



# 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)3 20 2-03 4 2

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

- 国際会長主題 「輝かそう、あなたの光を」
- アジア会長主題 「変革のための光となろう」
- 東日本区理事主題 「未来のために今、学びと気づきを！  
未来のために自信を育み、真の喜びに出会う！」
- あずさ部部長主題 「良い結果をもたらす心の安定と考える力を」
- 東京西クラブ会長主題 「無理をしないで歩く 希望の光に向かって」

### 2024年3月号

NO 570

わたしは地上から上げられるとき、すべての人を自分のところへ引き寄せよう。

ヨハネによる福音書12章32節

## 第2回あずさ部桑都評議会報告

篠原 文恵

2月10日、高尾わくわくビレッジで第2回あずさ部桑都評議会が開かれました。評議会のネーミングはいつも特色のある言葉で表現されますが、今回の「桑都」も西行法師の和歌にちなみ平安の時代から桑の都と呼ばれていた由来と知りました。

第1号議案で次期部長以下書記・会計・各事業主査などが承認され、第2号議案では松本・富士五湖・甲府21クラブから出されているCS・Yサ事業助成についても承認されました。

第3号議案は当クラブが輪番制の次々期部長辞退を願い出たので、継続審議を条件に東京武蔵野多摩クラブが引き受けて承認されました。当クラブは高齢化、体調不良のメンバーが殆どで、クラブ活動が満足に運営出来ず、あずさ部の皆様には大変申し訳ないことと思っています。

閉会式の後、7つのグループに

分かれ、最大の問題である「あずさ部長選出についての話し合い」が行われました。結果報告では、部長選出の現在の公平性を保ちながら、工夫して別のシステムも加える。エリアを4つほどに分け輪番制を残してはどうか。区、部の組織をシンプルにして役員（部長等）の負担感をなくす。部長の仕事量（負担）を減らす。クラブ訪問はまとめ訪問などを考える。3部長と全会長で相談して決めることによいのではないか。そのことを部則施行細則に盛り込む。また、役員任期の規定に再任を妨げない旨を追記してはどうか。クラブ合同で対応（松本と長野など）。評議会の回数を検討、部大会、評議会1回でよいのでは…等々の意見を拝聴しました。

写真撮影の後にはホールで懇親会、ここでも親睦の輪は広がっていきました。

## －3月WHOウォーキングー 深川・門前仲町・越中島公園

期日：3月23日（第4土曜日）

コース：都営地下鉄東西線・門前仲町駅1番出口→富岡八幡宮（正面参道一本殿一横綱力士碑一弁天池一東参道一正面参道）→巴橋→東富橋→小津安二郎コーナー→古石場川親水公園→牡丹町公園→越中島公園（昼食）→越中島連絡橋→越中島橋→臨海公園（黒船橋手前）

集合・出発：東西線・門前仲町駅1番出口地上 10:00

受付：初回の方は、必ず住所を書いて下さい。

解散：14:00頃

「臨海公園」（黒船橋手前）

携行品：名札、マスク、弁当、飲料、雨具、敷物

参加費：300円。初参加の方は、名札代200円。

（名札は必ず着用して下さい）

### クラブ役員

- 会長 本川 悦子
- 副会長 神谷 幸男
- 書記 村野 絢子
- 会計 篠原 文恵
- 担当主事 横山 弥利

2月の記録		ニコニコ	5,876円
在籍者数 11人 (内功労会員) 1人	メ ネット 0人	クラブファンド	0円
出席者数 10人	コ メ ッ ト ー人	ファンド残高	114,715円
メーカーキャップ 0人	ビ ジ タ ー 2人	ホテ校ファンド	3,500円
出席率 100%	ゲ ス ト 0人	ホテ校残高	43,386円
	出席者合計 12人	WHO参加者	41人

## 3月合同例会のご案内

強調テーマ：CS・Green P  
ワイズメネット

司会 三浦 功雄

今月は、長く続いた東京世田谷クラブとの合同例会です。卓話者に、子どもと貧困のテーマに対して子どもたちのサンタになって下さいと声を上げた鈴木佑輔さんを迎えます。

社会活動家としてあるいは政治家になって、課題に取り組もうとする 勇気ある若者の情熱を聞き取り応援したいと思います。

日時：3月15日（金）19：00～21：00

会場：YMCA山手センター 201号室

（新宿区西早稲田 2-18-12 TEL 03-3202-0321）

## HAPPY BIRTHDAY

18日 渡邊 実帆 21日 吉田 明弘

30日 小原 武夫 31日 大野 貞次

結婚記念日 2日 小原武夫 夫妻

26日 寺門文雄 夫妻

開会点鐘 東京世田谷・小川圭一会長  
ワイズソングと信条 ー 同  
ゲスト、ビジター紹介

東京世田谷・小川圭一会長

東京西・本川悦子会長

今月の聖句朗読 東京世田谷・松井 直樹  
会食と歓談 ー 同

卓話 子どもたちのサンタになって下さい

鈴木祐輔さん

ハッピー・バースデー 会 長

ニコニコ献金 ー 同

ワイズ報告 会 長

YMCA 報告 担当 主事

閉会点鐘 東京西・本川悦子会長

## —2月事務会報告—

日時：2月22日（木）

16時30分～18時00分

会場：阿佐谷地域区民センター  
第8集会室出席者：大野、神谷、河原崎、  
篠原、本川、村野

&lt;報告事項&gt;

①会計報告：

別紙報告書で承認された。

②2月10日（土）

第2回あずさ部評議会が高尾の森わくわくビレッジで行われた。ホストは東京八王子クラブ。当クラブの出席者：神谷、篠原、本川。

③東京西クラブ次々期あずさ部長辞退の議案は承認された。

④次々期東日本区理事候補（十勝クラブ・山下真さん）に賛成投票した。

&lt;協議事項&gt;＝例会以外＝

①当クラブが担当する来年の在京会長会と新年会の実行委員長を神谷さん、事務会に出席の全メンバーが協力することになり、当日欠席のクラブメンバーにも後日要請する。

神谷さんから、会のイメージを

## 卓話者紹介

鈴木 佑輔(すずき・ゆうすけ)さん

1980年生まれ。上智大学経済学部卒。JA全農勤務後、社会福祉法人世田谷ボランティア協会へ。東日本大震災の専門ボランティア派遣のコーディネーターや相談事業に携わる。近隣トラブルの相談を機に米・英でメディエーションを学び2018年に東京メディエーションセンターを設立し、近隣トラブルや家庭内不和のサポートに取り組んでいる。

第1子の時に育児休暇を1年間取得してイギリスに滞在。子育て支援コーディネーター(世田谷区)、スクールソーシャルワーカー(板橋区)、青少年交流センターのユースワーカー(世田谷区)に従事。コロナの際、経済的困窮家庭の支援をする中、仲間たちとサンタクロースプロジェクトに取り組み始める。

考えてほしいとの申し出があり、会場・新年会の内容等を話し合った。

&lt;協議事項&gt;＝例会関係＝

①3月の世田谷クラブとの合同例会は世田谷クラブが担当。会場は、YMCA山手センター。

③4月、5月の例会卓話者は未定。

&lt;その他&gt;

①第3回評議会 5月11日  
ホスト・東京サンライズクラブ②東日本区大会 6月1～2日  
ホスト・北海道部

## ひと月遅れのかるた大会



2月TOF例会ではおにぎりを頂きながら、深尾先生の卓話を聴き、濃茶・薄茶を喫したあと、村野さん持参の百人一首でかるた大会。

(書記・村野 絢子)



## — 2月例会報告 —

### お茶会と手書きかるたで

早めの「春一番」が吹き荒れた2月15日、東京西クラブのTOF例会が阿佐谷地区区民センターで行われました。

東京多摩スマイリングクラブの深尾香子さんをお迎えして「茶道の神髄」と題して江戸千家茶道とお茶会のお話を伺いました。当クラブメンバー全員出席で、ビジターに東京たんぼぼクラブの小原史奈子さんがご出席下さいました。

お茶会には和室が用意されましたが、高齢者クラブのため正座できる会員が少なく、座椅子3脚、座布団を3枚重ねて腰掛ける等々、深尾先生の暖かいお人柄に甘え

区民センターに和室と水屋があるのを知り、お茶会を計画。正座ができないメンバーが多く、無作法を許していただいて自由な座り方で楽しい例会でした。後半は毛氈を広げてかるた取り、懐かしいひとときでした。熱戦の様子はP2の下段に。

さり、かるたを緋毛氈の上に並べて、遅まきのかるた会を楽しみました。手書きのかるたは、まさに芸術品でした。

深尾先生の魅力と裏方の役目を担って下さったお当番のお力により素晴らしいお茶会となりました。(石井元子)

出席者：石井、大野、神谷、河原崎、篠原、高嶋、本川、村野、吉田、横山、<ビジター>深尾(東京多摩スマイリング・卓話)、小原史奈子(東京たんぼぼ)

て気楽な雰囲気になりました。その上、TOF 例会のおにぎりを食べながらお話を伺い、食後、和菓子とお濃茶、お薄をゆっくり味わいました。

卓話は茶道とは何？ に始まり、お茶会を開くための準備段階から、お客様をお迎えし、一汁三菜のお食事、お菓子、濃茶、薄茶と進み、お客様をお送りするまでを分かり易くお話し下さいました。卓話の中で印象に残った1行は、茶道とは最低限の道具や所作で、最善の安心と安全を得る生き残りの業(わざ)とのこと、奥行きが深すぎて良く理解するには、知識や学びが必要だと思いました。

会の最後に村野さんがお友達の手書かれた百人一首をお持ち下

### 手書きかるたの由来

友人が百人一首を描き始めたのは、息子さんが「有隣堂でこんなものを見つけた」と10枚ほどの色紙を買ってきたのが始まりで、これは百人一首の大きさだと思って書き出したのが始まりだという事です。絵札には精緻な人物が描かれ、なんと27組作ったそうです。今は目が悪く、細かい模様など描けないので、貝殻に金泥を塗ってお内裏様とお雛様を描いたり、他に様々な物に可愛いお雛様を描いているそうです。(村野絢子)

## — 2月WHO報告 —

### 下町・戦災慰霊碑めぐり

金曜日と日曜日は氷雨が降る寒い日でしたが、WHO 実施の2月24日土曜日は、青い空と温かい日差しに恵まれました。JR 錦糸町駅に41人の参加者が集まり、墨田区の戦災慰霊碑巡りを始めました。

今年で79年目になる1945年3月10日未明に、アメリカ軍のB29戦略爆撃機大編隊による焼夷弾の絨毯爆撃を受け、下町地区に多大な犠牲者が出ました。錦糸町駅の南側にある「江東寺」、駅の北側に広がる「錦糸公園」には13千人余りを仮埋葬した土の祠が連なっていたそうです。蔵前通りを両国の方に進み、太田道灌ゆかりの「法恩寺」、28人の交換手が

犠牲になった「旧墨田電話局」、勝海舟ゆかりの「能勢妙見山別院」の各慰霊碑を参拝しました。

近く「大横川親水公園」で昼食をとり、北斎通りに入り、相撲の神様を祀る「野見宿禰神社」、隣の「すみだ北斎美術館」前の公園で休憩し、最後の慰霊の場である横網町公園内にある「東京都慰霊堂」「復興記念館」に赴きました。慰霊堂と記念館は100年前に発生した関東大震災慰霊の施設ですが、40年後に起きた惨事も記録・身元不明者の遺骨安置、慰霊をしています。

午後2時頃解散し大江戸線利用者と別れ、大半は途中の「安田庭園」を散策し国技館前を通りJR両国駅に向かいました。

ワイズ関係参加者は石井・篠原



法恩寺の山門前で記念撮影、真後ろにスカイツリー。当日どこからもスカイツリーが見えました

(東京西)、中澤・藤江(東京たんぼぼ)、樋口(東京グリーン)、関(元広域石巻) (WHO事務局)

## 気分転換は料理⑫

## 毎日の献立

村野絢子

「今日の献立、何にする？」とよく聞かれます。私は自分の家のストック（冷蔵庫の中の肉魚類）と、最近の献立を思い出し、今日食べたいメニューを決めます。

黙っていると、夫が白米と玄米半々で炊飯器の予約スイッチを入れてしまう。スパゲッティ（うどん・そば・ラーメンなど麺類…）にしたい日は早く伝えておく。

ミートソースなら残りのひき肉をお弁当の卵焼きに入れる。甘辛にすれば炒飯などにも使える。それに蒸し鶏サラダか、冷凍エビ、スモークサーモンを乗せた海

鮮サラダにしようとする。テーブルに乗せた色取りと味のバランスを考える。

ちらし寿司にするなら白米と魚料理とほうれん草などの胡麻和えかな？ ワイルドライスを食べたい日は肉類のシチューとサワーキャベツのサラダかな？ と決めていく。

家に常備しているのは、主食の白米・玄米・16 穀ご飯に入れる物・黒米・もち米・麦・ワイルドライス・おもち・パスタ類・乾麺のうどん、そば。

肉類はベーコン・冷凍も含め牛肉・豚肉・鶏肉、魚類は冷凍スモークサーモン・海鮮ミックス・塩サバ・むきあさり。

野菜類は、たまねぎ・キャベツ・レタス・白菜・葱・大根・人参・牛蒡・ブロッコリー・じゃが

いも。

その他、卵 2 ケース・チーズ・豆腐・油あげ・納豆・ザーサイ・キムチ・塩昆布・粉類、加えて、バター・醤油・味噌・酢等の調味料、オイル・スパイス、なんと沢山の食品が台所に詰まっていることか。

主婦の頭の中は常にパズルで一杯なのだ。その日の天気のように、気分に合わせて正解はいくつもある。楽しもう。



## YMCA Today

■新 2 年生の就職戦線スタート！ホテル学校では本格的な就職活動対策セミナーと学内企業説明会が始まり、2 月だけで約 60 社のホテルの説明会が行われました。

コロナ禍からの脱却、円高の影響もありインバウンド客が急増し、ホテル業界は人手不足。それを補う新卒採用は売手市場となり、給与水準や福利厚生は改善傾向です。新規開業ホテルもあり魅力的なホテルが多く、学生は企業研究に奔走中で、志望動機や自己 PR など自己分析の相談も急増中です。しっかりと希望就職が果たせるよう、ミスマッチがないようスタッフ一同しっかりサポートしていきます。

■輪島市町野町避難所運営をサポート！輪島市より要請を受け、能登半島地震の復興支援として、東京 YMCA は 1 月 25 日より輪島市町野町にある避難所（町野小学校・東陽中学校）の運営サポートを行っています。常駐スタッフ 1 人の他、約 1 週間交替でスタッフ 2 人ずつを派遣し、避難所の受付

業務をはじめ、被災者の避難所生活をサポートする様々な業務にあたっています。当初 2 月末までの予定でしたが、再要請を受け 3 月末まで延長することになりました。

■「能登半島地震緊急支援募金 6,528,388 円」これまで都内の各地域で 8 回の街頭募金を実施され計 830,935 円が集まった他、2 月 20 日現在までに多くの募金が寄せられています。募金を用いて電子レンジ、電気ポット、トースター、掃除機、清掃用品、スリッパ、下着などの支援物資を避難所に届けた他、募金は全国の YMCA が協力して展開する支援活動のために引き続き用いていきます。

■会員部主催「ソシアスフォーラム 2023」が佐渡加奈子氏（認定 NPO 法人カタリバ アダチベース拠点責任者／東京 YMCA 評議員）を講師に、2 月 17 日に開催され 100 人を越える参加がありました。

担当主事 横山弥利

## 編集後記

このところ、WHO の計画・実行は樋口順英さん（東京グリーン）、関喜一郎さん（元広域石巻）のお二人が協力して下さっている。最初に始めた吉田明弘さんとの友情は厚く、隔月で担当を決め毎月 40 数人の参加者を集める。

高齢者がほとんどで、トイレ休憩も十分にとり、スローペースで歩くので訪問個所は以前より減ってしまったが、フレイルを恐れる年代の参加者たちには待ち遠しい行事だろう。

当クラブは以前からブリテン発行のために総力体制で動いている。編集は 3 人が交代制、印刷は大野さん、宛名印刷は本川さん、発送は石井さん、村野さんのエッセイは軽やかで楽しい。

例会では神谷さんが写真を撮り、体力的には若い世代に劣るが、毎月できる限り卓話者をお呼びして研鑽の機会を得たいと思っています。（F.S）

