



YMCA International Charity Run 2024

あなたが走るとハッピーになる
子どもたちが増えます。



主催・共催 | Host/Co-host



全国各YMCA YMCAs of Japan
ワイズメンズクラブ国際協会東・西日本区
The International Association of Y's Men's Club
日本YMCA同盟
The National Council of YMCAs of Japan

National Sponsor



Prize Sponsor



Supporting Sponsor



YMCA国際ナショナル・チャリティーランは、
みなさまの助けを必要としています。

The YMCA International Charity Run asks for your support.

ご協力の方法
How to Contribute

- 協賛をする Sponsorship
- 賞品などの物品を提供する Contribute donations in prizes and goods
- ランナーやボランティアとして参加する Participate as runners and volunteers

温かいご支援をお願いします。
We appreciate your generous support.

<事務局>
日本YMCA同盟
The National Council of YMCAs of Japan
Tel.03-5367-6640
E-mail : info@japanymca.org
URL : https://www.ymcajapan.org/charityrun/

あなたの助けを必要としている子どもたちがいます。 YMCA国際ナショナル・チャリティーランに、 ご参加・協賛ください。

Children are encouraged by your effort to run
Join the YMCA International Charity Run!



1987年、国際賛助会 (FCSC) の主催により、全国初のチャリティーランが東京で開催されました。現在は、YMCA国際ナショナル・チャリティーランとして、全国21カ所に広がり、年間を通じて多くの皆さまにランナーやボランティアとしてご参加いただいています。これまでに8億1千万円以上のご寄附をお寄せいただきました。チャリティーランへの参加費やご寄附は、すべてYMCAが全国で展開する「子どもたちの特別支援プログラム」に充当させていただいています。

YMCA国際ナショナル・チャリティーランは、障がいのある子どもたちも、そうでない子どもたちも、ともに幸せに生きていける社会を目指して開催されています。現在、YMCAでは年間400余りのプログラムを実施し、約3,500名の子どもたちが参加していますが、全国の障がいのある子どもたちが参加できるようになるまでは、まだまだ遠い道のりです。障がいのある子どもたちへの社会的な関心を高める機会として、より多くの方々にチャリティーランにご参加・協賛いただくことで、障がいのある子どもたちのためのプログラムが増え、多くの子どもたちが参加できるようになります。

チャリティーランのスローガン「LOVE ON THE RUN」は、私たちの感じていることや、行動指針を表したものです。チャリティーランは、すべての人への思いやりを行動にし、周りにいる人たちに伝える方法のひとつなのです。ランナーやボランティアとしての参加、経済的なご支援など、あなたの思いやりを、どうぞかたちにしてください。

YMCA国際ナショナル・チャリティーラン

大会委員長 富田宇宙

東京2020パラリンピック競泳メダリスト



I Inclusive Society

この度「YMCA国際ナショナル・チャリティーラン」大会委員長になりました。富田宇宙です。

私は小学生のころ熊本YMCAの水泳教室に通ってました。中学・高校でも水泳部に所属していましたが、当時は水泳選手を目指していたわけではありません。自分の名前とおと、宇宙飛行士になりたいと思っていたのですが、高2のときに網膜色素変性症を発症。徐々に視力を失っていき、24歳の時にパラ水泳の世界に入りました。今は、明るい・暗い・暗い程度。パラ水泳では重度視覚障がいクラスのスイマーです。

その後も家族を含めてYMCAとの関係は続き、コロナ禍で都内の練習施設が閉鎖された時には、熊本YMCAのプールで練習させていただきました。「YMCA国際ナショナル・チャリティーラン」も以前から応援しています。これからは大会委員長として、多くの子どもたちに豊かな体験の機会を提供できるよう、皆様と一緒に頑張っていきたいと思っています。

この大会は障がいのある子どもたちを応援すると共に、「障がいへの理解を高めること」も目的としています。これは私がパラ水泳を続けてきた目的ともつながります。私はパラ水泳でさまざまな障がいのある選手たちと過ごす経験を通じて、多様な人がある環境こそが自然な社会のあり方であることを実感しました。私たちはスポーツを通じて、周囲とのつながりを育んだり、自分や仲間の可能性に気づくことができます。そうしたスポーツの力を伝えることもまた、パラアスリートとしての私の役割だと思っています。

スポーツを楽しむことは、すべての人に与えられるべき権利であり、一生懸命になにかに打ち込む喜びを知ることは、豊かな人生を送るために欠かせない経験の一つです。障がいのある人もない人もみんなでスポーツを楽しめる社会にしたい。そしてあらゆる特性の人々が自分らしく力を最大限に発揮できる、本当の意味での共生社会を築いていきたい。大会委員長として、皆様と共に歩んでいきます。よろしくお願ひします。

The YMCA organized its first Charity Run in Tokyo in 1987 hosted by the FCSC/Foreign Community Supporting Committee. The program has since expanded in scope to include runs in 21 prefectures throughout Japan involving many runners and volunteers participating every year. These events to date have raised more than 810 million yen in donations and participation fees; these contributions are used for the YMCA's challenged children programs throughout Japan.

The YMCA International Charity Run event and fund raising is aimed to help create a society where challenged children and children without any disabilities can live happily together. At present, YMCAs carry out about 400 programs per year and about 3,500 children participate in these programs. The Charity Run provides an opportunity to raise social awareness in challenged children and increase support for challenged children support programs. As more people participate and support the Charity Run, the programs will enable more children to participate.

"Love on the run", the Charity Run's slogan represents the essence of our operating spirit. The Charity Run provides an opportunity for people to engage, participate and support these programs.

Please support this Charity Run through your participation and/or financial contribution.

YMCA International Charity Run

Competition Chairperson Uchu Tomita

Tokyo 2020 Paralympic Swimming Medalist

I Aiming To Be An Inclusive Society

My name is Uchu Tomita, and I am the new chairperson of the YMCA International Charity Run.

When in elementary school, I started taking swimming lessons at the Kumamoto YMCA. I continued swimming and belonged to the swimming club through junior high school and high school. I wasn't thinking about becoming a competitive swimmer at the time. As my name suggests, I wanted to be an astronaut. During my second year of high school, I developed retinitis pigmentosa. I gradually lost my eyesight, and at the age of 24 began my life in the paralympic swimming world. Currently with my vision condition, I can only tell the difference between lightness and darkness. Now I am a swimmer in the class of severe visual impairment of paralympic swimming.

During the COVID-19 pandemic, most swimming facilities were closed, but I was able to keep practicing at the Kumamoto YMCA swimming pool. My family and I were active members the YMCA since my childhood, and I also have been supporting the YMCA International Charity Run for a long time. As the YMCA International Charity Run Chairperson, I would like to provide a wonderful experience for many children, and I will do my best with the help from others who support this program.

The purpose of the YMCA International Charity Run is not only to support children with disabilities, but also "to promote awareness of what are disabilities". This purpose is also deeply connected to my goal of paralympic swimming. Through my experiences with athletes who have various disabilities, I realized that coexisting with diverse people was a more natural way for a healthy society to be. Through sports experiences, we can learn how to communicate better with each other and believe in ourselves and our teammates potential. I strongly believe that conveying the power of sports is one of my missions as a paralympic athlete.

After the Tokyo Paralympics, I traveled to Spain, which is strong in the paralympic sports world, to observe the training of their local paralympic swimming team. What impressed me most was not the special training methods, but the sight of so many children with disabilities enjoying daily sports at the regular facilities. Enjoying sports is a right that should be provided to everyone. Knowing the joy of devoting yourself to your dream is one of the essential experiences to live a richer life. I would like to create a society where everyone, whether they have a disability or not, can enjoy sports. I hope to build a truly inclusive society where all kinds of people can maximize their abilities in their own way.

As the chairperson, I will walk with all of you. I would like to thank all of you for your support.

子どもたちが輝く「YMCAサポートプログラム」 YMCA Support Program "Where Children Shine."

みなさまのご寄附・参加費が、子どもたちの未来につながります。
Your donations and participation fees will help support children in our programs.

発達障がいや知的障がい、肢体不自由など、支援を必要としている子どもたちがいます。発達課題や家庭環境などにより、本来の力が十分に発揮できずに困っている子どもたちや、友人関係がうまく作れずに孤立している子どもたちもいます。YMCAが全国で展開する「サポートプログラム」は、子どもたち一人ひとりが、自信を持って心豊かな生活を送れるようになることを目的に、専門のスタッフとボランティアにより運営されています。一般的な子ども向けプログラムに比べて、多くのスタッフが必要となることもあり、皆さまからのご寄附が欠かせません。より多くの子どもたちが参加できるよう、ご支援・ご協力ををお願いします。

Children in the YMCA Support Programs need your support due to their developmental disabilities, intellectual disabilities, and physical disabilities. Also, many of them are struggling to live up to their potential ability because of developmental challenges or circumstances in their home environment. These children are often isolated because they cannot make good friends. The "YMCA Support Programs" are nationwide programs run by the specialized staff and volunteers. Our goal is to help each child live with confidence and enrich their lives. Compared to our other programs, extra staff are required, so donations are essential to support the programs. We ask for your kind support and donations so that more children are able to participate.



The YMCA Support Program supports children with disabilities, allowing them to build self-confidence while having fun. We offer year-round exercise programs (swimming and gymnastics), along with academic and life skill classes. We also offer a variety of learning and nature programs such as camps, family programs and special events.

こんなプログラムを実施しています。 These are the YMCA Support Program activities.



スポーツを通じて、 心身の成長をサポートします。

青少年期に「身体を動かす楽しさ」を経験することは、体力づくりに役立つだけでなく、生涯を通した健康への意識にも大きく影響します。YMCAは他者との比較や競争ではなく、一人ひとりの「楽しさ」や「できた」ことを大切に、身体づくりを進めています。

Through sports activities, children experience physical and mental growth. Experiencing the "joy of moving your body" not only helps to build physical strength in youth, but also has a major impact on a child's confidence in their abilities throughout life. The YMCA promotes physical development by valuing everyone's "enjoyment" and "accomplishments," rather than comparing or competing with others.



アートプログラムを通して 社会性を身につけます。

アートプログラムを実施しています。音楽や美術などのクリエイティブワークを通じて、楽しみながら信頼関係をつくることで、YMCAが子どもたちとご家族にとって幸せな時間を過ごせる居場所となるようめざしています。

Social Skills Are Taught Through Various Art programs

Art programs are offered to children with developmental disabilities. Through creative works such as music and art, the YMCA aims for the children to enjoy developing healthy relationships with other children as well as to create a comfortable environment for children and their families.



キャンプでは、自然の中で、 仲間とともに共同生活をします。

みんなで星空を眺めて歌ったり、ボートに乗ったり、キャンプファイヤーをしたり。身支度や食事の準備、片付けなど、ふだんは誰かに頼っていることも自分でやってみます。大自然の中の楽しい非日常体験は、子どもたちの心に残り、その後の成長の糧となります。

At the camp activities, learn to live together with friends. At night, we look at the starry sky and sing with friends. During the daytime, we will go boating and have campfires. In the camp setting, we encourage children to do things independently, such as getting dressed, preparing meals, and cleaning up tables. Fun and extraordinary experiences in the great outdoors will stay in the children's minds and will be a source of nourishment for their future growth.



失敗も温かく受け入れられ、 自分らしく安心して過ごせる場所です。

子どもたちが安心してコミュニケーションできる場を提供しています。学校以外の友だちをつくったり、失敗したり、成功したりする経験のなかで社会性を身につけていきます。また、ここに関わったボランティアリーダーたちは、将来の教育者として巣立っていきます。

The YMCA, where your mistakes are warmly accepted and you feel safe being yourself.

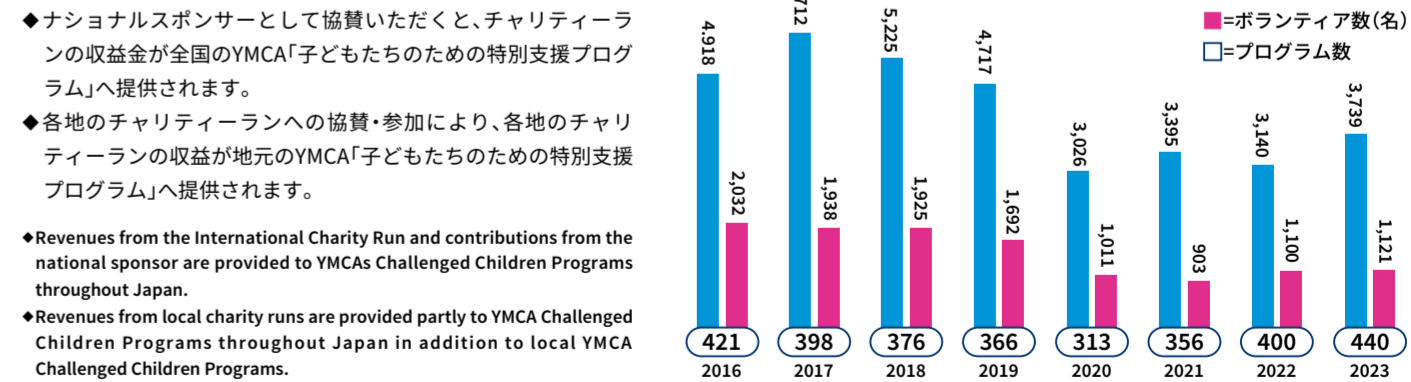
We provide a place where children can communicate with confidence. Children will learn social skills by making friends outside of school by learning to overcome challenges to create successful experiences. Young volunteer leaders who are involved with this program often choose to be educators for their career.

YMCA国際ナショナル・ チャリティーラン寄附金の流れ

Flow of the YMCA International Charity Run Donation

YMCA国際ナショナル・チャリティーランの収益金はすべて特別支援プログラムに使われます。2023年度は440のプログラムを実施し、3,739名の子どもたちが参加しました。

All revenues from the YMCA International Charity Runs are used for challenged children support programs. In 2023, about 440 programs are carried out by YMCAs through the country and 3,739 children participate in them.



● YMCA

YMCA (Young Men's Christian Association) は、産業革命下のロンドンで1844年に設立されました。当時は、農村から都市部に出てきた青少年たちが、機械の歯車のように働かれ、仕事と寝るだけの生活を送っていました。呉服店の店員だった22歳のジョージ・ウィリアムズは、こういった青少年たちが、生きる意味を見つめ、孤立から連帯し、積極的な人生を送れるようにYMCAを設立したのです。日本では、1880年に東京YMCAが設立されました。YMCAは、イエス・キリストの愛と奉仕の生き方に学び、すべての人々の成長を願う社会教育団体として、現在では世界120の国と地域で6,500万人の会員が、チャリティー活動や国際プログラム、ウェルネス活動などに取り組んでいます。

● ワイズメンズクラブ国際協会東・西日本区

ワイズメンズクラブは、YMCAが行う青少年のためのプログラムを支援することを目的に、1922年に米国オハイオ州で誕生しました。日本では1932年に設立され、現在は全国130クラブ、2,031名の会員が、YMCAの活動の支援をはじめ、国際交流、地域社会への奉仕事業、若者の交換留学などの活動を行っています。

● YMCAs of Japan

Established in London on 1884, the YMCA has grown into a worldwide organization supporting the development of all people of all ages with over 65,000,000 members in 120 countries. Since 1880, the YMCAs of Japan have organized volunteer and international relief programs, schools and other community educational programs, and wellness centers.

● The International Association of Y's Men's Club

Founded in 1922 in Ohio, and established in Japan in 1932, the Japan Y's Men's Clubs have expanded to 2,031 members in 130 clubs, and continue to actively support YMCA programs as well as other activities such as international friendship exchanges, community service, youth exchanges and homestays.