

平成30年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉振興助成事業

ことばキャンプ実施報告書

～福島県の指導者養成と児童養護施設支援～



特定非営利活動法人 JAMネットワーク

社会福祉振興助成事業（WAM）

高齢者・障害者が自立した生活を送れるよう、また、子どもたちが健やかに安心して成長できるよう必要な支援等を行います。

独立行政法人福祉医療機構（WAM）は、社会福祉振興助成事業を通じて、多様な社会資源がそれぞれの地域で有機的に連携・協働し、それぞれの得意とする活動を行いながら人と地域の絆をつくり直し、支え合いと活気のある地域社会の再生を目指すシステムづくりに取り組みます。そして、高齢者・障害者が地域の絆の中で自立した生活を送れる社会、また、子どもたちが健やかに安心して成長できる社会の実現を目指していきます。

福祉医療機構ホームページより抜粋

支援事業について

東日本大震災から7年目を迎える2018年、被災地の状況は変わってきています。発災以来、さまざまな被災者支援が多く取り組まれる中、ハード面での支援基盤は整いつつあります。しかし、家族や親しい人を失い、生活を取り巻く環境の大きな変化の中で、物質的な安定が見込めるようになった7年目だからこそ、精神的な支援が必要と考え昨年度に続いて、今年度も東北の支援を行いました。



私たち団体は2008年より東京、神奈川の児童養護施設を中心に首都圏でのべ102施設（子ども約900人、職員約3100人）でことばキャンプを実施してまいりました。母子生活支援施設や里子・里親研修等、社会的養護の子ども・職員への支援を行ってきました。東北地方には、現在34の児童養護施設があり、親元で暮らせない子ども達の生活基盤となっています。今回の事業では、福島県の児童養護施設で自立支援策としコミュニケーション育成研修を行いました。

また昨年度に引き続き福島の親子支援団体と協働して、絵本を使ったことばキャンプができる「ことばキャンプ絵本キッズサポーター」の育成を目的とした養成講座の開催を実現することができました。「ことばのチカラをつけて自立しよう！」という団体のミッションを理解し、東北地方の親子たちへコミュニケーショントレーニング「絵本ことばキャンプ」を届けるメンバーたちが生まれました。

平成30年度独立行政法人 福祉医療機構の助成受け、1年間を通しプロジェクト実施にあたり助成金の企画と実行のアドバイスをいただいたWAMご担当者様、東北支援団体・親子支援団体、参加してくれた親子の方々、児童養護施設の職員の皆様、参加してくれた子どもたち、多くの方のご協力をいただきました。かかわったすべての方に深く感謝申し上げます。

かけがえのない自分を大切に、相手の気持ちも尊重するコミュニケーション力を身につけた子どもが、一人でも多く育つことを願いながら、これからもJAMネットワークは地道に活動してまいります。

特定非営利活動法人JAMネットワーク
ことばキャンプ編集班

●小学生向けことばキャンプの目的●

児童養護施設で生活する子ども達は18歳で退所し自立する。進学、就職とその後の進路は児童養護施設の尽力で道はつくものの、その後、新しい環境で人間関係につまずく子どもが多いとうかがっている。

子ども達が児童養護施設を退所した後、新しい環境でのつまずきを予防するためには、施設にいる間にコミュニケーションする力を養う必要がある。子ども達が自分の言葉で説明したり気持ちを表すことに慣れ、相手の話を興味深く聞けること、相手も自分も大切にすることをコミュニケーションスキルを会得することが目的である。

●小学生向けことばキャンプの概要●

今の子ども達は『ムカつく!』『イミわかんないし』と、感情や状況を説明する言葉が乏しい。児童養護施設の子供達はその成育歴からコミュニケーションが苦手な子どもが多く学校や施設内でコミュニケーションが原因でトラブルになることが多いという声を職員の方々から伺っている。ことばキャンプ小学生プログラムは『自分も大事にし、相手も大事にする良好なコミュニケーションを学ぶ場』であり、現場の職員さんからの要望の声からのスタートだった。

小学生の子ども達が自分の考えを表出し、相手の話もしっかり聞く、その基礎になるワークをゲーム形式でわかりやすく習得しやすいプログラムとして実施している。

●小学生向けことばキャンプ・プログラム（全6回）●

- ♪ ウォーミングアップ（発声練習）
- ♪ 意思を決めるワーク（自分の意思で選択する。その理由を言葉にする）
- ♪ スモールトーク（テーマについて小グループで話し、発表する）
- ♪ メインワーク(1)（7つの力のワーク）
- ♪ 反応するワーク（指示を聞いて体で反応する）
- ♪ メインワーク(2)（7つのカワーク）
- ♪ ふりかえり（自分の取り組みを振り返り、発表する）



い わ き 育 英 舎

日 程	内 容	参加児童	参加職員	場 所
1月11日	職員研修①	-	9名	施設内ホール
1月20日	第1回ことばキャンプ	8名	3名	施設内ホール
1月27日	第2回ことばキャンプ	8名	3名	施設内ホール
2月3日	第3回ことばキャンプ	8名	3名	施設内ホール
2月17日	第4回ことばキャンプ	8名	2名	施設内ホール
2月24日	第5回ことばキャンプ	8名	3名	施設内ホール
3月3日	第6回ことばキャンプ	8名	3名	施設内ホール
3月26日	職員研修②	-	8名	施設内ホール
延べ人数		48名	34名	

● 児童の感想 ●

- ・楽しいゲームやおはなしをしてもらえて嬉しかった。また早く次のことばキャンプをやりたいと思った。
- ・自分から進んで発表できたのがよかった。次回は始めから笑顔でがんばりたい。
- ・自分の好きなものを発表したり、友達の好きなことが知れてよかった。言葉遣いも少し直せたと思う。
- ・最後のことばキャンプだったけど、今までいろんなワークができて楽しかった。もっとことばキャンプをやりたい。
- ・最後ですごくさびしい。6つのワークを思い切ってできたので本当によかった。

● 職員の感想 ●

- ・子どもに積極的になってほしい時は、大人も積極的に参加する姿勢を示すことが大切だと気づけた。
- ・子どもたちの伝えるスキルがぐっと上がったと感じる。
ことばキャンプで学んだことを生活の中で活かしてほしい。
- ・最初は発表でも下を向きがちな子が、最後には顔を上げてアイコンタクトをとりながら発言できていたことに驚いた。
- ・まずは大人がお手本となれるよう、聞く耳モードとアイコンタクトを忘れず関わっていきたいと思う。



● 子どもの変化事例 ●

その1

初回は明らかに警戒心を表情や態度で示していたRちゃん。挙手も少なく発表が苦手な印象だったが、回を追うごとに笑顔が多く見られるようになり、積極的に発表してくれるようになった。最終回の最初には「発表をがんばる！」と宣言。いつも以上の挙手が見られ、職員も驚いた様子だった。ふりかえりでは「私は学校では全然発表しないけれど、ことばキャンプでは発表ができてうれしい。」と話してくれた。

その2

いつもやる気満タンで入室して、元気いっぱいにあいさつもしてくれるTくん。最初は意欲的に参加するが、間もなく集中力が切れて椅子に座る体が定まらない。ことばキャンプの中ではTくんの“短い集中”をその都度褒めながら1つずつのワークに取り組んでもらった。最終回の発表の時、いつもは体がフラフラと揺れ動いて視線もまっすぐ保つことが難しかったTくんが、揺れずに自分の好きなものをしっかりと発表することができた。「今までで1番かっこいい発表だったよ！」と伝えると、照れながらも嬉しそうな表情を見せてくれ

● 職員の変化事例 ●

第一印象はかなり控えめで言葉数も多くないS先生。子どもとのペアワークでは、特に男の子にはどのように声がけすればよいか分からず、傍らで見守るだけの消極的な接し方が多かったが、回を重ねるごとに笑顔が増え、同時に子どもへの声掛けに拍手やボディタッチなどのアクションも加わるようになって、雰囲気が見るみる明るくなったように感じた。子どもたちに送る“花まるメッセージ”も語彙が増え、褒めポイントを多く発見して伝える力を身につけてくれたようだ。



● ことばキャンプのようす ● ～講師から～

私にとって初めての福島。どんな子ども達・職員の方々との出会いがあるのか、片道4時間の移動中に期待を膨らませながら臨みました

1回目の職員研修では、皆さん控えめな印象で積極的な発言はあまり見られませんでした。子どもの気持ちに寄り添うための視点は素晴らしいと感じました。初回のキャンプでは8人の子ども達の熱烈歓迎を受け、その人懐っこさに驚きました。どの子どもも毎回のことばキャンプを楽しみに参加し、新しいワークにも恐れず挑戦してくれて理解も早いと感じました。2回目には子どもから仲間への“花まる”(ポジティブフィードバック)を表出することがあったり、ある時には質問もあがるなど、相手に興味を持って聞く力をメキメキと伸ばしてくれました。最終回のプレゼンでは、初回に比べると8人全員の声が大きくなり、その堂々とした発表の姿に職員の方が驚く表情が印象的でした。

全6回を通して、職員の方々の“花まる”の言葉数が増え、活動中の笑顔やアクションも多く見られるようになったことも、子ども達のやる気と成長を後押ししてくれたと感じています。今後もことばキャンプで身につけた“聞く耳モード”と“花まる”を施設全体で継続してほしいと願っております。

インストラクター 金子暁子

● ことばキャンプを受講して ● ～施設職員から～

全6回のことばキャンプを子ども達と一緒にいき、子ども達の成長を肌で感じる事が出来ました。人前で話すことが苦手な子どもが、キャンプを重ねていく中で積極的に発言する姿。発言をした相手に拍手を送り、相手の良い所を見つけて発表する姿。どれも施設の生活の中では見る事の出来ない姿で、その貴重な子ども達の姿を見られることがことばキャンプの楽しみでした。

初回のワクワクした子ども達の笑顔は今でも印象的です。回を重ねていく中で慣れからくる落ち着きのなさや、だらけてしまう姿が見られた時には次回からのキャンプが不安になってしまうこともありました。それでも子ども達は、最後まで1人も休むことなく、楽しみながらことばキャンプに参加することが出来ました。それは毎回子ども達のことをたくさん褒めて、やる気を伸ばして下さった言葉キャンプの先生方のおかげであると思っています。とても貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。

保育士 渡辺 睦美先生

●指導者養成の目的●

福島県の親子支援として、昨年、福島県内の被災者支援をしている特定非営利活動法人ビーンズふくしまの拠点で親子のコミュニケーション育成プログラム「ことばキャンプ」を実施しました。

福島県内の子育て支援をしている、支援センターとして県内の保育者、支援者に様々な情報を提供しているビーンズふくしまの協力を得て、福島県内でのコミュニケーション育成指導プログラムを提供しました。

子育て支援の中核は幼児期から学童期にかけての子ども達とその親であることから、ことばキャンプ絵本を使った「絵本キッズサポーター養成講座」を実施し、福島県内の被災者を含む親子の子育て支援を目的としています。

●指導者養成の概要●

①イベント 「ことば力の育て方」

対 象：福島県内の一般の方、子育て支援者、保育者、避難家族の方々

講 師：高取 しづか氏

特定非営利活動法人 JAM ネットワーク代表、ことばキャンプ絵本の著者

日 程：2019年1月19日（土）

場 所：福島市民活動センター

内 容：・幼児期のコミュニケーションを育てるための環境づくり

・親（支援者）としての子どもへのアプローチ

・幼児期のコミュニケーションの特徴と理解



②指導者養成講座

- 対 象：福島県内の子育て支援者、保育者を中心に被災者家族の方々
講 師：村上 好（ことばキャンプ インストラクター）
日 程：2019年2月16日（土）
場 所：福島市民活動センター
内 容：
・ことばキャンプ絵本をテキストとして実施
・ことばキャンプの7つのチカラの引き出し方の実践
（理解力・度胸プレゼン力・応答力・論理力・語彙力・説得力）
・デモテストとフィードバック
・認定と諸連絡



●受講者の感想●

- * 絵本を使っでのデモテストにて、他の方の良いところを見させていただき勉強になりました。また、自分の反省点も分かり今後の課題とたいと思えることができました。
- * 他の参加者さんのやり方や引き出しが見れて勉強になった。
- * その場で考えて話す、実践することが改めて必要なことだと思った。良い経験になりました。
- * 自分がやってみて楽しかった。
- * 子どもたちへの伝え方を具体的に分かりやすく「たとえば○○」のような感じで教えてくださいました。
- * 人前で話すのが苦手だったので少し自信がついた

● 養成講座のようす ● ～講師から～

ビーンズふくしまさんとは昨年度からのご縁でことばキャンプをさせていただいておりますが、今回は大人向けの絵本講座ということで関わらせていただきました。昨年度、お子さんがことばキャンプを受けたという親御さんもお参加くださるなど、児童館や保育士、学童の先生などお子さんに関わる多くの方にご参加いただきました。みなさんの圧倒的な集中力と吸収力にこちらもたくさんの刺激をいただきました。レクチャーの後、午後からはデモテストという急な展開にもすぐに対応できてしまう参加者の方たちのレベルの高さに驚かされました。

今後、福島の子ども達にことばキャンプの絵本を通してことばを使って伝え合う楽しさを伝えていただけると思うと大変ありがたいと思っております。そして福島の子ども達が健やかに成長していくことをこころより願っております。

インストラクター 村上 好

2017年12月、私たちの『子育て支援センター』にて、親子向けにことばキャンプを実践されたのがご縁で、今回の開講となりました。参加した母親から、子どもが積極的になったという話を聞き、これは今の福島の親子にも必要だと感じました。度胸力・論理力・理解力・応答力・語彙力・説得力・プレゼン力、この力は震災後に、いじめや不当な風評で傷ついた福島の子どもがこれから生きていくために必要な事です。

当日は講師のお人柄もあってか、皆さん楽しそうに研修に参加されておりました。また、絵本の内容を伝えるにあたり固定の表現がないことから、参加者一人一人の色が出て、参加者も刺激になったと帰り際に話してくださいました。

現在、学校教育の中でもコミュニケーション能力は求められておりますが、福島の子どもはさらにこのことが必要とされています。今回の研修はその点でも大変大きな意義がありました。ありがとうございました。

特定非営利活動法人 ビーンズふくしま
ふくしま子ども支援センター
小関 翼

日 時： 2019年2月10日（日）13:30～17:00

場 所： インターシティ品川 H棟会議室3

第1部： 自尊感情 講師 高取しづか氏

第2部： 施設で学んだこと、学びたかったこと ～施設で育った経験から～

平成30年度 独立行政法人福祉医療機構 社会福祉助成事業



第7回 児童養護施設 ことばキャンプ研究会

～子ども達の自立のために 今できること～

2019年

2月10日 日 13:30-17:00 (受付13:15～)

会 場 インターシティ品川 H棟会議室3 品川駅徒歩5分

参加費 無料

対 象 児童養護施設関係者



第1部 13:30-14:30

「自尊感情」

～本物の自尊感情を育むために～

第2部 15:00-17:00

「施設で学んだこと、学びたかったこと」

～児童養護施設で育った経験から～

児童養護施設で育った若者の体験談とディスカッション



懇親会 17:00-19:00 会費2,000円/1名
他地域の児童養護施設職員と交流会



ご予約
お問い合わせ

ことばキャンプ児童養護施設研究会 事務局

TEL: 045-274-8327(火・木・金)

第1部 自尊感情 ～本物の自尊感情を育てるために～

講師 高取 しづか

日本の子どもたちの低すぎる自尊感情が問題視されている。しかし謙遜を美德とする日本の文化を反映している可能性が高い。また日本では人の役に立つなど、「自己有用感」に価値を感じていることも指摘されている。とはいえ、日本の中高生の自尊感情の低さは何とかせねば！のレベル。自尊感情が低すぎると日々の体験を否定的に考えたり、失敗したとき立ち直りが遅かったり、打たれ弱かったりストレスに合ったときの喪失感が強いことが知られている。



そもそも自尊感情とは、いいところも悪いところも含めて自分は価値あるものとする感覚。現在、未来にわたり自信を持てる基盤になる日常生活のさまざまな出来事を肯定的なものとして捉えるメカニズムを支えている大事なもの。本物の自尊感情を育くむ必要がある。

自尊感情は遺伝的・生来的なものではなく、環境や人とのかかわりで上下する。年齢的にも変化する（小学3年生くらいまで高く思春期になるにつれてどんどん低下し、18歳くらいから再び高くなる。どんどん上がってピークは60～70歳）

変化するものであるとしたら、どのように育くむのか？一つは、自分のセルフイメージをよくすること。そのためには養育者から受け入れられ、否定されずに話を聞いてもらえ、認められることである。児童精神科医の古荘純一氏によれば「確実な愛着形成と心の居場所の提供」「安定した生活習慣」「主体性を重視した家庭・学校教育」「対人スキル」「ソーシャルスキル」を発達に応じて土台から固めていくことで自尊感情は育つとしている。

「ことばキャンプ」はソーシャルスキルトレーニングである。先行研究では、ソーシャルスキルトレーニングをすることで自尊感情が高くなることが明らかにされている。高取は「ことばキャンプ」の効果について介入研究*を行った。その結果、実施前より実施後の方が「総合的な生活満足度（QOL）」と「自尊感情」の得点が有意に高い値がでた。またことばキャンプを受けることで、自尊感情の適正化がもたらされたことがわかった。

「施設の中で、子どもたちの自尊感情をどのように育くんでいくことができるか？」について各自で考え、養育の中にぜひ取り入れてほしい。

研究* 「児童養護施設におけるソーシャルスキルトレーニングの実践と効果に関する研究～子ども版 QOL 尺度を用いて～」

第2部 施設で学んだこと、学びたかったこと

～施設で育った経験から～

パネルディスカッション

卒園者のみなさん

小野 早さん	鎌倉児童ホーム出身
渡辺 睦美さん	バット博士記念ホーム出身
阿部 天音さん	生長の家神の国寮出身



進路との向き合い方は？

本当は高校の友達みたいに普通に何も考えずに大学に行ってみたかった。でもお金のにもいけないということがあって年末まで就職活動もせずに駄々をこねている状態だった。憧れていた職業もあったが、どれも進学しなくてはいけないことだったので道のりが長く感じ、施設暮らしでは無理だと思っていた。

早く決めなさい、と急かされることはなかった。最後に職員が勧めてくれた動物看護師になった。職員は力になろうとしてくれた。

大学に行きたかったがノリで就職を決めた。海外志向もあった。ネックになったのはお金。海外の大学なら学費もかからないかも？と思った。学校は好きだった。バイトしながら行事も頑張っていたが大学進学を諦めて就職に切り替えた。就職の決め手は仕事をしながら学べる場所、職種よりも理想、こういう働き方をしたいという考えで決めた。海外志向があったので旅行会社を選んだ。いろんなバイトをすることで大人観察をした。自分で就職先の候補やなにがしたいかは全て自分で決めた。

コミュニケーションが培われたところは？

いろんな大人と関わってきたのでコミュニケーションの必要があった。職員や学校の先生、バイト先の大人との交渉をしたことで鍛えられたと思う。

コミュニケーションは自信がない。施設では過保護な状況だった。言わなくても分かってくれる環境。今は感謝しているが、「子供の言葉を拾ってくれる」環境だった。

今、仕事をして思うことは？

夜遅くまで働くこと。施設職員も遅くまで働いていた。自分が働くようになって遅くまで働く大変さを知った。バイトと違って社員は給料から引かれるものが多いし働く時間が長い。バイトと違う正社員の立場に戸惑い、モルモットに愚痴ている。

クレーム対応の仕事なのでストレスが溜まる。また、社内での言った言わない、潰し合いがあるのがイヤだが、今は家に帰っても聞いてくれる人がいないので自分で溜め込んでしまっている。辛い時に辛いと言えない環境が辛い。



退所して1年で一番大変だったことは？

仕事を休めなくて倒れた時に病院に行き方は知っていたが、メンタル的なことが辛かった。生活の知恵、効率の良い掃除など家事のこなし方を知らなかった。施設職員をがっかりさせたくないし、相談できないジレンマがあった。

仕事に疲れてしんどい思いをしながらご飯も作らなければならず、ご飯が大事だということに気づいた。ご飯を作ってくれる人が欲しい。

書類の手続きを教えて欲しかった。実感がわかなかったのでやろうとしなかった。クレジットカード、携帯、光熱費、奨学金などの書類の手続きができず延滞してしまう。

10年後の自分はどうなってる？

全然見えない。映像系の仕事に携わって行きたい。大学院に通うようになるまでは職員に背中を押してもらっての進学だったが、映像系で仕事をするためのルールが見えてきて悩むようになった。純粹に好きで絵をかけない状態。

時間とお金が欲しい。働き疲れた。旅行や好きなことをしたい。

学歴が欲しい。ないと話を聞いてもらえない。仕事では大卒が多い環境。高卒？っていう目で見られる。



● グループディスカッション&シェア ●

* アフターケアについてどのような支援ができるか？園内の施設で住みながら就職をした。選択肢がないと支援ができないので制度的なところを期待したい。

* アフターケアの専属職員はいますか？で話した。生活をみるのが大変でアフターケアに手が回らないのが現状。苦手なタイプの職員を質問したい。—特にいなかった。男性職員のスキンシップは少し抵抗はあった。キレると怒鳴る職員は苦手だった。周りにも刺激がある。昔と比べる職員は嫌だった。



* みなさん施設職員が好きなんだなと思った。どのようにしたら好かれる職員になるのか？を話し合った。



- ・子供との時間を後回しにしない。
- ・本当の意味で寄り添えているのか？という視点
- ・誘導ではない対応。
- ・子供のペースを急かさない。やってあげないこと。
- ・失敗ないようにさせがちだが失敗したときの立ち上がり方を教えられるようになりたい。

● 研究会の満足感 ●

とても満足・・・82% 満足・・・9% やや不満/不満足・・・9%

- ・役立つ情報が得られた。82%
- ・日頃の生活や活動に役立った。45%
- ・スキルアップにつながった。27%
- ・他の参加者との交流、情報交換が図られた。46%
- ・抱えていた問題、不安の解消につながった。27%



● 感想 ●

- * 3人の卒園者を立派だな、と思って聞いていた。3人が今、一生懸命生きていることを誇らしく思った。
- * 子どもの自尊感情の育てかたについてとても参考になりました。
- * 3人のお話パワーをもらえました。素敵なお話ありがとうございました。
- * 2部の時間がたつぷりで若者の話をたくさん聞けてよかった。（複数）
- * 卒園生の生の声が聞けたこと、思いを知ることができたことが良かった。（複数）
- * 進路対応をしていう上で、どれだけ子どもの声を聞いて“待つ”ことが必要か改めて考えた。



JAMネットワークとは

JAMネットワークは、Japanese & American Mothersの頭文字をとったもの

●活動を始めた動機●

「アメリカのオーラルコミュニケーション教育を目の当たりにして、日本の子どもたちに届けたい！！」

2003年コミュニケーションスキル育成を使命としたNPOとしてスタート

●これまでの活動実績●

子ども対象

- ・お茶の水女子大学附属小学校
- ・横浜市戸塚ルーテル教会附属幼稚園
- ・神奈川県逗子池子小学校
- ・教育委員会西成青少年会館
- ・神奈川県葉山長柄小学校
- ・静岡県函南町
- ・ほか多数

保護者対象

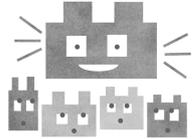
- ・浦安市美浜公民館
オーラム
- ・小金井市立南小学校みなみの会
校PTA連合会
- ・羽村市教育委員会
センター
- ・文京区駕籠町育成室父母の会
(沼津)
- ・藤沢市辻堂第2回子育てフ
- ・東京都羽村市立小・中学校
- ・大阪府摂津市男女共同参画
- ・ESP英語を学ぶ仲間の会
- ・ほか多数

教育関係者・指導者対象

- ・幼稚園指導者向けの1日セミナー
- ・広島県芸北町立美和小学
校講演会
- ・新宿区立江戸川小学校（「表現力」研究校）にて5年生対象に授業

度胸力

ドキドキしないで
「さっき言ったでしょ！」



恐れずに言うチカラ

ことばキャンプとは、
聞くチカラ・話すチカラの基礎となる
「7つのチカラ」を身に付けるための
トレーニングプログラムです。

日常生活でも実践することでコミュニケーション能力を
育て、子どもの自立を促します。

論理力

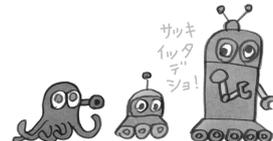
子どもの「どうして？」
にきちんと答えている



話を組み立てるチカラ

理解力

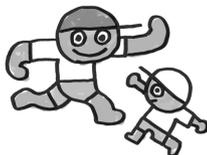
親に「さっき言った
でしょ！」と言われない



話を理解するチカラ

応答力

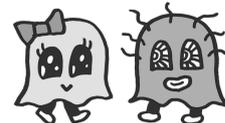
「おはよう！」
「こんにちは！」が言える



受け答えするチカラ

語彙力

「カワイイ」や「キモ
イ」を別のことばで言い
かえることができる



ことばを知るチカラ

説得力

「思ったこと」と「見たこと」
を分けて言うことができる



プレゼン力

笑顔が得意だ



特定非営利活動法人 JAMネットワーク

<http://www.kotobacamp.com>

<http://www.jam-network.net>