



"TO ACKNOWLEDGE THE DUTY THAT ACCOMPANIES EVERY RIGHT"

Affiliated with The International Association of Y's Men's Clubs
Chartered : 10 May, 1961

東京むかでワイズメンズクラブ

THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKYO-MUKADÉ "CENTIPEDE"

Office : Tokyo YMCA Toyoko Center
2-2-20 Toyo, Koto-ku, Tokyo, Japan

〒135-0016 東京都江東区東陽2-2-20
東京YMCA東陽町センター内
TEL 03-3615-5565

2025年7月～2026年6月

国際会長主題 「信念、愛、行動」
アジア会長主題 「信念と愛をもって行動しよう！」
東日本区理事主題 「ワイズのらしさ再発見」
東新部部长主題 「「考えること」を止めないで進もう！」
クラブ会長主題 「今、この時、新たな一歩を！」

書記 伊丹 一之
会計 福島和州太郎
担当主事 本多 良章

会長 今井 武彦
副会長 福島和州太郎
直前会長 神保伊和雄

2026年4月例会（770回）

（強調月間：Week4Waste、RBM）

今月の聖句

私たち強い者は、強くない者の弱さを担うべきであり、自分を喜ばせるべきではありません。

（ローマの信徒への手紙 15-1）

We then who are strong ought to hear with the scruples of the weak, and not to please ourselves.

東京・むかで合同W4Wに参加しよう！！

日時：2026年4月21日（火）15:00～16:00

場所：東京YMCA東陽町センター周辺

4月例会

日時 2026年4月21日（火）18:00～20:00

場所 東京YMCA東陽町センター・YMCAホール

会費 ビジター 1,500円、メンバー 1,500円

※欠席の方は4/17までに今井まで連絡ください

4月強調月間 Week4Waste/RBM について

Week4Waste : ゴミのための週。よりクリーンな地球を目指して統一的に行動するCS事業のキャンペーン。

RBM : ロール・バック・マラリア。マラリア撲滅キャンペーン。特定の国を重点対象としてYMCAと協働して取組を推進している。（伊丹 記）

HAPPY BIRTHDAY 該当者なし

結婚記日おめでとう

30日 宮田 康男・茂子

4月 東京・東京むかで合同例会プログラム

受付 加藤義孝、長澤弘（東京）

長谷川正雄（東京むかで）

司会 伊丹 一之

開会点鐘 東京むかでクラブ会長 今井 武彦

ワイズソング 一同

聖書朗読・祈祷 東京むかでクラブ 神保伊和雄

ゲスト・ビジター紹介 両クラブ会長

入会式 東京クラブ・山梨雄一君

楽しい食事

卓話「知らないと損する福祉の手続き」

東京多摩スマイルクラブ 峰 毅

強調月間アピール 伊丹 一之

ハッピーバースデー・結婚記念日 司会

スマイル 福島和州太郎

諸報告 本多 良章他

YMCAの歌 一同

閉会点鐘 東京クラブ会長 渡邊 実帆

2026年3月の記録（*累計は期初からの24累計）

会員出席状況		メーキャップ記録		スマイル	
正会員	7名	出席(メネット)	0名	BFポイント	現金累計 円
功労会員	1名	出席(コメント)	0名		切手累計
在籍者数	8名	出席(ゲスト)	0名		
出席(正会員)	5名	出席(ビジター)	2名	0名	リングプル 累計 282.5kg
出席(功労会員)	1名	例会出席総数	8名	2月出席率 71%	むかで基金 今月分 8,000円

会費振込 みずほ銀行 亀戸支店（普通）3013071 東京むかでワイズメンズクラブ

3月本例会報告

東京むかでワイズメンズクラブ3月例会は、2026年3月17日(火)18時00分より、東京YMCA東陽町センター1階ホールにおいて開催されました。

司会は神保伊和雄君が担当、今井武彦会長による開会点鐘で開会。ワイズソング、神保君による今月の聖句と感謝、ゲスト・ビジター紹介では、本日のスピーカー・佐々木行恵さん(東京)と東新部部长・深尾香子さん(東京多摩スマイル)が紹介されました。

升本のお弁当による食事をいただき、本日の卓話は、東京クラブ書記であり、キリスト教葬儀社・(株)クリスチャンサービス代表取締役である佐々木行恵さん【写真下】による「いまを遺そう。あなたの♥を言葉にする」。



佐々木さんは、加藤義孝君(東京)のコメント(長女)で、結婚して佐々木になりました。父は例会日の午後になるとソワソワしています。ゴルフの前日も同じ。ワイズに何でワクワクするのか、楽しみに

行くのか?東京クラブに入会して何となく意味が分かってきました。

ここでプリントが配られ、①所属クラブ、②お誘いくださったのは誰か、あなたにとってどんな人か、③ワイズメンで良かったこと、楽しかったことは、④予算や時間に制約がなかったら何をしたいか、⑤氏名と今日の日付、を記入しました。それをもとに、出席者から次のような発表がありました。

今井/YMCAの午餐会の席上で、山口宗樹さんから誘われて入会した。

長谷川/建築設計をされていて、神田での同業者・久保金司さんに誘われて、1983年に入会。良かったことは、価値観の違う人たちに出会えたこと。

宮田/以前、むかでの担当主事をしていて、昨年入会。ワイズの良い点は、様々な人、卓話者、価値観、生き方を学べたこと。若いYMCA主事にとって、良い経験になった。

伊丹/家業を継いでテラーになった時に、裏地ボタン商だった真田慎一さんから誘われて27歳で入会。YMCAとの関わりは、小学4年からの夏季学校、中高はグループ活動に入り、最大のイベントは高2になる春休みに、名古屋まで12日間かけて徒歩旅行したこと。

神保/野尻学荘の大先輩から声掛けされ、最初は東京山手クラブに入会。東京サンライズクラブのチャーターメンバーとして移籍、そして阪神淡路大震災の日にもむかでの

転入会。大学卒業時には、むかでの大先輩の豊原英三さんに西武デパートを紹介されて入社した。

本多/普段係われないような人に出会えたことが大きい。ユースとの仕事をしている中で、ワイズとの係わりを生かしていけたらと思う。

深尾/YMCAは雲の上のように思う。先日、東山荘での研修に参加、次期理事方針は「チャレンジ」、気持ちはあるが体が付いていかない気がする。田附和久・東日本区担当主事がYMCAの歴史を語ったのが好評だった。

スピーカーの佐々木さんからは、「今日は皆様から貴重なお話を聞かせていただき、ありがとうございます。」との言葉で卓話を閉じました。

卓話の後には、伊丹一之君による「CS、グリーンP(プロジェクト)、メネット」についての強調月間アピールがありました。ハッピーバースデーでは、22日がお誕生日の深尾さんにプレゼントを贈りました。結婚記念日は該当者がありませんでした。

閉会挨拶を伊丹君が述べ、今井会長による閉会点鐘で会を閉じました。(伊丹 記)



【3月例会出席者による集合写真】

出席者:今井、伊丹、神保、長谷川、本多、宮田

ビジター:佐々木行恵(卓話者・東京)、深尾香子(東新部部长・東京多摩スマイル)

認知症サポーター養成講座参加報告

3月19日(木)14:00~15:30にYMCA山手センターで「認知症サポーター養成講座」が、東新部とYMCA会員部共催で開催されました。

講師は、新宿区高齢者戸塚総合相談センター職員の方々でした。

テキスト「認知症を学びみんなで考える」に沿って説明がありました。

1. 認知症をわがこととして考える。そして、認知症サポー

ターとして、近隣、地域の中で、気になることがあれば、さりげなく気に掛けることから始め、相談に乗ることも役割の一つです。

2. 認知症になった本人だけでなく、その家族の方々にも変化が訪れます。家族は、①とまどい・否定、②混乱・怒り・拒絶、③割り切り、④受容の過程を経て、新しい家族生活に進みます。

3. 認知症サポーターは、ご本人の意思、自尊心を尊重する接し方を心がけることが重要です。

さりげなく様子を見守り、声掛けは一人で、背後から声をかけない、やさしい口調で、会話は本人のペースに合わせて。

4. 認知症とは、様々な原因により脳に変化が起こり、それまで出来ていたことができなくなり、生活に支障をきたす状態をいいます。

物忘れ、失見当識(時間、場所、人)、理解・判断力の低下等にともない、不安やうつ、いらいらと興奮、幻覚・妄想、歩き回る・道に迷う。

5. 認知症の症状のあらわれ方は、十人十色。

ライフスタイルの改善により、認知症発症のリスク低減、進行をゆるやかにすることが期待できます。

6. 認知症予防については、脳の活性化を図る。即ち、どう刺激ある日常生活を送るか。社会との接触を持ち、役割・日課を持つこと、ほめる・ほめられる生活をします。

以上が、ポイントですが、自身の義母との関わった出来事の総括を同時に行った時間でした。(今井 記)

卓話者・峰毅君のプロフィール



峰 毅
社会福祉士／精神保健福祉士

1. 現在、行政職(高齢者福祉)として勤務。10歳の時に神戸YMCAの余島キャンプに、参加した事を契機に、神戸ユースクラブで地域活動に励み、大

学時代は学生YMCAで(Student Christian Movement)SCMに参画。ワイズライフは25年前にスタート、東京多摩スマイルクラブに至ります。

2. カトリック東京大司教区 本部事務局 参与〔福祉介護領域〕

3. 好きな言葉 「命は確かにあなたのものだが、あなたのものではない」

3月第二例会報告

3月第二例会は3月24日(火)18:00よりZoom方式で開催されました。都合で2月公式訪問時に参加されませんでした、深尾東新部部長がご出席されました。打ち合わせ、協議事項は以下の通りです。

1. プリテン4月号の発行について

・編集担当は伊丹君、原稿締め切りは4月4日(土)

・原稿担当の確認 強調月間:伊丹、例会報告:伊丹、認知症サポーター養成講座報告:今井、4月本例会卓話者 峰毅君プロフィール:今井(手配)、第二例会報告:長谷川、通常原稿は各担当者

2. 4月本例会について

4月本例会は、当クラブ幹事で(第三火曜日)東京クラブとの合同例会を、むかでスタイル行う。

・卓話者 東京多摩スマイルクラブ 峰毅君

「知らないと損する福祉の手続き」

・当クラブ役割 司会:伊丹、開会点鐘:今井、受付:長谷川、聖句 感謝:神保、スマイル:福島

3. 4月、5月の予定、連絡事項など

・4月25日(土)東新部評議会は、今井会長が都合で欠席のため、伊丹書記が会長代行を行う。

・5月16日(土)東新部部大会・懇親会をご予定下さい。

・5月本例会の卓話者は、城井廣邦君を予定

タイトル「AIについて」

・日本YMCA同盟発行「YHE YMCA 3月号」掲載の座談会に、DBCクラブの石巻広域・清水弘一ワイズ、神戸ポート・大野勉ワイズが出席されています。ご拝読ください。



出席者:今井、伊丹、長谷川、本多、宮田

(長谷川 記)

会長通信

3月14日(土)～15日(日)の二日間にわたり、日本YMCA同盟の御殿場東山荘で、「次期会長・部役員研修会」が開催されました。参加者は東日本区の全域から64名が集まりました。

第一日目は、ランダムでの7～8名に分かれてのグループディスカッション、第二日目は、部単位でのグループディスカッションを行いました。

第一日目の討論では、従来の各部役員構成の弾力化を図っている。即ち、事業主査を置かない(東新部)、4事業主査を1名の部員が担当する(富士山部)等に各部の実情に合わせて省力化、スリム化が図られている。

第二日目の討議では、YMCAの行事に合わせてワイズの活動を行う。例えば、東新部は、各クラブ会員が、チャリティーラン、W4W、ピンクシャツデーに協力して、参加しよう等が協議された。

研修会全体の印象としては、ワイズメンズクラブが、転換期に合わせて変わろうとしている姿を見ることが出来ました。

私たちも、変わらねばなりません。(今井 記)

<4月の予定>

- 7日(火) 東京多摩スマイルクラブ・4月本例会
- 9日(木) 東京町田コスモスクラブ・4月本例会
- 9日(木) 東新部会長会・Y友広場(Zoom)
- 21日(火) 東京・東京むかでクラブ・4月合同本例会
W4W合同実施(15:00~16:00)
- 25日(土) 東新部評議会・東陽町センター
- 28日(火) 東京むかでクラブ・第二例会(Zoom)

<5月の予定>

- 16日(土) 東新部部大会・懇親会
- 19日(火) 東京むかでクラブ5月例会
- 23日(土) 在京クラブ会長会
- 26日(火) 東京むかでクラブ5月第二例会(Zoom)

YMCAニュース

【第23回東京YMCA会員大会】開催 (5/23)

東京YMCAでは会則に則り、年に一度の「会員大会」を開催します。日ごろ東京YMCAをお支えくださる会員や支援者のみなさまに、1年の活動を報告するとともに、会員の表彰、交流会などを行います。

【日時】2025年5月23日(土) 13:30~16:00

【会場】東京YMCA山手コミュニティーセンター

【内容】

- 第1部 開会礼拝
- 第2部 表彰・2025年度報告など
2026年度会員部運営委員推挙、名誉会員推挙、ボランティア表彰、職員表彰、総主事報告ほか
- 第3部 第3部 東京YMCA中期計画「TOKYO YMCA VISION150」「5つの行動指針進捗状況」報告

【申込】5月15日(金)までに、お申し込みフォーム、メール、または電話で会員部までお申し込みください。

【歴史クルーズ】第93回神田川船の会のお知らせ (5/9)

「神田川船の会」は江戸・東京の街造りの歴史の名残り、近年の河岸の変貌をご覧いただく約2時間のクルーズです。1979(昭和54)年から毎年2回実施しており、今年で46年、93回目となります。「東京グリーンワイズメンズクラブ」のガイドで、昭和、平成、令和と、下町河川の浄化と護岸の緑化を願いながら、川筋に残る江戸文化、町づくりの歴史を紹介してまいりました。

【開催日】2026年5月9日(土) 午前/午後

【申込方法】東京YMCAのHPにあるフォームからお申し込みください

【申込締切】2026年4月15日(水)※申込み者多数の場合は抽選

(本多 記)

3月会計報告・リングプル報告

1. 月間収入・支出合計 期間 3/1~4/4

	月間収入額	月間支出額
経常部	9,000 円	23,761 円
活動基金部	8,442 円	0 円

■月次収支合計: ▲6,319円

■現預金残高(3/31現在): 456,096円

(収支の主な内訳)

- ・経常収入: 例会参加費 9,000円
- ・活動基金収入: スマイル 8,000円
- ・経常支出: ユース活動支援 5,500円、例会食事代 11,648円、講師謝礼手土産 6,080円

(福島 記)

2. プルタブ 3月預かり分

今月は東京クラブの郡山借子さまより、3.0kgの応援がありました。感謝でございます。

次月の預かり報告に期待を寄せて!

(神保 記)

編集後記

クラブの会員数が減ってきたために、年2回ブリテン編集担当が回ってくるのですが、今月の担当者が3月例会を欠席したために、先月に引き続いて編集を担当することになりました。

我が家の前は、東大農学部の一隅になり、そこには桜の木が10本ほどあって、居ながらにして花見ができるのですが、以前は入学式ごろに満開になっていた桜も、今では卒業式のころに満開になります。

地球温暖化を目で見ているようです。(伊丹 記)