



東京多摩みなみワイズメンズクラブ

chartered on 2016.7.17

2020年
 12月号
 (第53号)

今月のことば

「光は闇の中に輝いている。闇はこれに打ち勝たなかった。」新約聖書ヨハネによる福音書1章5節

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 (シカゴ・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 MC (Membership & Conservation) 会員増強・維持啓発運動

12月例会プログラム

日時：12月1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
- *ゲスト/ビジター紹介 会長
- *クリスマスメッセージ 川上 直哉牧師
「闇は光に打ち勝たなかった」
- *ゲストスピーチ 沖津 桃さん
「見えるもの、見えないもの」
- *チーム報告(農園、多摩社協、シェアマインド)
- *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。)

12月のHappy Birthday / Happy Anniversary

《誕生日》石田孝次(15日)、田中博之(15日)

《結婚記念日》安藤慎次(28日)

【巻頭言】「過去は変えられる」

一年前、リウマチを患った母を引き取り、私の介護生活が始まった。朝早く起き、寝不足のまま母の朝ご飯を作り、膝の温湿布をして薬を塗り、洗濯機をセットして気がつけば仕事に行く時間になっている。自分は朝ご飯を食べる暇もなく、慌ただしく家を出る。疲れて仕事から帰って来れば、待っているのは家事と介護だ。何度言っても母は言う事を聞かず、勝手に脱いだオムツがゴミ袋に捨てられている、それを見るたび私は母を怒鳴りつけた。怒っても仕方ないと分かっている、込み上げる怒りはどうしようもなかった。「ごめんなさい」としょんぼりと言う母を見るたび心に痛みが走る、そんな毎日は私は送っていた。そんな灰色の毎日を変えたのは、母の一言だった。「けいちゃん、いつもありがとう」

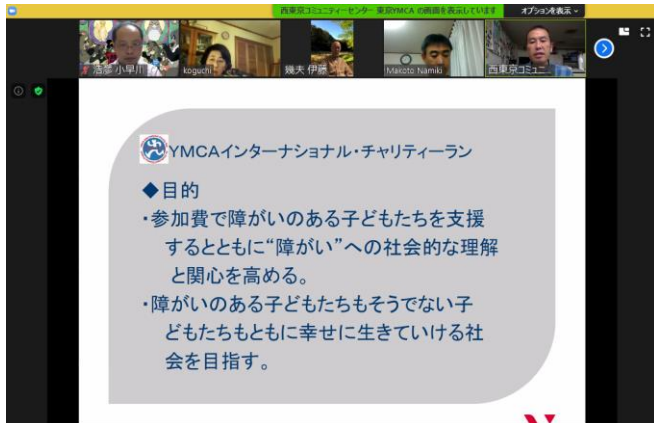
穏やかな母の笑顔を見ていると、ジンと心が温かくなっていくのを感じた。その時、私はようやく気がついた、「ありがとう」そう言われることが、私の生きがいなのだ。生きる意味を見つけた私の毎日は、幸せで一杯になった。ぼろぼろになった介護の毎日、そんな過去は、私の「生きがい」を見つけるきっかけをくれたという過去に変わっていたのだ。(滝口恵子)



11月例会	在籍12名 (内広義会員1名) 例会出席11名	出席内訳	メンバー 7名		BF		ファンド	
			メンバー	7名	切手	0g(今年度累計 0g)	オークション	0円
			メーキャップ	2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	3名				

11月例会報告

11月3日（火）19:00から、例会がZoomにて開催されました。本例会のスピーカーである中里さんの所属先、八王子クラブからは計3名の方にビジターとして参加いただきました。スピーチのタイトルは「チャリティーランと障がい児者活動」。チャリティーランの概要と西東京センターにおけるボランティア活動の取り組みについてお話いただきました。終了後の感想では、イベントPRの要望や、ワイズとして協力したい、といった意見が参加者から挙げられました。

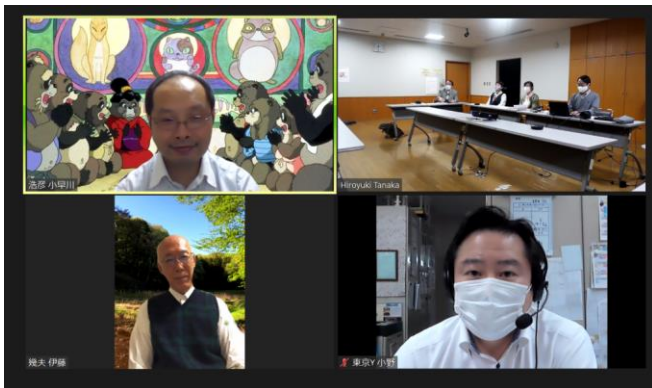


続いて、「プランター栽培トライアル」の第5回目を開催しました。メインテーマはサヤエンドウ。説明後はいつものように、参加者が育てたプランターの写真を見ながら、講師の藤田さんが、コメントをされました。今回で講座は終了ですが、トライアルとして一定の成果を上げることができました。（小早川記）

《出席者》「メンバー」7名：石田、伊藤、小早川、田中、深尾、藤田、綿引、「ビジター」3名：小口、中里、並木（東京八王子）

11月第2例会(運用会議)報告

11月9日（月）19:00から、第2例会が開催されました。今回は試行として、リアルで開催しつつ、Zoomにて会場を映すハイブリッド方式の例会を行いました。



定例審議事項では、11月の中里さんに続き、12月例会でもYMCA西東京センターの職員をお招きして、現場の声を伺うことになりました。また、新型コロナ禍の中で行うクリスマス企画として、川上牧師にメッセージをいただくことが決まりました。審議事項では、後期に希望する活動内容について、参加者がアイデアを出しあいました。ZOOMを使った合同例会、

YMCA等に会場を移した移動例会、当クラブの5周年イベント等、多くの意見が出たため、優先順位を付けて検討を進めます。その他に、農園の維持に尽力いただいている協力メンバーへのお礼についても話し合われました。最後に、リアル参加メンバーにぼんぼこ農園で取れた里芋が頒布されました。（小早川記）

《出席者》7名：石田、伊藤、小野、小早川、滝口、田中、深尾



クリスマスメッセージをいただく牧師

川上 直哉 さん

牧師（日本基督教団）・
神学博士（立教大学）



《タイトル》

「闇は光に打ち勝たなかった」

《プロフィール》

東京、群馬、千葉、石川と、15回転居をして、2001年から宮城県に住む。2016年から仙台青葉城クラブ、2020年11月から石巻広域クラブに所属。2011年3月から「仙台キリスト教連合被災支援ネットワーク・東北ヘルプ」事務局長、2012年度から「宮城刑務所教誨師」、2013年度から「仙台白百合女子大学カトリック研究所」客員所員、2018年度から石巻栄光教会の牧師となり、現在に至る。

今月のスピーカー

沖津 桃 さん

東京 YMCA・西東京センター職員



《タイトル》

「見えるもの、見えないもの」

《プロフィール》

学生時代はリーダーとして山手センターの特別支援プログラムに携わっていました。卒業後は自閉症児の療育や児童館などで働き、YMCAへは2012年入職。山手センターでは主に事務を担当し、2018年度より西東京センターへ配属。現在の主な業務は野外プログラムです。

プランター栽培講座トライアルを終えて

石田孝次（企画メイン担当）：この講座は、NHKe-TVの「趣味の園芸」の講師として広く知名度のある藤田智さんが、我がクラブのメンバーにしながらワイズの中での活躍の機会が少なかったので、地元でのCS活動の一環として多摩市の特徴を活かしてプランター栽培講座をクラブ開催のイベントとして企画できないかとお相談を持ちかけたところ、二つ返事で快諾していただき、極短期間の内に開講に漕ぎ着けることができました。コロナ禍の中でZOOMが新たなコミュニケーションツールとして広く知られる様になり、その中で生まれたのがこのZOOMを活用したプランター栽培講座でした。いずれコロナの問題が解消され日常が戻ってきたら元々のベルブの講座室を使って実開催するための試金石、トライアル講座として内々の自クラブと近隣クラブの仲間を中心に実験したものです。やって行くうちに藤田講師の体全体から醸し出すお人柄と土の香り、ユーモアあふれる話しぶりが、居心地の良い空間を生み、回を重ねるごとに楽しいコミュニケーションの場が変わって行きました。そして、この講座への周囲の反響、広がり、さらなる期待の声が日を追って増して行きました。参加者からも参加してよかった。体験する喜びを実感できた。楽しいひと時だった。家族内の新たなコミュニケーションの機会になったなど嬉しい反響を数多くいただきました。その意味で、今回のトライアル講座は、成功裏に終えることができ、次への期待を残してくれたと思います。まずは、全面的にご協力いただいた藤田さんに心から御礼を申し上げ、この講座を支えてくれた参加者の皆さまにも感謝を申し上げます。

開催された5回の講座を振り返ってみると、9月1日に第1回の講座を開催し、ZOOMでの講座は、一体どうなることやら、また、素人同然の参加者たちは一様に不安を抱きながら恐る恐るZOOMの画面に現れました。顔馴染みでホッとする一方で、みんなの顔は、緊張しているのが分かりました。藤田講師の緊張感をほぐす巧み々に話術にいつの間にか打ち解け、参加者が事前に投稿してくれた植え付けた野菜の生育写真の一覧表がZOOM画面に示され、参加者別にワンポイントレッスンをいただきながら次回の課題にチャレンジして行きました。万事が試行錯誤の連続で、回を重ねる内に野菜も遅ればせながら何とか育ち、また、参加者も連れて成長し、ZOOMで見る参加者の表情は、「自信」と「笑い」と「なごやかな雰囲気」が変わって行きました。これまでに、第1回目、ミニ大根とミニ白菜。第2回目、春菊。第3回目、サニーレタス。第4回目、いちご。第5回目、エンドウマメに挑戦しました。回を重ねるごとにプランターの数も増え、場所の確保も大変でした。我が家では、限られたベランダのスペースの陣取り合戦が始まり大変でしたが、ぎりぎりの攻防で何とかスペースを確保ができました。今では、密かにプランタ

一栽培を一緒に支えてくれています(笑)。このような家庭内での新たなコミュニケーションの場作りにもなっています。一方で、裏方の負荷の軽減や手間暇を削ぐための対策など改善すべき点も見つかり、次回への課題として取組んで参ります。

改めてこの講座を振り返ってみて、多くの発見がありました。ZOOMでも十分できる。何よりも参加することの「楽しさ」、「楽しい例会」の再現につながったことが最大の収穫でした。「作る喜び」「育てる喜び」「食する喜び」「コミュニケーションの輪と一体感の共有」など、これまでのクラブでの活動ではなかなか実感できなかった全く新しい体験をすることができました。今回は、仲間内でのトライアル講座ではありましたが、十分手応えを感じつつ、また、ワイズの会合や東日本区の委員会に参加した際に話題としてZOOM講座の話をするとう結構反響があり、私もやってみたいという声が多く聞かれました。ZOOM方式での参加は、当初から予定されたものではなく、地元多摩市周辺に住む方々で手軽にプランター栽培に興味を感じる方を対象に行う「趣味の実践講座」を想定していました。コロナ禍の中で、思わぬ展開となり、ZOOMを使ったりリモート疑似体験講座に早変わりしたわけですが、全てが、初めての連続でしたが、藤田講師のお人柄、全面的なご奉仕の精神と参加者の熱意のなせる業と感謝あるのみです。次なる高みを目指しこれからも我がクラブのシンボルとなる「ぼんぼこ農園」がらみのCS活動を起点に実農園&実講座+仮想空間とのハイブリッド化にも取組み、時空を超えたワイズの活動に更なる厚みと新風を吹き込んで参りたいと存じます。

試行版

2020.08 本例会
2020年度 東日本区のみやまワイズメンクラブ
コミュニケーションサービス委員会

新型コロナウイルスの影響で、自宅で過ごすことが多くなっている今、自宅で楽しめる家庭菜園や野菜を育てる園芸活動が盛んになってきました。東区、ホームセンターなどに苗や土を買い求める人の多さが目立っています。そこで、東区多摩のみやまワイズメンクラブでは、

家庭菜園(プランターの栽培)を楽しもう！(全5回)

を開催いたします。

この多摩市界隈を舞台に花や野菜の栽培、コミュニケーションあふれる街へと変えて行くお手伝いをさせていただきます。(講師)



藤田智（講師）: みなさん、5回のプランター栽培を受講していただき、ありがとうございました。また、講座開設から実行までお世話をいただいた石田さん、深尾さんに心から感謝いたします。初めて野菜づくりに取り組んだ方やもうベテランの域に達している方など様々なレベルではありましたが、無事に講座を修了していただき、感謝の気持ちでいっぱいです。このコロナ禍の中、家庭菜園は世の中に浸透し、プランター、お庭、畑などで野菜を作っている方が増えました。自分で野菜づくりを始めるには、一から勉強しなければならず大変ですが、一度成功するとうれしさも重なり、続けてゆく方が多いようです。つまり、成功が次への第一歩というわけです。このためにも、最初が肝心です。基礎から学んで野菜づくりを成功に導くこの講座が続いて行くことを望みます。みなさんもこれを機に野菜づくりを本格的に始めてみませんか。

収穫（キヌサヤエンドウ）



- 長さは6～7cmで、種のふくらみが少し見えるものを収穫。
- 収穫はハサミを使い、上部を切り取る。
- 収穫は残さず収穫すること。収穫し忘れると株が弱ってしまう。

ぼんぼこ農園便り

穏やかな陽気に誘われ、11月16日木曜日の午後、ぼんぼこ農園の様子を見てきました。友の会の佐々木さんを誘い、一週間前に植え付けた玉ねぎの根付きの状況を確認しました。約400本中10本程度は、根腐れしていたものの、予想外の成績でした。みんなお日様の恩恵を受け、逞しく伸びやかで緑色の芽が鮮明に反射して見えました。また、防虫用のネットを突き破る勢いのブロッコリーは、ネットを外すと、抑圧された空間から飛び出しスッキリしていました。中心部の球が確認できて、いよいよブロッコリーらしくなってきました。味わえる日は間も無くです。



隣のキャベツと白菜も玉の雰囲気目視で確認できました。夢も膨らみます。大根は、今週末には一部収

穫できそうです。試しに一本抜いてみると、形、色つや、地肌の全てが大変良く、作柄はすこぶる良好でした。今週末の天気の良い日にみんなに声をかけ、収穫作業を楽しみたいと思います。ブロッコリーの残りのネットを全部外し、使用済みのネットを棒に巻き付けて収納BOXに格納しました。道具の格納や剥がしたネットの整理なども重要な作業の一つです。直射日光を浴びながら汗びっしょりの作業が続きました。作業後の水の美味しかったこと。（石田記）



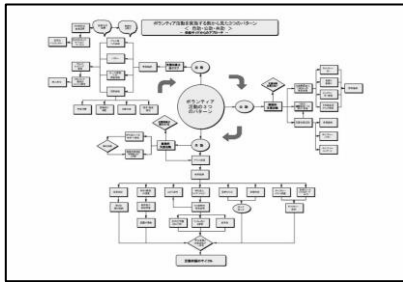
他クラブからの思わぬ反応

横浜つづきクラブの例会卓話のFB投稿とChange! 2022 ニュース No.12号の不肖私の巻頭記事「ボランティア活動の断面図」が、ワイズの仲間目にとまり、関連する資料のリクエストや記事の掲載許可の依頼がありました。卓話リクエスト自体が驚きで、わずか15分の時間の中ですべてを語りつくせなかったためFBに関連する資料をアップしたところ、甲府クラブの仙洞田安宏さんが、そのFBをご覧になり今後の新クラブ設立の参考にしたいとe-mailをいただきました。仙洞田さんは、我がクラブが、「ぼんぼこ農園」を開園する際、果たして素人集団が取り組めるものなのか、実際に農園活動を行われていた先輩クラブとしての経験談を卓話でお話いただいた経緯がありました。

一方、ニュースの巻頭記事は、西日本区のびわ湖部高島クラブのブリテン担当の豊島ワイズからでした。Change! 2022の事務局で熱海クラブの大川ワイズ経由で連絡が入りました。7月に産声を上げたばかりの新クラブで、今後、クラブ運営やボランティア活動をどう取り組んで行ったらいいか、東西のワイズメンズクラブの活動で参考になる情報はないかと探していたところ、たまたま目にとまったというわけです。新クラブとしてこれから活動しようとしてあれこれ悩まれ、先々の方向感が定まらない段階で目にとめていただいたことに恐縮し、感謝しています。我々も何も解らずにワイズに入会し、その後、ボランティア活動とどう向き合っていくらいいのか新米メンバー同士で迷走した経験とそこからの脱出の体験を具体的にイメージできる形（フローチャート化）にして伝えることこそが、未知の世界で「何をどうしたらいいのか」という根源的な悩みへの「福音」とな

るのだと実感しました。「ワイズとは?」「ワイズメンの義務とは?」の前に、実際の活動や関わり方を通じてワイズの活動を伝え指導することの方が、はるかに啓蒙的で、ワイズへの理解を深め、行動する力になるのだと意を強くしました。それこそが、新しい仲間を増やすための原動力になるのだと。ワイズの大きな組織の中で指導的な立場で関わっている人たちにこのことをしっかり認識していただくことこそが、何より効率的効果的な指導になるということをはなはだ僭越な物言いになりますが、強く申し上げたいと思います。Change! 2022 推進委員会の端くれとして

認識を新たに組み立ててまいります。また、新クラブの高島クラブさんには、その時作成したいくつかの資料を添えて今後の参考に役立



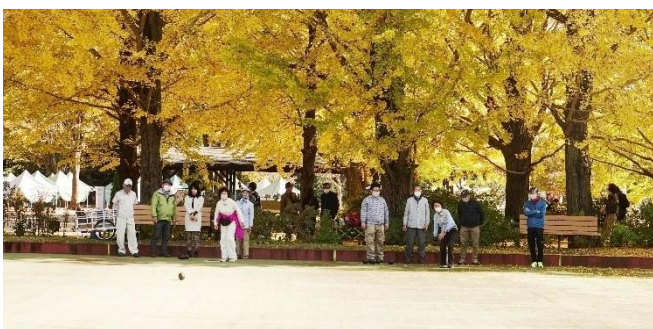
ていただければと思います。他にお手伝いできることがあれば最大限のサポートをして参る所存です。(石田記)

ペタペタの会 in 昭和記念公園

秋晴れのもと、東京 YMCA 西東京コミュニティーセンター主催のウォーキングプログラムの「ペタペタの会」が、11月15日(日)に国営昭和記念公園にて開催されました。毎年春、秋に開催されているこのプログラムですが、春は、コロナのため中止になり、1年振りの開催となりました。



イチョウ、モミジの黄葉、紅葉が真っ盛りの中を「お楽しみクイズ」を解きながら、ペタペタとのんびり歩き(それでも約16,000歩!)また、公園主催のニュースポーツ体験会にも参加し、ローンボウルズ、ディ



スクゴルフなど、珍しいスポーツを体験しました。ゴールは、綿引さんが館長を務める、公園の隣の「たましん美術館」の見学。「芸術の秋」も堪能しました。

「ペタペタの会」の目的である、健康増進、多摩地域を知ること、東京 YMCA 会員・ワイズメンバーの親睦を深めること、一般の参加者に YMCA を広く知ってもらおうということを十分に達成できた一日でした。4月の春の会には、より多くのクラブの皆さんのご参加をお待ちしています。(田中記)



<当クラブからの参加者>

藤田夫妻、綿引、田中(コメット夫妻、マゴメット1名も)(全体参加者16名)

YMCA ニュース

担当主事 小野 実

いつも YMCA へのご協力に感謝いたします。

◆キャンプの新しい形を活かして

1920年、大阪 YMCA が六甲山で行った組織キャンプが日本で初めて行われた「キャンプ」と言われています(いわゆる野外炊飯といった行為ではなく、グループ活動を主体とした「キャンプ」です)。今年、2020年はキャンプ100周年の記念の年になるのですが、コロナ禍の影響により多くのキャンプが中止になりました。東京 YMCA の冬のキャンプについては、定員を減らしたり、ファミリーを対象としたり、コロナ禍に対応した形態で実施されます。

◆第34回インターナショナルチャリティーラン報告 10/24~11/1まで、歩数計アプリを利用して実施されました。43チームが参加して行われ、トータル9千万歩近い歩数がカウントされました。ご協力に感謝いたします。

詳しくは、以下の東京 YMCA ウェブサイトをご覧ください。

<http://tokyo.ymca.or.jp/news/2020/11/20201105-3.html>

「本来の」キャンプの形やイベントの形を根底から覆されたコロナ禍の中で、新しい試みが続いています。引き続きご支援をお願いいたします。

これからの予定

- ・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
- ・1月5日(火) 19:00~ 1月例会 (Zoom開催)
- ・1月11日(月) 19:00~ 1月第2例会