


令和 4 年度 青少年赤十字
リーダーシップ・トレーニングセンター（高等学校の部）
実施報告



日 時：令和 4 年 10 月 16 日（日）9：30～16：00

会 場：日本赤十字社長野県支部

主 催：  長野県青少年赤十字指導者協議会

 日本赤十字社 長野県支部
Japanese Red Cross Society

後 援：長野県教育委員会、長野市教育委員会、信濃教育会

1. 日時

令和4年10月16日（日）9:30～16:00

2. 会場

日本赤十字社長野県支部

3. 参加者

- | | |
|-------------------|---------------------------|
| (1) 青少年赤十字高校生メンバー | 27名 |
| (2) 青少年赤十字指導者 | 8名 |
| (3) ボランティアスタッフ | 4名（長野県青年赤十字奉仕団・青少年赤十字卒業生） |
| (4) 日本赤十字社長野県支部職員 | 2名 |

4. リーダーシップ・トレーニングセンターについて

リーダーシップ・トレーニングセンター（以下、「トレセン」という）は、昭和24年から実施されており、今年で72回目となりました。

この活動は、青少年赤十字の教育プログラムのひとつで、「気づき、考え、実行する」活動を通して、生徒一人ひとりのリーダーシップを育てることを目的としたプログラムです。学校や社会等の集団生活において、それぞれが役割を持ち、仕事の内容や時と場所によって、ある時はリーダーになり、またある時は協力者の立場をとることができるように、参加者全員が「リーダーシップの取り方を学ぶこと」を目指しています。

生徒一人ひとりのリーダーシップを育てることを目的としています。

また、この目的のほかにも、トレセンでの活動と交流により、生徒たちの自主・自律の心が養われることを期待しています。



【参加者への配布物】

参加者ガイド、青少年赤十字ワッペン、トレセン通信、記念タオル等

5. 実施概要

(1) 開会式

開会の挨拶として、日本赤十字社長野県支部 組織振興課長 山崎から、トレセンで学んでほしい内容をお伝えしました。

(2) オリエンテーション

ボランティアスタッフである青年赤十字奉仕団が企画・進行を務め、心理テストを交えながら、一人ひとりが自己紹介をしました。心理テストの結果から、その人の性格や自分との共通点を知ることができ、交流の良いきっかけとなりました。

(3) ホームルーム活動（テーマ等の設定）

本日の活動に関する説明ののち、5つのホームルームに分かれて、活動の方針やテーマを話し合いました。



(4) 昼食

新型コロナウイルス感染症に注意しながら、各自で持参した昼食を取りました。食事中は黙食としましたが、食後にはさまざまな人と交流するなど、楽しい時間となりました。



(5) フィールドワーク

長野駅周辺でフィールドワークを行い、「やさしさや思いやりの心」が感じられるものを探しました。それぞれのホームルームでは、事前にどのような物があるか予想していましたが、実際に足を運んでみると、多くの新たな気づきがありました。



(6) ホームルーム活動（まとめ）

フィールドワークで気づき、考えたことをもとに、社会の中の工夫や課題について話し合いました。

ホームルーム活動の中では、意見や方向性の違いが生じたときに、お互いを尊重し合い、考えをまとめていく様子や、限りある時間を意識して、各々が役割を持って活動に取り組む様子など、一人ひとりのリーダーシップが発揮されていました。



(7) 共有

各ホームルームによる発表がおこなわれ、一人ひとりの気づきや考えを共有しました。障がい者や子育て世代、観光客などのさまざまな視点からの検討がなされました。



(8) 閉会式

本日の活動を見守ってくださった村澤晃先生から、講評がおこなわれ、「みんなの行動が、世の中を変えるかもしれない。一人だと不安な気持ちがあるかもしれないけれど、みんなには学校にも、ここにも、仲間がいるので、一步一步良い方向へ進んでいきましょう。」と伝えられ、参加者全員に修了証が授与されました。



一日という短い時間だったけど、
みんなで過ごした時間と一緒に考えた経験が、
今後の生活に活かされることを願っています！

それでは最後に、村澤先生の
トレセン通信を紹介します。
第2号はトレセン中に作成し、
当日、みんなに配布されました！



青森赤十字リーダーシップトレーニングセンター通信第1号 2022.10.16(日)

あんずちゃん

田中しゅう



みなさん、こんにちは〜!
ようこそトレセンへ!!
今日は、一緒に充実した
1日にしよう! よろしくね。

改めまして、「みなさん、こんにちは。トレセンスタッフの村澤です。長野商業高校に勤務しています。よろしくお願いします。」さてさて、このトレセンもコロナの関係でしばらく開催することができませんでしたが、日赤長野県支部のみなさんを初めとして、多くの方のご尽力で開催できました。本当に感謝しています。みなさんの先輩方も、毎年トレセンに参加してくれ、多くのことを学んでくれました。以前は2泊3日で行っていましたが、まだまだコロナが落ち着いたとは言えない状況ですので、今年は1日開催となりました。夏休み中の開催を計画していましたが、それも延期となり、

やっとのことで、本日の開催となりました。本当にうれしく思っています。感染予防をしっかりと、今日1日を過ごしてください。体調が悪くなったら、遠慮せずに近くのスタッフに事をかけてください。それでは、7日一緒に勉強し、多くのことを考え、実践していきましょう。よろしくね。

今日のメインは「フィールドワーク」です。ホームルームの仲間と協力して、「やさしさと思いやり的心」を持って取り組んでくださいね。詳しいことは、中野立志館高教の中嶋先生からお話があるので、しっかりと聞いて、その後、各ホームルームに分かれて、フィールドワークに向けたテーマ設定をしてくださいね。「気づき、考え、実行する」が青少年赤十字の合言葉です。身近な問題を発見(気づき)し、問題解決のための道筋や方法を探り(考え)、活動に取り組み、評価や反省を次に活かすこと(実行)は、生活の中や社会で働く上で非常に大切なことです。是非とも、「フィールドワーク」を通して「気づき、考え、実行する」を体験してくださいね。それから、トレセンでは、学校や社会等の集団生活において、それぞれが役割を持ち、仕事の内容や時と場所によって、ある時はリーダーになり、またある時は協力者の立場をとることができるよう、参加者全員が「リーダーシップの取り方を学ぶこと」を目指しています。本日の活動の中でも、リーダーとして動いたり、協力者としてサポートしたりしながら、「リーダーシップの取り方を学んでください。」スタッフは、基本的にはいろいろと指示はしませんので、みんなが気づき、考え、実行してください。スタッフは優しい眼差しをみんなに向けて、にこにこしながら見守っていますよ。みんなをいろいろな形でサポートしてもらうために、青年赤十字奉仕団ならびに青年赤十字卒業生のみなさんをおかけつけてきてくれました。みんなと年齢の近い10代~20代のお兄さん、お姉さんです。頼りになる先輩方ですよ。トレセンは、自分を成長させる、とてもいい場です。どんどん積極的にチャレンジをしていってくださいね。それでは、1日よろしくお願いします。

「君が次に叩く1回で、
壁は打ち破れるかも
しれないんだ！」

諦めるのは
誰でもない自分だ

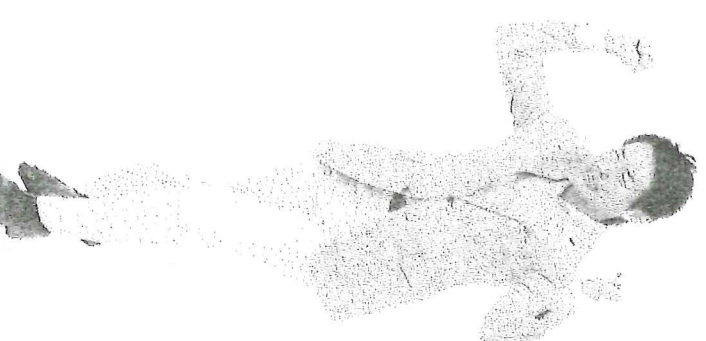
仕事、夢、人生、どんなことでも諦めてしまつたらそこですべてが終わります。諦めるのは誰かと言えば、自分です。目指してきたものを追い続けるのも、背を向けるのも自分しかいません。でも、諦めたくなるような誘惑が、世の中にはたくさんあります。本当は続けたい、もっと追求したいという思いはあるのに、誘惑に負けてしまふ人もいます。そこで僕はこんな話をします。

目の前に壁があります。その壁を壊せば成功ですが、何回叩けば壊れるかは分かりません。もしかすると、あと1回叩けば壊れるかもしれません。でも多くの人たちが、その前に諦めてしまいます。みんな「あと1回」とわかつていれば叩くはずです。人に未来は分かりません。だから、自分を信じて叩き続けるしかないのです。そうすれば、いつかは壊せるのが目の前の壁なのです。壁を壊した瞬間が目標を達成した瞬間、成長する瞬間、自信を手に入れる瞬間です。自分を信じてください。壊せない壁が目の前に来ることはありませんから。

最もよくないのは、人に言われて諦めることです。

失敗も本気なら
成長するチャンス

「失敗したら
ガッツポーズ」



失敗のない人生はありません。人は何度も失敗します。でも、それは成長するチャンスです。と言って、も、それを理解して受け入れるのは簡単なことではありません。現役時代、試合に負けたときに「どうしてもっと上手くプレーできないかなっただ」と一晩中自分を責め続けました。「失敗は成長のチャンス」と頭で分かっている、なかなかできないものです。

今の時代は、一度の失敗が人生の失敗のような雰囲気を持たれているのも問題でしょう。だから、ことなかれ主義でなんとなくトラブルがないことばかりを考えてしまいます。

全く失敗しないで進んでいくと、いつ何起きるか分からない怖さをずっと抱えて進むことになります。それより、まずどんどん失敗して、同じ失敗を繰り返さないことです。本気でやった結果が失敗だったら、何が悪かったのか本気で考えます。それだけでも成長です。

失敗してうれしいと思う人はいませんが、落ち込んだら次に向かうチャンスを失います。だからこそ、『失敗したらガッツポーズ』。新しい自分に出会える、一歩進んだ自分に出会えると思ひ込んでください。そんなガッツポーズをする度に失敗に対する不安も減っていきますから。

「君が次に叩く1回で、
壁は打ち破れるかも
しれないんだ!」

仕事、夢、人生、どんなことでも諦めてしまつたらそこですべてが終わります。諦めるのは誰かと言えば、自分です。目指してきたものを追い続けるのも、背を向けるのも自分しかいません。でも、諦めたくなるような誘惑が、世の中にはたくさんあります。本当は続けたい、もっと追求したいという思いはあるのに、誘惑に負けてしまふ人もいます。そこで僕はこんな話をします。

目の前に壁があります。その壁を壊せば成功ですが、何回叩けば壊れるかは分かりません。もしかすると、あと1回叩けば壊れるかもしれません。でも多くの人がだが、その前に諦めてしまいます。みんな「あと1回」とわかつていれば叩くはずです。人に未来は分かりません。だから、自分を信じて叩き続けるしかないのです。そうすれば、いつかは壊せるのが目の前の壁なのです。壁を壊した瞬間が目標を達成した瞬間、成長する瞬間、自信を手に入れる瞬間です。自分を信じてください。壊せない壁が目の前に来ることはありませんから。

最もよくないのは、人に言われて諦めることです。

失敗も本気なら 成長するチャンス

失敗のない人生はありません。

人は何度も失敗します。でも、それは成長するチャンスです。と言って、も、それを理解して受け入れるのは簡単なことではありません。

現役時代、試合に負けたときに「どうしてもっと上手くプレーできないかなつたんだ」と一晩中自分を責め続けました。「失敗は成長のチャンス」と頭で分かっている、なかなかできないものです。今の時代は、一度の失敗が人生の失敗のような雰囲気を持たれているのも問題でしょう。だから、ことなかれ主義でななくトラブルがないことばかりを考えてしまいます。

全く失敗しないで進んでいくと、いつ何が起こるか分からない怖さをずっと抱えて進むことになります。それより、まずどんどん失敗して、同じ失敗を繰り返さないことです。本気でやった結果が失敗だったら、何が悪かったのか本気で考えます。それだけでも成長です。

失敗してうれしいと思う人はいませんが、落ち込んだら次に向かうチャンスを失います。だからこそ、『失敗したらガッツポーズ』。新しい自分に出会える、一歩進んだ自分に出会えると思ひ込んでください。そんなガッツポーズをする度に失敗に対する不安も減っていきますから。

「失敗したら
ガッツポーズ」



青森赤十字リーダシップトレーニングセンター通信第1号 2022.10.16(日)

あんずちゃん

田中しゅう



みなさん、こんにちは〜!
ようこそトレセンへ!!
今日は、一緒に充実した
1日にしよう! よろしくね。

改めまして、「みなさん、こんにちは。トレセンスタッフの村澤です。長野商業高校に勤務しています。よろしくお願いします。」さてさて、このトレセンもコロナの関係でしばらく開催することができませんでしたが、日赤長野県支部のみなさんを初めとして、多くの方のご尽力で開催できました。本当に感謝しています。みなさんの先輩方も、毎年トレセンに参加してくれ、多くのことを学んでくれました。以前は2泊3日で行っていましたが、まだまだコロナが落ち着いたとは言えない状況ですので、今年は1日開催となりました。夏休み中の開催を計画していましたが、それも延期となり、

やっとのことで、本日の開催となりました。本当にうれしく思っています。感染予防をしっかりと、今日1日を過ごしてください。体調が悪くなったら、遠慮せずに近くのスタッフに事をかけてください。それでは、7日一緒に勉強し、多くのことを考え、実践していきましょう。よろしくね。

今日のメインは「フィールドワーク」です。ホームルームの仲間と協力して、「やさしさと思いやり的心」を持って取り組んでくださいね。詳しいことは、中野立志館高教の中嶋先生からお話があるので、しっかりと聞いて、その後、各ホームルームに分かれて、フィールドワークに向けたテーマ設定をしてくださいね。「気づき、考え、実行する」が青少年赤十字の合言葉です。身近な問題を発見(気づき)し、問題解決のための道筋や方法を探り(考え)、活動に取り組み、評価や反省を次に活かすこと(実行)は、生活の中や社会で働く上で非常に大切なことです。是非とも、「フィールドワーク」を通して「気づき、考え、実行する」を体験してくださいね。それから、トレセンでは、学校や社会等の集団生活において、それぞれが役割を持ち、仕事の内容や時と場所によって、ある時はリーダーになり、またある時は協力者の立場をとることができるよう、参加者全員が「リーダーシップの取り方を学ぶこと」を目指しています。本日の活動の中でも、リーダーとして動いたり、協力者としてサポートしたりしながら、「リーダーシップの取り方を学んでください。」スタッフは、基本的にはいろいろと指示はしませんので、みんなが気づき、考え、実行してください。スタッフは優しい眼差しをみんなに向けて、にこにこしながら見守っていますよ。みんなをいろいろな形でサポートしてもらうために、青年赤十字県在国ならびに青年赤十字卒業生のみなさんをおかけつけてきてくれました。みんなと年齢の近い10代~20代のお兄さん、お姉さんです。頼りになる先輩方ですよ。トレセンは、自分を成長させる、とてもいい場です。どんどん積極的にチャレンジをしていってくださいね。それでは、1日よろしくお願いします。

「君が次に叩く1回で、
壁は打ち破れるかも
しれないんだ！」

仕事、夢、人生、どんなことでも諦めてしまつたらそこですべてが終わります。諦めるのは誰かと言えば、自分です。目指してきたものを追い続けるのも、背を向けるのも自分しかいません。
でも、諦めたくなるような誘惑が、世の中にはたくさんあります。本当は続けたい、もっと追求したいという思いはあるのに、誘惑に負けてしまふ人もいます。そこで僕はこんな話をします。
目の前に壁があります。

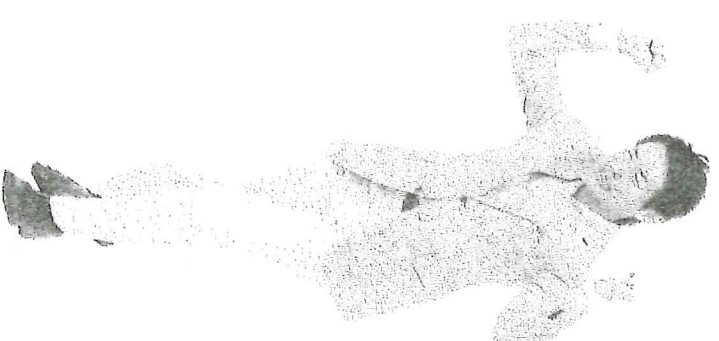
その壁を壊せば成功ですが、何回叩けば壊れるかは分かりません。もしかすると、あと1回叩けば壊れるかもしれません。でも多くの人たちが、その前に諦めてしまいます。みんな「あと1回」とわかつていれば叩くはずです。
人に未来は分かりません。だから、自分を信じて叩き続けるしかないのです。そうすれば、いつかは壊せるのが目の前の壁なのです。
壁を壊した瞬間が目標を達成した瞬間、成長する瞬間、自信を手に入れる瞬間です。自分を信じてください。壊せない壁が目の前に来ることはありませんから。
最もよくないのは、人に言われて諦めることです。

失敗も本気なら 成長するチャンス

失敗のない人生はありません。
人は何度も失敗します。でも、それは成長するチャンスです。と言って、も、それを理解して受け入れるのは簡単なことではありません。
現役時代、試合に負けたときに「どうしてもっと上手くプレーできないかなつたんだ」と一晩中自分を責め続けました。「失敗は成長のチャンス」と頭で分かっているにもかかわらず、なかなかできないものです。
今の時代は、一度の失敗が人生の失敗のような雰囲気を持たれているのも問題でしょう。だから、ことなかれ主義でななくトラブルがないことばかりを考えてしまいます。

全く失敗しないで進んでいくと、いつ何起きるか分からない怖さをずっと抱えて進むことになります。それより、まずどんどん失敗して、同じ失敗を繰り返さないことです。本気でやった結果が失敗だったら、何が悪かったのか本気で考えます。それだけでも成長です。
失敗してうれしいと思う人はいますが、落ち込んだら次に向かうチャンスを失います。だからこそ、『失敗したらガッツポーズ』。新しい自分に出会える、一歩進んだ自分に出会えると思ひ込んでください。そんなガッツポーズをする度に失敗に対する不安も減っていきますから。

「失敗したら
ガッツポーズ」





お疲れ様でした。暑い中での散歩(?)
いやいや移動は大変でしたね。ゆうたんと
めいちゃん、じいじはお疲れです。
でも、心地よく疲れましたよー！

みなさん！ お疲れ様でした。とってもとってもお天気の良い中での活動だったので、暑くて大変でしたね。万年青年(自称 18才)の私も、ひと汗かいてしまいました。さてさて、長野駅までの道中、長野駅・MIDORIの中は、いかがでしたか？「やさしさと思いやり」を感じることができましたか？それぞれのグループで午前中に話し合い、テーマを設定して臨んだことと思います。誰にとって「やさしさと思いやり」があるかということ、多

少変わってくるかもしれませんが、誰にとっても「やさしさと思いやり」のある街づくりができることですね。お年寄り、子ども、身体の不自由な方、妊娠の方などなど、誰にとっても快適な街であってほしいですね。行政にお願いする部分もあると思いますが、我々がちょっと気づかうことができれば、ちょっと想像力を働かせることができれば、とっても暮らしやすい、過ごしやすい環境ってできると思います。例えば、歩道に自転車を止めないとか、困っている人を見かけたら

「どうされました？何かお手伝いすることはありますか？」などなど、ほんのちょっとしたことで、みんなが生活

わー...わー...
見つけた！...すー...
音声ガイドって...



しやすい街づくりができると思います。ほんのちょっとした気配り、心配り、ほんのちょっとした勇気があれば、誰にとっても住みやすい街になると思います。今日の活動の中で、こんなことには気づくことができたと思います。そして、こんなことを考えたことと思います。あとは実行するだけです。ひとりで実行することが大変であれば、みんなには「仲間」が必要です。仲間と共に実行してみたい。みんなならできると「じいじ」は思います。短い時間しか一緒に過ごしていませんが、「じいじ」にはわかります。みんなは、必ずできます。みんなと生かえて、たくさん元気をもらいました。元氣って、人に分けてあげられるものです。私は、みんなからいっぱい元気をもらったので、周りの人に分けてあげようと思います。「元氣」をくれて、ありがとうごさいました。これからも、仲間と共に「やさしさと思いやりの心」を持って生活・活動してくださいね。「じいじ」は応援していますよ。がんばってくださいね。



ありがとー！

人はひとりじゃない
大丈夫にはそんな意味がある

「大丈夫。
大丈夫って文字には、
全部に入って文字が
入っているんだよ」



「大丈夫」と言われれば、人は安心します。
守られている、応援されていると思えます。なぜかと考えてみました。
文字の中にそのヒントがあるんですね。「大丈夫」の3文字にはそれぞれ
「人」という文字が入っています。
つまり、ひとりじゃないんだよということです。落ち込んで下を向いて
いたら気づかないかもしれませんが、顔を上げれば心配してくれる人、励
ましてくれる人、背中を押してくれる人、たくさんの人に支えられて生き
ていることが分かるはずです。
そんなことをしつかり感じることが大切です。だから、**家族や友人が下
を向いていたら、大丈夫と言ってあげてください。**大丈夫という言葉を言
うほかにみんな前を向いて、安心して進んでいきます。もちろん、この言
葉は自分に対しても同じ効果があります。
「大丈夫」と「がんばれ」が近いという人もいますが、僕の解釈では大
丈夫Ⅱできるに置き換えられます。「俺、大丈夫」って言いますよね。それ
は問題なくやり遂げることができるといことです。だから、心配するこ
とはない。真つ直ぐに進んでいけばゴールにたどり着ける。しかも、そう
思ってくれている人が周りにたくさんいるはずですよ。

「夢をつかみたいなら、
今日から
君はタートルだ！」



ゴールだけを見て
ベストを尽くそう

あるとき、子どもに「ウサギとカメ」の話をしているとき、ウサギとカメが競争をしているときの互いの目線を考えてください。ウサギはカメは遅いと勝手に決めてゴールの手前で昼寝をします。でも、カメは一所懸命にゴールだけを目指します。ゴールだけを見て歩いていっ
たから、ウサギを追い抜いて到達できたんじゃないでしょうか。
つまり、目標の目指し方、進み方が大事だということです。ウサギはゴ
ールではなく、カメのことを考えてしまった。そこには自分がないと思
います。カメに勝つことよりも自分のベストを尽くしてゴールに到達する方
が大切です。なのに、相手ばかりを気にして、本当に大切なことを見失っ
たということです。
では、カメはどうか。自分ができるベストを尽くしただけです。
物語にはアイペースで歩いたように書かれています。カメはゴールま
でベストを尽くしたと僕は考えています。ゆっくりのんびりではなく、ベ
ストを尽くした。だから、カメが負けたとしても僕は怒れませんね。それ
以上はできなかつたんですから。
だから、もしカメが負けていたら、僕が言えるのは「カメ、ナイストラ
イ！」ですよ。