



創立1880年

〒169-0051 東京都新宿区西早稲田2-3-18 日本キリスト教会館6階 Tel 03-6302-1960 URL http://tokyo.ymca.or.jp 発行所 公益財団法人 東京YMCA 発行人 星野太郎

東京YMCA 1・2

2026

東京YMCAの使命

東京YMCAは、イエス・キリストによって示された愛と奉仕の精神にもとづいて、青少年の精神、知性、身体の全人的成長を願い、地域社会に奉仕し、公正で平和な世界をつくるための運動を展開する。

創立45周年記念講演会を開催

11月8日、江東区文化センターホールにおいて「創立45周年記念講演会」が開催され、在校生・卒業生・一般の方々が集いました。

講師は、本校卒業生で競泳・池江璃花子選手の母として知られ、幼児教室講師兼経営者でもある池江美由紀氏と、シドニー五輪競泳日本代表で現在本校講師を務める萩原智子氏。それぞれの人生経験を通して「心の在り方」や「人を導く力」について語っていただきました。

お二人の講演の要旨をご紹介します。



池江美由紀氏

「あきらめない『強い心』を持つために」

子どもは、どんな親から生まれても、適切な環境と関わりがあれば、その才能を最大限に生かし、夢をかなえられる。親が目指すべきは「優秀さ」ではなく、人間力や人間性を育てること。そのためには、誰もが持っている素晴らしい能力を引き出すような言葉かけや環境作りが重要である。人生で心を強く持つためのポイントは「自分の可能性を信じること」「ポジティブであること」「あきらめないこと」。群れで育てる。ことが難しい現代は、幼児教室などで親自身が学び、積極的にコミュニケーションとつながることで、子育てが楽しくなり、夢をかなえられる子どもが成長する。人生はいつからでも学ぶことができ、夢はかなえられる。



萩原智子氏

「導き〜私の人生から〜」

幼少期から身長の高さがコンプレックスだったが、小学6年生の時、指導者から「その大きな身体を使って大きな泳ぎができれば、世界で通用する」と言われた。コンプレックスが長所に変った瞬間だった。今、スポーツ界では、誹謗中傷が問題となっている。私も現役時代から現在にいたるまで、たくさん誹謗中傷を受けたが、素晴らしいライバルや指導者・家族・友人からの言葉が前に進む力となった。ネガティブな感情にとらわれている時は、ネガティブなエネルギーしか出ない。そのような時こそ、ポジティブな声かけが道を照らす。人と話し、つながることで心は回復する。皆さんも、言葉の重みやタイミングを意識し、周囲の人をポジティブな形で導いてほしい。



山梨雄一 校長

1980年に日本初の全日制・社会体育指導者養成校として誕生した「東京YMCA社会体育・保育専門学校」(※1)は、2025年に創立45周年の節目を迎えました。YMCAが掲げる「精神・知性・身体」の調和ある成長という理念を礎に、社会体育のパイオニアとして多くの指導者を輩出してきた本校は、現在も現場での実践力と、人や地域に寄り添う力を大切にしています。時代の変化に並び、教育内容も進化しています。2026年度からは「eアクティブライフコर्स」を新設し、eスポーツ(※2)や動画編集などデジタルを取り入れた新しい学びを展開します。さらに保育科には「スポーツ保育コース」を設け、運動を通じて子どもの成長を支える保育者を育成します。

45周年記念講演会では、池江美由紀氏より「あきらめない『強い心』を持つために」、萩原智子氏からは「導き〜私の人生から〜」をテーマに、ご自身の経験に基づいた新しい学びを展開します。ご講話をいただきました。お二人の力強いメッセージは、学生・教職員に深く響き、明日への成長を支える保育者の大きな励みとなりました。



東京YMCA社会体育・保育専門学校45周年 45年の歩み、その先へ

「未来がみつかる。(仲間と)つながる。(みんなが)よくなっていく。」創立50周年を迎える2030年に向け、地域課題の解決に貢献できる人材育成にこれからも挑み続けていきます。

*1 開校時の名称は「東京YMCA社会体育専門学校」
*2 ゲームをスポーツとして競い合うデジタル競技

在校生 信頼される保育者を目指して

古川 結さん (2025年保育科入学)

私は、幼い頃から保育園に通い、安心できる環境の中で過ごしてきた経験から、保育者という存在の大切さを強く感じるようになりました。そして自分も保育者になるため、この学校に入学しました。

現在は、授業内容をしっかりと理解し、自分の言葉で説明できるよう意識して学んでいます。特に保育の基礎や子どもの発達についての知識は、保護者からの質問に自信を持って答えるためにも重要です。



本校の魅力は、先生方が一人ひとりに寄り添い、疑問があれば気軽に質問できる温かい雰囲気です。その中で、安心して学ぶことができます。将来は、子どもたちだけでなく、保護者にも安心していただける保育者になることが私の夢です。信頼される保育者を目指し、日々の学びを大切に、努力を続けていきたいと考えています。

在校生 温かく、高め合える環境

内田 蓮太郎さん (2024年体育科入学)

私は、「スポーツ指導を通じて子どもたちに運動の楽しさを伝える」という夢を実現するため、この学校に入学しました。

本校独自のカリキュラムの中でも特に印象深いのが、学生助手として参加した「野尻キャンプ実習」です。この実習を通じ、単に指示を出すだけでなく、相手の立場に立って考えることの重要性や、チームワークの難しさと楽しさを肌で感じ、大きく成長することができました。

YMCAの最大の魅力は、先生と学生の距離の近さにあります。進路相談はもちろん、悩みがある時にも親身になって寄り添ってくださいます。また、学生同士も互いに切磋琢磨し、励まし合いながら学べる環境が整っています。このような温かく恵まれた環境の中で、私は夢の実現に向けて日々邁進しています。



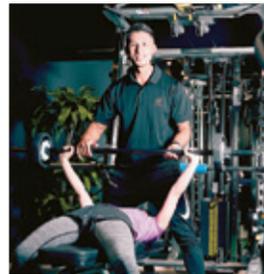
卒業生 積み重ねの先にある、今の自分

和田 正宏さん (2005年体育科入学)

この学校に入学したのは、将来、人に運動を教える仕事がしたいと思ったからです。学生時代は朝練から授業、放課後は部活、キャンプの準備や野外活動と、ほぼ毎日学校にいました。空き時間はジムで筋トレをするなど、身体を動かすことが楽しくて仕方ありませんでした。

中でもサッカー部の仲間とは、卒業後20年が経った今でも連絡を取り合うほどの深い絆が生まれ、この学校に来てよかったと心から感じています。実習では、水泳指導や保護者対応など、苦しいことにも挑戦する機会が多く、「とりえずやってみる」姿勢が身につきました。

そうした積み重ねが今につながり、声をかけてもらった仕事はすべて挑戦してきました。その結果、現在はパーソナルトレーナーとして活動しながら、24時間ジムやピラティススタジオを運営し、母校の講師としても関わるようになりました。専門学校での経験が、今の自分をつくっています。



赤三角

約五十年前、父母が東京から栃木へ移り住みました。母が教会で始めた絵の教室「絵の会」は、とちぎYMCAさくらんぼ幼稚園のプログラムとなり、そこから私とYMCAとの歩みが始まりました。▼小学生の頃に参加したYMCAキャンプの思い出は、今も鮮明です。高校二年の時、バイオリンを携えてフィリピン・スモークマウンテンでの海外ボランティアに参加しました。そこで見た景色と経験が、今も私を支えています。とちぎYMCAの高校生ボランティアグループ「手のひら」で、「何でもやっ

(し)のめYMCAこども園 主任保育士 水澤 聖

～障がいのある子どもたちにスポーツの楽しさを気軽に体験してほしい～

第100回 DREAMクラスを開催



第100回を盛り上げたスタッフとボランティア

第100回を迎えて

ウエルネス東陽町 AD 吉田有貴

12月7日、東京YMCAウエルネス東陽町で「第100回DREAMクラス」が開催されました。第100回を記念し、卒業生も参加。運動会と水泳を実施し、23組60人の親子の笑顔が会場いっぱいになりました。

「DREAMクラス」は、東京YMCAと三菱商事株式会社（以下、三菱商事）が協働で実施する、発達障がいのある小学生親子を対象とした月1回の無料のスポーツクラスです。三菱商事の障がい者スポーツ支援プロジェクト「DREAM AS ONE.」の一環として2014年に始まりました。YMCAと三菱商事が運営を担い、三菱商事の有志社員や東京YMCA社会体育・保育専門学校の学生がボランティアとして支えています。

第1回の参加者は3組でしたが、口コミで広がり、これまでに200組以上の親子が参加。継続して参加する家庭も多く、50回以上参加した親子もいます。小さな一歩から始まった活動が、今ではたくさんの人に支えられ、多くの親子にとってかけがえのない場となっています。



「DREAMクラス」の詳細はこちら



スタッフとボランティアによる開始前の入念な打ち合わせ

2014年11月、「DREAMクラス」は初開催の種目としてバスケットボールからスタートし、2025年12月に記念すべき100回目の開催を迎えました。体育館でのサッカーやドッジボール、プールでの水慣れ・水泳など、活動内容は少しずつ広がり、一回の開催で多い時

には60人の子どもたちと保護者が集まるプログラムへと成長しました。この11年間、数えきれないほどの親子の笑顔と出会えたことを、担当者として心から嬉しく思います。私たちが活動の中で大切にしてきたのは、「できなくても大丈夫。それぞれが楽しめる形で参加してほしい」という思いです。障がいのある子どもたちにとって、周囲を気にせず思いきり身体を動かせる場所は決して多くはありません。「運動は苦手だけれど、DREAMクラスなら来られる」と通い続けた子どもや、最初はクラスの雰囲気や初めての場所になじめず活動に参加できなかったものの、回を重ねる中で仲間と関わり、卒業時にはクロールを泳げるようになった子どももいます。また、「DREAMクラスでバスケットボールをやったから、中学校ではバスケット部に入りたい」と夢を語ってくれた子どももいました。ここでの経験が、子どもたちの自信となり、その後の良い変化につながっていることを実感しています。

このクラスのもう一つの主役は、保護者の方々です。ある保護者からは、「普段どう接していいかわからなかったけれど、スポーツを通して子どもとの接点が増えた」との感想をいただきました。参加当初は「やらせなきゃ」と力が入っていた保護者も、回を重ねるうちに「一緒にやってみよう」「すごい、できたね」と、子どもの変化を共に喜べるようになっていきます。その姿に出会えることが、私自身の活動の原動力になっています。DREAMクラスは、長年にわたり三菱商事株式会社との共催で歩んできた取り組みです。YMCAと共に、子どもたちと同じ目線に立ち、共に身体を動かしながら挑戦を見守る三菱商事社員や社員ボランティアの存在が、クラスの温かい雰囲気を支えてきました。現在は「DREAMクラスWEST」として都内西エリアにも活動の輪が広がっており、「中学生になっても参加したい」という声も届いています。これからも、親子が笑顔で「できた！」を共有できる場を大切に育んでいきたいと思っています。



誰もが楽しめるルールでの紅白玉入れ



皆で力を合わせた大玉送り



親子で自由に過ごす水泳タイム



希望者には水泳レッスンも実施



公益財団法人東京YMCA 2025年度賛助会年会・アドバイザー会 2025年11月17日(月) アカサカ(アサカ) 会場

支援企業への感謝と報告

賛助会年会・アドバイザー会を開催

11月17日、賛助会員への感謝を表す「賛助会年会・アドバイザー会」がアルカディア市ヶ谷で開催され、賛助会員15法人をはじめ、アドバイザーや役員・評議員、スタッフなど52人が出席しました。賛助会員には、年会費による支援に加え、チャリティイベントへの参加や協賛、物品提供、さまざまな形で東京YMCAの公益活動を支えていただいています。

当日は、星野太郎総主の報告から始まり、近隣の事業報告が行われた後、氏家純一賛助会会長（株式会社氏家経済研究所代表取締役）から永年継続会員に感謝状が贈呈されました。続いて、「日本のインターネットの父」と称される村井純氏（慶應義塾大学特別特任教授）より、「インターネット文明」のテーマで講演をいただき、最後に懇親会で交流のひとときを持ちました。



村井純氏 プロフィール
日本の計算機科学者。工学博士（慶應義塾大学・1987年取得）。慶應義塾大学特別特任教授、慶應義塾大学名誉教授。JUNET設立者。元内閣官房参与（デジタル政策担当）、デジタル庁顧問。東京YMCAアドバイザー、東京YMCA野尻学荘OB。

＜村井純氏講演「インターネット文明」概要＞

村井氏は約60年前から東京YMCAの活動に参加して触れ、誰もが新しい挑戦に挑戦できる基盤であること、ボランティアリーダーとしての意義が示されました。さら活動されていた当時のメンバーに、AIの起源は「人間からでもあります。その後、カ学ぶ」ことにより、集められたアメリカのYMCAにおいて大量のデータから画像認識をやるキャンパーやキャンプカウの分析が可能になったこと、MCA野尻キャンプでの少年日本においてデータを安全に長期キャンプのボランティア共有、利用できる仕組みの整リーダーなど、YMCAと深い備が現在のデジタル政策の最大の課題であること、電力・関わりを築いてくれました。講演では、計算機にすぎなかったコンピュータが人間をサポートを一体的に捉えるデジタルを支える「道具」となり、個人インフラ構想にも言及されました。

最後に、「AIの主な受益者」は「AIの主な受益者」は「AIの主な受益者」であること、コロナ禍を契機としてオンライン化が想定10倍のスピードで進んだことなどが語られました。また、インターネットの設計思想である「オープン性・誰もが利用できる」の夢を実現するコストを下げる、オープン性・誰もが利用できるもの。若者は発想の宝庫であるので、全く心配してない（中央制御でなく、一部が停止しても全体は機能し続けた）。

（広報室）

INFORMATION

■早天祈祷会(3月)■

会員有志が聖書について自分の考えなどを語る「奨励」の後、皆で祈り讃美歌を歌います。クリスチャンでない方もお気軽にどうぞ。

日時:2026年3月2日(月)
7:00~8:00

奨励者:堀 雄二氏
(東京YMCA職員)

会場:山手センター/オンライン
問合せ:会員部(03-6278-9071)

■ダイナミックサマー(海外交流プログラム)■

日本のYMCAスタッフが引率し、北米YMCAのサマーキャンプに参加するプログラムです。毎年、多くの子どもたちが異文化交流や英語にチャレンジし、かけがえのない体験を通して大きく成長しています。ぜひ説明会にご参加ください。



ダイナミックサマーの詳細はこちら

ワイズコーナー Vol.34
Y'S MEN'S CLUB

世界につながるワイズメンズクラブ(7)

ワイズメンはYMCAの活動を支援しています!

ワイズメンズクラブはYMCAをサポートする団体で、メンバーのことを「ワイズメン」と呼んでいます。「Y's Men」つまり「YMCAのために奉仕する人たち」を指します。

東京YMCAを支援するクラブは12クラブあり、東京YMCAのイベントに応じて、12クラブが協同で支援する場合と、各地域でクラブ単独あるいは複数のクラブが協同支援する場合などさまざまです。

今回ご紹介するのは、町田YMCAの活動例です。町田YMCAは1990年代に町田市内にオフィスを持ち活動をしていましたが、次第に規模が縮小され、2003年には撤退を余儀なくされました。しかし、この間ずっと、YMCA活動は地域に根を生やしていました。YMCAの地域活動を絶やしてはならないと、ワイズメンが活動を継続するだけでなく、新たなプログラムをアップデートしていきました。そのプログラム3点「歌声ひろば」「わくわく子ども実験教室」「ベテランティアフォーラム」は20年以上経た今も継続されています。

その一つ「歌声ひろば」をご紹介します。2025年11月は、チャリティーコンサートとして開催されました(=写真)。約100人が参加し大盛況でした。会場の「社会福祉法人紫苑の会シャロームの家」は知的障がい者の授産施設です。20年前、「シャロームの家」がこの地域に開設されようとしていた時、地元の反対運動が起きました。偏見と誤解に基づくものでした。ワイズメンは、「歌声ひろば」を開催することによって地域の人たちが足を運んでくれ、誤解は解けると考えました。「歌声ひろば」は20年目に入り、地域の人たちの楽しみ場となっています。さらに嬉しいことに、毎月の「歌声ひろば」で寄せられる募金は、東京YMCAの能登支援活動への協力につながっています。

在京ワイズクラブ会長会幹事:伊藤幾夫(東京多摩スマイルワイズメンズクラブ)



●●● 会員のご案内 ●●●

「会員」とは、東京YMCAの主旨に賛同し、会費によって活動を支援して下さる方のことです。YMCAは、青少年の健全な成長、地域社会への奉仕、公正で平和な世界を目指し、多くの会員と共に活動することを願っています。 詳細はこちら

「だいじだよ わたしのきもち ぼくのきもち」
世界的いじめ反対運動
YMCAピンクシャツデー
2026年2月25日(水)

いじめに対して「自分事として」向き合い、「傍観者にならない」社会へ。
2月25日は、ピンク色を身につけ、YMCAと一緒に「いじめ反対」のアクションを起こしませんか?

2007年、カナダでピンクのシャツを着て登校した少年へのいじめに抗議し、翌日、数百名の生徒がピンクのシャツや小物を身につけて登校したことから始まった「ピンクシャツデー」。今では世界180の国と地域に広がり、2月の最終水曜日を、いじめについて考え、いじめられている人と連帯する思いを表す一日としています。

「全国YMCAピンクシャツデー」の詳細はこちら

東京YMCAメルマガ登録募集中

東京YMCAのプログラムやボランティアなどの情報をお届けします。月1~2回の不定期配信。登録はこちら

東京YMCA公式SNS

Instagram: <https://www.instagram.com/tokyoymca/>

x(旧Twitter): https://x.com/Tokyo_YMCA

Facebook: <https://www.facebook.com/tokyoymca>

高尾の森 わくわくビレッジ Takanomori Wakuwaku Village

文化スポーツ教室「わくわく!スコーン作り!!」

調理室でおいしいスコーンを作りませんか?味はプレーンとチョコの2種類作ることが出来ます!!自分で捏ねて作ったスコーンはおいしいこと間違いなし!

開催日	2026年3月29日(日)	定員	10組(1組4名まで ※同伴者含まず)
時間	13時~15時	費用	ひとり1,100円(税込)
対象	どなたでも (小学生以下は保護者同伴)	申込み	3月23日(月)まで お電話またはフロントにて

詳しくはお電話またはフロントにてご確認ください

高尾の森 わくわくビレッジ ☎ 042-652-0911 〒193-0821 八王子市川町55 www.wakuwaku-village.com 高尾の森わくわくビレッジはYMCAスタッフが運営しています