

国際 NGO プラン・インターナショナル



# プラン・ランニング部 部員募集!



#run4girls #走って世界の女の子を応援したい

プラン・ランニング部は「走ることで、世界の女の子が貧困や差別に負けず、前向きに生きる姿をサポートしよう!」という思いをもって、世界の女の子の現状やプランの活動を広めることを目的としたバーチャルな活動です。

あなたもプラン・ランニング部に参加してみませんか?

まずは [run4girls@plan-international.jp](mailto:run4girls@plan-international.jp) までお気軽にお問い合わせください!

## プランのTシャツ をお送りします

普段の練習で、レース本番で  
★Tシャツを着て走る  
★写真を撮る



## #run4girlsをつけてSNSにUP!

Twitter、Instagram、Facebookなど、SNSに、ハッシュタグをつけて投稿してください。プランでリツイート、再拡散いたします  
#run4girls (必須) #走って世界の女の子を応援したい #マラソン #ランニング など

## SNSをやっていないなくてもOK

お写真に140字程度のコメントをそえてプランまでお送りください  
[run4girls@plan-international.jp](mailto:run4girls@plan-international.jp)まで

## 活動の様子はこちらから ぜひフォローしてください!

プラン・ランニング部 Twitter:

@PlanRunning

(<https://twitter.com/PlanRunning>)

プランのSNSもフォローお願いします

Facebook: [Planinternational.jp](https://www.facebook.com/Planinternational.jp)

Instagram: [planinternationaljapan](https://www.instagram.com/planinternationaljapan)

Twitter: @Plan\_Intl\_jp



## 練習会・イベントにご案内

ランニング部練習会(不定期、過去には増田明美さんも参加)、いすみ健康マラソン など

Run for Girls!



★「女の子たちへの願いを込めて走りたい」という方ならどなたでも入部していただけます

★「走りながらプランの認知度を高め、世界の女の子への支援を広める」ことが目的です

★走力は問いません。マラソンに限らず、ウォーキングやその他さまざまなスポーツの場での活動も大歓迎!

## プラン・ランニング部名誉会長 増田明美さんからのメッセージ

「走る人は、どんな走り方でも皆、美しい」。これが私の信条です。その「走り」が、貧困、暴力、差別などに直面する世界の女の子が、前向きな人生を歩めるようにサポートすることに役立つならば、その美しさは倍増するでしょう。あなたも、プランのランニング部のメンバーとなって、私と一緒に女の子たちを支えてください。あなたと一緒に走ることができる日を、楽しみにしています。ようこそ、「プラン・ランニング部」へ!



### 増田明美さん プロフィール

ますだ あけみ(スポーツジャーナリスト) 1964年千葉県生まれ。成田高校在学中、長距離種目で次々に日本記録を樹立。1984年のロス五輪に出場。1992年に引退するまでの13年間に日本最高記録12回、世界最高記録2回更新という記録を残す。現在はスポーツジャーナリストとして活躍中。大阪芸術大学教授。2008年10月、プラン・インターナショナルの評議員に就任。プラン・ランニング部の名誉会長を務める。

# Run for Girls!

## 国際NGOプラン・インターナショナルとは

プラン・インターナショナルは、女の子が本来持つ力を引き出すことで地域社会に前向きな変化をもたらし、世界が直面している課題の解決に取り組む国際NGOです。世界75カ国以上で活動。世界規模のネットワークと長年の経験に基づく豊富な知見で、弱い立場に置かれがちな女の子が尊重され、自分の人生を主体的に選択することができる世界の実現に取り組んでいます。



「走ることで世界の女の子を応援する」  
Run for Girlsのサイトもご覧ください



お問い合わせ先

公益財団法人プラン・インターナショナル・ジャパン

プラン・ランニング部 run4girls@plan-international.jp

〒154-8545 東京都世田谷区三軒茶屋 2-11-22 サンタワーズセンタービル 10F/11F

URL: [www.plan-international.jp/](http://www.plan-international.jp/)

女の子の力を、世界を変える力にする。

