



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

“Our Future Begins Today” 「私たちの未来は、今日より始まる」
“Respect Y's Movement” 「ワイズ運動を尊重しよう」
「明日に向かって、今日動こう」
「あずさ部は賜物の宝庫。もっと活かそうぜ！」
「楽しい例会を」

2016年8月号

NO 480

私たちは、このような希望によって救われているのです。見えるものに対する希望は希望ではありません。現に見ているものを誰がなお望むでしょうか。わたしたちは、目に見えないものを望んでいるなら、忍耐して待ち望むのです。
ローマの信徒への手紙 8章24・25

創立40周年記念例会・祝会



WHO ウォーキング200回「197コース集」を発行

7月に200回を迎えたWHOウォーキングは、これまで歩いたコースをまとめ、『WHOが勧めるウォーキングコース197』として刊行しました。東京を中心に神奈川、埼玉、千葉の隣接地域を含みます。

A4版64ページ、写真約90点を掲載。4色オフセット印刷、地域別に編集されています。執筆・編集は吉田明弘さん、表紙のイラストとデザインは大野貞次さんです。頒布価格500円。

300部刷り、費用はクラブとWHOで折半しました。



東京西クラブの創立40周年記念例会・祝会を7月16日午後、誕生の地である東京・中野サンパラザで行いました。

記念講演には、低迷を脱して躍進する日本ラグビーの組織づくりと熱に学びたいと、元日本代表・今泉清さんを招きました。

クラブ事業の東京YMCA国際ホテル学校の留学生への奨学金

贈呈式を行い、19年間継続しているWHOウォーキングがまとめた『コース集197』をお客様にお持ち帰りいただきました。

IBCである台北中央クラブ、DBC3クラブをはじめ、31クラブから、ゲストを含め126人が参加し、祝福と激励をくださいました。当クラブはメネットを含め15人でした。(写真は奨学金贈呈式)

クラブ役員

会長 高嶋美知子
副会長 篠原文恵
書記 本川悦子
会計 石井元子
担当主事 宮崎純

7月の記録		ニコニコ	8,805円
在籍者数	18人	メネット	1人
(内功労会員)	1人	クラブファンド	1,682円
出席者数	11人	コメント	0人
メーキャップ	2人	ビジター	5人
出席率	76%	ゲスト	1人
前月修正	-	出席者合計	18人
		WHO参加者	43人
		ファンダ残高	346,121円
		ホテ校ファンド	5,500円
		ホテ校残高	24,808円

8月納涼例会のご案内

今月の強調テーマ： CS (地域奉仕)

まずは、40周年記念行事が盛り上がるのうちに終わりました。皆々さま、お疲れ様でした。乾杯！リオ・オリンピックも真っ盛りです。誕生月の方が大勢おられます。乾杯！

会場は、すっかりおなじみになったお店、フレンチです。国際大会の話も聞けます。

日時：8月18日(木) 18:45~21:00

会場：荻窪駅西口 クレール・ド・リュヌ
杉並区上荻 1-10-4

(荻窪駅西口青梅街道方面を出て、マクドナルドに沿って左折し、餃子の王将の2軒先)

会費：5,000円 (ワンドリンク)

担当：新A班 (吉田、篠原、鳥越、木原、堀内、山田紀)

開会点鐘
ワイズソング
聖書朗読・感謝
挨拶と紹介

会食・懇談

夏の暑さやら、オリンピック、都知事選、40周年などを話題にして

ワイズ報告
YMCA報告
スピーチ (ニコニコ)
閉会点鐘

受付 吉田 明弘
司会 鳥越 成代

高嶋 会長
一 同
吉田 明弘
高嶋 会長

一 同

高嶋会長他
宮崎 主事
一 同
高嶋 会長

HAPPY BIRTHDAY

7月16日	河原崎和美	30日	山田 紀子				
8月 4日	篠原 文恵	13日	神谷 幸男	15日	本川 章	17日	山田利三郎
18日	河原崎九州男	21日	宮崎 香	25日	木原 洸	31日	竹内 隆

- 7月第2(事務)例会 -

日時：7月28日(木)

19:00~21:00

場所：YMCA 山手センター3F

出席者：石井、大野、神谷、篠原、高嶋、本川、吉田

<報告事項>

- ①7月のデータを確認した
 - ②ホテルファンドを除く7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>

▲8月第2(事務)例会

日時：8月25日(木)

19:00~21:00

会場：あんさんぶる荻窪 1F
第1会議室

▲9月例会

日時：9月15日(木)

18:45~21:00

会場：あんさんぶる荻窪 4F
第2教室

卓話：未定

担当：C班 (山田利、大野、小山、片平、本川)

▲9月第2(事務)例会

日時：9月22日(木)

会場：あんさんぶる荻窪 1F
第1会議室

当日実施されるチャリティーラン終了後に行う。

<協議事項・例会以外>

- ①休会状態の会員について、年会費を20,000円とし、趣旨説明をすることにした。
- ②ブリテンのコラム連載を竹内隆さんに2017年3月まで依頼。
- ③40周年に際して行われた懇親会、その後のツアーの報告と会計報告があり、クラブ負担金の支出を決めた。
- ④40周年記念会・祝会の会計報告と、『WHO ウォーキングコース集』の概算会計報告を承認した。全経費の支払いを行い、不足分の補填を協議する。
- ⑤台湾国際大会に参加する神谷さんに台北中央クラブへの土産を託す。
- ⑥記念例会・記念祝会会場の熊本復興支援募金箱に寄せられた献金は、6月のWHOでの献金、5月、6月のニコニコ献金に合わせ、75,000円を、熊本にシク

ラブに送金する。

(書記・本川悦子)

秋の行事カレンダー

- ◎甲府 21 クラブぶどう棚納涼会
期日：8月20日(土)
会場：笛吹市一ノ宮・金桜園
- ◎東京 YMCA 夏祭り
期日：8月27日(土)
ワイズメンを含む YMCA にかかわる人と地域の人が集い、交流します。
- ◎ユースボランティアリーダーズフォーラム
期日：9月9日(金)~11日(日)
会場：山中湖センター
- ◎東京 YMCA チャリティーラン
期日：9月22日(木・祝日)
会場：江東区・木場公園
- ◎もりおかクラブ 5周年記念会
期日：9月17日(土)
北東部会と併催
- ◎WHO ウォーキング
期日：9月24日(土)
コース：池袋。サンシャイン水族館・立教大学キャンパスほか



写真左 7月例会は浅羽あずさ部長の公式訪問。
右は 戦後政治の舞台となった鳩山一郎の旧邸

浅羽あずさ部長の公式訪問 － 7月例会報告－

7月は、キックオフ例会です。高嶋美知子新会長のもとクラブ全員が気持を新たにして新年度に臨みました。クラブ40周年記念祝会の余韻が残る5日後でした。ゲスト、ビジターは、どなたも祝会に出席いただいた方で、最初からなごやかな雰囲気でした。

この日は、浅羽俊一郎・あずさ部長の公式訪問で、まずはご挨拶。食事の後に、卓話もお願いしていました。『We-ing ってなんですか?』と題して、海外生活と勤務の経験から得て、日頃語られている持論を話されました。

私たちは、さまざまな事情を抱え、価値観を持って、生活しています。その対立、格差など、物事を二極に分けないで、相手と向かい合い、隣り合う中で互いに歩み寄ろうということです。「自分たち」でない者は、「彼ら」ということになります。「我々」対「彼ら」という関係では、グローバルな関係はできない。「わたくしたち」つまり「We-ing」が必要です。

We-ing は、垣根を超えて仲間の輪を広げよう、違いに気づいたら気づいた方が近づこう。

ワイズのメンバーも、YMCAを通して積極的に若者に近寄り、意見を聞く努力をすることによって、ワイズの活動に対する若者の理解も得られるのではないのでしょうか。

続いて6月の例会(総会)では諮られなかった2015-2016年度の決算報告を会計の石井元子さんからなされました。

高嶋会長からは、東京YMCAの夏まつりへの参加呼びかけがありました。

(片平進一・本川悦子)
出席者:石井、大野、片平、神谷、河原崎、篠原、高嶋、鳥越、本川、山田(利)、吉田、<メネット>神谷、<ビジター>浅羽俊一郎(あずさ部長・東京山手)、小山久恵(部書記・東京サンライズ)、尾内昌吉(部会計・東京山手)、山口直樹(東京武蔵野多摩)、小山憲彦(東京サンライズ)、<ゲスト>武藤聡子

音羽鳩山会館と松聲閣 － 7月WHO報告－

来年は、7月・8月を休みにするため、23日は最後の7月ウォーキングでした。猛暑を覚悟していましたが、穏やかな日差しで拍子抜け。東京メトロ有楽町線・江戸川橋駅に集合したのは、43人。参加者には発行したばかりの『WHOが勧めるウォーキング197』を進呈。なかなか好評で、友人にあげるからと、有料(500円)で求める人もいました。

今回は、文京区関口台町と神田川沿岸の坂も緑も多いコース。のんびりゆったり歩きました。

鳩山会館は、元総理大臣・鳩山一郎が建てた旧邸。「音羽御殿」

と言われましたが、建築的な意味よりも戦後、45年体制をつくった保守合同、日ソ国交回復をめぐるやりとりの舞台としての価値があるのでしょうか。説明ビデオと庭園を見てから、カテドラル教会へ。マリア大聖堂は教区の母教会とされるだけに、建物内部は荘厳。柱が1本もない高い空間に圧倒されました。

昼食は、講談社野間記念館に隣接するカフェを予定していましたが、入りきれず、半分が椿山荘へ。目白台運動公園から神田川へと下り、旧熊本藩細川家の学問所で今年1月に公開された松聲閣へ。ここを見学後、解散しましたが、細川家のかつての本邸で、現在は学生寮となっている和敬塾へと、再び坂を上る元気なグループもいました。(吉田明弘)

ワイズ関係の参加者は、石井・吉田・篠原・高嶋(東京西)、中澤・服部・藤江(東京たんぽぽ)でした。

秋から冬のWHOの予定

- 10月23日(第4土曜日)
横浜・寺分町の農村風景。稲刈りが見られるかも。
- 11月27日(第4土曜日)
WHOとしては、遠足です。横須賀ベイエリア散歩。
- 12月15日(第3土曜日)
変貌を遂げる日本橋界限に残る江戸、明治。

クラブ創立 40 周年記念例会・祝会

第 1 部・記念例会



聴衆をひきつけた今泉さんの講演

記念会は、高嶋美知子会長の点鐘で開会。『いざたて』の斉唱、山田利三郎さんの聖書朗読、祈祷と、本川悦子さんの司会で、スムーズに進行しました。

高嶋会長の挨拶は、簡潔。主賓の挨拶は、廣田光司 YMCA 総主事、利根川恵子区理事、浅羽俊一郎・あずさ部長。どなたもクラブ事情もご存じで、具体的、心のこもったお言葉でした。

この日の目玉ともいえる講演は、元ラグビー日本代表、ルーティンの元祖、現在は人財育成コンサルタントの今泉清さん。

昨年の W 杯初戦で、これまで W 杯未勝利の日本は、世界の強豪・南アと大接戦を演じました。残り 8 分を残して、28 対 32。ここで日本はペナルティーキックを得ました。G キックが成功すれば同点となり引き分けられる。ベンチの HC は、キックを指示しました。しかし、選手は「勝てる」とスクラムを選択しました（ラグビーは試合が始まれば、キャプテンが全権をもつ）。結果は、日本は、波状を繰り返し、トライを挙げ、34 対 32 で勝利し、世界を驚かせ、「歴史を変えた」と言われました。

日本は、最初から南ア戦に照準を合わせ、相手を分析し、戦略を練り、選手を強化し、ポジティブ思考をつちかってきました。

そのことから、組織におけるリーダーシップ、チームワーク、ポ

ジティブ思考など、ワイズにも通じる話をうかがえました。ユーモアと熱を併せ持つ講演に、機会を見て招きたいという声が多く聞かれました。4 月から担当主事となった宮崎純さんは、ラグビー、アメフトの経験者。この日は、パワーポイントを担当していましたが、首周りの太さから「同じ匂いがする」と壇上に上げさせられ、初披露となりました。



「同じ匂い」がする同士

最後は、90 歳のチャーターメンバー竹内隆さんの挨拶で、記念会を閉じました。（吉田明弘）

第 2 部・記念祝会報告

会場を 13F のスカイに移し、優しいピアノの音に導かれて会場入り、ご出席の皆様が旧知の顔を探したり、午前からの行事で積もる話の続きをしたりと華やかな賑わいの中、河原崎和美さんの司会でプログラムが始まりました。



ウェルカムコンサートに人の壁

ウェルカムコンサートの武藤聡子さんのピアノ演奏、あまりに賑やかな空間でじっと聞き入る私たちには嬉しいひとときでしたが、武藤さんには少し申し訳ない時間になってしまいました。

スポンサークラブの東京武蔵野多摩クラブ会長・山口直樹会長、東京目黒クラブ・村野繁会長からお祝いの言葉をいただき、このために来日して下さった IBC 台北セントラルクラブのマーク・林会長の英語の挨拶は、同クラブのオースチン・林さんが日本語に通訳して下さい、DBC・3 クラブ代表の大阪西クラブ・内貴康之会長からも挨拶をいただき、いよいよ華やかな雰囲気になりました。

次は東京 YMCA 国際ホテル専門学校の奨学生への奨学金贈呈式。今回の奨学生は、ペレス・ジョアーナ・マリー・ラモスさん（フィリピン）、チャン・チュ・ハオさん（台湾）。大野貞次直前会長から贈呈されました。

これまでに奨学金を受けた卒業生、在校生も壇上に立ち、小畑貴裕校長から紹介され、舞台はフレッシュな香りが沸き立つような雰囲気になりました。



グラスを上げれば、ノーサイド

神谷幸男さんの食前感謝の後、藤井寛敏・元国際会長の乾杯のご挨拶とご発声をいただき、賑やかな会食が始まりました。

途中、渡辺実帆さん（沼津）による「懐かしいワイズの歌・旧南東部ソング」、参加クラブの紹介、アピールタイムと続き、楽しい時間が終わりの時を迎え、会場出口に当クラブメンバーが立ち、皆様から沢山の握手をいただきました。（篠原文恵）

記念祝会は新たなスタート

2部の祝会の司会をさせて頂きましたが、ワイズメンの品の良さや和気藹々の雰囲気は、私を大いに助けてくれました。講演者・元ラグーマンの今泉清さんには、3月4日に実行委員長の吉田さんとお会いしてお引き受け頂きましたが、ユーモアたっぷり、スポーツマンらしいさわやかさも備えていらっしや、この会の成功を確信しました。クラブ全メンバーの心を1つにして取り組み成し遂げた、この記念例会・祝会を新たなスタートとして、前に前に進んでいきたいと思っております。

(河原崎和美)

皆さん楽しそうでした

チャーターした場所での祝会というのがとても良かったです。メンバーの方々全員が機能しましたね。いつも東京西クラブが催すイベントは、終わってみると、必ず良かったとなります。

山田利三郎さんのお祈りに始まり、吉田明弘さんの今泉さんのご紹介。竹内隆さんの記念例会閉会でのお言葉。どれも、味がありました。祝会の会場の雰囲気も良かったですし、食事も、とても美味しかったです。そして、皆さんとても楽しそうだったこと。他のクラブの周年祝会に出たことがないので、比較ができませんが、皆さん楽しまれていました。

ホテル学校の卒業生、学生たちも…あれだけ集まると絵になりましたね。早めに声をかけておいて良かったです。ご支援を頂いた彼らが、都内のメジャーホテルで活躍しているのを逢って聞ける機会を頂けてとても嬉しく思いました。

WHOの冊子、実は、早速…80歳になる義理の父に渡したところ…凄く喜んでいました。長期間にわたり、ご準備大変だったかと存じます。本当にお疲れ様でした。

(前担当主事・小畑貴裕)

困っても行き詰らない

多くの方々の祝福と励ましをいただき心から感謝いたします。

昨年8月、ブリテンに「東京西は、まだまだ面白いと、私たちも思いたい、お客様にも思われたい。これを40周年記念の引き出物としたい」と書いていました。

クラブとして、50周年を元気に通過するためには、40周年をきちっとやろうというのが、みんなの気持ちだったと思います。

私たちが最初に望んだことは、ほとんどすべてが実現しました。行き詰った時には、不思議に誰かが現れ、助けてもらえました。

あずさ部評議会との同日開催を浅羽俊一郎次期部長とホストクラブに了解してもらいました。会場は、チャーターナイトを行った中野サンプラザに大野貞次さんの元同僚の関係で決めました。

講演は、スポーツ関係者、それも今後、ブレイクするであろうラグビーに、最初から絞りました。ツテがなくて行き詰りましたが、大谷博愛さん(東京サンライズ)のご息子がラグビー関係の仕事をしていると聞き、かつての快足フルバック、今泉清さんを紹介してもらえました。好評でした。

今年3月の東京八王子クラブのコンサート会場で、山口直樹さん(東京武蔵野多摩)から「元Yリーダーで、杉並在住、ピアノが弾ける」と武藤聡子さんを紹介されました。伴奏者を探していた時で、その場で頼みました。彼女が、実はピアノ演奏家だと後で知り、並木信一さん(東京八王子)の後押しもあって、伴奏とウエルカムコンサートが実現できました。

クラブで使っているワイズメンの歌『いざたて』の伴奏音源(CD)が、特に男性にとって歌い難いので、石丸由理さん(東京武蔵野多摩)に相談したら、移調して、ピアノとバイオリンの伴奏のCDが2週間で届きました。

同じくクラブ事業であるWHO

ウォーキングの「コース集」も発行できました。編集・版下作成は、例会にゲスト出席する恒石浩志さんが担当してくれました。

クラブ事情を知る小山憲彦さん(東京サンライズ)が、受付の応援を申し出てくれました。当日は、それでも足らず、小山久恵さん(同)、御園生好子さん(同)も加わっていました。

チャーターメンバーも式典での役割を担いました。今回は、クラブの歴史的な振り返りがプログラムにないと思っていましたら、竹内隆さんの閉会の挨拶に、チャーター当時の話が出ました。

実現できなかったのは、前年40周年を祝った伊東クラブに倣って、席上で2、3人の入会式を行い、渡辺実帆さん(沼津)にお祝いの歌を独唱してもらった腹案です。でも、6月例会で片平進一さんの入会式ができ、渡辺さんには祝会で「懐かしいワイズの歌」(旧南東部ソング)を歌ってもらえたから、まあいいかと。

カメラに人が足りないと、前にメンバーだった小野実さん(東京多摩みなみ)に声をかけたら、待ってましたとばかりに参加申し込みが来ました。

記念会の来賓祝辞と会長挨拶が、簡潔で10分ほど時間があまりました。講演者から、列車の遅延で開会時間ぎりぎりの到着との連絡が入りました。この10分~20分をどう埋めるか。

田上正さん(熊本むさし)が目に入りました。「熊本だ！」熊本の被災と復興について3人くらいに5分ずつホットに話してもらおう。田上さんは「いいですよ、熊本にシクラブの宮田茂会長も話すでしょう」。小畑貴裕主事も「私もYMCAの支援を話せますよ」。打ち合わせもなし。ワイズは凄いなと思いました。このような、素晴らしいワイズメンとともに、50周年に向かいたいと思います。

(実行委員長・吉田明弘)



バッジを区役員から装着されるチャーターメンバー

東京多摩みなみクラブの チャーターナイト

東日本区 62 番目のクラブとして、東京多摩みなみクラブの国際加盟認証状伝達式が、7 月 17 日（土）、多摩市コンティ多摩センターで行われました。スポンサークラブは、東京まちだクラブと東京コスモスクラブ。会の司会を伊丹一之直前部長（東京むかで）が務めるなど、クラブ設立に対する東新部の思い入れがうかがわれました。あずさ部の東京武蔵野多摩クラブ、東京八王子クラブも応援しました。

伝達式は、利根川恵子理事によって行われ、チャーターメンバーの誓約の後、認証状が石田浩次会長に手渡されました。

石田会長の挨拶は、「新しいクラブですが、会員の年齢は、皆さん方と変わりません」と笑わせ、「まず、会員同士が知り合い、先輩クラブの活動を見習って、積み上げていきたい」と語られました。気負いがなく、自信を感じました。チャーターメンバーは、15 人。「卓話者の宝庫」とのこと。

祝会は、マクロビオテック料理を楽しみ、ゴスペル、フルーツの演奏を聴きながらの祝意のあふれる会でした。（吉田明弘）

部長、会長、主査が抱負 あずさ部評議会

新年度第 1 回のあずさ部評議会（議長・浅羽俊一郎部長）が、「なないろ評議会」として、7 月 16

日午前、中野サンプラザにおいて開かれました。

今回の議案は、前年度会計報告と会計監査報告だけで、それぞれ、小倉恵一部会計（甲府）と松村豪夫部監事から報告があり、承認されました。浅羽部長から、所信表明と区役員会報告がありました。いつもは時間を気にしながら行われる事業主査の活動方針、各クラブ会長の活動計画の説明に、十分時間がとられました。

クラブから高嶋美知子会長、篠原文恵副会長、本川悦子書記、石井元子会計、次期部長大野貞次さんが出席しました。「なないろ」とは 7 月 17 日のこと。

IBC・DBC歓迎の会

クラブ 40 周年記念祝会終了後、中野サンプラザ近くの居酒屋「わん」で、総勢 32 人にて IBC・DBC ナイトを開催しました。

高嶋会長の挨拶の後、当日が誕生日の台北セントラルクラブの林博司さんと、当クラブの河原崎和美さんの誕生日をバースデーケーキをカットしてお祝いしました。その後、歓談と各人のショートスピーチで交流を深め、8 時過ぎお開きとなりました。

翌 17 日から林呈烈さん夫妻・林博司さん夫妻（台北中央）、清水誠治郎さん（大阪西）、高嶋・大野・篠原・神谷夫妻の 10 人で車 2 台に分乗しての小旅行。

17 日は河口湖畔、忍野八海を経て、山中湖センター訪問、その後



河口湖畔のレストランで昼食

高嶋さんの別荘に到着。ここでは林博司さんによる高級烏龍茶の入れ方や飲み方の講義を受けたり、おしゃべりで楽しく過ごしました。18 日は富士花鳥園入園。昼食を摂った後、観客の頭すれすれに飛び回るフクロウや隼、鷹等のバードショウを鑑賞しました。

ここから車で 20 分位の横浜 YMCA 富士山 YMCA グローバルエコビレッジを訪問。この施設を見学させていただき、たまたまりーダー研修で来ていた台湾の研修生男子 2 人、女子 2 人と歓談、特に台湾 YMCA の先輩であるお二人の林さんと親しく交流することができました。御殿場 IC 近くのレストランで夕食後、東山荘に入りました。ここ数日間は曇天で富士山を見ることができませんでしたが、東山荘に到着後、わずかな時間だけ黙想館から富士山のシルエットを見ることができ、ここで皆さんに満足していただくことができました。



高嶋さんの別荘で全員集合写真

翌日は、昼の便で帰る林呈烈さん夫妻が羽田空港行きのバスに乗るため御殿場 IC まで送り、他は堀口廣司所長と懇談、10 時頃解散し、東山荘を後にしました。

（神谷幸男）

☆☆ インタビュー ☆☆ 平井孝次郎さんに聴く

* * *

平井孝次郎さんは、6月に国際協会加盟を果たした、石巻広域クラブの初代会長です。



—石巻広域クラブの国際加盟、おめでとうございます。

「ありがとうございます。多くの方々にご支援をいただきました」

—クラブ名に”広域”とありますが、どういう狙いがあるのですか。

「石巻市は、人口15万人弱で宮城県では2番目の都市ですが、被災地を含めた、もっと広い地域に奉仕の輪を広げたいと思いました。今後も女川町、鮎川、河南町、東松島市、松島町、登米市や南三陸町地域にも対象を広げていきたいと思っています。現在、メンバー21人のうち石巻市在住は、16人です」

—津波で被災された方も。

「津波には直接、遭わなかった方もおりますが、ご家族を亡くした方、自宅を流された方、事務所や工場を全半壊された方など様々ですが、ほとんどの方が何らかの被害を受けています」

—ご自身は、被害を受けられていますか。

「ええ。工場の屋根が地震で落ちて苦労しました。津波は、幸い足首まで程で命にかかわるようなことはありませんでした」

—平井さんは、酒造業のかたわら、牧師もされているとか。

「創業は、文久元年(1861年)に、岩手県の『菊の司酒造』から分家して宮城県石巻市で酒造り

を始めました。私が4代目です。大学で経済を学び、社業を継いでおりましたが、1993年、息子に社長を引き継ぎ、1994年に神学校に入り1996年に63歳で牧師になりました。現在は、80歳で日本基督教団の隠退牧師になり、本業の会長職は、続けています」

—石巻には酒造も多いのですか。

「昔は9店ありましたが、現在は2店のみとなりました。競争の厳しさを感じております」

—子どもの頃は、何になりたいと思っていましたか。

「長男だったからでしょうか、親の後を継いで立派な経営者になりたいと思っていました」

—何歳のころから、牧師になろうと思われたのですか。

「大学2年生で20歳の時に洗礼を受けたとき、ふとそんな感じを受けていました」

—最近、酒蔵にチャペルを造られたとお聞きしましたが。

「社長から、古い土蔵の2階は、会長の意のままということで、2階にチャペルを造りました。所属する石巻山城町教会の牧師を呼んでオープン礼拝を行いました」

—YMCA やワイズメンズクラブのことは、ご存知でしたか。

「学生時代、東北学院大学学生YMCAの委員長をやっていた関係でYMCAは知っていましたが、ワイズメンズクラブのことは全く知りませんでした」

—東京YMCAが、震災後、石巻センターを設置し、復旧、復興のために活動しました。地元市民の目には、どう映ったでしょうか。

「震災直後から全国のいろんな団体が支援活動に駆けつけていただきました。当初YMCAをよく知らなかった人たちも徐々に、YMCAの組織力と若い人から大人まで幅広い年齢層の人たちが行う支援活動を理解し、受け入れるようになりました。特に4年間石巻に常駐し、地域の人たちと歩んだ若い伊藤剛士スタッフの存

在が大きかったと思います」

—平井さんは、どのようにして、ワイズメンズクラブにかかわられるようになったのですか。

「東京YMCA石巻支援センターの家主として東京YMCAの伊藤剛士スタッフとの交わりの中で、これを支えて下さったワイズメンズクラブの清水弘一さん(仙台青葉城)との交流ができ、石巻にクラブ設立の声掛けに導かれた次第です。清水さんや、教会でもお付き合いのある金原譲さん(仙台青葉城)から、YMCA活動を支え、被災地支援や地域の青少年達のために働くワイズメンズクラブを設立したいので協力してほしいと言われ参加しました」

—復興途上にあるメンバーの方は、クラブに何を求められているのでしょうか。

「クラブの設立にあたって全員で申し合わせたことは、“奉仕を第一に自己利益を優先にしない”ことです。クラブのモットーは“被災地の再生、楽しい奉仕と仲間、YMCAとともに”です。いろんな人脈、職業やボランティア活動中のメンバーとともに自己研鑽に努め、地域再生のための活動を続けて行きます」

—国際加盟後、すぐ長野の東日本区大会にご参加になりましたね。多宗派共存という感じもありましたが。

「善光寺があるという土地柄が反映されているのでしょうか。率直に言うと驚かされましたが、YMCAとワイズの精神が宗派を超えた愛の精神が生かされている事象の一つだと感じました」

—クラブとして、どのような夢をお持ちでしょうか。

「YMCAの基本である聖書に謳われる愛の精神が生かされる活動を、全国のワイズメンの皆さんの協力をいただきながら続けていきたいと考えています」

—ありがとうございました。

(吉田明弘)

100歳を超えた人を、百寿者と呼ぶ。百寿者は戦後増加の一途をたどり、1963年の153人から2001年まで38年間で百倍の15,475人になった。更に14年間で、400倍の61,568人となっている。百寿者研究と動物実験による日米の抗加齢医学の拡がりに呼応するものだった。老化を人類当然の避けられない宿命と考える[老年医学]からは説明出来ない。あくまで加齢や老化を病気と捉えた上で、早期に発見して進行を防ぎ、可能な限りの治療を加えて寿命を全うさせることが「抗加齢医学」の目的である。

人類の不老不死の願いの歴史は長い。秦の始皇帝は2,200年前、蓬萊山にあるという[不老長寿の神薬]の入手を命じて数千人を日本に送ったとの伝説がある(徐福伝説)。日本でも、帝に手紙と「不老不死の薬」を残して月に帰った竹取物語のかぐや姫伝説や、全国の「ぼっくり寺」の信仰などが知られている。

…高齢者だって…

本川 悦子

「いつも同じことを言って申し訳ありません」「あっ！楽譜に書いてありました」「また同じことを言わせて申し訳ありません」。

指導者と平均年齢72歳の弦楽合奏団員のやり取りです。楽器を演奏するには、体のすべての機能を駆使しなければ成り立ちません。左で楽器を持ち、右手は弓を持って操作をします。目は楽譜を見なければなりません。

アンサンブルではこれに加えて、指揮者を見て回りの音を聞きます。ここまでしているので、BOKEとは関係ないように思われますが、冒頭のようなことがしばしばおこります。それでも結成して6年がたちました。

東京西クラブの40年には到底

◎抗加齢医学の研究の現状

遺伝子の発見の歴史等、難しいことは省略して、今認められている内容は、

(1) CR(カロリーリストラクション): ラットの試験において摂取カロリーを60~70%に減らすと長寿遺伝子が活性化され寿命が1.4~1.9倍に延長した。

ボルチモア長期縦断研究で65歳以上の男性約700人、20~25年間の追跡調査で、アカゲザルの試験結果同様、低体温、血中低インスリン値、高DHEA-S値が長寿のバイオマーカーであることが確認された。(百寿者全員がこの値をクリアー)

(2) フレンチパラドックスとレスベラトロール: フランス人が他の欧米人に比べて寿命の長いことが「フランス人の逆説」として長く不明であったが、赤ワインに含まれるレスベラトロールが長寿遺伝子を活性化して寿命が延びることが判明した。すでに製剤が市場に出回っている。

およびませんが、10年…と続きたいなと思います。また結成時のメンバーが殆ど変わらないというのも珍しいといわれます。忍耐強い先生の指導に感謝です。

若い人が集まっているオケも活気があっていいけど、遠慮なくBOKEられる高齢者集団は居心地がいいものです。これからもちよっと上を見ながら仲間と頑張っていこうと思います。



(3) 加齢の原因は酸化ストレス説: 線虫やマウスの実験で、老化の原因の一つ活性酸素を除去する酵素(SOD)で長生きすることが実証された。抗酸化物質としてはビタミンC、E、コエンザイムQ10、リポ酸、グルタチオンの5種がある。活性酸素生成を引き起こす要因には、紫外線、放射線、喫煙、公害物質(NO2、ダイオキシン等)、食品添加物、残留農薬、病原微生物、ストレス、過激な運動などがある。

◎以上の研究結果から、食事のカロリー制限を守り、酸化ストレスを避け、認められる抗酸化物質の摂取が百歳長寿への要諦であることが明らかになった。実際的な百歳長寿への道程には、不断の節制と抗加齢医学的知識が必要である。

次号からは[平成の養生訓](3)~(6)として、高齢者の日常の過ごし方、食事療法、運動療法、脳トレーニングによる認知症予防の順に述べることにする。

編集後記

竹内隆さんが、4頁に『平成養生訓』を、とりあえず来年春まで執筆願うことになりました。準備期間が少なく、定期的に発行しなければならない会報にとって、毎月同じ場所にきまった原稿が届くということは、大変ありがたいことです。

「例会報告」を、無理に片平進一さんに引き受けていただいたら、数日後に本川悦子さんからも「例会報告」が届きました。今年度から、事務会を第2例会としたため、混乱したかと思いましたが、本川さんには、7月例会担当の山田利三郎さんが依頼されたようです。どちらの原稿も捨てがたく、ドッキングさせていただきました。「We-ing」です。

(AY)