



- 国際会長主題 「より良い世界のために、共に」
- アジア会長主題 「大きなインパクトを起こそう」
- 東日本区理事主題 「ワイズの方向性を見極める」
- 「ユースエンパワーメントをYMCAと共に」
- あずさ部部長主題 「未来のために行動しよう」
- 東京西クラブ会長主題 「居心地の良いワイズライフを楽しもう」

2025年3月号

NO 582

愛は忍耐強い。愛は情け深い。ねたまない。愛は自慢せず高ぶらない。礼を失せず、自分の利益を求めず、いらだたず、恨みを抱かない。不義を喜ばず、真実を喜ぶ。すべてを忍び、すべてを信じ、すべてを望み、すべてに耐える。 コリントの信徒への手紙 13章4節～7節

私のYMCAとワイズメンズクラブの歩み

村野 繁

大学時代から現在までの変遷

大学生時代、私は学Yに参加していました。大学は慶応義塾大学工学部です。当時校舎はGHQに取られて使えなかったため、小金井の墓地に隣接した横河電機工場を改装して教室に使っていました。学Yの集まりは日吉のチャペルが会場でしたので、そこに通いました。この時期に形成された人間関係や活動経験は、私のその後の人生に大きな影響を与えました。

大学を卒業した後、私は東芝に就職しましたが、地方の工場に転勤しました。地方工場では多くの経験を積み、職場でのコミュニケーションや技術を学びました。

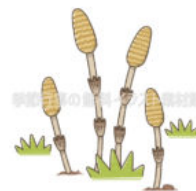
その後、東京に戻った際に、ワイズメンズクラブに入会したいという気持ちが芽生えました。そこで、教会の先輩にワイズメンズ

クラブのメンバーがいましたので、入会を頼みました。先輩は東京山手クラブに所属していましたが、新しく目黒にクラブを作る計画があり、それに参加するよう誘われました。こうして、私は東京目黒クラブに入会することになりました。

目黒クラブは活動の中で会場を移動していました。その後、目黒クラブは東京世田谷クラブへと名前を変え、2023年まで活動を続けました。しかし、残念ながら東京世田谷クラブは閉会することになりました。

東京世田谷クラブが閉会した後、私は妻の絢子が所属していた東京西クラブに转会することにしました。新しいクラブでの活動を通じて、これからも多くの人々と交流し、成長していきたいと思っています。

これまでの道のりは決して平坦ではなく、多くの挑戦と変化がありました。それら全てが私を成長させてくれる貴重な経験となりました。これからも、ワイズメンズクラブを通じて地域社会に貢献していきたいと思っております。



クラブ役員

- 会長 神谷 幸男
- 副会長 本川 悦子
- 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

在籍者数	12人	武蔵野多摩	4人	ニコニコ	0円
(内功労会員)	1人	たんぼぼ	3人	クラブファンド	0円
出席者数	9人	ビジター	5人	ファンド残高	44,715円
メーキャップ	0人	ゲスト	1人	ホテ校ファンド	6,081円
出席率	91%	出席者合計	22人	ホテ校残高	32,795円

3月合同例会のご案内

強調テーマ：CS ワイズメネット

今月は、3クラブ合同例会のお仲間・東京たんぽぽクラブさんが毎年3月に恒例としている「たんぽぽ寄席」にお邪魔します。切れの良い江戸っ子の噺をお楽しみに！

日時：3月13日(木) 18:30~20:30

会場：東京YMCA山手センター 303号室

会費：1,500円

HAPPY BIRTHDAY

15日 小原史奈子 21日 吉田 明弘
28日 山口 直樹 31日 大野 貞次

受付 藤江、篠原、山口
司会 服部 節子

開会点鐘及び挨拶

東京たんぽぽ会長 小原史奈子

ワイズソング、モットー、

聖書朗読

ゲスト・ビジター紹介

食前の感謝と黙祷

会食

一 同

司 会 者

各 会 長

司 会 者

「たんぽぽ寄席」

三代目 橘ノ百圓さん

各 担 当

連絡・報告

お誕生お祝い・ニコニコ

閉会点鐘

東京西クラブ会長 神谷幸男

—2月事務会報告—

日時：2月20日(木)16:30~17:55

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、村野繁

<報告事項>

◎2月例会報告

2月13日(木)18:30~20:30

に東京 YMCA 山手センターに

おいてメインプログラム、卓話

「心を軽くする脳の動かし方」山

口和彦氏(東京町田クラブ)に

て開催された。

出席者：23人、内当クラブメン

バー9人、ビジター1人

◎2月度会計報告(2/20現在)…

承認

<協議事項>

議事①. 4月例会企画の件

卓話者に本川さんの友人を招

き、「イギリス留生活あれこれ」

を語っていただく。…承認

議事②. 「W4&W(Week for

Waste、ゴミ・廃棄物の週)」

参加可否について…行わないこ

とに決定

議事③ 「東京 YMCA、外国にル

ーツのある子どもたちへのクラ

ウドファンディング」

参加可否について…行わないこ

とに決定

議事④ 2025 年在京ワイズ新年

会会計剰余金処分の件…第 31

回アジア太平洋地域大会募金に

応じ、全額寄付することに決定

議事⑤ 山田利三郎さん退会の件

…ご本人から申し出により承認

(書記代理：神谷幸男)

今後の行事予定

◇1. 第28回東日本区大会

日時：2025年6月7日(土)

会場：ライトキューブ宇都宮

(JR 宇都宮駅直結)

大会テーマ：ユース・エンパワ

ーメントの実現、Y's×SDGs

Youth Action

登録費：18,000円

◇2. 第31回アジア太平洋地域大

会

日時：2025年8月1日~3日

会場：熊本市・熊本城ホール

登録費：45,000円

◇3. 西連合IBC・DBC 大交流会

詳細未定

◇4. 「吉田明弘さんを囲む集い」

日時：2025年3月29日(土)

10:00~12:00

会場：「テラスヴェルテ」

三鷹市北口松屋ビル 2F

会費：1,000円

卓話者紹介

三代目 橘ノ百圓さん

全日本社会人落語協会前会長。

百圓さんは大学に入学して落語研究会に入会、三遊亭扇馬氏に師事研鑽を積み実力を付け、素人でありながら橘ノ百圓を拝命されました。とても珍しい事です。

ご本人は材木商の家業を継ぐ為、プロになるのを断念されました。全国から集まる全日本社会人落語会の大会に何度も優勝なさっています。



会計からのお願い

後期分の会費を例会に持参か、振込でお願い致します。

振込先

みずほ銀行方南町支店

普通口座 8027928

東京西ワイズメンズクラブ

東京グリーンクラブ TOF例会を訪問して

2月19日水曜日に東京グリーンクラブの例会を訪問しました。2月も半ばを過ぎましたが、とても寒い日でした。

卓話はメンバーの西澤紘一さんが育った近江八幡市で活躍された「W・メレル・ヴオーリズ氏」のお話でした。

W・メレル・ヴオーリズは1941年に日本に帰化して一柳米来留と名乗り、建築、事業などいろいろな分野で活躍しました。事業では誰でもが知っているメンソレータムを製造、販売をしました。社会事業にも尽力して、日本を愛しYMCAとも関わりました。

西澤氏の温かい話しぶりを聞いて、外の寒さを忘れてしまいました。(本川悦子)



山口和彦さんをお迎えしての2月例会はピンクシャツデーなので、男性陣はネクタイやピンクリボンで参加しました

脳科学とストレスの関係 —2月合同例会報告—

2月合同例会は東京武蔵野多摩クラブの担当、いつものホテル学校教室にて2月13日(木)18時30分から開かれました。

19時からのZOOM参加の方に配慮して、TOF例会ということもあり、サンドイッチをつまみながらお喋りをしました。

卓話の山口和彦さんは、東大理学部在学中に目黒YMCAでのリーダー、こどもの広場、東大病院医療と教育を考える会でボランティア活動に参加、米パデュー大学に留学後、国立生理学研究所、杏林大、理化学研究所に勤務され、退職後は国立精神神経センターで客員ボランティア研究員をなさっています。

卓話は「心を軽くする脳の動かし方」というテーマに多大な興味はあるが難しそうという思いでお話を伺うことになりました。

ところが最初に取り出されたのはなんと魚の入った発砲スチロールの箱、魚の脳を切り開いての実験授業のような始まりでした。魚なら私たちも脳内を抵抗なく観察できます。難しいことを易しく説明される巧みに、まずは脳内がリラックス状態になったところで「講義」が始まりました。

ヒト脳の発生、なぜ化学物質

は“こころ”に影響を与えるのか、というところまで進むとアドレナリン、セロトニン、ドーパミンなどの聞きなれた単語が出てきて、いよいよアルツハイマー病の経過から、ストレスが認知症に関連があることを学びました。

沢山の内容を書ききれないので、述べられた14のリスクのみを書き出してみます。

①教育水準の低さ、②頭部外傷、③運動不足、④喫煙、⑤過度のアルコール摂取、⑥高血圧、⑦肥満、⑧糖尿病、⑨難聴、⑩うつ病、⑪社会的接触の少なさ、⑫大気汚染、⑬視力低下、⑭高コレステロール…危険因子は少々ありますが、努力できることはこれからでも頑張れるような気になりました。山口先生、有難うございました。

その後は質問などがあり、例会プログラムのあと記念撮影し、閉会となりました。(篠原文恵)

出席者：<メンバー>中村・宮内・山口・渡辺(東京武蔵野多摩)、小原・服部・藤江(東京たんぽぽ)、石井・大野・神谷・河原崎・篠原・本川・村野・横山・吉田(東京西)、<ビジター>山口和彦(東京町田コスモス)、並木真(東京八王子)、小仁(東京グリーン)、波々壁、<ZOOM参加>花輪・山本(東京八王子)

お雛様



上は本川家のお雛様と年代物の箆笥

3月3日はももの節句、ひな祭りです。わが家のお雛様は私と同年、77歳です。

飾るのが大変になってきたし、お人形も飾られるたびにあちこちが壊れてしまうので、今年は出すのを止めるつもりでいたところ、いところから雛飾りの写真が送られてきました。やはりボロでも飾ることにしました。

私の家は犬1匹、猫2匹がいます。猫は棚の上へ上がってお人形をはたきおとし、それを犬が下でキャッチして破壊します。これの攻防をしなくてはなりません。知恵比べです。

それでもお雛様は嬉しそうな顔をしているように見えました。

(本川悦子)

日々の中から 転んで感謝

村野絢子

2月22日、和泉教会で、～世界の平和を願って～コンサートを行った。教会員の所属する2グループ：フロス・フロールムとアンサンブル・クーブランの皆さんによって、中世ヨーロッパの宗教曲が歌と古楽器で演奏された。古楽器はゴシック・ハーブ、中世フィドル、オルガネット、アーチリュート、ヴィオラ・ダ・ガンバと珍しい楽器であった。

1部は12～15世紀の曲が演奏され、私が歌えるのは、キリエエレイソン（主よ憐みたまえ）の1曲のみだった。2部は17世紀バロック時代の宗教曲で、プログラムにはクーブラン、シャルバンティエなど聞き覚えのある作曲家の名前があった。普段聴けない中

世の音楽で、ゆったりした時を過ごした。

その日、H牧師はいつも礼拝時にお召しの黒いガウン（長老派での決まり）を脱ぎ、えっ！間違えたかと思える真っ白のウェディングドレス（上着前面にキラキラした飾り）姿で、演奏者の前で、コンサートを聴きにいらした会衆に挨拶をされた。

演奏者の女性は抑えた色のロングドレス、会衆は普段着の中で教会のスタッフは違和感を覚えた。コンサートが終了後、I君が「先生、今日は派手ですね」と声をかけると「いつも黒ばかりだから、こんな時しか着られないでしょ」との返事。びっくりした私は参加していなかった友人にもコンサートのことでなく服装のことを伝えた。

その2日後、隣家の石段でストックが滑って転び左半身の背中

と頭を打った。痛くて起き上がれない。2人がかりで起こしてもらって立ってしまえば1人で歩けた。ストックで家に着いた。夫にタクシーを呼んでもらい、休日なので親切な運転手さんに捜して貰って富士見ヶ丘のクリニックに行った。出血無し・吐き気無し・熱もなし・大きなおにぎりサイズのたんこぶがあるだけで痛みも大して無い。

念のためと、翌日、久我山のクリニックでCTを撮るよう指示された。そこでも頭蓋骨の中にこぶの中の血は吸収されて小さくなっており大事には至らなかった。「83歳の脳の萎縮はあまり見られない」と先生の言葉に気を良くして帰宅した。

イースターも近い、ゴルゴダのイエスに感謝して静かに過ごそう。私の言動をも見ていて下さる神様のご注意と許しであった。

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ました。2月だけで70社超のホテルが来校し企業説明会が行われました。国内旅行の回復に加えインバウンド客の急増などもあり、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、奔走中の学生からは企業研究の相談はもちろん、志望動機や自己PRなどの自己分析の相談も急増中です。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。

■「全体職員研修会」が2月11日に開催され、231人の職員が参加しました。元杉並YMCAのリーダーだった講師の佐渡加奈子氏（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）より「経験を力に

～子どもたちの今を知る」と題して、ご自身のYMCAでの原体験や現在の働き等について講演をいただきました。後半は事業部を越えて40のグループに分かれ、意見交換を行いました。

■会員部主催「ソシアスフォーラム2024」が2月1日に山手センターで開催。会員、職員、学生、ボランティアなど83人（内30人はオンライン）が参加しました。前半は、是常景子氏（東京YWCA青少年育成事業部）と江尻明子氏（東京YMCA多文化共生スペース▽）から、日本社会で生きる外国にルーツのある子どもたちの置かれた現状や、それぞれの団体の取組について講演がありました。また、外国にルーツのある子どもたちを支援するためのクラウドファンディングも開始しています。後半は、社会体育・保育専門学校、および国際ホテル専門学校の学生から、能登半島地震と豪雨の被災地支援ボランティアについて報告がありました。

担当主事 横山弥利

編集後記

2月の卓話は脳科学、「“こころ”は脳の働きによって生じる、脳の中にはコンピューターのように神経細胞でできた回路網が詰まっていて、約0.1ボルト、約1000分の1秒の電気パルス信号が回路を飛び交う」…音を脳に伝えるのも電気パルスとは聞き知っていても、やはり素人にはとても難しい内容です。

でも、ワイズに属しているお蔭で毎月の卓話を聴く機会があり、新しい知識・経験が向こうからやってくる、これは立派な認知症対策になるかと思います。

村野絢子さんの転倒も他人事ではありません。高齢者は転倒による骨折が元で寝たきりになり、認知症リスクも高まるとは耳タコの話です。

やっとな春の訪れを実感できる季節になりました。足元に気を付けて運動をして、楽しい会話をしていきたいものです。今月も記事を下さった方に感謝いたします。

(F.S)