



# The Star in the West

東京西ワイズメンズクラブ会報

THE SERVICE CLUB FOR THE YMCA

THEY'S MEN'S CLUB OF TOKYO-NISHI(03)3202-0342

c/o TOKYO YMCA YAMATE CENTER.2-18-12 NISHIWASEDA, SHINJUKU-KU, TOKYO 169-0051, JAPAN

国際会長主題  
アジア会長主題  
東日本区理事主題  
あずさ部部長主題  
東京西クラブ会長主題

“Fellowship across the Borders” 「国境なき友情」  
“Respect Y's Movement” 「ワイズ運動を尊重しよう」  
「広げよう ワイズの仲間」  
「継続は力なり・一歩でも前に・そしてあがこう」  
「休まず たのしく 元気よく」

2017年7月号

NO 491

私たちは、見たことや聞いたことを話さないではいられないのです。

新約聖書使徒言行録4章20節

## 休まず たのしく 元気よく 会長・本川悦子

2017-2018年度の会長を引き受けました本川悦子です。どうぞよろしくお願いいたします。

私は、入会して12年余り経つのですが、会長を引き受けるなどゆめゆめ思っておらず、唯々仲間と楽しむクラブとと思っていました。この10年、クラブ会長は、6人で務められました。いずれも重任、再任の経験豊かな方ばかりでした。昨年の12月に始めて会長に決まってから半年の間、会長として何をしたらよいのかと、毎日考えました。

東京西クラブは、平均年齢が区でも五指に入るほど高いクラブです。私が10数年前に50代で入会した時、「若い」と言われました。今でも若いと言われてます。ですから若い会員の入会は、願ってもないことですが、そのためには迎える側の私たちが若く

なければ、入会したくなる魅力あるクラブとは言えないと思いました。

若いとは実年齢ではなく、考え方、行動の他なんでも、気持ちの持ち方でいくらでも若返ることはできます。それで、気持ちの若い方はもとより、実年齢の若い入会希望者が現れたらいいなあ、と願っています。

そのために、今年度は、さらに私自身も一層の若返りを目指して、みなさんにも呼び掛けて頑張っていこうと思っています。

今年度は、あずさ部部長と部役員をクラブから輩出していますので、クラブが一丸となってあずさ部長の活動を応援して、またクラブ同士の絆を深めていくよう努めましょう。そのことを通して、クラブに若さと楽しさ元気がもたらされることを願っています。



### クラブ奨学金の授与式

第7回東京YMCA国際ホテル専門学校留学生の奨学金受給が、ネパールのマハルジャン・ソルさんとラウト・アニルさんに決まり、授与式が、6月15日、クラブ例会で行われました。当日、アニルさんは、体調不良で欠席したため、奨学金は、東京西クラブ高嶋美知子会長（左）から、ソルさん（中央）と宮崎純同校校長代行（右）に手渡されました。

ソルさんは、朝日新聞奨学生として新聞配達の仕事をしていたそうです。来年は都内有名ホテルへの就職が決まったそうです。

### クラブ役員

会長 本川 悦子  
副会長 石井 元子  
書記 篠原 文恵  
会計 村野 絢子  
担当主事 宮崎 純

6月の記録		ニコニコ	6,820円
在籍者数	16人	メネット	1人
(内功労会員)	1人	クラブファンド	372円
出席者数	12人	コメント	0人
メーキャップ	0人	ファン্ড残高	175,301円
出席率	80%	ビジター	0人
前月修正	-	ホテ校ファンド	4,000円
		ホテ校残高	9,782円
		出席者合計	14人
		WHO参加者	49人

## 7月例会のご案内

## 今月の強調テーマ: Kick off

東京西クラブは、新年度を新たな強力なメンバーを加えて、”Kick off“します。卓話は、クラブの原点である YMCA の新しいアイデンティティについて。楽しく、元気にスタートします。

今月の強調テーマには、YMCA サービス、ASF、ロールバックマラリア (RBM) もあります。ここでは、”Kick off“に絞りました。それぞれについてもお覚えください。

日時: 7月20日(木) 18:45~21:00

会場: 「あんさんぶる荻窪」4F 第2教室

(杉並区荻窪 5-15-13 TEL/03-3398-3191)

会費: 1,500円 (ゲスト・ビジター・メネット)

担当: A班 (竹内、高嶋、鳥越、吉田)

## HAPPY BIRTHDAY

16日 河原崎和美

開会点鐘

ワイズソング

聖書朗読・感謝

挨拶・ゲスト&ビジター紹介

転入式 紹介・歓迎の言葉

入会者挨拶

会食

卓話

「YMCAのブランディング」

日本YMCA同盟総主事 神崎 清一

ハッピーバースデー

諸報告

YMCA 報告

ニコニコ献金

閉会点鐘

受付 吉田 明弘

司会 鳥越 成代

会長 本川 悦子

一 同

竹内 隆

会 長

会 長

会 長

会 長

会 長

会 長

会 長

会 長 他

担当主事・宮崎 純

一 同

会 長

## 卓話者紹介

## 神崎 清一(かんだき・せいいち)さん

YMCA、ワイズの世界では、“同盟”で通っていますが、正式には公益財団法人日本YMCA同盟の総主事に4月1日に就任。

1953年 大阪生まれ。1981年、筑波大学大学院修士課程(体育方法学野外教育)修了、京都YMCA入職。ウエルネス(体育野外)担当、主任、部長を歴任。2002年 財団法人京都キリスト教青年会副総主事、2003年から財団法人京都キリスト教青年会総主事。

2011年公益財団法人京都YMCA代表理事。京都府私学審議会委員、(公社)日本キャンプ協会専務理事。京都府レクリエーション協会会長、京都府専修学校各種学校協会など。

## - 6月第2例会(事務会) -

日時: 6月22日(木)

18:15~ 部会準備委員会

19:15~21:15 第2例会

場所: あんさんぶる荻窪 4F

出席者: 石井、大野、神谷、篠原、高嶋、鳥越、本川、村野、吉田

<報告事項>

- ①6月のデーターを確認した。
- ②6月次会計報告を承認した。
- ③6月ファンド実績が報告、承認された。

<協議事項>

## ▲7月例会

日時: 7月20日(木)

18:45~21:00

場所: あんさんぶる荻窪 4F 第2教室

内容: キックオフ例会

あずさ部長公式訪問

転入会式

卓話: 「YMCAのブランディングについて」 神崎清一・

日本YMCA同盟主事

担当: A班 (片平、高嶋、竹内、鳥越、吉田)

## ▲7月第2例会

日時: 7月27日(木)

19:15~21:15

場所: あんさんぶる荻窪 1F 第1会議室

## ▲8月納涼例会

日時: 8月17日(木)

18:30~20:30

場所: 日本出版クラブ会館

会費: 4,000円 (飲み放題)

担当: B班 (神谷、石井、河原崎、宮崎)

①今後のブリテンの編集体制について提案が出たが決せず、現行体制を継続することにした。

②長期欠席の庄野久男さんについて、功労会員を継続する。

③2017-18年度クラブの例会担当の班編成を確認した。

A班 吉田、鳥越、高嶋、竹内 (7・10・1・4月)

B班 神谷、石井、河原崎、宮崎 (8・11・2・5月)

C班 山田、大野、篠原、村野、小山 (9・12・3・6月)

(書記・本川悦子)

## 会計からのお願い

半期分の会費《27,000円》を例会に持参するか、振り込みでお願いいたします。(会計・村野絢子)

みずほ銀行方南町支店 普8027928 東京西ワイズメンズクラブ



クラブ役員交代式。新旧役員バッジ交換



WHO 6月、「近代日本の名建築」星薬科大ホールにて

## －6月例会報告－

6月例会は年度最終例会ということで、クラブ役員交代式、今年度を締めくくる総会を行いました。

開会セレモニーに続いて、YMCA サービス事業の一つである東京 YMCA ホテル専門学校の私費留学生への奨学金贈呈式を行いました。受給生は2人、ネパール出身マハルジャン・ソルさんとラウト・ア Nilさんでしたが、ア Nilさんは都合により出席できませんでしたので、宮崎副校長が代わりに受給し、贈呈式は無事終了しました。

楽しい会食の後、クラブ総会。準備された「2016～2017年度東京西ワイズメンズクラブ総会資料」に沿って進められ、議事① 2016～2017年度事業報告(案)、議事② 2017～2018年度事業計画(案)、議事③ 2017～2018年度役員、事業担当、月度担当(案)は全会一致で承認されました。議事④ クラブ会則の一部見直しの方は、継続審議となりました。なお、2016～2017年度決算は、2017～2018年度予算と合わせて7月例会にて審議することになりました。

ニコニコタイムは時間が十分にありましたので、各人の近況、最近思ったこと、感じたこと、所信など、いつもより少し詳しく話を聞くことができました。お互いに親近感を強めることができ大変良い機会でした。

その後は、YMCA・ワイズ諸報告、閉会点鐘をもって終了しました。(神谷幸男)

出席者：石井、大野、神谷、篠原、高嶋、竹内、鳥越、本川、宮崎、村野、吉田、山田、<メネット>神谷、<ゲスト>マハルジャン・ソル(ホテル学校生)

## －WHO 6月例会報告－ 江戸を越える村、“戸越”

WHO6月例会の6月24日は、前日の雨とはうって変わり、暑い日でした。JR 五反田駅に集合したのは、49人。

池上線の戸越銀座駅から星薬科大学へ。本館の天平時代の菓草採りや鹿茸切りの光景を描いた4枚の大壁画、創立者星一の歴史資料館、薬用植物園を見るのが目的でした。

高校生の団体見学もありました。あちらは、大学にとって大切なお客さん、邪魔にならないように気を遣いましたが、良いこともあり。普段は未公開の本館の大ホールの見学が出来ました。

これは、星一が学んだコロンビア大学のローホールを模したもので、帝国ホテルの設計のために来日したライトに同行した弟子のアントニン・レイモンドが一晚で設計図を引いたと言われます。高いドーム状の天井には星が描かれていて、舞台下にはオーケストラボックスもありました。

ここで、参加者の足取りが異様に鈍いのが気になりました。「暑

さに馴れていないみたい」と藤江喜美子さん(東京たんぼぼ)の見立てがありました。幸い、体操の先生が参加していたので、体が目覚める体操を指導してもらいました。

ここから、戸越銀座の商店街を歩き、江戸を越えて相模国に入るという戸越の地名のゆかりの戸越八幡神社を経て、熊本藩細川家下屋敷跡の戸越公園で昼食としました。往時を思えば小規模となった庭園ですが、築山や40mもの溪流と滝は、涼気と静寂をもたらしてくれて、絶好の気力回復のスポットでした。

ゆっくりした休憩の後、それぞれの体調に合わせて、一部は、戸越銀座駅まで、関東随一と言われる商店街を歩き、残りの組は、JR大崎駅まで、特にこれといった見どころのない町を歩き、発展著しい再開発地域の高層ビル街の夏の緑に触れてから解散しました。

ワイズ関係の参加は、石井、吉田(東京西)、中澤、服部、藤江(東京たんぼぼ)、関(石巻広域)でした。(吉田明弘)

## WHO、7月・8月は夏休み

WHOは、これまで8月を夏休みとしていましたが、今年から、7月も休むことにしました。以前は、9月も厳しかったのですが、暑さに馴れるためか、近年は7月の方が歩きにくくなっています。

地球温暖化現象を実感します。



東日本区創設20年。最近10年の東日本区理事各氏

## 川越で温故知人の交流 東日本区大会に参加して

6月3～4日、川越駅前のウェスタ川越に425人が集まり、東日本区大会が開催されました。

オープニングセレモニーは川越祭りを大スクリーンに映しユネスコ無形民俗文化財の雰囲気を与え、舞台にもお囃子の方々が登場。郷土色豊かな演出に、ふともし我がクラブが主催するならこれほどの特色が出せるかと少し羨ましくも思いました。

バナーセレモニーはいつも華やか、舞台一杯にフラッグが広がり利根川恵子理事の開会点鐘からプログラムが始まり、川越市長、小江戸観光協会会長、神崎清一 YMCA 同盟主事、タン・ミンシャオ・アジア地域会長、岩本悟西日本区理事の挨拶の後、メモリアルアワーに移りました。木原洗さん、堀内浩二さんの写真とともにプロフィールが流れると、改めて当クラブに多大な貢献をされたお二人の不在を悲しく実感させられました。

東日本区アワー①のあとの記念講演は、千葉・いすみ鉄道社長の鳥塚亮氏。廃線寸前のローカル線を数々のアイデアで増客、地域起こしに繋げた体験談を絶妙な話術で観客を引き付け、1時間半は笑いの渦で会場の皆さんを元気にしてくれました。ドラマに

もなった研修費持参の運転手募集、乗り鉄・撮り鉄と言われるファンを如何に取り込むかは、今後のワイズメンバー獲得の指標になるところがあると思います。夜は大ホールで晚餐会、珍しい特産のウナギ料理も楽しみました。

2日目の東日本区アワー②でのセレモニーも無事終わり、来年の沼津大会に大会旗を引き継ぎました。(篠原文恵)

参加者：石井・大野・神谷・高嶋・本川・吉田・神谷 M・篠原。

## いよいよ大野さんが部長に 第1回あずさ部評議会

新年度第1回のあずさ部評議会が、“ヤッホー評議会”として7月15日(土)、松本市で行われます。

今回は、決算評議会と位置付けられていますが、新年度初めての顔合わせで、新しい部役員、クラブ役員を中心に、親しく話し合い、夢を広げるときでもあります。例会卓話者を探せる好機でもあります。

会のホストの松本クラブによると、今、松本は、深緑の季節だそうです。当クラブにとっては、ホストする秋のあずさ部会に、多くの方に参加を呼び掛ける時です。

“いざ行かん「あずさの道」  
野を越え山越え…”

## YMCA Today

◇東京 YMCA が 1917 年(大正 6 年)、日本で初めての室内温水プールを設置してから今年で 100 周年になりました。当時、「庶民は兵式体操で足りる」とされた時代の中で、青少年のバランスのとれた成長にはスポーツが有効だと考え、多くの方の寄付や協力を得て室内プールを建設しました。

東京 YMCA はクロールなど近代泳法を普及した他、オリンピック水泳選手など数々の選手が練習をしました。また楽しいイベントも多数行なって会員の交流を大切にするなど、技術の習得だけでなく「ウェルネス」を広めたことも特徴の一つです。

戦後は、幼児や高齢者のプログラム開発にいち早く取り組み、日本の水泳事業の発展に努めてきました。100周年を記念し、東京 YMCA のホームページ内に特設コーナーがあります。見応えありますよ…、是非ご覧下さい。

◇5月27日(土)「東京 YMCA 会員大会」が開催されました。1年間の活動報告と各種表彰、役員選出、交流会などが行われました。「会員の会員による会員のための大会」がテーマで、様々な事業・活動をブース形式で工夫を凝らした発表が行われました。

参加者は一昨年 116 人、昨年 134 人、今年 143 人と徐々に増えて参りました。ご協力ありがとうございました。

(担当主事・宮崎 純)

## 夏祭り、8月26日(土)

### チャリ・ラン、9月23日(祝)

恒例の東京 YMCA 夏祭りが、8月26日(土)、東京 YMCA 東陽町センターで、東京 YMCA インターナショナル・チャリティーランが9月23日(土・祝)、江東区木場公園特設コースで行われます。

YMCA の活動に参加できるチャンスです。

## ☆☆ インタビュー ☆☆ 仙洞田安宏さんに聴く

\* \* \*

仙洞田安宏さん(甲府)は、2011年から7年間、区のアナウンサーを務められています。(吉田明弘)



—仙洞田さんとの出会いは、2000年にゴルフで一緒したのが最初でしたね。

「そうでした。甲府クラブの50周年記念コンペでしたね」

—甲府クラブは凄いクラブだとは聞いてはいましたが、メンバーの方と話をするのは初めてでした。6人の方が、甲府市内の出来事に通じ、地域に影響を持っておられることを感じて驚きました。

「自分ではそういうものと思っていました」

—仙洞田さんという姓は。

「ルーツはわかりませんが、山梨でも少ないです。私自身は生まれも育ちも南アルプスの麓の早川町です。祖父の代に商売で早川に行きそのまま住みついたようです。私自身は高校卒業後8年ほど東京にいた以外は山梨です」

—早川町の店に車が飛び込んで、富士五湖クラブの望月勉さんが修理に行ったら、仙洞田さんの実家だったとか。

「後から知りびっくりしました。望月さんとは東京時代、同じ会社でした。そんな関係で富士五湖クラブの設立の時、彼を誘いました」

—建築家になりたいと、子どもの頃から思っていましたか。

「中学生の時の夢は、エディターでした。家庭の事情で建築科の

ある高校へ進み、学んでいるうちに建築が面白くなりました。ワイズに入りブリテンの編集を担当するようになった時は、少年時代の夢が叶ったと思いました」

—ワイズには、建築家が多いように思いますが、建築とワイズには通ずるものがあるのでしょうか。

「あえて、こじつけて言うなら、施主のために建築を作っていますが、大いに自己満足の世界です。ワイズも世のため、人のためにやっていますが、これも自己満足なんで施主さんに自分の好みを押し付ける習性があるからではないでしょうか。私はそうではないつもりですけど」

—古い建築にもお詳しい。

「若い頃から古い建築が好きでした。東京にいた頃撮り歩いた建築の中には、取り壊されてしまったものもあり、残念です」

—写真展を開かれているし。

「10年程前、大正14年築の教会が取り壊しの危機にあった時、その教会の講堂を借りて、全国の古い教会の写真展をしました。それを見た信徒さんたちが再認識してくれて取り壊しを免れました。それがこれまでの私の最大の仕事かもしれません。その後、甲府駅北口に藤村記念館(明治8年築・重要文化財)が移築されたことから、そこで全国の愛好家仲間の協力を得て、明治以降の近代建築の写真展を毎年開いています。これまで、駅舎、郵便局、学校、役場などを取り上げました」

—「藤村式建築」って、建築家の名をとったのかと思ったら、県令(現在の県知事)の名ですね。

「明治初期に藤村紫朗(ふじむらしろう)という県令が、学校などの公共建築を擬洋風と言われる様式で奨励したことから、山梨ではそう言われています」

—木造の木組みなどにこだわりがあるとか。

「木に限らず、自然の素材が好きですね」

—YMCA やワイズは、入会前から知っていましたか。

「ワイズは知りませんでした。30代の頃、山梨Yのバザーの手伝いを一度しました。読書会仲間から頼まれ、古書売り場を担当しました。その人が山梨Yの常議員だったと知ったのは、ワイズに入ってからです」

—入会のきっかけは。

「40歳の時に、クラブの遠藤順彦さんから誘われました。当時は『日本区6000』の会員増強運動中で、甲府クラブでは毎月のように入会式がありました。1人親方の自営業では、社会との繋がりが希薄なので、人間としても成長できる良い機会と思いました」

—甲府クラブのメンバーは、県内でも知られている方が多く、重厚な雰囲気ですが、すぐなじめましたか。

「会員名簿を見せられた時は気後れがしましたが、実際お会いすると、皆さんフレンドリーですぐ馴染めました」

—以前の甲府クラブは、自分の分野をしっかりと固めて、あまり外へ出ない、自己PRをしない印象がありました。仙洞田さんが、広報をされるようになって、ずいぶん変わったように思います。

「クラブ会長をした時に、富士五湖クラブの設立運動が佳境に入って、毎月の準備例会の様を当時の“viva-y’smen”で発信しました。あの時は薫にもすがる思いでした」

—ワイズメンに対して期待することをお聞かせください。

「以前調べたら、女性会員の入会を認めたのは、ロータリーやライオンズよりワイズの方が早かったんです。ワイズはそれだけ時代を読む洞察力と柔軟性があるということです。会員の減少、高齢化といった課題にも、大胆な発想と英知で挑戦してもらいたいですね」

—ありがとうございました。

### 1) 生き生き歩行と歩数計(「正しいウォーキング」のすすめ)

引退して、毎日2千歩のウォーキングを始めた。9ヶ月経った最近では休まず毎日3~4千歩が続けられるようになった。胸ポケットのスマホで、歩数の他に歩行距離・生き生き歩行・活動量(Ex)が示され、それぞれ大きな意味のある事に気づいた。

家の周囲の散歩ではすべての歩数の80~85%が生き生き歩行だった。説明では「1分間60歩以上の速度で3分以上」が生き生き歩行で、室内歩行やバス停や駅

までの往復では、生き生き歩行は0~30%にしかない事も分かった。

更に運動量としてEx(エクササイズ)が出る。厚生省の生活習慣病予防の新指標として、METs(メッツ)とEx(エクササイズ)がある。メッツは身体活動の強度を表す単位(運動によるエネルギー消費量が安静時の何倍に当たるかを示す)で、1.0メッツは坐って安静時、3.0メッツが通常歩行時となっている(メッツ表が公表されている)。一方エクササイズは身体活動の量を表す単位(メ

ッツ×実施時間)である。3.0メッツの通常歩行を1時間行くと3.0Ex、20分では1.0Exとなる。

ウォーキングは歩数のみでなく、歩き方による運動量の差がある事が分かった。

更に最近では、認知症の予防のためウォーキングの効果に加えて、歩行中の引き算などの脳トレが推奨されて、効果も実証されている。「正しいウォーキング」によって、認知症予防と健康長寿の一石二鳥が得られるとは、高齢者にとっての朗報である。

## 西日本区大会に参加して

第20回西日本区大会が6月10日~11日の2日間 熊本県の菊池市文化会館とホテル日航熊本で開催されました。

出席者名簿によれば、総参加者734人、うち東日本区から45人。開会式と西日本区アワーは、菊池市文化会館で開催。今回のホストクラブである、熊本にしクラブの宮田茂会長の挨拶の中で、当初予定された熊本市民会館が使えず、懇親会会場まで移動に1時間かかると伺い、地震の影響が色濃く残る地で、熊本県内10のクラブの総力で準備を進めてきたという事に、開催地のご苦労を思いました。

しかし、来賓の江頭実・菊池市長からは、市の人口も減少傾向にあり、今日は市内の人口が一気に増えましたと大歓迎されました。奈良傳賞を受けられたのは、近江八幡クラブの堀江宏さんで、お話を伺いながら、今年亡くなられた堀内浩二さんの、3年前の授賞式での元気なお姿が懐かしく思い起こされました。

最後は熊本地震活動報告が上映され、大変なご努力に心打たれ



西日本区熊本大会。700人の参加者の中に東京西の10人も

ました。閉会后懇親会場へのバス移動中、いつもお世話になっております田上正さん(熊本むさし)から、車窓からの風景の説明を受け、楽しい時間でした。

懇親会は、ホテル日航熊本で、その会場の広さと、埋め尽くされたメンバーの数に圧倒されました。ワイズメンでもある大西一史熊本市長からは、地震への支援、協力また今後の復興への協力に対する感謝が述べられました。

大会、閉会后、ペンタゴン交流会があり、東京西クラブの8人で参加しました。東日本区からは最多で、皆さんに驚かれました。

全体として、メンバーに若者が多いこと、その活気に圧倒された素晴らしい大会でした。翌日、熊

本城はじめ、被災地をめぐるでしたが、その傷は深く、まだまだ復興には大変な時間と支援が必要なことがよくわかりました。

今回のクラブからの参加は、石井・大野・神谷・神谷M・篠原・高嶋・鳥越・本川・吉田でした。

(鳥越成代)

## 西サミット in 熊本

西日本区大会終了後、全国の西クラブサミット(ペンタゴン)が行われました。熊本にし・神戸西・大阪西・京都ウエスト・東京西の大会参加者合計は、部会にも匹敵する人数で盛り上がりました。サミット仲間の岩本悟・区理事、大会ホストクラブ・熊本にしクラブの活躍を喜び合いました。

(吉田明弘)

## 編集後記

大きな原稿が次々に届き、6月末には誌面がほぼ整いました。写真をお寄せ下さった方も含めてご協力に感謝します。(AY)