)

場 所

東京都庁第一本庁舎 5 階 大会議場





シティ キャストへの感謝・称賛の声

海外の大会関係者からも、SNS でシティ キャストへの感謝・称賛を伝える投稿が相次ぎました。

Well this is rather nice. A group of volunteers at the airport to clap Olympic athletes through departures. These little touches are beautiful.



これはいいですね。空港で出発するオリンピック選手に拍手を送るボランティアのグループです。こんなちょっとした気配りが素晴らしい。

2021年8月3日
Matthew Pinsent 氏 Twitter より

The volunteers even came to see us off at the airport. Arigato gozaimasu, sayonara, Tokyo!



ボランティアの方々が空港まで見送りに来てくれました。アリガトウゴザイマス、サヨナラ、東京!

2021年8月9日
Rachel Blount 氏 Twitter より

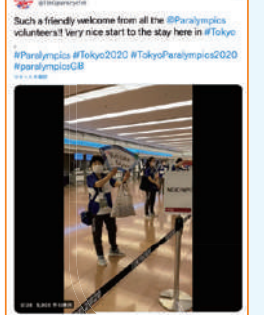
Look at all of these great volunteers. In the rain. Having a blast. So helpful and kind. Thank you



素晴らしいボランティアの皆さんを見て下さい。雨の中、楽しんでいる様子が伝わってきます。とても親切で優しい方ばかりです。ありがとうございます。

2021年8月15日
Devin Heroux 氏 Twitter より

Such a friendly welcome from all the Paralympics volunteers!! Very nice start to the stay here in Tokyo.



パラリンピックのボランティアの皆さんがとても親切に迎えてくださいました。東京での滞在のスタートとしては、とても素晴らしいものでした。

2021年8月18日
Fin Graham 氏 Twitter より

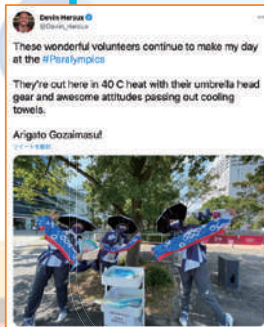
This might end up being my fave pic of the Ariake mini-cauldron (which is also up and running again for the Paralympics, a tribute to the volunteers out here in 33deg (feels like 39) heat today. お疲れ様です。



この有明のミニ聖火台(パラリンピックに向けて再び稼働しています)の写真は私の気に入りの写真になるかもしれません。今日の33度(体感39度)の暑さの中、ボランティアに敬意を表して。お疲れ様です。

2021年8月25日
Donna Weeks 氏 Twitter より

These wonderful volunteers continue to make my day at the Paralympics. They're out here in 40 C heat with their umbrella head gear and awesome attitudes passing out cooling towels. Arigato Gozaimasu!



この素晴らしいボランティアたちは、パラリンピックで私の一日を盛り上げてくれます。彼らは40℃の暑さの中、傘のついた帽子を付けて最高の振る舞いで冷却タオルを配っています。アリガトウゴザイマス!

2021年8月30日
Devin Heroux 氏 Twitter より

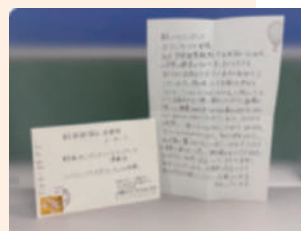
学校連携観戦プログラムに参加する児童の引率で来られた小学校の教員の方から感謝の手紙をいただきました。

感謝の手紙

ボランティアの皆様

学校連携観戦でお世話になった者です。子どもたちをあたたく出迎えてくださり、本当にありがとうございました。バスを降りた所から「ようこそ!」「会場はこちらです」と手をふっていただきました。子どもたちの感想に、「道でたくさん手をふってくれてうれしかった」「ボランティアの方がやさしかった」等の言葉がたくさんあり、これをボランティアの皆様へ届けたいと思い、手紙を書かせていただきました。子どもたちに一生の思い出をつくっていただき、本当にありがとうございました。

※手紙内容から一部抜粋



活動中の シティキャスト ひとことコメント



City Cast
comment

いつもいろんな所で ボランティア を行っていますが、やはり人と触れ合えることが一番いいなと思っています

私はデフサッカーに関わっていて、自分に何かできることがあればと思い参加しました。無観客で残念ですが、興味ある人が1人でもいるのならば、という気持ちです。いつもいろいろなボランティアを行っています、やはり人と触れ合うことが一番いいなと思っています。自分は耳が聞こえない当事者なので活動を通して手話を広められたらと思っています。



City Cast
comment

他のお客様とも触れ合う機会が多かったのでもっと楽しい活動でした

色々な活動をさせていただいて他のお客様とも触れ合う機会が多かったのでもっと楽しい活動でした。

ボランティア活動というのは、かきこまっているのかなと思ってたんですけども、

今回の活動を通して気軽に行う事ができるんだというのがわかりました。初めて会う方と2人1組、3人1組になって活動するのですがいろいろな話を聞けて楽しかったです。これからもこういった機会があれば経験を活かしていきたいです。とても充実した活動ができた1日だったと思います。



City Cast
comment

ここは(ボランティア活動は)自分の勉強にもなります。次の世代の方々に伝えていきたいと思います

こういう機会をいただいてありがとうございます。自身の勉強になりました。希望していなかった場所でのボランティア活動でしたが、実際にここに(パラギャラリー銀座)来て、活動することができて良かったと思います。ここでお手伝いするという直接的なことも大事ですが、自分の体験を若い人に伝えるということで役に立ちたいなと思っています。



City Cast
comment

自身もそうですし、周りのみんなとも盛り上がることができました

初めてで緊張しました。暑い中大変でしたがこういう形で携わることがすごくうれしいなと思います。自身もそうですし、また周りのみんなと一緒に盛り上がることもできるので、すごく素敵な経験になると思います。



City Cast
comment

同じ目的の人たちが集まって1つの目的に向かって、短時間ですけれども活動ができて楽しかったです

同じ志、同じ目的の人たちが集まって、1つの目的に向かって活動ができて楽しかったです。

全然知らない人たちなんですけれどもオリンピック、パラリンピックという1つの行事に向かっていろいろな思いをみんな持って、今日は(応援)パネル作りをしたのですがいろいろなアイデアが出てきて非常に楽しかったです。これからの人生に活かしていけたらいいなと思いました。



City Cast
comment

選手にはなれないので、手話を勉強して貢献しようと思いました

オリンピック・パラリンピックが東京に来るのが決まって、何かしたいと思ったのですが、選手にはなれないので手話を勉強して貢献しようと思いました。当初は手話を必要とする方の手伝いと思ってたのですが、健常の方でも興味を持ってくださる方がたくさんおられたので、これをきっかけに興味を持って頂ければ良いかな、と思いました。(手話で)選手の皆さん、応援しています。



City Cast
comment

短い時間で一致団結するためにはやはりコミュニケーションが大事なと

有楽町の東京スポーツスクエアで案内のボランティアをしました。コロナの影響もあって、来場者は少なかったのですが、笑顔で元気な声掛け案内をさせていただきました。

来場者からも笑顔と元気な挨拶を返していただいて自分も元気をもらったような、そんなボランティア活動になりました。ボランティアの皆さんは非常に意識が高い方が多くて、自分も刺激をもらいましたし、そういった方々と時間を共有できてすごい成長させて頂くことができました。

短い時間で一致団結するためにはやはりコミュニケーションが大事なと思いましたし、今後もボランティア活動する上で、コミュニケーションをたくさんとって、そして限られた時間でいいものを作っていくということは活かしていきたいなと思っています。

(ボランティア仲間との)出会いもすごく楽しみながら、日本のため、オリンピック・パラリンピックのために一緒に汗を流せるってことはすごく魅力的だなと感じています。



City Cast
comment

すぐく目に見えないところでその街が好きなんだと思うんですね

ボランティア精神ってこの街を守っていたり、サポートしたり、応援したりという、目に見えないところでその街が好きなんだと思うんですね。

シティキャストでできることはこの街のために何ができるかということかなと思いました。

東京オリンピック・パラリンピックできてよかったと思います。自分が役に立てることはちょっとりし

かなかったんですけど私たちボランティアがいることで選手の支えになったこともあったと思っているのでとても光栄に思っています。



インタビュー

研修から大会までの期間を通じて、シティキャストにインタビューを行いました。その一部をご紹介します。



人見知りでも大丈夫ですよ
ボランティア仲間は放っておかないので

儀賀 亜紀子 さん

●シティキャストに応募したキッカケ

東京にオリンピック・パラリンピックがやってくるって決まったときに、自分には何ができるかなとかいろいろ考えて、まずオリンピック・パラリンピックって何だろう、ボランティアって何だろうとかいろいろ調べていくうちに、シティキャストもフィールドキャストも両方楽しそうだなと思って。住んでいるところが渋谷なので、街の魅力が凝縮しているというか、“THE 東京”ってところなので、シティキャストが面白そうだなってということで応募させていただきました。

●シティキャストの活動を通して

今日の活動は初めてのボランティアの方もいらしたし、年代もいろいろでしたが、やはり皆さん楽しみにして集まったので、たった1日かもしれないけれども本当に一緒にいられて良かったなって思いました。コロナ禍なので、あまりボランティアを楽しみとか言えない雰囲気でも過ごしてきた人がたくさんいると思うんですけど、同じ熱量の人、同じ思いの人がやっここで出会えた、みんな同じ思いだったんだなってというのが確認できて、みんなで楽しく過ごせてよかったなと思いました。

●共通研修のファシリテーター（講師）を担当して

本当に私がファシリテーターでいいのかなと思いきドキドキしながら、何百人もいるところでやったんですが、私は「何でボランティアをやるんですか？」って質問された時、みんなに答えているのが、毎週末ゴルフに行く人やテニスに行く人と同じで、楽しんでスポーツしてるのと同じなんですよって言います。一緒に行くその場が楽しくてやってます。その思いを研修で伝えてくださって言われたので、みんなで仲良く楽しみましようっていう感じを伝えました。



●ボランティアを始めようか迷っている方に

人見知りでも大丈夫ですよって言います。ボランティアに行ったらボランティア仲間は絶対放っておかないので。ぜひ一歩を踏み出してほしい。一緒に楽しみましようって伝えたいです。本当に色々な出会いがあるし、一人でやるのもいいですし、ワイワイやるのもいいですし、いろんな楽しみ方があるので。やはり人との出会いが大きいのと、今まで持ってた価値観と違う人と出会えるっていうのが大きいかなって思います。





サンキューのひと言だけかもしれないけれど、それでも楽しいですね

杉坂 勉 さん

●これまでの ボランティア 経験で印象に残っていること

海外の方をご案内するボランティアをしたときに、ある失敗をしたことが一番記憶に残っています。ある駅の構内で中国人の方に乗り換えの案内をした時、いつも使ってるエスカレーターじゃなくて別のエスカレーターを使っ

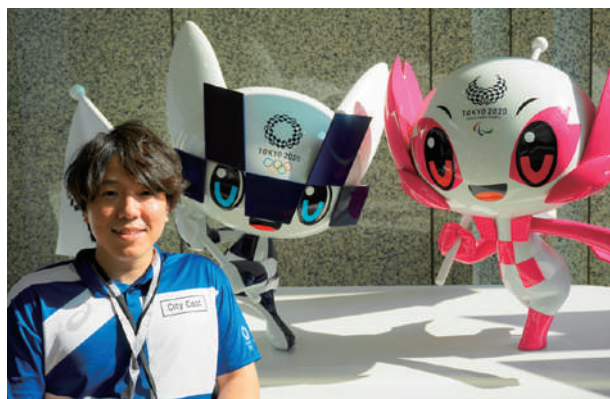
たところ、反対側へ向かってしまったんですね。すぐに逆方向へUターンしたのですが、数分間でですけど非常に恥ずかしかった。先頭を切ってご案内しますよ!と言ったのに間違えちゃうなんて。でも、ご案内を終えてお別れしようとした時、握手を求められてありがとう。あの時は救われましたね。ご案内する時は「あれはどこにある」「あそこの道を左に行ったらありますよ」それでサンキューでおしまいですが、そういうもんだと思ってます。でも、彼らにとっては安心感があるし、乗り換えだってどこをどう行けばいいのかわからないときに、「そこの何番線ですよ」と言ってくれる人がいるだけでいいんだと思います。そこでサンキュー。それで十分報われています。

●研修を通して学んだこと

いろいろな研修の中で、興味深かったのは障害者の方に対するサポートですね。サポートの方法を何回も実地で見たり、家に帰ってウェブで見たりして、助けになるためには声を掛けられればいいんだと気づきました。ちょっとラフに言い過ぎかもしれませんが、どうお手伝いしましょうか、どうしたらよろしいでしょうか、その障害者の方の希望を伺ってその通りにすればいいんだと。どうしなきゃいけない、こうしなきゃいけないとか覚えなきゃいけないじゃなくて、声を掛けて仰る通りにすればいいんだという、それを知ったということが今回の研修の中で大きな意味があったと思います。

●ボランティアを始めようか迷っている方に

色んなところに色んな役割があるので、自分はこれぐらいしかできないかもしれないと思っていても、参加してみればフィットする活動もありますよ。ですから遠慮しないで、自分はあれもこれもできないと考えないで、申し込んでから自分にフィットするものを探すという風にする。思い切って一歩だけ、ちょっと半歩でもいいから踏み出せば、また違う体験ができると思います。サンキューの一言だけでもいいし、ありがとうだけの一言かもしれないけれど、それでも楽しいですね。



みんなで1つの目的を持って頑張れたので達成感や一体感を味わえました

古田 雅人 さん

●シティキャストに応募したきっかけ

ボランティア活動に参加するのは、今回が初めてでした。自分は車椅子を利用して周りの人にサポートしてもらおうことが多いのですが、東京大会というせっかくの機会に自分にも何かできることはないか、ぜひ携わって

一緒に盛り上げたいと思いました。また以前、アメリカに留学したとき、現地の方々にお世話になりいい思い出ができたので、今度は自分が海外の皆さんに日本の良さを伝えたいと考えシティキャストに応募しました。



●活動内容について

オリンピック期間は、羽田空港の出国ロビーで帰国する選手たちのお見送りを行いました。大きな声を出せないなか、他のシティキャストのメンバーと協力してメッセージボードを掲げたりして、約1時間にわたって感謝の気持ちを伝えると、選手たちは笑顔で応えてくれました。パラリンピック期間には、都庁に設けられているパラリンピックシンボルや、ミライトワ、ソメイティ像付近で来場者の記念撮影のサポートや、パラリンピックの大会情報についてご案内しました。家族連れなど多くの方々に関心を持っていただき、喜んでもらえて嬉しかったです。

●活動を終えて

活動前の研修でも、男女を問わず色々な世代の方と交流することができ、みんなで1つの目的を持って頑張れたので、「達成感」や「一体感」を味わうことができ、充実した楽しい経験になりました。今後も日本を訪れた外国人の方に楽しんでいただけるサポートなど、様々なボランティア活動に参加したいと思っています。





東京 2020 では海外のお客様をお迎え出来ませんでしたが、今後又の機会にこの経験を活かしましょう。

皆さまとこれまで同じ想いで目指したシティキャストの活動は、一生忘れません。全ての皆さまへ ARIGATO

都外のためみなさんと一緒に活動することはできませんでしたが、シティキャストとして一緒にできたことは変わらないと信じてます。

講習で出会った方々や一度だけのボランティア活動でしたか一緒にした皆様が、とてもキラキラしてました。

活動の時もみなさん積極的でとても刺激を受けました！またどこかでお会いしましょう！一緒に写した集合写真はいい思い出です！

リアルな活動はできませんでしたが、【私は輝く】を胸にまたどこかのボランティアでお会いできることを楽しみにしています！

シティキャストとして活動された皆様、お疲れさまでした。私も1日だけでしたが活動ができて大変有意義な体験ができたと思っています。一期一会の出会いに感謝しています。

東京 2020 に向けて、一緒に学んできたボランティア精神と研修で培ったノウハウを場所は変わってもいつかまた発揮できる日を目標にキープして頑張っていきたいと思います！



楽しく有意義な活動でした。この感動、経験が途切れる事なく未来に繋がると良いですね。

聴覚障害者の方や大学生、地域活動を実践者、初めての方等仲間意識が短時間で芽生えました。活動に参加でき大変嬉しく思います。

協力すること。話しかけてみること。一生懸命に取り組むこと。進んで手助けすること。とことん楽しむこと。みなさんから教わったこと全て、これからも大切にしています！

都外だったので直接参加することは叶いませんでしたが、テレビ等に映るシティキャストを見ては羨ましくもあり誇らしくもありました。みなさんお疲れ様でした。

どの方も優しい気持ちに満ちた、自立した方々でした。ご一緒する機会がほんの少しでもあったこと、ラッキーでした。ありがとうございました。

みなさんの積極的でホスピタリティあふれるマインドがとてもうれしく思います。そのような雰囲気広がっていくことを願っています。

無観客開催で本来の役割とはまるで違った役割となる中でも、笑顔で参加していたシティキャストの仲間の皆さんを誇りに思います！

オンラインからの参加でも楽しめました。本当はもっとお友達作りたかった。観客とコミュニケーション取りたかった。でも東京 2020 のシティキャストできて良かった！

ARIGATO！またどこかで！

初めてのボランティアでしたが、同じチームの方々がいい人達ばかりだったので、もっとボランティア活動がしてみたいと思えました。またどこかの活動で会いましょう！

また逢いたいです！また一緒に活動したいです！いつか、マスクを外して笑顔でボランティア活動ができる日を楽しみにしています。