

みんな同じ空の下にいます。
一緒にがんばりましょう。

毎日笑顔!!
無理せずにファイト!!

今、自分ができることを
一生懸命やって、
前だけを見つめて、
かっこうに向けて
共に頑張りましょう。

今年も被災地に
満開の桜が咲きます
ように。
共に頑張りましょう!!

笑顔

心
か
ら
の
ど
う
か
な
れ
ま
す
よ
う
に

悲しみ、つらいことは
一緒に背負っていきます。
共に前へ進んで
いきましょう。

辛いのは戦っているから。
自分が逃げだしてない証拠です。

私も自分に出来ることを
一生懸命やります。
一緒に戦いましょう。

東北の皆様

いつもテレビのニュースで東北の
みなさんのことを拝見しています。
辛い状況の中での生活でも前を向
いている姿にいつも勇気をもらっ
ています。ありがとうございます。
一緒に困難を乗り越えてい
きましょう。

ア川 裕絵

被災された
みなさん、応援して
います。


負けない魂

悲しいときでも、
つらいときでも、
心の光は消えはしない。
こころから、東北を
取り戻すために
自分の光を信じよう。

私たち中学生は、
大きなことはできませんが、
募金など、小さくても大事なことを
積極的にしています。
一日一日を楽しくすごして下さい
メールをおくっています。

休むことも止まることも
できなかった毎日
ただ、今は そうじゃない。
流した涙を超えて
ここに立つ。
きっとできる!!

“もうだめだ”と
思う瞬間は
みんな同じ
だから 諦めず
顔晴れ!!

力を合わせること、
その（おの）ありがたみ、
良い意味、
この震災で沢山のユトを
悔べました。
これから生きていきます。


みんな
つながってる!



FIGHT!!
東北  *
* 地震から時間が
経っても日本人は、
ずっとずっと忘れません。
みんなと一緒にがんばります!!
* *

☆ 善を尽くす、
目をそらしません☆
必ず見えています。
一緒に頑張りましょう

何もできずに
本当にごめんなさい。
でも、毎日、“頑張れ”の
思いを込めて祈って
います。

 何時も
 
笑顔が
 
 1番!!

上手に言葉で表わす
ことができませんが
いつまでも、一緒に
歩んで行きたいと思って
います。

影が濃い時ほど、
うしろから 強い光が
照らしています。

私たちが
その光に
なります。

私達 1人ひとりが出来
る事は 小さいけれど
みんなが集まる事は
なんでも出来ると思ってる。
これから一緒に
日本を良くしていきます！！

メッセージを送ることは
できなくてごめんなさい。
けれど、私達は皆さんと
いつも一糸者です。

元氣張ろう
日本！！

私達にできることは
小さな事でもやっています。
力を合わせれば、きょうと明日を
変えられると信じています。
一緒にがんばりましょう。

私達はあの日
の出来事を忘れま
せん。今できる事を私達はおま
めかにやっています。被災者の皆様
も元氣張ってください。皆さん願いは一緒
です。明日を交えて未来に向かって元氣張
っていきましょう。きっと苦しいことやつら
いことがあっても乗り越えてきま
す。でも、諦めずに
一緒に復興していきます。
未来に向かって。

笑顔があれば
つらい事も乗りこえていきます。
東北に活気が戻ることを
遠くから応援しています。

がんばれ東北！

「あきらめなすぎ
なんとかなるさ。」
私達もそう思っています。ずっと
一緒に
元氣張りましょう！！

遠くはなれて
いても、心はつながっていて
います！！！！

みんながいることを
忘れないでください。

過去は変えら
れないけれど、未来は
変えられる。
僕たちに出来ることは限ら
れていますが、一緒に
元氣張りましょう！！

「がんばって、じゃなくて、
一緒に「がんばりましょう！！」
日本全国が、みんなの味方です。
今は、泣いて辛い日もありますが、
いつかきっとみんなが笑顔で、
笑える日が来ると信じてます！！
顔を上げて、前をむいて、
負けなで下さい！！

私は被災した中の一人です。
あの日起きたことは、今でも
決して忘れることはありません。
私達にできることは、
小さくても、力を合わせて
復興のために全力を尽くし
たいです。未来へ向けて共に
がんばりま
しょう！！

毎年、福島に
旅行しています。

今年も行きます！
よろしくお願
いします。

Be strong and
the whole world is
always with you

Love,
Gan
Malaysia

1人じゃない！
直接ではないけど、
みんなついてる!!
がんばれ東北!



前向きに
笑顔で
みんなと
顔晴ろう!!
がんば

ガールスカウト福島23団
N.S

1日も早くみんなの心の中
桜の花が咲きまようように。
がんばりまよう。

一日も早く心から
笑顔になれますように
皆様の幸せ
祈ってます!!



涙も笑顔も
ひとつひとつが

美しい花になって
咲いているね

大好きな
福島、福島の皆様
辛くて悲しい日々ですね。私も
ふる里 福島のみねさんが苦しん
ているのを テレビで見たりすると
涙が止まりません。
みねさんの苦しみと悲しさと
くやしさをよく分かります。
祈ります 福島の再建を

震災後、被災地の様子
が味スタに来られたのを
この前のように思い出します。
焦りも仕方ありませんので
一歩ずつ着実に進んで
行きましよう!

三春の滝桜
を見に行つた時
一歩咲きで来年までと
思つたが、あの辛い出来事
今年も満開の桜を見に
笑顔で行きます。
みね様への早く春便り
が届くとお祈り
致します

ひとりじゃない！
皆がっています。
助け合えるのが
日本人の良い所です!!

寒い冬のあとは、
必ず"春が来ます、
被災地にも。
暖かい春が
来ます!

東北の皆様!

こんにちは。東京で教師を目指す
大学4年生です。昨日宮城にボラン
ティアに行きました。私は東北が再び
復興するまで何度でも足を運びに行きます。
海外の友人には東北の美味しい純米
のお酒をお土産に語り続けます。
同じ日本人として、心を共に。
私は東北を愛しています。
東北に桜の笑顔が咲きます
ように♡

絆

一歩一歩、復興に向けて
共に歩んでいま
しょう!

皆さん大変な
思い、ご苦労で生活
していらっしゃる事と
思っています。
どうかお身体を大切
に。お気を付けて
お過ごし下さい。

毎年、福島に
旅行しています。
今年も行きます!
よろしくお戻り
します。

もしじりの田んぼで遊ぶといい
ですね。ふっふふおがって、とほく地方
ぶっ活してください。



石巻にボランティアに
行ったとき、東北の人々の
温かさが本当に心に染け
ました。また絶対行き
ます。
東京で共に住みます。

優花

東京在住の大船渡出身です。
実家に帰るたびに被害の大きさ
も感じますが、人の温かさをしみじみ
感じています。私はこちらで被災
地にできることを少しずつや
っていこうと思います!!

被災地の皆様!!
大変なご苦労に、くじけろ
う時の多々あると思いきや
可愛...子供達の明日のために
どうぞ頑張ってください!!
東京の地利に心
応援しております!!

福島出身の方、
今は東京で頑張っています
遠く離れていますか
見守っています!!
元気で頑張ってください!!

私にもできる事を
考え、少しでも早く復興を
原動力に頑張っています。

私たちはつながっています!

皆さんの笑顔に元気を
もらっています。
一緒に元気で頑張りましょう!!

まだまだ、

震災前の様な生活には
ほど遠いでしょうが、1歩1歩前に
進んで行きたい。
また、お手伝いに行きたい。
必ず。がんばらぺし

がんばれとうほく



陸前高田の皆さん
ボランティアでの活動に
参加した者です。復興
した町を見に行くのを
楽しみにしています
静岡県 50才女性



転んでも
また起き上がる
力になる

被災者の皆様
皆様を元気づけよう
皆一緒。
ひたすら強く復興への道へ
を歩んでゆきますように
応援しています。

東北を、

愛してる!!

東北の美味しいご飯で
育ちました。動ける私たちが
頑張ります。これからも
ボランティアに行き続けます。
東北の食べ物を買っていきます。
何度でも足を運びます。
同じ日本人として共に歩んで行きます。

フランスから
がんばって!

Bon courage!

とほくにがんばります

Anne-Laure

1日たりと忘れていません。

忘れません。

心に刻んで、泣いて、怒って、
感じて、反省して、勇気をもって。

痛みを抱きつ、時に笑って。
生きましよう。

私は、岩手県出身で、
福島大を出ています。か、
もし、福島県民の方でしたら、とくに
心から支援したいです。
福島の平和は、
東北六県の願いで、
TOYO都民も、おきりめたい
NEVER GIVE UP

困、たら誰かに頼、て
ください。

ゆ、くり、ゆ、くり、
進んでいきましょう。

still thinking
of you all...

"tomodachi"

私達は、決して、11の
事を忘れません。
失った愛する方々の
分まで、残さぬ私達は、前を
向って強く生きていま
しょう。

私、阪神大震災を
経験致した。
一日も早い復興を
心より望んでいま
がんばれ東北!!

keep on smiling



きょうは、し
んがら、一年です!
がんばってください



復興が進むように
お祈りしています。

一日一生
日々一歩ずつ
前進あるのみ
共に歩みながら

あの日の事を
忘れずに自分でできる
ことが何か考えて行動
しています。微力ですが
毎日何かする様にし
ているので、こんな人間も
いる事を忘れずにいて。



意志あるように
必が道はできまろ!!
未来は必ず叶はるの手で
変えていくことができまろ!!
私にはおはまに寄りそい
支援しつがけまろ。

今年は
みんなが笑顔で
桜がみられますよう
空はつながっています
応援しています。みんなです!!

皆さん、がんばって!!
せかいじゅうの人々が
おうえんしています
から。

ガンエシ
(ガンエ)

まだまだ大変なこと多いと
思いますが、あきらめず前進
しようと前を進めようと思えます。
これから先、と
応援しています!!

ひさいちの
みけごんのみんな
つらいとおもいますが
がんばってください



自分もできることから
少しずつやっていきたいと
思います。

東北ガンバレ!!!

皆さんを応援
している人は、日本中、
世界中に沢山いる
し、これからずっと。

被災した方々のことを考えると本当に
痛みます。言葉では表せないほどの辛さや
悲しみを抱えていると思います。でも、やがて
雨はあられん。この悲しみや辛さを乗り越えて
大きな芽をのこすことを心から
願っています。

微力ですが、私の
仕事も皆様の笑顔に
少しでもつながります
よう、努力します。

You're not ALONE!
We're ALL BEHIND YOU!
Though we cannot
win the EVIL NATURE,
We can bring back our
Lives Again TOGETHER!

ニュンジュI (3/23)

震災前と変わ
らな、東北産のものを
美味しくいただいています!!
今年の夏は、家族で、娘もつれ
松島の水族館に行きたいと
思っています。お会いでき
たことお話をできたら...
楽しみにしています。

人の気持は
ひとつです
ひとつです
います

まだまだ震災お、只中
かと思、います。
遠く離れていても皆さんのことを
忘れる日は一日もあり
ません。
今度、また本格的な
支援に行きたいと思、います。
埼玉県の保健師より

いつでも
いつまでも
応援しております。

♡♡
あつら 咲く...
明るい未来の♡

子どもを連れて
東北旅行へ行き
ます。一緒に
頑張りましょう!

♡
happy ために
😊 smile

0(ZERO)からの
出発!
日本の底力で、一緒に
がんばり 頑張っていくでしょう。
日本の未来のために
元気を思い出して下さい

新
り
ま
す
と
毎
日
か
ま
さ
す
み
ん
な
は
笑
顔
の

明日は
かならずきます。
皆さんのつらさ、
ご苦労を私たちが
1人1人が忘れずに、
支えあっていきます。

辛いことはみんなと共有して
減らす。嬉しいことはみんなと
共有して増やす。僕にも
それはできます。離れていても。
あなたは1人じゃないですよ。
東京から祈りをこめて。

yuki

おはせへ
私はスポーツクラブのコーチです。
私も生徒達も、毎日、募金を
お続けたり、節電をしております。
日本育館は、3.11以来、ずっと
節電です! おはせんの
心に1分でも 灯がともり
ますように。いつでも想っています。
大丈夫! ♡♡

一番苦しい人が
一番幸せになれる。
冬は必ず春と訪る。
がっばり
顔晴ろう！
空は青がっばりておよ！

～春～
私も東北出身です。
両親もがっばり強く、粘り強く
優しい人でした。皆さんと
きつとあゆみを感じ
日が来るように
応援します。

頑張っている
皆さんの明るい笑顔に
勇気をもらっています！
笑顔は伝染してパワーに
なると思っています！！
1日も早い復興を
祈り、応援しています。

モーターからエネルギー
おくります！
日本を信じている！！

ひとりじゃない
みんながいる。



私も阪神大震災を
経験しました。
必死の復興です。
皆様のリソース
いただきます。

世界中の人々に、「本当に大切
なこと」を気づかせてくれた
のが震災だったと思います。
悲しみが消えることには
ありませんが、ゆっくと
一緒に前を向けたら
と思います。

みんなで
がっばり
ましよう！！

被災された皆様のごみ福
をいよりお祈り申し上げます。
少しですが自分でも出来る限りの協力を
して行きたいと思っています。
皆で東北を日本を応援し支えて
いきます。
悲しみに負けずに前を明日を見つめて
共に乗り越えて行きましょう。

東日本大震災があった
からです。わたしはひさいち
わすれないと思います。
2011年を
のみなさんのえがおが
見たいです。がんばって
ください！！