

# Run for Peace 通信

一般財団法人ラン・フォー・ピース協会 代表理事を務めます秋田 稲美です。

本日は、「ラン・フォー・ピース通信の第五号」をお届けすることができました。今年に入り、ほぼ毎月「らんらんランニングコーチ認定講座」を開講させていただいています。

ランニングコーチというと、普通、走り方を教える人(タイムの縮めかたや、距離の伸ばしかた)というイメージだと思いますが、一般財団法人ラン・フォー・ピース協会の「らんらんランニングコーチ」は、「5つの誓い」を実践する生きかたを伝える人です。

「生きかたを伝える?ーなんと大げさなっ!ー」と、笑われるかもしれませんが、やっている私たちはマジメ。「5つの誓い」と同時に「急がない、比べない、競わないランニング」を普及しながら、「急がない、比べない、競わない生きかた」を伝えるのも特徴です。(裏面に詳細記事があります。)

ぜひ、あなたもお仲間に加わりませんか?ーらんらんランニングコーチは、指導経験など問わず、どなたでも受講いただけます。

この活動を通して仲間を増やし、「5つの誓い」を実践する生きかたを広めてまいります。これからも、ご協力をお願いいたします。感謝を込めて…。

代表理事はこんな活動をしています~☆

## 2012/2/4~5 ファンドレイジング2012で講師を務めました



セッション24  
一石三鳥の  
チャリティプログラムの進め方  
秋田稲美さん  
(一般財団法人ラン・フォー・ピース協会 代表理事)

立ち見が出るほどの大盛況! ファンドレイジングの新しいカタチ、Run for Peace☆みなさまに驚きとともに、ご理解いただけたようです。

## 2012/2/25 東京マラソンエキスポでパネリストに!



あの! 東京マラソンチャリティステージ (2/25) での「気軽にできる様々な新しい寄付の仕組みをPRする」約1時間のステージに、パネリストとして参加させていただきました。「寄付」と「マラソン」やはり相性がいいですね!

秋田稲美

一般財団法人ラン・フォー・ピース協会

<http://www.run-walk.me/>

## 陸前高田へRun for Peace 2011.12.31~2012.1.1

箱根山の美しい風景のモザイクアート



夜を徹してみんなで作りました!

須合啓リーダー(左)と陸前高田ドライビングスクール社長のまんちゃん(田村満さん)

チームクレッシェンド: 本間真理子さん(左) サブリーダーイケリン(池崎晴美さん)

12月半ば...岩手県陸前高田で支援活動が続ける「チームクレッシェンド」からのお声がけで急きょ「陸前高田へRun for Peace」開催が決まりました。企画決定からなんと2週間!

須合リーダーの呼びかけにボランティアスタッフ56名が集結☆



- 12/31 昼 東京を出発
- 12/31 夜 陸前高田到着
- 翌日の準備・花火鑑賞
- 1/1 朝 箱根山登頂・初日の出拝む
- ランニングイベント開催
- 1/1 昼 イベント終了
- 陸前高田出発
- 1/1 夜 東京着



年越し花火~☆

チームクレッシェンド: 松田宰さん



旅のしおり



日経新聞1月3日に掲載

何か役に立ちたかった! 東北に行きたかった! お正月しか行けないから、と喜んで参加してくれたボランティアスタッフのみなさん。「いけないけど、寄付します!」と応援して下さったみなさん。本当に本当にありがとうございました。本当は、地元の「箱根山」を駆け上る4.2キロのランを想定していましたが、道路凍結の恐れがあり、急きょ、コースを変更しました。津波が何もかもをさらっていった海沿いの道がコースになり、そこを陸前高田の皆さんと一緒に走りました。「ここさ、おれの家があったところなんだよね」と、微笑んで教えてくれたおじいちゃん。 私たちに、これから、何ができるだろう…。

ランニング参加者:約250名  
ボランティア:56名(+事務局1名)  
現地協力(チーム・クレッシェンド):6名  
ランニングコース:米崎中学校周辺



## ♡ ありがとうございます ♡

ジャストギビングを通じて27名様から218,000円をご寄付いただきました。ナニメンさんこと吉井雅之さんの12/25「コレ聞いて元気にならん奴はおらんやろ」セミナー参加者さまよりご寄付42,180円。日本商店会さまより100,000円。名備運輸さまより10,000円。ありがとうございました。



ボラスタ参加費・寄付金から、経費(ボランティアスタッフの交通費、宿泊費、参加者のオレンジマフラー代金など)を引いた229,960円を一般財団法人ラン・フォー・ピース協会の活動費(イベント普及のための運営費)として大切に使用させていただきます。

2012年2月12日☆らんらんランニングコーチ認定講座を開講しました。  
記念すべき第1回目！4人のらんらんランニングコーチが誕生しました！

次回は 5/20(日)開催  
●毎月定期開催します●

**参加者募集中！**

詳しくはrun-walk.me/coach.html



ランニングを  
通して、夢を語り  
合う仲間を  
増やしたい！

「急がない、比べない、競わない走り方」  
=らんらんランニング  
らんらんランニングコーチは、この走り方  
を通して『らんらんランニング5つの誓い』  
を実践する「らんらん練習会」を開きます。



具体的に、コーチに必要な  
ことをたくさん学べた。  
小学校で、子どもたちにも  
伝えてみたい！

パーソナルトレーナーとしての  
仕事にも役立てる内容だった。コーチング  
スキルも学べてよかった。



1. Run for Peaceとは
2. らんらんランニング5つの誓いとは
3. らんらんコーチに求められるもの
4. ランニングの基礎
5. ランニングの技術
6. ランニングの体力
7. らんらん練習会(練習会の運営、集客方法 等)
8. コーチングマインド
9. らんらんランニング実習

5つの誓い

1. 運動を楽しみます
2. 食事を楽しみます
3. 休むことを楽しみます
4. 仲間を大切にします
5. 人生を楽しみます



第2回

2012/3/4 Sun. リトルワールドへRun for Peace

参加者・スタッフ 約420名  
寄付:NPO法人 ハロードリーム実行委員会へ356,499円

- ☺おかりーダー
- ☺あいたんサプ
- ☺たなしゅんサプ
- ☺ケイイ子理事も！

■ オレンジマフラー ■

2012年3月18日(日)  
東京丸の内駅伝で参加賞に！！



選手たちのゼッケンとメッセージ付きの  
タスキは、南三陸町の女性たちの手作り☆

●オレンジマフラーお取扱  
い店募集中！！●下記事務局まで

Run for Peace のオレンジマフラーは、気仙沼市のエース産業さんで作っていただいています。ここでは社やミシンは被災を免れましたが震災以降、仕事が激減したのだからです。南三陸町、気仙沼市に住む女性たちが心を込めて縫ってくださいますというわけで、オレンジマフラーが広がるほどもっと仕事が発注できる！！



あれから1年。第2回目のリトルワールドへRun for Peaceがめでたく開催されました。  
Run for Peaceイベントは、すべてをボランティアの実行委員会が、企画、運営します。  
集客も、協賛集めも、後援のお願いも、チラシを作成するのも、申込受付も、ブログ開設も、ゴール会場との交渉や設営も... 予算だてからスケジュール管理まで、すべて！みんなみんな自分たちの力で動かします。

リーダー香織ちゃんは、第1回イベントのサブリーダー。経験を活かし、素晴らしいリーダーシップでチームをまとめました。サブリーダーはじめ、実行委員会、ボランティアスタッフ丸となって、自発的に行動し、(ラン・フォー・ピース協会では、【自ら一歩踏み出す人】と呼びます)、イベントは大成功！！ おめでとう！！&ありがとう！！



☺特別ゲスト



☆次回のRun for Peace☆

参加者募集中！！ 平和公園 (名古屋市千種区)メタセコイア広場に集合～♪

●2012/5/12 Sat. 第2回平和公園へRun for Peace

みもりひろ子さん・生田サリーさんのWリーダー  
『女性のココロとカラダの健康を守るチャリティウォーク  
～平和公園へRun for Peace』実行委員会主催☆



母の日の前日！  
家族そろって

ご寄付のお振込先

三井住友銀行(0009) 浜松町支店(679)  
普通 7490179  
一般財団法人ラン・フォー・ピース協会

編集後記

Run for Peace で World Peace !

今号から、3か月ごとの発行になりました「Run for Peace通信」☆盛りだくさんの内容をお届けします。Run for Peaceイベントの参加証としてこの世に誕生したオレンジマフラーは、新たに「被災地でのお仕事を増やす応援グッズ」という役目も担い、全国、全世界に羽ばたいてゆこうとしています。楽天市場(あさ開さん)でも販売中！設立からまもなく1年。ますます誰かのためになる協会にしていきたいと思います。 事務局長ミネッチ (片岡峰子)

発行元

一般財団法人ラン・フォー・ピース協会 【URL】http://www.run-walk.me/ ・ http://www.r4p.me/ (イベント情報)

【Facebook】https://www.facebook.com/r4p.me 【Twitter】http://twitter.com/r4p4p 【E-Mail】info@r4p.me 【TEL】052-232-7782  
〒108-0075東京都港区港南3-6-21 コスモポリス品川3508 〒460-0008名古屋市中区栄2-9-26 ポーラ名古屋ビル4F

走ったり、歩いたりすることが誰かのためになる。っていいかも・・・。

Run for Peace