



富士ワイズメンズクラブは「**社会を明るくする運動富士市推進委員会**」の加盟団体です

国際会長主題	ウルリック ラウドセン	輝かそう あなたの光を
アジア太平洋地域会長主題	利根川恵子	変革のための光となろう
東日本区理事主題	山田公平	未来のために今、学びと気づきを！未来のために、自身を育み、真の喜びに出会う！
富士山部部長主題	榎本 博	NEO 富士山部
富士クラブ会長主題	吉澤廣美	心とからだ、元気で奉仕！

会長	吉澤廣美
副会長	仁藤斎浩
書記	高野 亨
会計	小澤嘉道
直前会長	菊池初彦
担当主事	金井 淳

2024年 3月 会報

3月協調月間
CS・GreenP
ワイズメネット

巻頭言

梅と桜

親睦委員長 仲澤昭夫

能登半島地震や羽田空港事件が起きるなど先行きが不安で始まった令和6年もはや3月となった。2月には日経平均株価が最高値を更新し景気が良くなり世の中が安定し出した。暖冬だと言ったのに暦の「大寒」過ぎの2月中旬に列島に大寒波が来るなんて、年寄には何とも耐えがたい仕儀となった。とは言え梅の盛りに桜が咲き誇り梅と桜が同時に観賞できるなど、長生きはしてみるものだ。伊豆の河津桜が近年春告げの話題でTVや新聞で盛んに報道されている。それが伊豆だけではなく、神奈川県松田公園、東京の何処かの桜公園、さらには梅で名高い亀戸天満宮から横十間川を南下して堅川や小名木川を越えた大横川の下流で満開だと言う。古来和歌の世界では最初に梅が一番愛でられたが（万葉集）、やがてその地位を桜が奪って（平安時代）今では桜前線などと報じられている。今年のソメイヨシノの全国一位開花は東京の3月18日だそうだ。以下は余談だが、俳句の世界では2月の季語の代表は「梅に鶯」3月は「啓蟄」「春雷」4月に「桜」となるそうだ。梅と桜が同時に観賞できる今日この頃の季語は果たして何と言うのか。私は何時も梅が長い冬の寒さに耐えて開いた花が密やかに匂う姿を見ると満開になっても賑やかではなく、どこか寂し気に見えてしまう。片や桜は陽気が良くなった所為か満開にはその華やかさが際立つ。「端

★2024年3月例会★

とき 2024年3月13日（水）18:30～
ところ ホテルグランド富士（0545-61-0360）
受付 市川文彦君
司会 増田 隆君

- | | |
|-------------------------|--------|
| 1. 開会点鐘 | 吉澤廣美会長 |
| 1. 開会の挨拶 | 高野 亨君 |
| 1. ワイズソング・ワイズの信条 | 司会 |
| 1. 東日本区理事、富士山部長、会長主題の唱和 | |
| 1. 会長挨拶 | 吉澤廣美会長 |
| 1. ゲスト・ビジターの紹介 | 吉澤廣美会長 |
| 1. 食前の感謝 | 漆畑義彦君 |
| 1. マイタイム | |
| 1. 誕生日 | |
| 1. 各委員会・書記・会計・事務局報告 | |
| 1. 出席率・スマイル・CS基金報告 | |
| 1. 閉会の辞 | 仲澤昭夫君 |
| 1. 閉会点鐘 | 吉澤廣美会長 |

例会後 役員会です

3月 Happy Birthday

該当者なし

2月例会報告

在籍会員	11名	例会出席者	8名	スマイル基金	11,000円	CS基金	0円
休会会員	名	出席率	73%	スマイル累計	158,000円	CS累計	700円
担当主事	1名	ゲスト	1名	ビジター	3名	総出席者	12名

唄」で梅は咲いたか桜はまだかいな～「軍歌梅と兵隊」で春まだ浅き戦線に梅が香る春の宵に～と唄った我々世代に、同時に咲いている様子を見事に詠いあげる名句やぴったりの歌詞の流行り歌を、歌人、詩人、シンガーソングライターの誰でもいいから創ってくれないかな。もし出来たらそれらを読んだり聴いたりしてそれを冥土の六文線銭としたいのだが。

誌上マイタイム

免疫を高める

吉澤廣美

2月例会の卓話で「長寿国、日本の食と健康」の講話を聞きました。日頃から健康には関心がありましたので有意義な時間でした。特に免疫に関する再確認も取れ、ウォーキング(有酸素運動)でマクロファージが増えるということは知っていましたので、私は免疫力アップを意識して歩いています。マクロファージは体内に病原菌やウイルスなど異物が侵入すると発見し、食べて死滅させます。最強です。また、笑いのある生活、ストレスを溜めない、体を冷やさないことなどもプラスに働くようです。逆に免疫力が減ってしまう要因は喫煙、過度の飲酒などがあるようです。結局、歩いても飲酒でプラマイゼロでは困ります。気を付けます。

飲食で免疫力アップするものにCMで盛んに流れていますプラズマ乳酸菌があります。免疫の司令塔に働きかけ、いろいろな免疫細胞を活性化させるプラズマ乳酸菌の発見は特筆すべきもので、世界初のように。日本全体も活性化されると良いですね。

2月例会報告

2月例会が高野君の司会で定刻どおり18時30分より始まりました。会長の開会点鐘に続き、仲澤君の開会の挨拶がありました。ワイズソング、ワイズの信条の唱和、東日本区理事、富士山部長、富士クラブ会長の主題の唱和と続き、本日の卓話者、小川浩一様を紹介者の小澤君が紹介しました。



「長寿国、日本の食と健康、最新のトピックスを含めて」と言う演題で卓話が始まりました。講師の小川様は福岡県の生まれで、島根県育ち。島根大学大学院農学研究科を卒業し、食品製造会

社に入社して38年間研究開発から営業等を経験して2023年9月に退職。その後「小川技術士事務所」を開設しました。多様な資格をお持ちになり、東北大学の博士号を1992年に取得しています。今回は「フレイル」について詳しく説明されました。フレイルとは、要介護状態に至る前段階で、早めの対策で健康に戻れるということで、フレイル状態に近づきつつあるメンバーは真剣に聞いていました。身近な問題なので私たちにとって大変参考になる卓話でした。尚、当日は熱海クラブより村上会長様他2名様も熱海クラブ創立60周年記念例会参加のお礼に訪問していただきました。2月例会は久しぶりに私たちの身近に迫る卓話を拝聴し、有意義な例会でした。

増田 隆



中学生サッカー大会の支援金を佐野先生に手渡す



熱海クラブのみな様、ありがとうございました

(富士クラブ2月例会・役員会出席者 吉澤・高野・岩辺・鈴木・金井・小澤・仲澤・増田)

2月役員会報告

書記 高野 亨

- ・第27回東日本区大会が2024年6月1日に北海道帯広市で行われる予定です。富士クラブの参加予定者は吉澤会長・小澤YS夫妻・仲澤YS・鈴木YS・高野の6名です。5月31日～6月2日の予定です。富士クラブより大会登録費補助金としまして¥10,000/1人が承認されました。
- ・2024年3月2日・3日に第28回富士ワイズメンズクラブ杯中学招待サッカー大会行われます。富士地区13校と他地区からの招待校9校、計22校参加で行われます。
- ・能登半島地震YMCA緊急支援募金としまして富士クラブは¥20,000を富士山部へ送金が承認されました。
- ・富士クラブ次期役員に第37期会長に仁藤ワイズ・書記は増田YS・会計は岩辺YS・A副会長に増田YSが承認されました。
- ・2024年4月21日(日)にCS事業としまして、海岸清掃を予定致します。詳細の案内は後日に連絡致します。

第 28 回富士ワイズメンズクラブ杯争奪 富士市中学生招待サッカー大会

3月2日（土）・3日（日）富士川河川敷サッカー場で「第28回富士ワイズメンズクラブ杯争奪富士市中学生招待サッカー大会」が富士市内13チーム、県内から8チームを招待して盛大に開催されました。2日間天候に恵まれ最高のコンディションの中、熱戦が繰り広げられました。

富士クラブは選手の皆さんが存分に力を発揮できるよう大会をサポートしました。この大会の準備、運営をしていただいた先生方や父母のみな様、大会関係者、そして審判の皆様にご心より感謝申し上げます。



雄大な富士山も選手たちを応援しています



開会式で挨拶する吉澤会長



優勝した富士市立岩松中に優勝旗を手渡す吉澤会長



岳陽中学校キャプテンの素晴らしい選手宣誓



優勝した富士市立岩松中学校選手とワイズメンバー

参加チーム

〈富士市内〉

吉原第一中学校 岩松中学校 鷹岡中学校
 吉原第三中・東中連合 富士・田子浦・大淵中連合
 元吉原中学校 富士川第一中学校
 吉原北中学校 吉原第二中学校
 岳陽中学校 須津中学校 富士南中学校
 FC・Fuji ジュニアユース

〈静岡県内〉

富士宮第一中学校 沼津第三中学校
 三島北中学校 藤枝中学校 焼津中学校
 焼津市立東益津中学校 藤枝 MYFC
 東海大付属静岡翔洋中学校
 裾野西中学校（インフルエンザで全校休校の為不参加）

大会結果

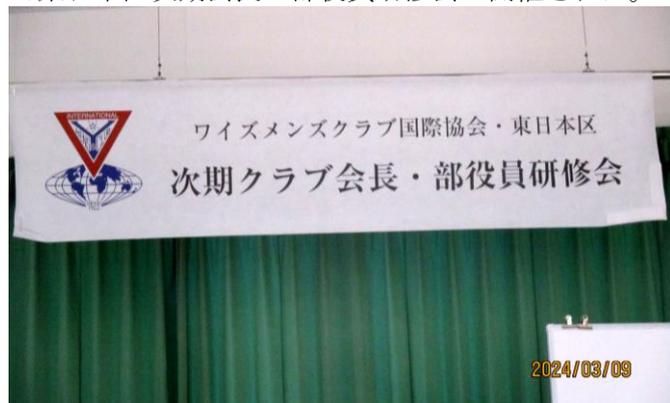
優勝 **富士市立岩松中学校**
準優勝 **焼津市立東益津中学校**
第三位 **三島市立三島北中学校**
第三位 **FC・Fuji**

（第三位は大会規定により2チームとする）

2023-2024 年度

次期会長・部役員研修会

3月9日10日、2日間にわたり御殿場東山荘において東日本区次期会長・部役員研修会が開催された。



研修内容として、プログラム1は能登半島地震とその募金活動について熊本YMCAの光永尚生総主事が避難場所とYMCAのつながりについて、熊本地震の例を挙げ、能登半島地震においても同様な支援を実施していることを説明しました。プログラム2は法人化がめざすものとして法人推進委員の大久保知宏さんがワイズメンズクラブ国際協会東日本区が、一般社団法人ワイズメンズクラブ国際協会東日本区になった経緯とそのメリット説明しました。プログラム3はアジア太平洋エリア・国際の現況を、アジア太平洋地域会長の利根川恵子さんが説明しました。プログラム4は基調講演として次期理事の山田公平さんがパワーポイントで詳細に説明しました。山田次期理事は今期に続き2期目です。



基調講演をする次期理事の山田理事

2024-2025 年度東日本区役員 (案)

常任役員

理事	山田公平	宇都宮
次期理事	山下 真	十勝
直前理事	佐藤重良	甲府 21
書記	大和田浩二	松本
会計	鈴木伊知郎	宇都宮東

事業主任

地域・Yサ	廣田光司	千葉
会員増強	進藤重光	東京
国際・交流	山本剛史郎	川越
ユース	城田教寛	東京多摩スマイル

富士山YMCAだより

富士山 YMCA 金井 淳

富士山 YMCA では毎年3月初旬に横浜 YMCA の新入職員研修を2泊3日で行っております。YMCA の組織理解やマナー講習などの社会人として必要な研修、共に働く仲間たちとのチームビルディング、キリスト教主義団体の職員としてキリスト教理解を兼ねた富士宮教会への訪問などを行います。私も横浜 YMCA に入職する10年前に、富士山 YMCA で研修を受けたことを思い出します。これからも富士ワイズメンズクラブ・富士山 YMCA のみならず、全国のワイズメンズクラブと YMCA が共に力を合わせ、青少年育成(「ユース・エンパワーメント」)などワイズメンズクラブ・YMCA の願いを実現していければと思います。



特定非営利活動法人 静岡 YMCA 報告

NPO 法人静岡 YMCA 創立50周年記念

プログラム

2024年4月28日(日)みしまプラザホテル

受付 12:30~

第一部 記念コンサート

第二部 創立50周年記念式典

第三部 創立50周年記念式典祝賀会

富士クラブ これからの予定

2024年

3月13日(水)富士クラブ3月例会・役員会

4月10日(水)富士クラブ4月例会・役員会

4月21日(日)海岸清掃

4月28日(日)静岡 YMCA 創立 50 周年記念式典

5月8日(水)富士クラブ5月例会・役員会