The Service Club of theYMCA Affiliated with the International Association of Y's Men's Club

THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKOROZAWA

2026 年 11 月　通巻　443 号

今月のテーマ　BF　i GO　STEP

会　長　　小林　勉
副会長　　金本伸二郎
副会長　　岡部八千代
書　記　　宮地輝子
会　計　　上山武夫

クラブ会長主題　「人、出会い、交流」
国際会長　ヨハン・ヴィルヘルム・エルトヴィク（ノルウェー）
「ブルーミュージックで眠れる巨人を目覚めさせる」
アジア太平洋会長　ラチャン・マニカーン（タイ））「アジア太平洋地域をブルーミュージックで目覚めさせる」
東日本区理事　山下　真（十勝）「挑戦なくして進化なし」
関東東部部長　廣田光司（千葉）「地域奉仕活動と YMCA サービスでクラブを元気に」

今月の聖句

さて、きょうだいたち、すべて真実なこと、すべて尊いこと、すべて正しいこと、すべて清いこと、すべて愛すべきこと、すべて評判のよいことを、また、徳や称賛に値することがあれば、それを心に留めなさい。

フィリピの信徒への手紙第４章８節

11 月　例会
チャリティラン

日　　時：令和 8 年 11 月 3 日(土)
10：00　～15：00
会　　場　航空公園　特設ステージ

所沢クラブは 1 チームエントリ
大野さん・大澤（息子）さん・澁谷(弘)さん・澁谷(実)さん・すみれ君

タイムテーブル
9：20　受付開始（～9：50）
10：00　開会式
10：45　チームラン開始
11：30　個人種目開始
12：15　昼食
ステージパフォーマンス
13：00　表彰式/ラッフル抽選会
14：10 閉会式

※昼食準備のため　会費　500 円

私の体！！　　柿原正義

自分の体についてちょっとお話しようと思います。いつも例会の時のお弁当、半分以上持って帰っています。不思議に思っている方もいらっしゃるかも知れません。その理由について少しお話をしようと思っています。私は逆子で生まれました。父親が自衛隊って事もあり池尻にある自衛隊中央病院で産まれました。先生が優秀だったんでしょう。これといって障害もなく産まれたのですが小学校の時尿検査があり蛋白が異常な数値で見つかり 1 週間位だったと思いますが自衛隊中央病院に検査入院して生まれつきの遊走腎が判明しました。簡単に言うと内臓の位置が違う、色々調べたのですが血管の位置も違っていました。で食事をした時脳に血流が回りいっぱい食べてしまうと頭がぐるぐる回って例会でのお話がほとんど頭に入って来ないんです。で少しずつしか食べられないんです。何回かに分けて食べるしかなく、ああいった形しか取れなくて、それと寒気も酷いです。真夏でもコタツに入って温めないと頭がぐるぐり回ってしまいます。物凄い眠気に襲われます。特に朝が苦手でグラグラした状態でいつも朝起きます。今の時代であれば登校も昼からって事も考えられますが昔は親から怠け病とか良く言われたのですが朝起きると目が回ってしまって本当に大変でした。病院では自律神経がとも言われていますが生まれつきなのか途中でなったのかは良く分かりませんが病院の先生の話では真夏でも寒気が原因で霜焼けが起こったりするそうです。それがないからまだ良いのかも知れません。色々考えてもしょうがないのでこ

れは自分の個性と思っています。でも埼玉医大の先生のおかげで朝目が回るのはだいぶ漢方薬のお陰で解消されたのですが食事をした後目が回るのは今も同じです。20 歳位からずっと病院通いですが今でも原因は分かりません。自律神経からと内臓からと両面で調べていますがこれと言って良く分かりません。これから先もこんな生活なのかなとは思っていますが今後ともよろしくお願いします。

10 月例会報告　　宮地輝子

10 月 10 日の例会では、リーダーズフォーラムの報告と関東東部部長訪問がありました。

当日は、関東東部から廣田部長・長尾会計、埼玉クラブから衣笠会長・植松さん、川越クラブから利根川会長・ワイズメネット利根川恵子委員長・埼玉 YMCA 代表理事吉野さん・山崎さん、東日本区国際交流主任の山本さん、YMCA からいっちーリーダー（橋本市之介さん）・池田さん・福田さん・（zoom で）櫻井連絡主事・並木さん、太田なぎささん・太田和樹さん、所沢クラブから小林会長・金本副会長・上山会計・大澤さん・柿原さん・澁谷実季さん・すみれ君・宮地の計 24 名が出席しました。

関東東部廣田部長の挨拶

関東東部は結成 30 周年を迎えるため、記念の部大会を 2 月 6 日（土）に飯田橋のお店で開催する予定です。後日、実行委員から連絡があります。また、記念品はクラブ単位ではなく、各会員が個人で持てるものを考えています。何がよいか、各クラブで 10 月いっぱいを目途に検討してほしいとのことでした。関東東部の会員は約 100 名で、予算は 20 万円とのことです。

また、W4W をすべてのクラブで、若者や地域の団体と一緒に実施してほしいとのお話がありました。

CS・Y サ活動については、私たちの活動テーマとして、盛んに取り組んでいるクラブは元気で活力があるとのことでした。部長が過去のデータを集め、卓話者のリストを作成した資料も用意してくださったので、それを参考に活動を広げていってほしいとのお話でした。

いっちーリーダーの発表

いっちーリーダーから、ユースボランティアフォーラムに参加して学んだことについて発表がありました。

私は宇都宮の YMCA にあるサクランボ幼稚園で育ちました。その影響もあり、今、自分の中に YMCA の理念が根付いていることを実感しています。高校生のとき、子ども食堂などでボランティア活動をしている先輩の姿を見て、自分もボランティアリーダーになりました。大学に入ってからも、その活動を続けています。

ユースボランティアフォーラムでは、「多文化共生」について考えました。



私はこれまで、国が違っても、すべての人と仲良くすればよいのだと、無意識のうちに捉えていました。しかし、これまでのアンコンシャス・バイアス（無意識の思い込み）によって物事を決めつけるのではなく、一人ひとりの環境や経験、価値観などが異なることを理解する必要があります。正解はなくても、真摯に考え続けるプロセスが大切なのだと聞き、深く考えさせられました。

その後、レゴを使ったアイスブレイクを行いました。私は「夢」「私」「ユースボランティアフォーラム」をレゴで表現しました。

もう一つのテーマは、「私たちの境界を超える」で、このテーマでは 3 名のゲストスピーカーの話を聴きました。

1 人目は、日本 YMCA 同盟の社会事業責任者である横山ゆりあさんです。横山さんは、ウクライナから 170 名の避難民を日本に受け入れ、ご自身もウクライナに赴いて支援活動をされました。

ウクライナから日本に避難してきたダニエルさんは、今度は人を助けたいという思いで活動されています。ウクライナでは爆撃により、平和な日常も夢も失われています。横山さんからは、「日本の若者は、安心して生活できることを大切にしてほしい」とのお話がありました。人の助けになるために活動するダニエルさんの姿を、自分も見習いたいと思いました。

2 人目は、齋藤勇弥さん（たじリーダー）です。料理人になった後、難病を患い、心が沈んだ時期もあったけど気持ちを切り替え、支えてくれた友人たちに料理を提供しようと、ボランティア活動をされています。健常者と障害者を分けるのではなく、互いに支え合い、ともに生きることが大切だとお話しされました。

3 人目は、親の事情で 15 歳のときに来日したハクさんです。来日したばかりの頃は日本語が分からず、つらい経験をされたそうです。その経験を通して、困難を抱えている人に一方的にアドバイスするのではなく、まずは相手の話に耳を傾ける「傾聴」が大切だとお話しされまし

た。
最後に、キムシンヤさんの講演がありました。
「他者との出会いは、共感することで、同じ痛みを互いに思いやる土台がつくられます。傾聴によって多文化共生を進めていくことができます。すぐに正解を出そうとせず、考え続けることが大切です」というお話がありました。
今回のリーダーズフォーラムを通して多文化共生についてだけでなく、さまざまなリーダーの考え方に触れることができ、大変勉強になりました。ここで得た深い気づきを胸に、これからも埼玉 YMCA のボランティアリーダーとして、温かい共生の場を紡いでいきたいと思います。
発表後、埼玉クラブの衣笠会長からは、「38 回目となるフォーラムで、4 人のゲストとキム牧師のお話を、いっちーリーダーはよくまとめてくれた」との講評がありました。参加者一同すばらしい発表に感銘を受けました。

各クラブからの報告

フォーラムの発表後は、各クラブからさまざまな報告が



ありました。
埼玉クラブからは 10 月 30 日の 50 周年記念事業について、川越クラブからはバス旅行についての報告がありました。また、zoom で参加された並木さんからも感想などをいただきました。
さらに、埼玉クラブの櫻井連絡主事からは、11 月 3 日のチャリティランにはパラリンピックのメダリスト富田宇宙実行委員長や所沢市長も来られる予定であるとのお話がありました。
このほかにも、盛りだくさんの話題が共有され、内容の豊かな充実した例会となりました。例会は 20 時に閉会しました。

YMCA 報告　　太田総主事

■熊本での避難所運営と全国の支援ネットワーク 現在、熊本 YMCA が熊本県八代市の 2 つの大規模な避難所運営を担っています。八代市には YMCA の拠点はありませんが、10 年前の熊本地震における避難所運営の実績とノウハウが高く評価され、行政より委託を受けたものです。現在は全国の YMCA から応援スタッフを派遣し、組織の枠を越えて運営を支えています。

■埼玉 YMCA からのスタッフ派遣 埼玉 YMCA からも、10 月 1 日～5 日に語学スタッフのフーランさんを派遣いたしました。自ら支援を志願してくれた彼女は、書類作成など日本語特有の実務に直面しながらも、持ち前の明るさと周囲の協力によって避難所スタッフの役割を立派に果たしてくれました。今月はウエルネスの福田さんを現地へ派遣する予定です。

■支え、支えられる交わりの中で 私自身、2020 年の球磨村水害の際に避難所支援へ赴いた時のことを思い出します。「何か力になりたい」と気負っていた私を、現地の方々は「よく来てくれたね、ありがとう」と温かい言葉とお心遣いで迎えてくださいました。支援する側が、かえって生きる力や優しさをいただく――これこそが人と人との支え合いの原点だと感じます。

皆様にお寄せいただいている熊本支援募金の一部は、こうしたスタッフ派遣の費用としても大切に用いられています。全国の YMCA が手を携えるこの働きをお覚えいただき、引き続き被災地への温かいお祈りとご支援をよろしくお願い申し上げます。



ワイズ報告　　宮地輝子

・10 月 10 日（土）10 月例会が YMCA ンター209 で部長訪問とリーダーズフォーラム報告が行われました。
・埼玉クラブの『50 周年記念会』が 10 月 30 日に行われ、所沢クラブから太田総主事・小林会長・澁谷牧師・澁谷実季さん・すみれ君・上山さんが出席しました。

今後の行事予定　　宮地輝子

11 月 3 日(火)　埼玉 YMCA チャリティラン
　　於：所沢航空公園　　例会報告　岡部
　　昼食用意あり　　参加費　500 円
12 月 1 日(火)　ブリテン発行　一面　上山

10 月例会

所沢クラブ　9 名　メネット・コメット 2 名
ビジター　10 名　ゲスト　6 名　　**計 27 名**