



THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKOROZAWA

2025年12月 通巻 432号

今月のテーマ キリスト教理解・IBC



会長	小林 勉	クラブ会長主題 「人、出会い、交流」
副会長	岡部八千代	国際会長 A・シヤナヴァスカーン (インド) 「より良い世界のために、共に」
	澁谷弘祐	アジア太平洋会長 ジョウン・ウォン (香港) 「大きなインパクトを起こそう」
書記	宮地輝子	東日本区理事 山下 真 (十勝) 「ワイズらしさ再発見」
会計	金本伸二郎	関東東部部長 鈴木雅博 (江東) 「CHANGE (変革) 若者から発信！」

今月の聖句

「いと高き所には栄光、神にあれ
地には平和、御心に適う人にあれ。」

ルカによる福音書2章14節

12月 クリスマス例会

日時：令和7年12月13日(土)

18:30~20:30

会場：子育て子育てセンター

- ・会費 大人1,000円(18歳以上の方)
子ども 500円(小学生~高校生)の
ご協力をお願いいたします。
- ・クリスマスプレゼント
(1,000円前後)のご用意をお願いします。
第2部の祝会でプレゼント交換を予定して
います。
- ・お子様(18歳未満)と一緒に参加される方は、
12月5日(金)までにお知らせください
(プレゼントを用意いたします)。
- ・祝会での飲み物、食べ物の準備は、YMCAで準備
しますが、差し入れ、大歓迎です。!

参加・不参加をクラブLINEで
12/7(日)までにお知らせください。

整体の選び方

柿原正義

私は現在整体院をやっています。良い機会ですので整体は、痛みの出ない身体作りが基本となります。私がやっているのはカイロプラクティックです。最近ではボキとかバキとかが一人歩きしていますが本来は神経・骨格にアプローチをかけるのがカイロプラクティックです。決してボキボキバキバキするのがカイロプラクティックではありません。これが前提にはなります。他にもいろいろな手技はあるとは思いますが・・・

昔から整体は私が整体の学校に通っている時から治療系と癒し系に分かれるって言われていました。ご存知の通り整体は医療ではありません。またマッサージでもありません。何でこんな事を言うかと言えばよくうちにも揉みほぐして欲しいとか肩が凝っているなんて言う人がいますが、うちに来るよりもリラクゼーションの方が向いていると思うんですよね。私はリラクゼーションではないので押圧に関してはリラクゼーションの方にはかえません。痛みを抱えている方、腰痛や反り腰・ストレートネックや痺れを専門に扱っています。流れとしては肩こりで来られても悪い所を探してコリをほぐすのではなく骨格の歪みを調整して痛みの出ない身体へと導くそんな感じです。自宅で出来るエクササイズ(ストレッチ等)を提唱したりもします。以前聞いた話ですが整体にはツボを押す整体もあります。どういう事をするのかと聞いたら鍼はツボに鍼を入れるじゃないですか、角度を変えてツボを押すらしいです。これも整体ですよね。個々が整体を選ぶ時HP等を良く見て失敗しない整体を選ぶ事を推奨します。来られる方も失敗したって思わないように、まずは色々調べてから通われる事をお勧めします。

11月3日はまさにチャリティーラン日和。

航空公園に、やる気満々の所沢クラブのメンバーが集まりました。とはいえ、走者として出場したのは、澁谷コメットのすみれ君(3歳)と休会中の坂本さん以外は、ボランティア走者の太田父子とプール会員の大野さん。みなさんの力をお借りしての出場でした。去年は全部走り切ったすみれ君でしたが、眠かったせいか、途中からパパが代走でした。



15チーム中、所沢チームはなんと第9位！30分14秒！何しろ太田父子の走りの速いこと！

去年は“びりの49分46秒”だったことを思えば、大健闘です。

自称“幽霊会員”の小野塚市長もお越しくださり、来賓あいさつに続いてスターターの大役を務めてくださいました。

そして、わたしたちのチームは見事「市長賞」を受賞！（…村度ではないですよ？）

皆さんからお寄せいただいた寄付金は、合計895,641円(11月4日現在)となりました。

ワイズメンズクラブやYMCAの皆さんに、お茶や羊羹、YMCAクッキーをご購入いただいたおかげで、所沢クラブから2チームも出場することができました。ケガ無く楽しく過ごせたことに感謝して。

走者10人：坂本、澁谷すみれ(澁谷弘祐)、太田武、太田陽介、大野ゆかり、所沢ワイズメンズクラブ第2走者ボランティア5人

応援隊8人：隊長太田総主事、小林会長、澁谷副会長、小野塚市長、宮地書記、上山、大澤、佐藤ミキさん(小林さんの友人)

YMCA フェスティバル 報告 岡部八千代

11月23日(日)YMCAセンターにてフェスティバルが開催された。事前に大澤さんが準備してくれた販売品や調度品を二階の会場に運び、小林会長、上山さん、大澤さ

ん、岡部の四人に力強い助っ人の八重樫さんの五人で会場設営を行い、11時の開会を待った。隣には川越クラブが設営し川越芋やコーヒー粉の販売を行った。我がクラブの販売品はコーヒー、紅茶、フィリピンのカラマンシージュース、羊羹、YMCAクッキー、それとバザー品であった。出足は悪く中々売れない状態で、大澤さんが「不景気で買い控えているわね」とつぶやいた。私たちも積極的に声を出したり、特別支援教室の青年達4人のお手伝いもあつたりと次第に販売が進み活気が出て行った。東京サンライズクラブの御園生さん、埼玉クラブ会長浅羽さん、八王子クラブの並木さんも顔を見せてくれ販売にも協力してくれた。お手伝いくださった八重樫さんが提供してくれたイミテーションのルイヴィトンの新品バックは目ざとく親娘が見つけた、たった「1,000円」で寄付としていただいってもらった。私は「えー。たった1,000円。せめて3,000円位出しなよ」と内心思ったが、八重樫さんは「いいですよ」と返答した。太っ腹の八重樫さん。子供たちはどれでも10円のバザー品のお宝を探すのに夢中になっていた。午後から柿原さんも駆け付けてくれ、販売と後片づけを手伝ってくれ、渋谷実季さんとすみれ君も顔を見せてくれた。私は初めての事であったが、子どもとの触れ合いが楽しくあつという間に時間が過ぎて行った。今回、体験して大澤さんに事前の準備をすべてお願いしてしまい大澤さんへの負担が大き過ぎると思った。来年度開催に際しては、課題解決をして向かうべきだと感じた。会計報告は以下の通りである。



会計報告

収入

羊羹 500円×9=4,500円

クッキー 150円×22=3,300円

合計 7,800円

コーヒー・紅茶・カラマンシージュース・バザー品

8,050円

支出

YMCA への寄付 5,000 円
材料費 (コーヒー・紅茶・紙コップ・ミルク等) 2,166 円
大澤さん支払い (水・カラマンシージュース・砂糖・ミルク) 884 円

合計 5,000 円+2,166 円+884 円=8,050 円

ワイズ報告 小林 勉

11月3日(月)

好天の中、所沢航空記念公園において「第26回埼玉 YMCA インターナショナル・チャリティラン」が催され、所沢ワイズから助っ人の太田父・息子さん、大野さん、澁谷すみれ君、坂本さんの5人がチームランにエントリー、30分14秒の記録で無事ゴールインしました。

11月8日(土)

東日本区第2回役員会が18:00からオンライン会議(zoom)で開催されました。参加者は理事以下常任委員5人と事業主任5人と各部長4人とオブザーバー10名の参加でした。所沢クラブからは会員増強主任の大澤さんが参加されました。内容については別途お知らせします。

11月23日(日)

埼玉 YMCA フェスティバルに所沢ワイズから YMCA2 階フロアに出店を出しました。ワイズカフェのテーブル、狭山茶羊羹、YMCA クッキー 狭山茶を並べたテーブル、そしておもちゃ・身の回りの小物などのバザー用品が入った段ボールを並べて出店の雰囲気が出てました。

応援に駆けつけてくださった八重樫さん、大澤、岡部、上山、小林が開店準備とお客対応、午後から柿原、渋谷メネット、すみれ君も駆けつけてくださり、にぎやかな雰囲気の中でフェスティバルの応援が出来たのではないかと思います。

岡部さんの寄稿文が東京サンライズワイズクラブの11月号ブリテンに掲載されました。凄く中身の濃いエッセイで、読まれた方は感動されたことでしょう。

”所沢ワイズに岡部あり”が強くアピールされた取り組みとなりました。

岡部さんのご苦勞に感謝申し上げます。

YMCA 報告 (埼玉 YMCA 総主事) 太田 聡

11月は、埼玉 YMCA にとって多くの恵みに溢れたひと月となりました。

まず、11月3日には航空記念公園で「第26回チャリティーラン」が開催されました。ワイズメンズクラブの皆さんの大きなサポートのおかげで、今年もたくさんの笑顔があふれる大会となりました。11月3日は「特異日」と呼ばれ、全国的に晴天が多い日として知られています。

他のイベントも重なり、日程の調整については毎年考えるところですが、天候の安定を思うと、やはりこの日がふさわしいと改めて感じました。



また11月23日には、所沢センターで「埼玉 YMCA フェスティバル」が行われました。バザーや模擬店、子ども広場、そしてワイズメンズクラブの皆さんのブースもあり、地域の方々や会員同士が気軽に交流できる、とてもあたたかな一日となりました。



こうした大きなイベントを通して感じるのは、YMCAには小さな子どもからシニアの方まで、本当に幅広い世代が繋がっているということです。この世代を超えたつながりは、当たり前のようにいて、実はとても大切に貴重なものだと思います。社会的孤立が問題となっている今、YMCAを通して出会い、つながり、互いに良くなっていくまさに私たちのスローガン「みつかる・つながる・よくなっていく」の姿がここにあります。

このつながりの輪を、これからも一緒に広げていきましょう。

今後の行事予定 宮地輝子

12月13日(土) クリスマス例会 例会報告 宮地
子育て子育てセンター 18:30~

1月1日(木) ブリテン発行 一面 金本

1月10日(土) 新年例会 18時~ ふらっと JOY
後期半年報提出 (部長宛)

1月17日(土) 3クラブとYMCA 職員懇親会 自由参加

11月例会	所沢クラブ会員	8名	
	コメント	1名	計 18名
	ゲスト	9名	