THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKYO, SUNRISE

TOSY'S

東京サンライズ・ワイズメンズクラブ

設　　立　1989年2月18日
チャーター認証日　1989年5月　2日
チャーターナイト　1989年5月28日

TOKYO YMCA YAMATE CENTRE
2-18-12,NISIWASEDA,SHINJUKU-KU,TOKYO
PHONE 03-3202-0321

第一例会：第2木曜日　　午後５：00
(但し、12月・４月は山中湖センターで土日)
第二例会：翌々週火曜日　午後５：00

2026年11月号ブリテン　第429号

会　　長	大谷博愛
副 会 長	菰渕光彦
書　　記	今村由紀
会　　計	大森裕子
直前会長	小山久恵
担当主事	杉田裕樹

2026-2027 度主題(Thema)　IBC：台北ユニオン DBC ；東広島・京都プリンス

Our Motto	国際標語	「YMI ― 人生を力づける」
国際会長	ヨハン・ヴィルヘルム・エルトヴィク	「ブルーミュージックで眠れる巨人を目覚めさせる」(ノルウェー)
アジア太平洋会長	ラチャン・マニカーン	「地域社会を力づけ、世代を鼓舞する」(タイ)
東日本区理事	山下　真	「挑戦なくして進化なし」(十勝)
あずさ部部長	大和田浩二	「親睦とCS活動を部の原動力として外へ飛び出そう」(松本)
サンライズ会長	大谷博愛	「クラブをオープンにして友だちの輪を広げよう」

11月第一例会のお知らせ

とき　　11月12日(木)　17:00～19:00
ところ　　東京YMCA山手センター
かいひ　　500円

◆プログラム

開会点鐘　　会長
ワイズソング・ワイズの信条　　一同
卓話　『感情労働としての看護、人とのかかわりを仕事にすること』
卓話者　森　真喜子氏(国立看護大学校教授)
・専門は精神看護学、研究テーマは精神科訪問看護、精神看護学実習の地域移行
協議・報告・連絡事項　　会長・各担当者
にこにこ・一分間スピーチ　　出席者全員
閉会点鐘　　会長

11月以降の予告

11月24日　第二例会
12月5日　京都プリンスクラブ創立40周年記念例会

11月のハッピーバースデー

立田佳明さん　　11月13日

10月例会出席者

サンライズ
在籍数：12名
出席者：8名
出席率：66%
メネット1名
ビジター3名

10月第一例会の報告

今村由紀

10月8日（木）17：00から東京山手センター301教室にて、10月第一例会が行われました。大谷会長による開会点鐘の後、全員でワイズソングを歌い、ワイズの信条を唱和しました。



今回の卓話者は早稲田大学国際教養学部3年生で札幌出身の舎生、小泉幹人さんです。小泉さんは「異文化交流の意義」をテーマに、2025年9月から2026年7月まで、タイのマヒドン大学に交換留学された経験を語られました。1年間の留学は本や授業の知識を超えて、「現地のリアル」に触れる契機となったそうです。多様な現

場を歩き、生の声を聴いたことで、支援や開発に対するイメージが変わり、国際協力の複雑さを痛感し、理論と実践を究める決意を新たにされました。「知って終わり」にせず将来はグローバル社会で当事者に寄りそうプレイヤーを目指したいと力強く歩みを進めています。



また異文化交流の真の意義は単なる親善や視野の拡大にとどまらず、複合的な社会課題の解決には国の垣根を超えた多角的な協働が不可欠であり、異なる背景を持つ人々が、未来のプロジェクトや社会システムを共に構想、実行するための「強固な信頼関係を築くこと」が本質であると話されました。若いながらも確かな目標を持ち、広い視野で世界を見つめ、この経験を社会へ還元したいという姿勢が大変印象的でした。





その後は白熱した質疑応答が行われ、テイスティングタイム、杉田主事からの YMCA の連絡、報告、ビジターの久保田さん、山口さん、小原さんによる各クラブの報告とイベントの案内、そして 1 分間にこにこスピーチが行われ盛況のうちに閉会しました。

出席者は、大谷、大森、小山、柴田、長津夫妻、御園生、杉田主事、今村、ビジターは、八王子クラブ会長の久保田さん、東京ワイドウエストクラブの山口さん、小原さん、卓話者の小泉さん、計 13 名でした。

第 25 回西中国部会報告

大谷　博愛

10 月 10 日(土)、東広島 YMCA において第 25 回西中国部会が開催されました。サンライズの DBC である東広島クラブがホストということもあって阿武朋子部長から強いお誘いがあり、私一人ですがサンライズを代表する形で出席しました。この日は西条酒祭りの日で 20 年以上前からこの祭りに来ているサンライズの面々にはお馴染みの街の賑わいでした。

オープニングセレモニーは YMCA 併設の総合幼児園の園児たちによる振り付けのある歌声でした。何とも可愛い心温まる歓迎でした。広島クラブ、福山クラブ、岩国みなみクラブ、東広島クラブの 4 クラブから成る西中国部のバナーセレモニーはこじんまりとしたものではありましたが、クラブ間の親しさと結束の力強さが伝わってきました。

東日本区からの出席は私一人でしたが、京都プリンスから 7 名参加しており、祝会でも寂しい思いをせずに楽しい時間を過ごすことができました。出席者は総勢 65 名ほどでしたが、メンバー3 名の東広島クラブが阿武部長の指揮のもと見事に仕切っておりました。これからも東広島クラブとは DBC として支え合って行きたいものです。

ブルーミュージック・キャンプファイヤー報告

御園生　好子

10 月 17 日(土)～18 日(日)
東京ＹＭＣＡ山中湖センターに於いて開催されました。

東日本区ブルーミュージック・キャンプファイヤーは、４４名のワイズ・メネット・コメットが集まり楽しい時を過ごしました。
一日目は山下真東日本区理事の開会点鐘で始まり、バーベキューは、沢山の飲み物、お肉、差し入れのおつまみ。 フルートの演奏も素晴らしく男性陣は一緒に写真を撮っていました。



キャンプファイヤーは火の神降臨から始まり凄く盛り上がりました。当日は山中湖花火大会が有り花を添えてくれました。
宿泊棟での二次会はワイズ談議に花が咲き若いころに戻ったように楽しみました。



二日目は湖畔で遊んだり、富士山の写真を撮ったり、それぞれ楽しんでいました。



トレジャーボート、ビッグカヌー等大人も子供も大興奮でした。





トレジャーボートはサンライズクラブの泉さんのご厚意で出していただきました。
泉さんありがとうございました。

10 月第二例会報告

今村　由紀

10 月 20 日（火）17：00～18：00 まで山手センター205 号室において行われました。

出席者は、大谷、長津夫妻、大森、小山、御園生、今村　計 7 名。

10 月の行事についての報告

10 月 10 日（土）東広島

10 月 17 日（土）ブルーミュージック・キャンプファイヤーなど

今後の予定についての確認

11 月 12 日（木）　第一例会

11 月 24 日（火）　第二例会

12 月 5 日（土）　京都プリンス 40 周年

12 月 12 日（土）　あずさの集い

12 月 22 日（火）第二例会　⇒　納会「ベッラルーナ」（長津さん担当　17：00～？）

2027 年

1 月 9 日（土）在京新年会（第一例会とする）

2 月 9 日（火）学舎との鍋例会

2 月 18 日（木）第二例会（切手切り）

6 月 5 日（土）・6 日（日）　東日本区大会（札幌）

最後に 11 月ブリテン割当を決め、閉会しました。

ひ　よ　こ　の　つ　ぶ　や　き　vol.281

大森　裕子

死ぬまでにやってみたいことの一つに、ハワイ島最高峰のマウナケア山頂でサンセットと星空を見る、というのがありました。もう 2 年前の話になりますが、ハワイ在住の妹の所に遊びに行ったついでに、妹と甥を誘って実現させました。個人で行くのはハードルが高いので、現地のツアーに参加しました。ツアー、宿、飛行機の手配はすべて甥がやってくれました。ツアー集合地までは、甥の運転でレンタカーで向かい、そこから大型のバンに乗り換え、マウナケア山頂を目指します。参加者はほとんどがアメリカ人で、ガイドさんは日系の方で日本語もできるのですが、説明はすべて英語でした。標高 4205 メートルの山頂はさすがに空気が薄く、少し息苦しくなりました。山頂には色々な国や研究所の天体観測所が立ち並び、日本のすばる望遠鏡もありました。山頂から見るサンセットは言葉に言い表せないほど素晴らしく、何か神々しいものを感じました。最初はダイヤモンドのように輝いていた太陽が次第にあたりを赤く染めながら沈んでいく様子をしっかり見届け、心に焼き付けました。暗くなってからは山頂を降りなければいけない決まりなので(天体観測の邪魔になるからだそうです)、星空は山頂から少し下ったところで鑑賞しました。少し標高が低くなったとは言え、満天の星はまるで銀の砂を撒いたよう。首が痛くなるほど上を見上げていました。ガイドさんが天体望遠鏡をセットしてくれて、輪っかをまとった土星も見ることができました。周囲に人工の光のない、真の暗闇で見る星は本当に空を埋め尽くしていました。この日、ちょうどキラウェア火山が噴火したらしく、赤く映っているのは火山です。大自然の素晴らしさを実感できた旅でした。









これに味をしめ、次の年はマウイ島の最高峰、ハレアカラ山頂でのサンセットを見に行ってきました。ハレアカラ山頂は個人でも行きやすいので、レンタカーを借りて甥に運転してもらいました。こちらのサンセットもマウナケアと甲乙つけがたいほど素晴らしいものでした。時間の都合で星空までは見られませんでしたが、きっと見応えがあったことでしょう。次にやってみたいのは、オーロラ鑑賞です。また、グランドキャニオンの雄大な景色ももう一度見てみたい(30 年ほど前に行きました)。残された時間と体力との勝負ですが、何とか実現させたいと思っています。



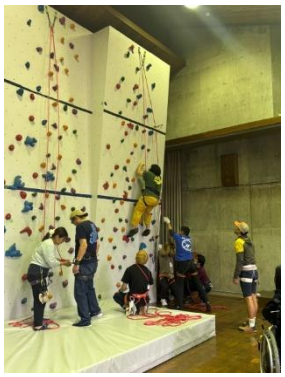
山中湖センターの様子

荒木　**暁**

10 月には、昨年度から開催している「ユニバーサルフェスタ」を実施しました。今年は車椅子の方や視覚障がいのある方にもご参加いただき、2 日間で延べ 118 名の方にご参加いただきました。少しずつ参加者が増えていることを実感し、この取り組みが広がりつつあることを大変うれしく思います。

当日は、クライミング、アーチェリー、ビッグカヌー、グラウンドスポーツなど、さまざまなアクティビティを

実施しました。学生の皆さんをはじめ、日本パラクライミング協会、パラクライマー、ブラインドクライミングチームの皆さんなど、多くの方々にご協力いただき、イベントを大いに盛り上げてくださいました。



特に印象的だったのは、車椅子の方がクライミングに挑戦する姿です。自ら手を伸ばして壁のホールドをつかみ、一生懸命に登ろうとする姿に、深い感動を覚えました。また、普段なかなか体験できないことに挑戦し、喜びを感じている参加者の姿も多く見られました。こうした一人ひとりの挑戦や笑顔に触れ、ユニバーサルフェスタをこれからも継続していくことの大切さを改めて感じました。



イベントでは、パラクライマーの選手から「できないのではなく、やろうとする気持ちさえあれば、どんなこともできる」という言葉をいただきました。この言葉は、私たちがこのイベントを通して大切にしていきたい思いそのものだと感じています。





これからもユニバーサルフェスタをより多くの方に知っていただき、年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もが挑戦し、楽しみ、新たな可能性を見つけられる場をつくっていきたいと思います。

山中湖センターが、これからも人と人とのつながりを育み、誰もが豊かな体験を通して成長できる場であり続けられるよう、今後も取り組みを進めてまいります。

YMCA ニュース

山手センター　杉田　裕樹

▽【大江戸ファミリーウォーク】旧日光街道を歩く ～ 十思公園から浅草橋へ ～（11/23）参加者募集

「大江戸ファミリーウォーク」は晩秋の休日に美しい江戸城の内外を、歴史に思いを馳せながら楽しくウォーキングを楽しむ会です。第 40 回となる今回は、旧日光街道をたどります。吉田松陰終焉の地として知られる伝馬町牢屋敷跡（十思公園）を出発し、べったら市で名高い宝田恵比寿神社、蔦屋重三郎ゆかりの耕書堂跡、薬研堀、両国広小路、柳橋を経て浅草見附跡へ。江戸の暮らしと文化の息づかいを感じる、見どころ満載のコースです。ぜひご家族・ご友人とご参加ください。

【日　時】2026 年 11 月 23 日（月・祝）9：00～13：00
＊集　合　8：45～受付開始
＊講演会は天候にかかわらず実施します。
＊昼食はとらずに解散します（途中休憩あり）。歩行距離は約 4km、平坦な街歩きです。

【集　合】
東京ＹＭＣＡ東陽町センター　ＹＭＣＡホール
住　所　：東京都江東区東陽 2-2-20　（地図⇒）
最寄駅：東京メトロ東西線　東陽町駅　西口 2 番出口徒歩 5 分

【解　散】浅草橋駅（ＪＲ総武線・都営地下鉄浅草線）

【参加費】1,000 円（消費税・保険料込／当日現金にてお支払いください）
＊参加費の一部はチャリティーとして、東京ＹＭＣＡが行う国際協力事業に寄付させていただきます。

詳細はこちらから。

▽YMCA／YWCA 合同祈祷週礼拝のお知らせ（11/12）

世界ＹＭＣＡ・ＹＷＣＡは毎年 11 月に合同祈祷週を定め、世界中の仲間と共に祈りの時を過ごしています。

今年は在日大韓基督教会 東京教会の金聖泰牧師にメッセージをいただきます。
聖書からのメッセージに耳を傾け、世界の平和を求め、心を合わせましょう。
どなたでもご参加いただけます。

【日　時】2026 年 11 月 12 日（木）　18：30～20：00
【会　場】東京 YMCA 山手コミュニティーセンター 1 階ホール
東京都新宿区西早稲田 2-18-12（地図⇒）

【説教者】吉高 叶 牧師
（日本バプテスト連盟市川八幡キリスト教会牧師）

【お申込み】11 月 5 日（木）までに、以下のいずれかの方法でお申し込みください。
①Google フォームから申し込む
申込フォーム

②メールで申し込む
soumu@tokyoymca.org までご連絡ください。
①お名前　②ご所属　③電話番号　④メールアドレスをお知らせください。

【お問合せ】
公益財団法人東京 YMCA　総務部
Email：soumu@tokyoymca.org

▽【参加者募集】東京 YMCA みんなのクリスマス（12/11）

「教会に行ったことがないけれど、ちょっと興味がある」「いつもとは違うクリスマスを楽しんでみたい」そんな方も大歓迎です！
東京 YMCA では、12 月 11 日（金）、浅草教会を会場に「みんなのクリスマス」を開催します。

当日は、クリスマスの讃美歌や聖書のお話、キャンドルサービスなど、教会ならではのクリスマスを体験できます。
また、参加者同士の交流を楽しむゲームや、軽食・飲み物を囲んでの歓談の時間もあります。

東京 YMCA の活動に参加したことがない方も、教会を訪れるのが初めての方も、どなたでもご参加いただけます。お一人でも、ご家族やご友人と一緒でも大歓迎です。

【日　時】2026 年 12 月 11 日（金）18:00～20:00（受付:17:30）
　※祝会後、別会場に移り懇親会を行います。

【会　場】日本基督教団 浅草教会
　東京都台東区西浅草 3-4-5　地図はこちら⇒（外部サイト）
　東京メトロ銀座線 田原町駅より徒歩 7 分程

【クリスマス祝会】
礼　拝：讃美歌、聖書、クリスマスメッセージ、キャンドルサービス
交流会：参加者交流、クリスマス讃美歌、参加型ゲーム、軽食・飲み物
参加費：1,000 円
　＊18 歳以下無料
　当日会場で受け付けます。懇親会は別途

【懇親会】
夕食会：祝会後、別会場で夕食会を行います。
費用別途ご負担ください。（3,000～5,000 円程度）

【お申込み】こちらのフォーム、メール、お電話にてお申込みください。
お名前、電話番号、第 3 部への参加可否、YMCA との関わりのご入力をお願いいたします。
申込フォーム

▽【ボランティア募集】国際協力街頭募金（11/14）



バングラデシュほか途上国の子どもたちを支援するため 11 月 14 日、新宿駅前で「東京ＹＭＣＡ国際協力一斉街頭募金」を行ないます。
この募金活動は、バングラデシュＹＭＣＡが運営する「働く子どもたちの学校（ＮＦＰＥ）」の支援のほか、アジア各国で貧困や紛争に苦しむ子どもたちの支援を目的に毎年行なっているものです。
東京ＹＭＣＡでは、会員や学生、園児や登録メンバーなど、関係者 100 人程が街頭に立って一斉に募金を呼びかけると同時に、私たち自身が世界のさまざまな問題について考える機会としています。

15 分程度でもかまいません。ぜひ一緒に街頭募金活動に参加ください。

【日　時】
2026 年 11 月 14 日（土）12:00～16:00
＊部分参加歓迎。ご都合や体力に合わせてご参加ください。

【場　所】JR 新宿駅周辺（小雨決行）
JR 新宿駅 南口の街頭募金本部に直接お越しください。
のぼり（国際協力募金）が目印です。
※23 年度より本部は東口ではなく南口にかわりました。

●当日は、最初に街頭募金本部にてご登録をいただきます。スタッフが募金活動のやり方、立っていただく場所などのご案内をいたします。はじめての方もご安心ください。
幼児から高齢の方まで、様々な年齢のボランティアとスタッフが一緒に活動を行います。

【対　象】
東京ＹＭＣＡに所属する会員や学生、ＹＭＣＡの活動に登録・参加している方およびそのご知友。
＊年齢、ご関係は問いません。
＊主旨にご賛同くださる一般の方は、お近くのＹＭＣＡ、もしくはこちらのページから募金にご協力をお願いします。

【お申込み】

申込フォーム

▽【報告】第２回ユニバーサルフェスタ

10 月 3 日・4 日、山中湖センターにて「第 2 回ユニバーサルフェスタ」を開催し、2 日間で延べ 117 名が参加しました。車椅子の子どもたちをはじめ、様々な背景を持つ子どもたちがクライミングやモルック等のアクティビティを通して交流を深め活気あるイベントとなりました。また、当日はパラクライマーの平井亮太選手が来場し、クライミングパフォーマンスを披露しました。開催にあたっては、山梨学院大学障害者スポーツゼミの学生をはじめ、多数の団体に協力をいただきました。

今後の主な行事予定

・「第 28 回愛恵エッセイ」11 月 13 日まで作品募集（愛恵福祉支援財団との共催）

テーマ： 豊かな福祉社会を創るために-私たちが今、できること-

・「第 24 回日本ＹＭＣＡ大会」11 月 27 日～29 日（日本ＹＭＣＡ同盟東山荘）

テーマ：Evolving Together

・「ＹＭＣＡ／ＹＷＣＡ合同祈祷週礼拝」11 月 12 日（山手センター）

・「賛助会年会・アドバイザー会」11 月 16 日（アルカディア市ヶ谷）

・「全国ＹＭＣＡオンラインチャリティーウォーク」11 月 29 日～12 月 13 日

編集後記

ブリテン 11 月号をお届けします。この間までの猛暑はどこへやら、朝晩は冷え込むようになりましたね。それでもお天気のいい日は昼間は暑いくらいの日もあるので、着るものに困ります。今年も残すところあと 2 か月となりました。Time flies like an arrow ですね。歳月人を待たず、悔いのない日々を過ごしたいものです。