

若者×ツナグバ参加団体「7 hours club」の活動を見学しました

広島市を拠点に活動されている、7 hours club の活動を見学し、2025年7月6日（日）に見学しました。



7 hours club は、心身ともに健康で活力あるコミュニティの実現を目指して2024年度に設立されました。主に20歳代を対象として、早朝にランニングやプロギング^{*1}、ゴミ拾いを行うことで、健康的な生活習慣の第一歩を促していただけるそうです。

見学に伺った当日は、9時に歓楽街近くの公園に参加者14名が集い、そこから約1時間、1.5kmのコースを歩きながらゴミ拾いを実施、最後にコーヒーを飲みながら時間の許す限り、参加者同士でコミュニケーションを楽しむという内容でした。

開始にあたり、代表の川路さんから、「私たちの団体は、海に漂うプラスチックごみを無くしたいと考えている。プラスチックごみはどこからきたのだろう、なんで捨てられるのだろうなど、考えながら拾っていただき、友達にも考えたことを伝えていってほしい。楽しく会話しながら今日のゴール“ひろしまゲートパーク”を目指しましょう」と、活動の趣旨説明があり、2班に分かれてゴミ拾いに取り掛かりました。



歓楽街の公園とあって、たばこの吸い殻やお菓子のパッケージ、ペットボトルや空缶など、大量に落ちています。丁寧に拾い集めながら、商店街を歩いて最終地点へ向かいました。拾っても拾いつくせないたくさん落ちているゴミを見て参加者から「やるせない気持ちになるけれど、ゴミを拾っている私たちを見てくれる人達への啓発活動になれば、それが社会に広がっていく」と、頼もしい言葉が聞かれました。



ゴール地点に終了後、みんなが集合したところで、団体メンバーの永淵さんから、「私は、環境問題にすごく詳しいわけじゃないけれど、こうして朝からみんなで集まってゴミ拾いみたいな良いことをする時間が、ただ純粋に気持ちよくて好きなんです。こういう活動を楽しみながら続けていくことで、少しでもみんなの人生が豊かになるきっかけになったら嬉しい」と挨拶がありました。

続いて、全員で写真撮影し、当団体の活動に飲み物で支援してくださっているパン屋さんが参加者全員に無料でコーヒーを提供してくださいました。参加者は、MY マグカップを持参しており、好みのコーヒーを注いでもらい、お店の周辺で数名ずつが机を囲み、参加者同士会話を楽しんでいました。

参加者の職業はさまざま。食品業界、医療業界、福祉業界、IT 業界、インフラ業界、小売業界など多岐にわたっていました。県外から就職や転勤で来られた方や社会人 1~2 年の方もおられました。参加のきっかけは、



SNS や口コミ。普段、働いている時は、職場の人としか話をする機会がないため、異業種の方などとリアルなかかわりが持てるこのサードプレイスとしての居場所と時間はとても大切とのこと。話題は趣味の話や本の話、地元の話、広島に住んでの感想など、ぼんぼん会話

が弾みます。気が付かないうちに溜まっていたストレスが軽減し、仕事を頑張ろうと思えるようになったなどと、話をしてくれた人がいました。

団体が認識している「健康増進」と「環境保全」といった社会課題を上手に組み合わせ、課題解決の一助となるように枠組みを作り、自然体で活動しておられることが、参加者を和ませ居心地の良い受け皿になっているのだと感じました。

会話を楽しまれた後は、「さあ、お天気がいいので、今日は洗濯しよう」とか「これからティラピス!」「またね!」と、さわやかなすっきりした笑顔で挨拶を交わし、三々五々自分の時間へと戻って行かれました。



心身のバランスを整え日々の生活に良い変化をもたらす当団体の取り組みは、間もなく1周年を迎えられます。今後ますます、参加者の笑顔が増え、繋がりの輪が広がっていきますように期待しています。

(本郷)