



# 東京多摩みなみワイズメンズクラブ

chartered on 2016.7.17

2020年  
11月号  
(第52号)

## 今月のことば

「心が感じなければ何も見えない。心が触れなければ何も動かない。心に映らなければ存在しないも同じ。だから心を磨き、心をつくる。心を解き放ち、心を目覚めさせる。そこに心から始める人生の再耕がある」高橋佳子（滝口選）

## 2020～2021年度 主題

クラブ会長 深尾香子「寄り添おう！青春。学ぼう！高齢化。」

東新部部長 加藤義孝(東京) 「友情の絆を強め、YMCAを支えよう」

東日本区理事 板村哲也(東京武蔵野多摩) 「変化を楽しもう！」

アジア太平洋地域会長 David Lua (シンガポール) 「変化をもたらそう」

国際会長 Jacob Kristensen (デンマーク) 「価値観、エクステンション、リーダーシップ」

《クラブ役員》会長 深尾香子 副会長 伊藤幾夫 直前会長 石田孝次

書記 小早川浩彦 副書記 田中博之 会計 綿引康司 担当主事 小野実

(当クラブは、多摩市社会福祉協議会多摩ボランティア・市民活動支援センターの登録団体です)

今月の強調テーマ **ワイズ理解、ASF (Alexander Scholarship Fund):アレキサンダー奨学基金、ファミリーファスト:Time of Fast(断食の時)を家庭内や知人、友人に呼びかけて行う献金**

## 11月例会プログラム

日時：11月3日(火) 19:00～20:30

会場：ZoomによるWEB開催

司会：小早川浩彦

\*開会および会長挨拶 深尾 香子会長

\*今月のことば 滝口 恵子

\*ゲスト/ビジター紹介 会長

\*ビジタースピーチ 中里 敦さん

「チャリティーランと障がい児者活動」

\*プランター栽培トライアル5回目 藤田 智

\*チーム報告(農園、多摩社協、シェアインド)

\*YMCA ニュース・連絡等

\*メンバー近況報告

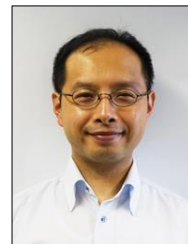
\*ハッピーバースデー/アニバーサリー

\*閉会挨拶 会長

(WEB開催のため構成を一部省略しています。)

## 【巻頭言】「正解の無いリスクとの付き合い方」

先日の東新部大会にて、私を含む6名のクラブメンバーが、「エッセンシャル・ワーカー」の国際表彰をいただきました。ステイ・ホームの時期に、社会のために家を出て働いた方達を顕彰するものです。「FIGHT AGAINST COVID-19 HERO」の文字が刻まれた表彰状を目にして、とても光栄なことだと感じるとともに、「新型コロナ禍に対して、気を緩めずに対処していく必要がある」という思いをあらためて抱きました。私の勤める会社では、経団連のガイドラインを下敷きに、新型コロナ対策を継続中です。マスク常時着用、出社前の体温チェック、打ち合わせ時間の制限等が行われており、設備面でも、入口の手指消毒液、会議テーブルの飛沫防止アクリル板、食堂の座席間引き等が導入されました。在宅勤務が推奨され、社内外の不要不急な会合は、全て禁止です。不便ですが、やむを得ないと理解しています。新型コロナは潜伏期間が長く、自分が知らない内に罹患して、他人に感染させるリスクがあるからです。当クラブでは、今後を見据えて、ライブとリモートの併用の検討を開始しました。現状を正しく認識した上で、進めていければと考えています。(小早川浩彦)

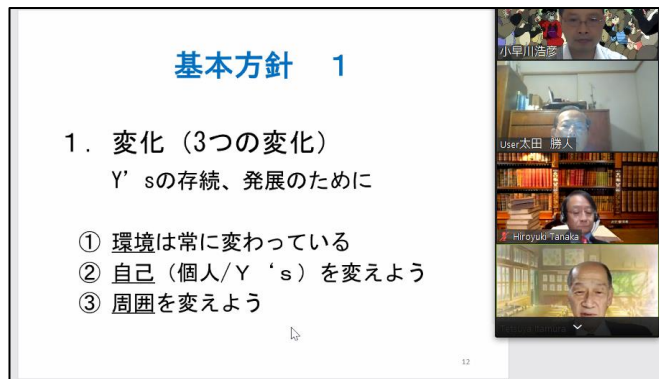


11月のHappy Birthday / Happy Anniversary  
 《誕生日》メネット田中直美(6日)、石田貞子(27日)  
 《結婚記念日》安藤慎次(28日)

10月例会	在籍12名 (内広義会員1名) 例会出席16名	出席内訳	メンバー		BF		ファンド	
			メンバー	8名	切手	0g(今年度累計 0g)	オークション	0円
			メーキャップ	1名	使用済み切手、少しでもご持参ください		(今年度累計 0円)	
			出席率	82%	ぽんぽこファンド	0円	スマイル	0円
			メネット	0名	(今年度累計 0円)		(今年度累計 0円)	
			ゲスト・ビジター	7名				

## 10月例会報告

10月6日（火）19:00から、例会がZoomにて開催されました。今回は宇都宮、東京、東京町田コスモス、東京町田スマイリング、東京武蔵野多摩、東京八王子、熱海の7クラブから、計7名の方にビジターとして参加いただきました。ビジタースピーチでは、東日本区理事である板村さんに、東日本区理事主題「変化を楽しもう！」に対する「主題の出どころと込めた思い」というタイトルで、変化と助け合いを軸とした基本方針についてお話いただきました。



**基本方針 1**

1. 変化（3つの変化）  
Y'sの存続、発展のために

- ① 環境は常に変わっている
- ② 自己（個人/Y's）を変えよう
- ③ 周囲を変えよう

続いて、11月15日（日）に国営昭和記念公園にて開催される東京YMCA西東京コミュニティーセンター主催の「ペタペタの会」の概要を、田中さんにご紹介いただき、最後は「プランター栽培トライアル」の第3回目を開催しました。講師の藤田さんには、今回のメインテーマであるレタスだけでなく、この時期の野菜についても色々とお話いただきました。遠方のクラブからも大勢の方に参加いただき、Zoom開催の良さをあらためて認識しました。（小早川記）

《出席者》「メンバー」8名：石田、伊藤、小野、小早川、田中、深尾、藤田、綿引、「ビジター」7名：大久保（宇都宮）、佐藤（東京）、権藤（東京町田コスモス）、太田（東京町田スマイリング）、板村（東京武蔵野多摩）、小口（東京八王子）、栗本（熱海）



## 10月第2例会（運用会議）報告

10月12日（月）19:00から、第2例会がZoomにて開催されました。報告事項として、「エセンシャル・ワーカー」の国際表彰について、田中さんからご説明いただきました。また、将来的なCS活動の提案としての「多摩市の災害ボランティアセンター運営」を、深尾会長からご紹介いただきました。審議事項では、例会のハイブリッド方式導入の議論がなされました。

Zoom例会では報告がメインとなり、コミュニケーションが弱くなる傾向があるため、ライブ（リアル例会）とリモート（Zoom）の併用を考えるとということです。感染リスクが減った訳ではなく、機材や場所の手配、感染対策の徹底等、実現にハードルがあることから、まずは11月第2例会にて試行することになりました。この他に、ブリテンをワイズ以外のメンバーに宛てた外向けの情報発信のツールにするにはどうしたら良いか、という議論も行われました。（小早川記）  
《出席者》7名：石田、伊藤、小野、小早川、田中、深尾、綿引

## 今月のスピーカー

中里 敦 さん  
東京 YMCA 会員部・  
コミュニティー事業部統括



《タイトル》  
「チャリティーランと障がい児者活動」  
《プロフィール》

1991年入職、山中湖センター、国際ホテル学校・医療福祉専門学校、しのめこども園、西東京センターを経て現在に至る。

## プランター栽培講座トライアル

第3回目となるプランター栽培講座は、回を重ねるごとに参加者の受け止め方が変わっているように感じました。最初は、不安だけでしたが、実際にプランターに植え付け、育て、メンテナンスをしたり、間引きをしたり、恐る恐るの手作業でしたが、作物の成長と共に参加者自身も成長しており、手応えを感じながら自信らしきものが芽生えてきているなど感じました。そんなことを感じつつ、参加者各位のコミュニケーションの場として、一体感、見比べる楽しさ、競争心、反省と学習の繰り返し、画面に広がる笑いの輪など、この講座にも別の味わいが出てきました。今回の例会では、東日本区の現理事、元理事、次期理事などがスピーカーやゲストとして参加され、また、近隣クラブからの参加者もあり、いつになく華やいだ例会になっていました。参加して「楽しい例会」、「実在感のある例会」を目指し、今後ともお互いが共感し合える例会にして行きたいと思います。（石田記）





### ぽんぽこ農園便り

10月12日(火)に1週間ぶりに畑の様子を確認してきました。いつもの佐々木さん、井上さんと私の3人が駆けつけました。台風の影響が長引いて雨が続き、天候不順が続いたため生育異常はないか確認してきました。嚴重にネットで保護されているため虫の被害はほとんど影響なしでした。葉が大きくなってきましたので、ネットの高さを上げる必要があります。次の作業予定に組み込みました。また、佐々木さんが、縄伸びした耕作地の掘り起こしと土壌の攪拌作業をし、その後、整地してくれました。次のネット作業時に堆肥と土壌改良作業を行うことにしました。里芋は、来週中にも収穫することにしました。(石田記)



### 11月10日はワイズデー

11月10日は日本のワイズメンズクラブが初めて国際協会に加盟した記念日。1928年11月10日に大阪ワイズメンズクラブが加盟しました。ちなみに、2番目は神戸クラブ(1930.2.17)、3番目は横浜クラブ(1930.12.16)、4番目は東京クラブ(1931.2.6)です。横浜クラブ、東京クラブは今年度90周年を迎えます。東日本区 Change! 2022 推進委員会および EMC 事業委員会では、今年度から「アニバーサリー プレゼント プラン」＝「周年記念のクラブに友人・知人を紹介しよう」を推進しています。会員候補者を紹介しましょう。(伊藤記)

### 第24回東新部部大会・参加者感想

10月10日の東新部部大会に、当クラブからは深尾さん、伊藤さん、田中さん、滝口さんがリアル参加、石田さん、小早川が Zoom によるオンライン参加いたしました。以下、順不同で参加者の感想等を掲載いたします。(小早川)

**深尾香子:**「絆」をテーマにしつつ、新しい生活様式を考慮して開催することになった部大会には、打ち合わせを重ねる毎に、多くの方々の経験、技術、人脈、が注ぎ込まれ、大きな成果へと繋がって行きました。私は最初のアイデアを出し、それ以降は、唯々、見守っただけですが、一つの事に向かって、皆が一丸となって進むことの力強さを実感出来た有意義な時間でした。発題者3名による話【今の小・中学生は、学校の正規の授業で、高齢者理解について学んでいる】

【次に活躍して欲しい現役世代には本業や、家族介護に追われ時間や余裕がないから、話を聴いたり、助けたり出来るワイズになって欲しい】【CS と会員増強には関係性が望めないらしいので、次なる工夫が必要】は、一見バラバラにみえますが、「絆」という基本テーマから、各人が思うところを自由に述べてくれたので、熱いメッセージになったはずです。我がクラブだけでなく、東新部の皆さまには、これを「自分事」と真摯受け止め、例え直ぐには明確な答えにならなくとも、その可能性を考え続けることや、共有して協働して行かれることを望みます。これまでの活動を振り返り、ストレスフルな生活を一新して、胸を張ってワイズとして生きられるよう、支え合ひましょう。



**伊藤幾夫:**今年度の部大会は、かつて経験したことがないコロナ禍での開催となりました。しかも、ホストは、わがクラブで、実行委員長は、深尾会長が務めました。きびしい状況にもかかわらず、深尾会長のしなやかな発想で、いままでのやり方を一変、ライブとリモートのハイブリッド型の部大会が展開されました。しかも、カメラを2台設置し、全体と発言者の両方が映し出され、オンライン (Zoom) で参加している人にも臨場感のあるものとなりました。また、第2部の研修では、パネラーとして、20代、40代、60代の3名を選び、それぞれの世代からの「切り口」は斬新なものでした。第3部での、トランペットとトロンボーンによるライブ演奏もすばらしかった。深尾会長お疲れ様でした。



## 東新部部大会・滝口さん発表原稿

今回の大会では、当クラブの滝口さんに「ワイズの皆さん、助けて下さい！～SOSを受け止める力とは～」というタイトルで発表いただきました。ご本人のご了解のもと、発表の際に使用された原稿を原文のまま掲載いたします。



昨年の12月14日、母が倒れたのは初雪よりも先でした。突然、膝の痛みを訴えた母は真夜中に救急車で運ばれました。病院に着き、母を待っていたのは検査の数々です、結果が出る頃には夜が明けていました。素人には分からない幾つもの数値を見せられて、私が真っ先に頭に浮かんだのは《リウマチ》でしたが、その可能性だけはないと医師から告げられました。安静を保ち、痛み止めの薬を飲み、医師の指示に従い経過を見るも改善の様子はなく、擬痛風、筋膜炎、挙句の果てには骨肉腫、全ての病院で違う病名を告げられました。

母が痛みを訴えてから半年が経過したころ、カルテの病名欄は《高齢発症リウマチ》へと変わっていました。全ての病院で《リウマチ》だけはない、と言われ続けてきたけれど、リウマチの薬を飲み始めたら初めて上向きの経過をみせました。以前よりも笑顔を浮かべるようになり、食欲も増していききました。訪問リハビリを定期的に行うようになってからは、歩行器を使わずに歩けるようになるまで症状が回復しました。体が回復すると共に心も元気を取り戻し始め、自分の事だけで精一杯だった母が、私に感謝の気持ちを告げるほど余裕を取り戻しました。このまま完治するのだろう、根拠もなくそう思っていました。

けれど現実はその甘くはなかった、リウマチの治療はいつまでも母を病魔から遠ざけてはくれませんでした。治療を受けたばかりの頃は回復の傾向を見せていたましたが、次第に効果も薄れていきました、所詮は対処療法、根本から治さない限り母が痛みから解放されることはない、時間が経つにつれ、母の膝を痛みが襲う、自分の力のみでトイレまで歩けるようになったはずが、いつの間にか歩行器なしでは歩けなくなって、さらに毎日継続して行っていた自身でのリハビリは苦しさ故にだんだんとやらなくなっていました。体の調子が悪くなれば、それに伴い

心も廃れていってしまう、取り戻したはずの明るさは彼方へと消えてなくなっていました。面倒くさいからとご飯を食べなくなり、今日が何日か何曜日なのか分からなくなり、替えたばかりのオムツを汚れていないのに破り捨ててしまう、目の前で壊れていく母の姿を眺めて私は途方に暮れることしか出来ませんでした。

いったい私はどうしたら良かったのだろう、何度注意しても行動を改めない時はどう言ったら良かったのだろう、痛みを苦しんでいる母に、何て声をかけるべきだったのだろう、様々な病院に通いどんな治療法を試しても効果が見えない時は誰の下に行けば良いのだろう、そもそも半年前に母が倒れた時、私はどうするべきだったのだろう。

私と同世代の中には、同じ悩みを抱えた人が数多くいるはずだからこそ、そんな人達に対して、ワイズの経験豊富な知識で助言をしたり、親身に寄り添い話を聞いてあげたりするような、そんな場を私は作りたいのです。ケアマネジャーは要介護者の母に対してや私にも寄り添い親身に相談に乗ってくださいとします、でも介護をしていると意外に孤独だったり、どうしていいかわからないことも多く、また苛々することもあり話を聞いてもらったり、体験談を聞くことにより私だけじゃないんだ、と安心したりということがあります。そんな、行政では手の届かない悩んでいる人の救いになればと思っています。

## これからの予定

- ・ 11月9日(月) 19:00～ 11月第2例会  
(リアルとZoomのハイブリッド方式を試行)
- ・ 11月15日(日) ペタペタの会
- ・ 12月1日(火) 19:00～ 12月例会 (Zoom開催)
- ・ 12月7日(月) 19:00～ 12月第2例会