



The Star in the West

東京西ワイズメンズクラブ会報

THE SERVICE CLUB FOR THE YMCA

THEY'S MEN'S CLUB OF TOKYO-NISHI(03)3202-0342

c/o TOKYO YMCA YAMATE CENTER. 2-18-12 NISHIWASEDA, SHINJUKU-KU, TOKYO 169-0051, JAPAN

国際会長主題
アジア会長主題
東日本区理事主題
あずさ部部長主題
東京西クラブ会長主題

“Misson with Faith” 「信念あるミッション」
“Through Love. Service” 「愛をもって奉仕しよう」
「原点に立って、未来へステップ」
「ワイズメンとして一歩前進」
「少しでも前へ進もう そしてあがいてみようこの一年」

2015年11月号

NO 471

実に、人は心で信じて義とされ、口で公に表して救われるのです。
聖書にも、「主を信じる者は、だれも失望することがない」と書いてあります。
ローマの信徒への手紙 10: 10~11

ユースリーダーたちへの期待 会長 大野貞次

YVLF (ユースボランティア・リーダーズフォーラム) は 1987年9月、晴海埠頭に錨泊中の「にっぽん丸」で行われた3部合同の部会に併催した「リーダーミーティング」が始まりです。

当時の日本区理事標語「青年と共に働くワイズ」を具体的に展開する一つの場として企画され、各YMCAに連なるボランティアリーダー約50人を招待して研修、交流の場として実行されました。以後実行委員会が設けられ、担当YMCAを決め開催され、28回を数えるまでになりました。現在はリーダーになって日の浅い学生たちの研修の場となっています。

研修に参加するリーダーの宿泊費・食費・交通費などの参加費は、大半をワイズメンズクラブからの支援でなされています、今年度は9月11日～13日、東京YMCA山中湖センターで開催され・群馬・埼玉・仙台・千葉・東京・栃

木・北海道・横浜のYMCAでボランティア活動をしている青年34人が参加、指導して下さるカウンセラー6人(ボランティアOB・OG)講師1人・YMCAスタッフ3人、実行委員(ワイズメン)6人によって、「今、リーダーに求められていること」を標題に研修しました。

始めは少し控え目な彼らが、終了時には活発に意見を発表する姿を頼もしく感じました。私は委員としてのお手伝いは4度目となりますが、毎回参加する青年たちが各YMCAで実施されているプログラムを支えていることを思い感謝、またそれを支えて下さっているワイズメンの方々にも感謝です。彼らが学生生活を終え社会に出て、それぞれの場で活躍し、いずれはワイズメンとして戻ってきてリーダーたちを支える側になってもらいたいと願うものです。

九品仏から懐しの東京五輪駒沢への散歩

秋深い名刹・九品仏から、駒沢公園へ。東洋の魔女が金メダルを獲り、マラソンの円谷幸吉選手が力走した1964年東京オリンピックのメモリアルギャラリーで往時を偲びます。

期 日：11月28日(土)

コース：東横線自由が丘駅ー九品仏ー浄真寺ーねこじやし公園ー呑川緑道・神明橋ー呑川橋ー深沢不動ー駒沢オリンピック公園ー東京オリンピックメモリアルギャラリー・聖火台ー田園都市線駒沢大学駅

集 合：東横線自由が丘駅
北(正面)口前 9:40

解 散：田園都市線駒沢大学駅
14:30

参加費：300円(交通費・施設利用料は各自負担。初回参加料200円)

携行品：昼食、飲み物、雨具

クラブ役員
会 長 大野 貞次
副 会 長 高嶋美知子
書 記 篠原 文恵
会 計 石井 元子
担当主事 小畑 貴裕

10月の記録		ニコニコ 7,116円	
在籍者数 17人 (内功労会員) 1人	メネット 1人	クラブファンド	745円
例会出席者数 12人	コメント 0人	ファンド残高	341,707円
メーカーシップ 1人	ビジター 3人	ホテ校ファンド	13,000円
出席率 82%	ゲスト 0人	ホテ校残高	44,578円
前月修正 -	出席者合計 16人	WHO参加者	37人

今月の強調テーマ：ワイズ理解・ ファミリーファスト

11月は「ワイズ理解」の強調月間です。「ワイズ理解」は、「YMCA理解」でもあります。YMCAはさまざまな顔がありますが、少年キャンプ、なかでも野尻学荘キャンプは、YMCAならではのものです。中学生が野尻湖畔で、ランプの灯のもとで、15日間を過ごします。「ゆっくりと成長していく自分に向き合える時間」とも言われます。今回は、キャンプを支えるリーダーの指導をされている町島崇史さんに、学校や家庭では出来ない、教育キャンプのお話をうかがいます。

日時：11月19日(木) 18時45分～21時

会場：あんさんぶる荻窪 4F 第2教室

(杉並区荻窪 5-15-13 TEL/03-3398-3191)

会費：1,500円(ゲスト、ビジター、メネット)

担当：B班(神谷、竹内、河原崎、高嶋)

HAPPY BIRTHDAY 11日 堀内 節子

開会点鐘
ワイズソング
聖書朗読・感謝
挨拶と紹介
会食と歓談

受付 河原崎和美
司会 高嶋美知子
大野 会長
一 同
神谷 幸男
大野 会長
一 同

卓話 学校や家庭ではできない教育キャンプ
晃華学園小学校教諭 町島崇史さん

ワイズ報告
YMCA報告
ハッピーバースデー
ニコニコ
閉会点鐘

大野会長他
小畑 主事
一 同
大野 会長

—10月事務会報告—

日時：10月22日(木)

19:00～21:10

場所：荻窪・ピアンタ

出席者：石井、大野、神谷、木原、
篠原、高嶋、山田、吉田

<報告事項>

- ①10月のデータを確認した。
- ②10月の経常会計を承認した。
- ③会員の近況が報告された。

<協議事項・例会関係>

▲12月例会

日時：12月17日(木)

会場：中野サンプラザ・15F

内容：会費6,000円を決め、内容の企画は担当班に委ねることにした。

担当：C班 山田(利)、小畑、
小山、鳥越、本川

▲1月例会

日時：1月21日(木)

会場、内容：未定

担当：A班 吉田、木原、堀内、
石井、篠原、山田(紀)

<協議事項・例会以外>

- ①創立40周年記念祝会の会場の部屋を出席者数の予測に基づき変更。1月の在京新年会までに

第2報が出来るよう卓話者を決定、準備する。

- ②大野会長から、当クラブの会員増強のために何が出来るか、改めて考えたいとの提案があり、個々に考えを述べた。

◎友人を呼びやすい卓話・卓話者を企画する。積極的に外にアナウンスして行きたいのだが、現状は実現していない。

◎地域に繋がらなくても、人間的な繋がりには可能性がある。

◎WHOでブリテンを配布しているが、フォローできていない。

◎杉並地域のボランティア紹介の会で、当クラブのアピールができるのではないかと。アピールのポイントを絞る必要がある。

◎社交的なクラブであることを理解してもらうことも大切。

◎若い人が例会に出席したことがあるが、永続きしない。若い人のグループができないか。

◎ゲストもビジターもスピーカーも、来会者を全員で迎える。(書記・篠原文恵)

卓話者紹介

町嶋崇史(まちしま・たかふみ)さん

青山学院大学から東京学芸大学修士課程を経て横浜YMCAに入職。その後、調布市内の晃華学園(こうかがくえん)小学校で体育科を担当。YMCA野尻学荘との関わりは小学6年生の頃から。

「中学生になったらここに行きなさい」と半ば強制的に親に言われ、サッカー部の休みを利用して中学1年の夏が初参加。その後Boysとして5回、大学生からはリーダーとして参加。今年の夏、リーダー10年目に到達。ヨットや水泳など水上アクティビティが得意だったことからウォーターフロントディレクターを担当した後、現在は水上に加え登山やグループワークに含めたリーダートレーニングを担当するリーダーディベロプメントディレクターを担当している。28歳、リーダー歴10年。

初めて罪状認否を聴く —10月例会報告—

気持ちの良い秋晴れが続く 10月15日、「あんさんぶる荻窪」で10月例会がもたれました。

卓話者はワイズメンの両親の元でコメント時代から活躍されている、かの有名な大槻展子（東京クラブ）ワイズメンです。

今回は本職の弁護士として「刑事事件から見る社会」と題してお話して下さいました。

まず弁護士としてのキャリアは、民事事件や倒産事件を扱う法律事務所に入り英会話学校や電子部品メーカーの破産・事業再生にかかわる等したとのこと。その後、大手の事務所に移られ、不正調査チームに所属したが、もともと刑事事件を扱いたい思いもあり昨年6月独立されました。

裁判はまず罪状認否、冒頭陳述、証拠調べという流れで、最後に判決言い渡しになります。その冒頭陳述の様子を、2009年から始まった裁判員裁判で初めて死刑判決が確定した事件の例をあげて実演され、一同シーンとして聴き入りました。

裁判員裁判の裁判員には、無作為に呼ばれた人々の中で事情のある人を除き、弁護士側、検察側数人ずつ不選任とできるが、最近、前もって書かれた質問表と顔つきを見て選ぶしかない等、ちょっと面白い話もありました。

経験された事件について何件か話されましたが、いずれも本当はとっても善人なのに周りの環境に翻弄されたり、意志の弱さもあり罪を犯す人が多く、それらの人々にただ前例にならった刑罰だけ与えても更生は難しいと思うとのこと。また再犯を繰り返す人たちには精神鑑定を受けさせたり、裁判に臨床心理士が関わってくるようになり、社会的傾向として良い方向になっているとのこと。

日頃めったに見聞することの



卓話者の弁護士・大槻展子さん（東京クラブ）

ない世界の話で一同熱心に拝聴しました。

YMCA 報告では、当クラブが支援しているホテル学校の入学生が昨年より増加しているという嬉しいお知らせがありました。

（山田紀子）

出席者：石井、大野、小畑、神谷、河原崎、小山、篠原、高嶋、竹内、山田（紀）、山田（利）、吉田、<ビジター>大槻展子（卓話・東京クラブ）、長澤弘（東京クラブ）、田上正（熊本むさし）、<メーカー>木原（事務会）

—10月WHO報告—

10月は、秋晴れの24日。市川市行徳の東西線の妙典駅に集合、参加者37人。

まずスーパーイオンの食品売場に入りました。東京西部では見られないスケールでした。今回のお目当てのひとつ徳願寺は、徳川家康ゆかりで、寺町の中でも格式の高い感じ。事前に依頼して



翌日の行徳祭りのために整備中の神輿をかこんで

いたので、若い住職から山門、経蔵、本堂などの説明を受けることができました。浄土宗、日蓮宗、臨済宗の寺を巡り、豊受神社へ。明日は行徳祭りで、ここから神輿が出発するというのに、まだ人の気配はありませんでした。

家康が鷹狩りに通ったという権現道に沿って寺院を巡ります。キリシタン灯籠

のある妙覚寺、塩づくりを指導した法善寺を抜けて本塩の豊受神社へ。

浄閑寺を経て、行徳街道を渡って、旧江戸川土手の常夜灯公園に上りました。川の流れを眺めながら、秋空のもとで昼食の時間。

最後の見どころは、神輿を製作している中台製作所でした。木材の切り出しから、飾りの製作、仕上げまでの一貫生産です。店の前に大小の神輿が置かれ、明日の祭りのための整備中でした。その1人が社長さん。見学のことはいないようでしたが、快く工場を案内してもらいました。この日は、一部の作業しか見られませんが、金属飾り加工、漆塗りなどを見ることが出来ました。滅多にそばで見ることのできない物を手に取るように見、聞けない話を聞き、買うわけでもないのに立派なパンフレットももらい大満足。社長さんに集合写真のシャッターを押してもらい、再び妙

典駅に戻り、解散しました。

（吉田明弘）ワイズ参加者は、石井、吉田（東京西）、中澤（東京たんぼ）、野尻（東京武蔵野多摩）



ロールバックマラリアの蚊帳の前で、事業主査の小原史奈子さん（東京たんぼぼ）と東京西クラブメンバー（あずさ部会にて）

秋空の甲府であずさ部会

10月18日、第19回あずさ部会が甲府で開かれました。大野会長の車に5人が乗り、好天のドライブ、さしたる渋滞にも遭わず定刻前にホテル談露館に車を置き、居合わせた長野クラブの皆さんと昼食に出かけました。

100人余が集まって山梨県庁防災新館で式典が始まり、部長挨拶、祝辞、事業主査による担当事業のアピールと続き、前年度国際表彰伝達式では田中博之東日本区直前理事からブースター賞として東京サンライズクラブの小山憲彦さんに、エルマークロー賞として富士五湖クラブの望月勉さんにそれぞれ贈られました。ブースター賞は1年間に3人以上のメンバーを入会させた人に贈られる賞、エルマークロー賞は年度の優秀部長に贈られる賞です。

第2部は雨宮清さんによる「モノづくりを通しての国際貢献」の記念講演。1995年から地雷除去機を開発、内戦で国土のほとんどが不発弾や対人地雷原と化してしまったカンボジアや他の紛争地域で精力的に除去作業を進めておられます。

テレビ番組「ガイアの夜明け」「カンブリヤ宮殿」などでお見かけしたそのお方は、柔和な笑顔の中に強い志を持って活動を続けられ、次々に新機を開発して、現

地の子ども達の笑顔を楽しみに各地を訪問されているという。まだまだ、カンボジアには地雷が残っているが、中東やアフリカの現状にも心を痛め、今後は学校建設にも力を尽くしたいと結ばれた。

講演が終わり、遅れて会場入りされた神谷ご夫妻と一緒に懇親会場の談露館に戻る。名前の付いた円テーブルが並び、各メンバーが入り交じり宴が始まった。ご馳走の後のぶどうは格別の味、フルーツ王国の味覚を堪能しました。

6時30分に閉会、大野号は快適に帰路を走り、午後10時に荻窪に到着、それぞれの家路に着きました。参加者は、石井、大野、神谷、神谷M、篠原、高嶋、吉田の7人でした。（篠原文恵）

我がクラブの会員増強施策

東京西クラブは来年7月に設立40周年の節目を迎える。40周年をどういう形で迎えるか？目下実行委員会を立ち上げ知恵を絞っている真最中である。その第1回委員会でのこと。

50周年ならば海外からもお客さんと呼んで大々的に激励してもらい且つお祝してもらいたいと思うが、40周年は内輪のお祝いでよいのではないかとの意見も出た。その時誰かが叫んだ。10年後はクラブに誰もいなくなってしまうじゃないか。確かに現在の平均年齢77歳、10年後は87歳だ。だから元気であるうちに40周年行事をそここの規模で実施すべきだとの意見に妙に納得したものだ。これは冗談である

が、この時クラブの「会員増強」が皆の胸に切実に響いたのだ。

そこで、事務会報告にあるようにまずはフリーディスカッション。いろいろと現実即した意見が出たが、方針と実行につながる意見はこれからが勝負。マンツーマンで友人・知人を誘い込むことが正攻法であろうが、同年輩の友人・知人しか持たないのでは仮に入会に至っても平均年齢を引き下げるには心許ない。息子・息女の次世代層こそ標的だと言われても手も足も出ない様相。だからクラブとしての戦略的施策、クラブとして取り組む施策が考えられなければならない。まずは例会にゲストを温かく迎えましょう。活動と一緒に汗を流してもらいましょう。他クラブに大勢いる仲間との交流を楽しんでもらいましょう。しかし一番大切なのは、ワイズって何だ、YMCAって何だをしっかりと理解してもらうことでしょう。（神谷幸男）

JA1AA

旧聞に属しますが、庄野久男さんが、9月8日の日経新聞朝刊の『交友抄』で“伝説の人”として紹介されました。戦後、禁止されていたアマチュア無線の交信を連合軍司令部に掛け合せて再開したこと、彼のコールサインが、JA1AA だという話でした。篠原書記がワイズドットコムで流したところ、東西のワイズメンから、メールが返ってきました。

「2桁(AA)のコールサインは、愛好者にとって宝物です。その方が東京西クラブにおられるとは、ビックリ」(富士・漆畑義彦さん)。

「私は以前、JA3AAの方と話をして、夜も眠れない思いをしました」(熊本ジェーンズ・小川祐一郎さん)。「数年前、ハムの友人を貴クラブの例会に連れて行った時、彼は庄野さんにサインをしてもらっていました」(東京八王子・久保田貞視さん)。

☆☆ インタビュー ☆☆ 衣笠輝夫さんに聴く

* * *

衣笠輝夫さん(埼玉)は、区のユース事業委員をつとめられておられます。前年度は区のユース事業主任でした。



一恒例ユースボランティアリーダーズ・フォーラム (YVLF) はいかがでした。

「東日本のYMCAから34人の経験の浅いリーダーが、2泊3日、山中湖で研修しました。それぞれが、YMCAに帰って得た経験や知識を生かして活動してくれることを願っています」

一衣笠さん自身、YMCAの学生リーダーでしたね。

「ええ、昔、神田美土代町にあった東京YMCA中央ランチ少年部と目黒ランチでリーダーをやっていました。社会人になってからの2年やりましたから、合わせて7年間です。野尻湖、山中湖のキャンプ場駐在も経験させていただきました。高校生時代は、高校生グループ(フェニックス)のメンバーでしたが、その時の大学生リーダーが笈川光郎さん(前東京)でした」

一メネット詩子さんもリーダーだったとか。

「目黒YMCAのチビッコキャンプ」などのリーダーでした。1974年頃です。キャンプネームは「ウタコ」、私は「キヌサン」でした。

一その頃、私は、東京目黒クラブに在籍していました。ドラマーを

経て牧師になった兼松豊さん(バクダン)や、現在、山手YMCAのliby活動を支えている小児精神科医の石川憲彦さんがリーダーだった時代ですね。

「そうです。先日の京都のアジア地域大会の日曜礼拝で久しぶりにバクダン牧師に会いしました」

一リーダー卒業生が、ワイズに入会してくれたらと誰しも思うのですが。

「リーダーOB・OGで、YMCAやワイズに入っている方が極めて少ないのが残念です」

一阻害要因があるのでしょうか。

「社会人になって、YMCAと縁が切れますが、その後なんらかの繋がりを持っておくことが重要と思っています。私の場合、約10年前に埼玉YMCA30周年記念行事が浦和バプテスト教会でありました。私はその教会員で、音響・放送設備のお手伝いをしていましたら、笈川光郎さんが偶然来られ、再会しました。笈川さんと埼玉YMCA栗原道子総主事から声をかけられたのが、YMCAに戻るきっかけです。

一卒業後は、どのような仕事をされてきましたか。

「大学卒業後、非鉄金属関連の会社に技術者として入社しました。様々な実務を経験しました。その実務が現在、ワイズメンの運営などに役に立っています」

一ワイズメンになったのは。

「埼玉YMCAの会員になってから、埼玉ワイズメンズクラブの故河村幹夫さん、紺野彦司さんに誘われ、入会しました」

一クラブの中には最初から居場所がありましたか。

「1、2年は、出席率50%くらい。3年目に会長にさせられ、以来、7年間会長をしています。そのおかげで出席率はほぼ100%です」

一話が変わります。衣笠さんはギターを弾きますね。

「ギターはリーダーの頃からで

す。キャンプソングの伴奏をやっていました。キャンプソングは、YMCAの共通言語、宝物だと思っています。リーダーOB・OGとも、このキャンプソングで繋がることができます。今、facebookグループの「キャンプソングの会」を笈川光郎さん、浅羽俊一郎さん(東京山手)と立ち上げ、古今のキャンプソングをUPしています。YMCAリーダー・OB・OGにはぜひ参加して欲しいと思っています」

一今、ワイズのユース事業での課題は何だと思われていますか。

「私の周りにはユースがいない、ユースと接する機会がないと思われるワイズメンが多いですね。リーダーはリーダー会などで、YMCAでも別の時間帯に活動しているので、会う機会も少ないはずです。例会にただ招待しただけでは単発で終り、継続した共働の場が造れません。私たちのスタンスを変え、こちらから、さまざまなユース会合に出かけていく、またはユースと協働する場をコーディネートする、YVLF、全国リーダー研修会などに出かける、YMCA同盟主催のユース研修に出かけて多くのユースを知るなどが先ず必要と考えています。ユースを知ることが先ず一番です」

一ワイズメンになったために自分が変わったことがありますか。

「ワイズメンズクラブは、世界的なネットワークがあり、多くの素敵なワイズと出会うことで、自分も啓発されることが多々あります。『会合が楽しい』ことも大切ですが、加えて『自分達』ではなく『他者』のためにできることをミッションとして活動することで、さらに多くのワイズ、YMCAスタッフ、ユースリーダーと感動を分かち合うことができると思われています」

一ありがとうございます。

(吉田明弘)

私たちは1日におよそ2万回の呼吸をするといわれています。そんな無意識に繰り返している呼吸を意識して行くと、姿勢の改善や代謝の向上といった効果が期待できます。日常生活の中で簡単にできる呼吸法を紹介します。

無意識に行う呼吸に対して、呼吸の長さやリズムを変え動作をつけるなど、意識的に行うのが「呼吸法」です。

呼吸法を重視する中国の気功やインドのヨガなどは、国内外の医療にも取り入れられています。最も身近で簡単な呼吸法に「腹式呼吸」と「胸式呼吸」があります。腹式呼吸は、息を吐くときにお腹をへこませ、吸うときにお腹を膨らませる方法で、肺と胃や腸の境目にある横隔膜という筋肉を大きく動かします。胸式呼吸は、胸を大きく膨らませたり縮めたりするのを繰り返す方法で、この呼吸法では胸部を大きく膨らませるため、肋骨と胸の筋肉に働きかけ背骨の動きの柔軟性を高める効果が期待されます。

呼吸法によってもたらされる健康効果は、①心が落ち着く ②姿勢が整う ③肩や首の凝りの改善 ④代謝アップ ⑤神経を整えるなどです。

休まず、楽しく、頑張らず！

こおちゃんの *Wellness*

深い呼吸で姿勢改善
代謝向上、リラックス

2013年10月掲載 堀内浩二

最も実感しやすいのが「心が落ち着く」ことです。有田秀穂教授は、腹式呼吸を5分以上繰り返すと、心をすっきりさせる役割の脳内の神経伝達物質・セロトニンが増えると言います。

体の動きに呼吸を上手に合わせると、代謝の向上や姿勢の改

善といった効果も高められる。1番目は、お腹の引き締め効果のストレッチ、腕と上体を一緒に動かしながら、鼻から5秒吸い、口から5秒かけて吐き切る。背筋と腹筋をストレッチしながら動かしている筋肉群に酸素を送って代謝を上げる。1セット10秒を3~5回行う。2番目は、猫背を防ぐストレッチ。3番目は呼吸が楽になるストレッチで、両手を胸の上部に重ねて息をゆっくり口から吐き、次に鼻から吸いながら胸を手で押し下げ、あごを前上方に突き出す。息をゆっくり口から吐きながら手の力を抜いて元の姿勢に戻る。目安は1セット3回。もともと喘息やCOPD（慢性閉塞性肺疾患）を軽減するために考えられたものです。呼吸筋ストレッチのコツは息を吸うときも吐くときも筋肉を伸ばし、筋肉の弾力性を高め、深い呼吸を心がけるようにしましょう。

小さな幸せ

河原崎和美

この夏休みに今年大学生になった孫娘が泊まりがけで遊びに来ました。中学の頃に父親を癌で亡くし、それでも元気いっぱい家族のムードメーカーとなり我が娘である彼女の母を支えている孫娘です。大学に入り、毎日の通学、アルバイト、サークル活動など精力的に活動している孫を見て本当に癒され、パワーをもらっています。

私は、この度芥川賞に輝いた又吉直樹さんの「火花」を読みたいと思っていました。しかし、少々お高いので本を買うのはためらわれており「文藝春秋にしようと思いきや本屋に出向いたけど全て売り切れで諦めたのよ」と何気なしにお茶の間で話していたところ、翌日アルバイトから帰ってきた孫娘が「今日、お給料日だったからおばあちゃんにプレゼント！」とこの本をプレゼントしてくれ

たのです。

今までも、お誕生日には必ずメールをくれ、小さい頃には絵を描いてくれたり、自分で編んだミサガをプレゼントしてくれる優しい子でしたが、自分で稼いだお金でプレゼントしてくれるようになったとは…。

2人の子供を残して娘婿が亡くなり、本当に紆余曲折ありました。孫達は口には出さないものの随分と辛い思いもしたでしょう。もちろん娘も歯をくいしばって頑張ってきた5年でした。

今年84才になる夫はこの孫娘の花嫁姿を見るまで死ねないと言っています。私も娘や孫との小さな幸せをかみしめながら老後を送っていきたくと改めて感じています。

孫娘からの「火花」は今、私のお友達が読んでくれています。

編集後記

ブリテンは前半月には発行したいとの思いにストレスを覚え、担当月の前月の後半は憂鬱そのもの。それでも早々に原稿を入れてくれる人がいるからそれに励まされて何とか月末までに完了。巻頭言は次世代への期待、楽しい催しの予告、意義ある集会報告、「JA1AA」による再発見等々原稿を送ってくださった方々に感謝。

9月19日に亡くなられた元東京西クラブ会員・石井一也さんに関する記事は次月号に掲載したいと思っています。

早や11月。あっという間に年末が来、そして年が改まる。時間を追いかける思いで前向きに、生き活きと毎日を過ごしましょう。

向寒の砌ご自愛ください。

(S.K)

