

笑顔と心をつなぐネットワーク はーとふる HEARTFUL

2023年
冬号

■新春座談会

持続可能な社会を築くために —— 清掃活動とSDGs

小池 俊雄 × 有富 三幸 × 井口 隆央 × 武藤 光世

東京大学名誉教授

明るい社会をつくる板橋区民の会会長

江戸川明るい社会づくりの会

新宿明るい社会をつくる区民の会

| 連載 |

明るい社会づくり運動とSDGs

われら明社人「大阪府地区明社連絡会」

ふるさとわが街

新年のご挨拶を申し上げます。

「明るい社会づくり運動」は、昭和44年に庭野日敬師によって提唱され、その後、全国各地に「明るい社会づくり運動」の輪が広がりました。以来、青少年育成や環境美化、福祉などの活動をとおして本運動を推進し、今年で55年を迎えます。

提唱当初に比べると社会は大きく変貌し、環境や核兵器、経済格差等の大問題を抱え、さらには新型コロナウイルスが未曾有の危機を引き起こしています。こうした状況のなかでも、市民一人ひとりの取り組みによってこの危機を乗り越え、新しい時代に至る道が開けるものと信じています。

輝ける未来を見据え、足元にしっかりと力を入れて、仲間と共に一歩ずつ前に進んでいきたいと思えます。

本年がみなさまにとって良い年になりますことをお祈りいたします。

特定非営利活動法人 明るい社会づくり運動

Contents

はーとふる2023年 冬号

【目次】

- 1……新春座談会 持続可能な社会を築くために ―清掃活動とSDGs
- 8……明るい社会づくり運動とSDGs
- 11……ふるさとわが街
- 12……われら明社人
- 15……SDGs活動の日「未来へ続く地球社会をめざして―クリーンUP!2022」の開催
- 18……Palネット
- 19……誌上賀詞交換
- 20……掲示板
耀！ 連隊 明社レンジャー

新春座談会

持続可能な社会を 築くために —清掃活動とSDGs



明るい社会づくり運動では、昨年11月23日を「SDGs活動の日」と位置づけ、全国各地の明るい社会づくり運動の仲間と共に清掃や資源回収に取り組みました。

これまで継続して取り組んできた清掃活動がSDGsのどのターゲットとつながっていくのか。そして、私たちは今後、どのような取り組みが必要なのか——。

今号では、小池俊雄氏（東京大学名誉教授）を囲んで3人の出席者に語り合ってもらい、今後の活動へのヒントを見いだしたいと思います。

出席者
（敬称略）

小池 俊雄 東京大学名誉教授

有富 三幸 明るい社会をつくる板橋区民の会会長

井口 隆央 江戸川明るい社会づくりの会

武藤 光世 新宿明るい社会をつくる区民の会

司会／事務局

司会 明るい社会づくり運動では、昨年

の11月23日を「SDGs活動の日」と位置づけ、全国各地の明るい社会づくり運動の仲間と共に清掃や資源回収に取り組みました。今日は、みなさんが日頃、取り組まれている活動についてお聞かせいただきたい

ながら、SDGsとの関係や今後の取り組み方についてのヒントを見いだしていきたいと思

有富 11月23日の「SD

Gs活動の日」には、東武東上線の大山駅近くのアーケード街、それと熊野町交差点から大山駅までの川越街道で清掃活動をしました。街道沿いは自転車が放置されていて、かごの中にゴミがいっぱいつまっています。ポイ捨てしていくのでし

よう。見た瞬間、腹が立ちましたね。

そんな気持ちになりながらも、一方では、小さい子から若い世代の人たち、おじいちゃん、おばあちゃんなど40数名が参加してくれました。うれしさも感じつつ、一緒に清掃をしまし

た。

また、定例行事としては、東京・板橋区とタイアップして「農業まつり」や「板橋区民まつり」に参加し、そのあとの清掃をさせていただいています。



小池 俊雄さん

東京大学名誉教授

こいけ・としお 1956年福岡県生まれ。東京大学名誉教授。国立研究開発法人土木研究所水災害・リスクマネジメント国際センター長、日本学術会議会員、社会資本整備審議会河川分科会会長。

井口 私は生まれた所が神奈川県

の湘南なので、大船の明るい社会づくり運動が取り組んでいた江の島周辺や辻堂海水浴場の「ビーチクリーン」に幼少のころから参加していま

し、現在は東京・江戸川区で暮らして、江戸川明社が毎月28日に実施する都営地下鉄船堀駅周辺のゴミ拾いに参加しています。「SDGs活動の日」には、タバコの吸い殻やお酒の空き缶、ビンのポイ捨てが多く見られました。小さな子どもたちが一緒に拾ってくれたのですが、タバコや酒は大人の嗜好品です。大人が捨てたゴミを子どもたちに拾ってもらうことに抵抗を感じました。

武藤 私は毎週土曜日に「駆け込み寺」という組織のメンバーと共に新宿・歌舞伎町の掃除をしています。いま、歌舞伎町には「トー横キッズ」（新宿東宝ビルの横でたむろをする若者の集団）といわれる若い世代が広場に集まって、飲み食いしながらおしゃべりをしています。そのゴミがすごい量なのです。なかには、まったく手をつけていない食べ物や飲み物までも散乱していて、そればかりかタバコの吸い殻のポイ捨ても多く、あまりのひどさに「本当に子どもたちには見せられない」と思っています。この清掃活動は、SDGsの11番目の項目「住み続けられるまちづくりを」を目標にしており、ゴミを拾って、きれいにすることで「住みやすい街づくり」を目指しています。

小池 明るい社会づくり運動が自発的に取り

くれるのです。

小池 やさしく話すこともよいのですが、大切なことは、私たち大人が、伝える内容を大事にすることで子どもはきちんと受け止めてくれるということです。子ども自身が興味を抱いて考える機会が生まれると思います。



武藤 光世さん

新宿明るい社会をつくる区民の会

むとう・みつよ 1997年東京都生まれ。介護施設勤務を経て、現在はカフェ従業員。2022年から一般社団法人「駆け込み寺」の清掃活動に参加。子どもたちのためのSDGs勉強会を開催する。

武藤 清掃活動には、子どもたちをはじめ多くの方に参加してもらえるように声をかけたと思います。それにはまず、私自身が楽しんで活動することだと思っています。その姿を見て、関心をもってもらえたらいいですね。

小池 みなさんのご発言にもありましたが、街にゴミが溢れている状況は子どもたちがしているわけではなく、大人が汚しているということですね。大人が公平性を完全に阻害していることになりません。SDGsが現代と未来の公平性を保つことを基本概念としているという、ずいぶん次元が違うように思われるかもしれませんが、大事なものはそれを意識しながら清掃していくことです。

司会 武藤さんが参加されている「駆け込み寺」のように、他団体と一緒に取り組まれている方はいますか。

井口 大学生のとき、「防犯サークル」を神奈川県警と協力して創設し、代表を務めていました。地域の防犯活動ということで、自治体、町内会の方々と一緒に夜間パトロールをしました。街灯が切れているかどうかの確認もありましたね。また、情報系の学部だったので児童の保護者にスマートフォンでのペアレントコントロールの設定方法とか、ネット犯罪やサイバー犯罪についてお伝えしました。いまは、職場から帰宅してから、毎晩、防犯も意識しながら、公園や近所の道路、駅周辺

のゴミ拾いをしています。何回か警察に通報するようなこともありました。住みよい街づくりを意識していきたいと思っています。

小池 何かの折に力を発揮できるように、自身や他のグループの持ち味や特徴を常に考えておいていただくと、パートナーシップを結んだときに、できないと思っていたことも達成できるかもしれません。

有富 SDGsの「パートナーシップ」とは、どこかの組織と結びつかないといけないのでしょうか。

小池 SDGsの17番目に「パートナーシップで目標を達成しよう」と掲げられています。これは、具体的に何かを解決するものではなく、1から16のゴールを目指すために必要な枠組みなんです。

言葉で表現するのは難しいのですが、みなさんのような明るい社会づくり運動での活動の経験があるところに別の何かをほっと足したときに、うまく前に進めるということが大いにあるんじゃないかなと思いますね。

たとえば、有富さんの板橋明社が農業まつりに企画されているというお話がありました。私、農業生産をされる方々と消費者である私

たちが一緒になって協力する。パートナーシップで取り組んでいくと、二つの効果が生まれます。食べ物が残らないようにするということと、日本の低い食料自給率の問題解決に向けた取り組みができるということです。

井口 いまはコロナ禍で、みんなが集まって共同作業するのも難しいときです。しかも昔と違ってほとんど孤立化している面もあります。一方、リモートで何かを行うことが進んできていると思います。どのような形でパートナーシップを結んでいけばよいのか……。

小池 「扉を開く」ことかもしれませんね。ちょっとしたきっかけを私たちはどのように作れるか。意図して作れないのかもしれませんが、何も考えていないと作れない。非常に重要なところですね。人の心が動くのはどういうときか、ということですね。私たちが何かを作ることができるものじゃないことは確かです。ただ逆に非常に強い思いを持っていると何かつながるときもあります。常に考えておくという



井口 隆央さん

江戸川明るい社会づくりの会

いぐち・たかお 1992年神奈川県生まれ。大学時代は「防犯サークル」を創設し代表を務める。現在、東京・江戸川区に在住。「江戸川明るい社会づくりの会」の清掃活動に取り組む。SDGs勉強会も開催。

ことが大事なんだと思います。

有富 区民まつりで「じゃがバター焼き」を販売していますが、その作業には、イモ洗いから販売、あと片付けまで多くの人が関わります。さらにSDGsを意識すると、コップを選ぶにしてもヤシの実から作られた環境負荷のより低いコップを選ぶとか、一つ一つが勉強になってくるのです。そうして、人とふれあうなかで、互いの役割の必要性を感じていきます。みんなで力を合わせて取り組むことの楽しさも経験できます。

武藤 じゃがバター焼きを一つ売るにしても作るにしても、いろんな人との関わりができ、

17番目のターゲットの取り組みになるのですね。

小池 そうした成功体験っていいですね。かといって、常に成功しなくてもよいのです。3勝2敗でもいいから、いつか成功が上回るという目標をもつと力が湧いてきますね。

井口 私はゴミ拾い活動をしているなかでゴミ拾いの写真を投稿するアプリを使用しています。家の周りのゴミ拾いをしてる様子を携帯電話のカメラで撮って送ると世界中の人に見てもらえることができます。タイムラインに載せれば、現時点で投稿した人を見ることがもできます。ですから、江戸川を挟んだ千葉県との知らない方からコメントが届いたりします。同じ時間帯に同じ地域でゴミ拾いをしてる人がいることなど情報を共有できるので、「一人じゃない」と感じられるのがこのアプリのよさだと思います。あとゴミの量もゴミを収集した人の数も出せたりして。今まで全世界で何人がどれだけの量を拾っているかというのが逐一わかるようになっていきます。

小池 非常にももしろいですね。井口さんがおっしゃるような先駆性ということがすごく大事です。英語だと「イノベータータイプ」と言

いますが、革新性と言うのでしょうか、今までできないと思っていたことが、何かをきっかけにグイッと動くこと。それが井口さんの紹介してくれたアプリかもしれません。そのアプリは素晴らしいです。

井口 そのほかには、清掃活動のチームのLINEグループをつくり、そこでいろいろな情報交換をしています。「清掃活動についてのおもしろいアプリがあるよ」とか、「今日のごみ拾いこんな風になりました」とか……。すると江戸川区内の明社会員ではない方が「ご近所を掃除し始めた」というコメントをくださったたり、逆に「掃除しようと思ったけどうちの近所は意外とゴミが少ない」と発見を寄せてくれたりする方もいます。現在は40人ほどのメンバーがいます。

武藤 既存のものも活用できるということですね。

小池 今のあり方を変えようとするときに、そうした先駆的なものが必要になってきます。変えるには、別は大発見が必要なのではなく、これを使うとこんなに違うんだねということ、皆で広げるのです。そうしたものを使うとこんなメリットがあったと、自分の体験を

周りに伝えると広まっていきます。今までなかなか変革できなかったものが、パッと変わっていく。例えば、新型コロナウイルスの感染拡大は深刻な厄災ですが、社会変革をもたらす側面もあります。大学でのオンライン授業の環境整備についてはコロナ以前と比べたらずいふんと改善できました。リモートワークもさまざまな形で可能になりつつあります。リモートを支える技術が教育、医療、買い物などに応用され、変革があったからこそ可能になったこともあります。そんな大きなことでもありますけれども、井口さんが紹介してくれたアプリが清掃という活動をグッと広げていく先駆性は、SDGsのなかで非常に大事なことだと思います。

有富 井口さんにとってもよいことを紹介していただきました。

司会 こうした工夫やアイデアは、日頃から心の奥底とか頭の片隅に置いておく必要があるのでしょうか。

小池 明るい社会づくり運動のみなさんは清掃を長くやっておられるわけですから、そういう作業を進めておられるという経験をもとに、まずだれかと一緒に作業すること

が一つのカギになると思います。

有富 一緒に作業しているうちに互いに相手のよさや作業のコツなどいろいろなかことがわかってくるのではないのでしょうか。花を植えるときに、いろいろな植え方があって、これがよいとか悪いとか、植えているときに会話ができて、仲よくなっていくということですね。掃除も同じだと思います。

小池 私は、「明るい社会づくり運動提唱50周年記念大会」で講演をさせていただきました。そのとき、アマゾンの熱帯林の話をしました。アマゾンの熱帯雨林は盆地なんです。水が集まって、とうとうと流れます。植物には肥料として窒素とリンとカリウムの3要素が必要です。窒素は大気中にいくらでもあるので問題ないのですが、リンとカリウムは土から取るわけです。でもこれらは水に溶けて流れてしまうので、アマゾンの熱帯林の土壌は、リンとカリウムは不足しています。ではどうやってあの熱帯林を保つのでしょうか？誰が肥やしを与えていると思いますか？

井口 雨ですか？

小池 近いけど残念(笑)。実はアマゾンには、



東から貿易風が吹いてきます。アマゾンから東にずーっと行くとアフリカのサハラ砂漠があります。北アフリカのサハラ砂漠の東側は海だったんです。そこが干上がって砂漠になったんです。チャド湖って聞いたことありますか？ エジプトよりも南西のところにある砂漠のくぼんだところです。チャド湖というのは、もともとは大きな塩水湖だったんです。それが全部、干上がって砂漠になっていてるんです。しかもそこに大きな山が二つあり非常に強い風が吹くところがあって砂が巻き上がる、そこに貿易風が吹いてきますので、この

砂を運んで大西洋を渡って南アメリカに落とすのです。そして葉っぱがそれを受け止めて吸収する、という話を50周年のときにさせていただきました。そのとき申し上げたかったのは、地球のメカニズムは「すべてがつながっている」ということです。水の循環はまさにそれを媒介するもので、エアロゾルという本場に小さい10マイクロメートルとか20マイクロメートルくらいの粒子はなかなか落ちてきませんので一旦巻き上がって風で運ばれ雨になって広がるのです。

有富 他人事じゃなく自分事としてとらえるということとは、つねに心掛けておかなくてはいけないのでしょうかね。

小池 地球のメカニズムというのは、実は人間社会のなかでも同じようにあるのです。例えば、日本で震災が起こるとサプライチェーンでいろんなところが止まりますよね。タイで水害があると部品が作れなくなり、調達できなないので日本でパソコンは作れなくなったりしましたよね。そのようにすべてがつながっているのです。一つのゴミをとつてもそれを拾う人の心と社会がつながっていくということ。つまり、世界と「私」はつながっているのだと思います。

北極近いシベリアの森林は同じ種類の木ばかりで本当に単調で単純なんです。しかしアマゾンは多種多様で複雑です。地球全体で考えるとアマゾンの複雑とシベリアの単純の両方があるということが多様ですよ。そういうものが成り立っているというのは地球全体がつながっているから。私は地球物理の学者ですので、そういうものを見る機会に恵まれてきました。人間社会も同じだと思います。そういう風に「つながり」や「多様性」でものを考えることが大事なのだと思います。

武藤 一つのゴミからさまざまなつながりを教えていただきました。捨てる人と拾う人、そして、自分たちの暮らす場所から世界がつながっているということ。ゴミといえどもあなどれないことを教えていただきました。これから清掃活動をするときの意識が変わってくると思います。

司会 今日はみなさんと有意義な語り合いができました。明るい社会づくり運動では活動をどのように後継者につないでいくか、またさまざまな活動のあり方を考えている途中ですが、先駆性や継続していくことなど今日教えていただいたことを大切にしながらこれらの活動に活かしていきたいと思っています。

【連載】

明るい社会 づくり運動 と SDGs

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

SDGsとは「Sustainable Development Goals（持続可能な開発目標）」の略称です。2015年9月の国連サミットで採択され、国連加盟193か国が2016年から2030年の15年間で達成するために掲げた目標です。このSDGsを達成するためには、将来の世代により良い地球を残そうとする政府、企業、社会、そして市民によるパートナーシップが必要となります。

今号では、SDGsの行動目標を目指すために、「私たちが踏み出すべき第一歩とは何か？」を一般社団法人SDGs市民社会ネットワーク理事・事務局長の新田英理子さんから学びます。



新田 英理子

一般社団法人SDGs市民社会ネットワーク
理事・事務局長

にっ たりこ 京都精華大学評議員、科学技術（JST）STI for SDGs審査員、足立区協働・協創パートナー基金審査会審査委員長、法政大学人間環境学部非常勤講師（NPO・ボランティア論）等。
大学卒業後、東京の民間企業の社員教育部門に3年半勤務。退職後、環境NPOなどでの嘱託スタッフやボランティアを経て、98年4月より日本NPOセンターに勤務。14年8月から17年3月まで事務局長。17年4月から19年3月まで、一般社団法人SDGs市民社会ネットワークと日本NPOセンターを兼任。主にNPOに関する相談、研修、全国大会などの企画・運営とNPO法人制度に関するアドボカシー事業を行う。また、行政や企業のNPOとの連携・協働プログラムの相談や企画運営を行う。パートナーシップが最大限発揮されSDGsが達成されることを目指し、活動中。

SDGsウェディングケーキ

前回、前々回とSDGsを理解し、活用し、推進するキーワードとして、六つのキーワードをご紹介しました。簡単におさらいしておきます。

一つ、「持続可能な世界をより現実として理解すること」。二つ、「正しく危機感を持つこと」。三つ、「課題の背景と歴史を探ること」。四つ、「先の三つを踏まえ、多様なパートナーシップを促進すること」。五つ、「市民活動団体（＝明るい社会づくり運動）の五つの強みを活かすこと」。六つ、「社会の政策や活動に誰一人取り残さない視点から意見を出すこと」。これらについて、

みなさまと情報を共有しました。

今号では、活用事例を三つご紹介します。

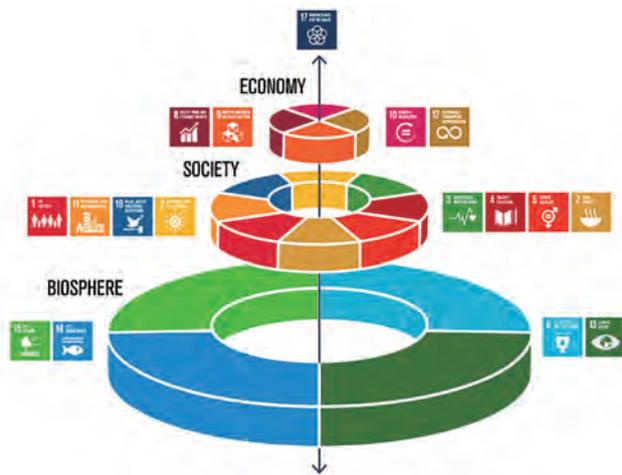
一つ目は、SDGsウェディングケーキ（写真1）です。このケーキには見本があります。SDGsが採択されてすぐ、SDGs達成率が毎年世界でベスト3に入るスウェーデンのレジリエンス研究所が発表した、SDGsの各ゴールの関係性を表現したSDGsウェディングケーキモデル（P9の図）です。環境の土台があり、社会があり、その上に経済が成り立っている図になっており、環境目標である6、13、14、15が崩れると、社会も経済も成り立たないことを表わしています。

2020年は、SDGsが採択され5周年だ

SDGsなイベントを実施してみよう



写真1



スウェーデンにあるレジリエンス研究所が発表したSDGs ウェディングケーキモデルと言われる、SDGs 概念図

ったので、SDGs 市民社会ネットワークではそれを機縁に、SDGs 達成に向けた機運をより一層高めようと、実際に、ヴィーガン (vegan) パティシエの方、SDGs に関心のある栄養専門学校の学生ボランティアの方と一緒に、すべて植物性の材料を使い、SDGs ウェディングケーキを作ってみました。LGBTQを含めた多様な方たちが集うカフェを会場とし、そのイベントを撮影した動画のBGMには、SDGs ソングを使わせていただきました。コロナ禍の

ため、動画配信に力を入れ、国連が提唱したSDGsの「行動の10年」の運動の一環として行いました。

ごみ拾いとSDGs

二つ目は、いつもの活動に、違う要素を加えた事例です。あるまちづくりNPOでは、年に2回、地域の方たち同士の顔の見える関係づくりと健康増進、地域貢献を目的に、ごみ拾いを行っていました。その後、子どもが学校で習ってきたSDGsの話から、海洋プラスチック問題の深刻さと併せて、海洋ごみの90%は川や街から来ていることを知ります。そこで、ただごみを拾うだけではなく、ごみの中身を調べ、解説してくれる地域の環境NPOの協力を得て、SDGsを学ぶプログラムを追加したのです。すると、いつもより若い年齢層の方々や親子連れの参加が生まれたということです。

また、子ども支援を行っているNPOでは、フードパントリーを実施するときに、子どもたちの栄養が偏らないような食材の提供だけでなく、学びの場の提供も行ってという例が多くなっています。さらに、SDGsの目標12にも関連し、課題の大きいフードロスの現状を考えて、生協や社協、商店会のみなさんも参画し、行政から冷蔵庫の補助金をもらうなど、運営自体を自分たちだけで行わず、子ども支援連絡協議会をつくって行う事例もあります。

これら二つの事例の特徴は、もともと行っていた活動に、SDGsの「誰一人取り残さない」「将来世代にわたる持続可能性」を考えて、連携先を増やしたり、もう一步課題を深掘りしたりすることで、SDGsの考え方を活用している点です。

SDGsの進捗を測るSDGsダッシュボードでは、SDGs達成目標に対して、日本は、ジェンダー平等、海、山、里、気候変動などの環境問題、パートナーシップに関する課題が、赤信号の評価となっています。みなさんの実感と比べて、いかがでしょうか。

SDGsバッジ

三つ目の活用事例として、SDGs達成に貢献するグッズを通じた事例を紹介します。

みなさんは、国連がSDGs運動の象徴として提供している17色のホイールのバッジをご存じだと思います(1個3ドルで、国連のウェブサイトで購入できます)。赤い羽根募金運動やレッドリボン、ピンクリボン運動のように、同じものを身に着けることで共感を生み、活動をより促進する効果があると思います。

国連のSDGsホイールバッジは金属製ですが、木製のバッジがあるのはご存じでしょうか。その土地の間伐材を使用したもの、ある企業の野球部の折れた木製バットを使用したものほか、伝統工芸としての陶磁器を使用したものな

やさしい革とは

クツやバッグなどで使われる本革は、そのほとんどがクロムなど重金属系の工業薬品を使って作られています。そこで自然界から抽出した植物タンニンを使用し、大量生産も可能で実用的に使える皮革素材の開発に着手しました。

そして完成したのが、ミモザ・アカシアなどから抽出される天然成分の植物タンニンを主原料とする「やさしい革」〈RUSSETY LEATHER® (ラセッテーレザー)〉です。すなわち動物皮を大切に使い、その後は、安全に地球に還すこと。そんな、「やさしさ」に包まれた消費文化を育て、自然と共存しながら明るい未来につなげていく取り組みです。

やさしい革には4つのゼロが不可欠

1. 工場排水のクロムがゼロ……環境負荷を抑えるために人と自然にやさしい「ラセッテー」なめし製法を実践すること。
2. 仕事のストレスがゼロ……働く人が安全で、安心して働ける健康的な職場環境で生産されていること。
3. 動物のストレスがゼロ……“動物としての幸せ”に配慮した飼育環境で育った原料皮を使用すること。
4. 不公平・不公正な取引がゼロ……健全な企業運営と皮革産業の発展に意欲的に取り組む企業の革製品を消費者に届けること。



写真2

ど、多様なバッジがあります。眼鏡の産地である福井県鯖江市は、ジェンダー平等を優先目標に掲げ、眼鏡のSDGsホイールバッジ（左右のレンズをつなぐツルがジェンダー平等と同じ赤色）を作成しました。

SDGs市民社会ネットワークは、障害者支援を行っている福島のNPO法人しんせい（<https://shinsei28.org/>）と共同で、革製のSDGsバッジ（写真2）を、会員バッジとして開発しました。

このSDGsバッジは、やさしい革（別掲参照）と、ブラザー工業株式会社の技術提供によって作成されており、NPO法人しんせいは、日本政府が実施しているSDGsアワードで外務大臣賞を受賞しました。「誇りある仕事」をモットーにされており、大量生産、大量消費、効率性最優先でない働き方は、SDGsの目標8である、働きがいと経済成長の両方を押し進める「SDGsらしい働き方」としても注目されています。

みなさんも、さまざまなイベントを実施されると思います。今、企画中のイベントに、一つでも二つでも、SDGs要素を新たに追加してみたいかがでしようか。SDGsという共通言語を通じて、さらなる参加者層が開拓され、新しいつながりが、みなさんの活動のスパイスになれば幸いです。SDGsの達成をみなさんと一緒に進められるよう、私たちも達成に向けて行動し続けます。