



# 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

THE Y'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

“Let Us Walk in the Light-Together” 「ともに、光の中を歩もう」  
“Respect Y's Movement” 「ワイズ運動を尊重しよう」  
「広げよう ワイズの仲間」  
「継続は力なり・一歩でも前に・そしてあがこう」  
「休まず たのしく 元気よく」

### 2017年9月号

NO 493

これらすべてのことがあなたに臨む終わりの日、苦しみの時に、あなたは、  
あなたの神、主のもとに立ち帰り、その声に聞き従う。 申命記4-30

## ユースボランティア・リーダーズフォーラムに思う 大野 貞次

ユース事業に携わったのが今から6年前になるだろうか。あずさ部ユース事業主査を担当することになり、初めてユースボランティア・リーダーズフォーラム(YVLF)の運営に参加しました。

それまではあまりユースのことを気にすることがありませんでした。皆さんはどうですか。

ところが YVLF に集う若い学生たちがユースリーダーとしての研修をする姿を見て頭が下がる思いでした。彼らが、それぞれの地域の YMCA が行う青少年を対象とした野外キャンプやその他多くのプログラムを実行するにあたり、無くてはならない担い手であり、その行いがまさにボランティアであることに心を打たれました。

今年度は、9月8日～10日の東

京 YMCA 山中湖キャンプ場で開催される YVLF は、各地の YMCA の新人リーダーが参集して、寝食を共にしつつ疑問や悩みを共有し今後の活動に役立てる場です。

“Y” キャンプに参加してくる子ども達にとっては、リーダーはお兄さん、お姉さんであり、先生であり、相談相手、そして友達でもある存在です。そんなリーダーを育てるのが YVLF です。リーダーの OB/OG が先輩として彼らのカウンセラーを務めてくれます。そのことも頭が下がります。

そして、この YVLF は東日本区的全クラブからの資金援助で成り立っています。

皆さんでさらに応援いたしましょう。

## チャリティーランを見学 WHOウォーキングのご案内

9月のウォーキングは深川の江戸情緒を訪ねますが、東京 YMCA インターナショナル・チャリティーランのスタートも見学します。YMCA の働き紹介です。

期 日：2017年9月23日(土)  
コース：門前仲町駅-永代寺-深川不動堂-富岡八幡宮-木場公園(チャリティーラン会場)-深川江戸資料館-靈巖寺-神明宮-森下駅

集 合：都営大江戸線・メトロ東西線・門前仲町駅 5 番出口(東京三菱 UFJ 支店前) 午前9時40分

解 散：都営新宿線・都営大江戸線・森下駅 2時半

携行品：昼食、飲料、雨具、敷物  
参加費：300円。交通費・施設入館料(300円)は個人負担。初参加の方は、別に名札代として200円。

### クラブ役員

会 長 本川 悦子  
副 会 長 石井 元子  
書 記 篠原 文恵  
会 計 村野 絢子  
担当主事 宮崎 純

8月の記録		ニコニコ	0円
在籍者数 15人 (内功労会員) 1人	メネット 1人	クラブファンド	0円
出席者数 10人	コメント 0人	ファンド残高	177,646円
メーキャップ 1人	ビジター 2人	ホテ校ファンド	6,000円
出席率 73%	ゲスト 1人	ホテ校残高	22,282円
前月修正 -	出席者合計 14人	WHO参加者	1人

## 9月例会のご案内

## 今月の強調テーマ： ユース

新しい年度がスタートして3か月目に入りました。YMCAの活動を振り返ることになりますが、日本YMCAのロゴマークが10月1日から変わります。日本YMCAブランディング・タスクチーム元メンバーの東京YMCA副総主事・星野太郎さんに詳しい事柄を伺います。

日時：9月21日(木) 18:45~21:00

会場：「あんさんぶる荻窪」5F 第2会議室  
(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：C班(山田、大野、篠原、村野、小山)

## HAPPY BIRTHDAY

5日 庄野 久男 23日 本川 悦子  
25日 高嶋 君弘

受付 篠原 文恵  
司会 山田利三郎  
会長 本川 悦子  
一 同  
山田利三郎  
会 長  
開会点鐘  
ワイズソング  
聖書朗読・感謝  
挨拶・ゲスト&ビジター紹介  
会食

卓話 「日本YMCAブランディングプロジェクト」  
東京YMCA副総主事 星野 太郎さん

ハッピーバースデー 会 長  
諸報告 会 長 他  
YMCA報告 担当主事・宮崎 純  
ニコニコ献金 一 同  
閉会点鐘 会 長

## — 8月第2例会(事務会) —

日時：8月24日(木)

18:15~ 部会準備委員会

19:15~21:15 第2例会

場所：あんさんぶる荻窪 1F  
出席者：石井、大野、篠原、高嶋、鳥越、本川、村野、吉田  
<報告事項>

①8月のデータを確認した。

②8月次会計報告を承認した。

## ▲10月例会

日時：10月19日(木)

18:45~21:00

場所：あんさんぶる荻窪 5F

卓話：会長が再確認する。

担当：A班(吉田、高嶋、竹内、鳥越)

<協議事項>

①来年度からの例会場の候補として阿佐谷の杉並区立産業商工会館の提案があったので、第2例会で同会場を使い検討することを決めた。

②会長から、東日本区の2016-2017年度決算および監査報告の承認と、東日本区定款改定案の承認の郵便投票に承認票を入れたと報告があり、承認した。

③あずさ部会実行委員会から、会の概要と準備状況について

## 卓話者紹介

星野 太郎(ほしの・たろう)さん

2017年4月から副総主事。1992年、東京YMCA入職。地域・国際・野外などの領域を経て、2015年から前橋YMCA総主事を務めた。帰任後、社会体育専門・保育専門学校事務長、高尾の森わくわくビレッジ事務局長、野外教育センター(山中・野尻・妙高)主任主事を経て財務部主任主事。YMCA野外教育・国際での勤務経験を受けて主事に。趣味はスキー、キャンプ、ダイビング…など野外活動。秋田生まれの秋田育ち。3児の父。

## あずさ部会のお知らせ

日時：10月21日(土) 11:00登録開始 11:30~15:30

場所：日本出版クラブ会館 新宿区袋町6番地 03-3267-6111

(大江戸線牛込神楽坂駅A2出口 徒歩2分

JR有楽町線、南北線、東西線 飯田橋駅 徒歩8分)

参加費：6,000円

プログラム：①部会…11:30~13:00 ②懇親会…13:30~15:30

1部：竹内隆さん(日本抗加齢医学会専門医・東京西クラブ会員)のアンチエイジング講座

2部：琉球舞踊鑑賞と手踊り(出演・伊勢神宮での奉納舞踊や国内外で幅広く活動をされている宮城洋子琉球舞踊研究所の皆さん)

て報告があった。

予算については、次回事務会に提案を求めた。

この日、案内状とチラシを関係会長、区役員宛に郵送した。

④WHOの監査を8月14日に終えたことが報告された。(監査人・高嶋、藤江)

⑤下記行事への参加案内があった。

・ユースボランティアリーダー大会(参加予定・大野、神谷、村野)

・木場公園での東京YMCAチャリティーラン

(書記・篠原文恵)



納涼例会：料理を食べながら楽しいひと時



長野県原村：合同例会での部長方針報告

### － 8 月納涼例会報告－

8 月例会は、恒例により通常の会場から飛び出して、今回わがクラブがホストするあずさ部会の会場である日本出版クラブ会館（神楽坂）で行った。

納涼例会とあって特に卓話はなく、なんとなくリラックスした気分で、開会セレモニーの後は、この会館の豪華な食事を楽しんだ後、1 人ずつ近況、あるいは常々思っているワイズへの想い、あるいはクラブへの想い等を語り合うメンバーによるスピーチ、互いに人の新たな面を発見する等、一層の交わりを深めることもできた楽しい一時を過ごすことが出来た。

特に、ゲストとして出席された大石英良さん（大阪 YMCA ホテル学校スタッフ）はこの会にあって飛び切り若手で、ご本人の発言やそれに対する質問等々で話がおおいに盛り上がった。8 月の納涼例会、12 月のクリスマス例会の常連？ となっている東京江東クラブの藤井寛敏さんのご出席は、わがクラブの例会にある一種のアクセントが生まれるように思われ、大変嬉しいことである。メンバースピーチの後はワイズ報告。ワイズや YMCA の今後の行事の紹介、参加希望者の確認等、ワイズ活動に多くのメンバーの参加促進につながる報告、情報の伝達がなされ、21:00 閉会点鐘に代わる本川会長の閉会宣言をもってお開きとなった。

出席者：＜メンバー＞石井、大野、神谷、河原崎、篠原、高嶋、鳥越、本川、村野、吉田、＜メネット＞神谷、＜ビジター＞藤井寛敏（東京江東）、菰刈光彦（東京サンライズ）、＜ゲスト＞大石英良  
（神谷幸男）

### 大野あずさ部長公式訪問同行記 東京武蔵野多摩・松本クラブ

大野部長公式訪問に同行して 7 月 29～30 日に行われた東京武蔵野多摩クラブ・松本クラブの合同例会に日帰りで参加した。例会開会よりかなり早く、会場である長野県原村小羊幼稚園に到着、信州の高原の雰囲気堪能した。

合同例会は、東京武蔵野多摩クラブの山口直樹さんの司会で開会。大野部長のあいさつを含む例会プログラムは、小羊幼稚園の先生方の心尽くしの昼食をいただきながら、元東京武蔵野クラブの会員であった中村勝子園長のお話しをお聞きし、交歓の後記念撮影をもって終了。

次のプログラムまでの間、元会員・故小坂恵兒さんの別荘を訪れ、しばし歓談。夕方 6 時半ころに別荘にお別れして、30 分ほど離れたレストラン「花ふうろ」で夕食会。翌日のプログラムには参加せず、午後 8 時頃お暇した。都会を離れての高原の会場で、いつもながらの面々ではあるが交流を楽しんだ。当クラブからの参加者は大野、神谷、神谷 M、篠原、本川でした。（神谷幸男）

### 大野あずさ部長クラブ訪問 雷鳴轟く豪雨の中の訪問

8 月 19 日（土）午後 5 時からの東京サンライズクラブ納涼例会に参加。西武線保谷駅近くの鰻屋「三陽（みはる）」での開催でした。

午後 3 時半に家を出てバスで石神井公園駅に向かう途中、強烈な雷雨に見舞われバスは遅れに遅れ 5 時近くに駅到着。ホームでは電車が動かず待機。その間も雷鳴がとどろき豪雨、やっとなんか電車が動き出し保谷駅に着く。

サンライズのメンバーも遅れ、駅で皆さんと待ち合わせのため 30 分ほど待機。雨が少し小止みになったので皆さんと店へ、濡れました。

鰻屋にやっとなんか全員集合（メン 8 人、メネット 2 人、ビジター 4 人の合計 14 人）、納涼例会が始まる。江原修一会長の挨拶、参加者の紹介等があり、早速懇親会が始まり、おいしい料理を食べながら歓談。

私の隣に参遊会のメンバーの城条さんのお嬢さん（みきちちゃん）。小学 6 年生の背のすらっとした女の子と、運動が好きなこと、特に水泳をしていること、お父さんが大好きなことなど会話を楽しみながら次々とする料理を堪能。

最後に鰻重おいしかった～、おなかいっぱい。8 時過ぎに会はお開き、まだ雨やまず雷鳴が聞こえる中を濡れながら帰宅。でも楽しかった。（大野貞次）



夏祭り：ジャズ演奏を楽しむ



甲府21クラブブドウ棚の下で納涼例会

## 東京 YMCA 夏祭りの報告

東京 YMCA の「夏まつり 2017」が 8 月 26 日（土）11 時半から東陽町 YMCA センターで開催された。東陽町センターがホームグラウンドのクラブを中心に多くの模擬店が出店し、にぎやかにお祭りのオープン・セレモニー、ジャズ演奏、金丸満雄実行委員長のあいさつで開幕された。

あずさ部所属クラブからは東京八王子・東京武蔵野多摩・東京たんぼぼが模擬店出店の協力をしていました。この祭りの収益金は震災復興支援・地域奉仕活動・ボランティア育成に用いられます。

私は買い物で協力し、おなかいっぱい食べました。また被災地物産の購入、多くのクラブのワイズメンと交流を楽しみました。最後に皆さんが購入されたお楽しみ抽選券の抽選会を待ちました。14 時 50 分に開始後、まず子供たちのために抽選棒を引く。抽選当たり棒を引いた子供たちの歓声が会場に広がった。

引き続きお楽しみ抽選 50 位から順次番号が引かれ購入者の皆さんが抽選番号とにらめっこ、あたると大きな歓声、当クラブは 47 位（女の子靴下 12 足セット）に鳥越さんが当たり、31 位（カレーセット）が高嶋さんに当たり、9 位（掛け時計）がなんと私に当たりました。残念ながら他の方の券は外れでした。

そして抽選は終了、はずれ券の

交換があり、タオル等に交換いたしました。例会に持っていきま。午後 4 時に帰路につきました。クラブから大野・高嶋が参加しました。（大野貞次）

## 甲府21クラブ 納涼例会参加報告

甲府 21 クラブの納涼例会が、8 月 27 日（日）ブドウ園・一古園にて午後 2 時半より開催されました。参加者はメン・メネット・ビジター・ゲスト合わせて 38 人となりました。

当日は、忙しい 1 日となりました。朝 7 時半に教会に行き、壮年会のカレー作りに参加し、10 時半に礼拝司式当番をし、12 時 15 分に東京サンライズクラブの菰淵光彦さんと車で出発、間に合うかなと心配しながらのスタート。高速道路に入ると意外に空いていて、中央高速道を快調に走り、午後 2 時受け付けに間に合いました。

着いてびっくり。一古園は大きなブドウ園で、観光バスが何台もきておりお客でいっぱい。そんな中、例会が出来る場所へ。

それは素敵な場所でした。ブドウがたわわに実り甘い香りがいっぱいのブドウ棚の下、自然の風がさわやかに吹き抜ける素晴らしいロケーションのもと例会が始まりました。

佐藤重良会長の挨拶は、ワイズに入られてまだ 2 年と言うこと

でしたが、クラブの活動方針・CS 活動等を緻密に報告され頭が下がる思いでした。引き続き入会式が行われました。

新入会の米長晴信さん（51 歳）は山梨県出身、フジテレビのベルリン支局長、元参議院議員を務められ、素晴らしい人脈を持たれた方の入会に立ち会うことが出来ました（感謝）。故米長邦雄永世棋聖の甥御さんの事、将棋は 2 段・米長さんのスピーチでは仲間を入会させたいとのこと、“すごい”。これからの甲府 21 クラブのさらなる活躍が目にかびます。

あずさ部でもこの勢いを参考に、各クラブの発展のため、互いに負けないよう頑張らなければとの思いを新たにしました。

そして親睦会。バーベキューをつつきながらの楽しい会話が弾みました。参加者全員が近況報告等々、またサプライズとしてブドウ棚からブドウを切り取り食べさせてもらい感激。楽しい時間はあつと言う間に過ぎ、夕方 5 時に終了。皆で集合写真を撮り解散となりました。

行きはヨイヨイ（スイスイ）・帰りは怖い（のろのろ）ではないですが、高速道路は夏休み最後の日曜日、天気も良かったせいか大渋滞で、勝沼～八王子まで 3 時間半、その間、同乗者はゆっくりとお休みで、家に着いたら 9 時半でした。（大野貞次）

## ☆☆ インタビュー ☆☆ 上妻 英夫さんに聴く

\* \* \*

上妻英夫さんは、1961年の入会、今年度は、東京山手クラブの会長です。(吉田明弘)



「上妻さんというのと、”タオル”が頭に浮かびます。

「ありがとうございます。タオル65年です。1951年、郷里の山形には仕事がなく、従兄弟を頼って上京し、タオル販売店に就職しました。タオルの印刷や営業をやって、7か月経った時、店主に説教され、それは労働基準法に違反していると指摘したらクビになりました。幸い別の従兄弟の世話で、それまでに開拓したお得意さんを中心にタオル販売を続けて、1952年6月に卸業を始めました」  
—ワイズ暦も長いですね。

「1961年31歳で東京クラブに入会しました」

—接点はどこにあったのですか。

「当時、日本ユースホステル協会サイクリングクラブという国際組織があって、そこで一緒だった東京クラブの藤田実さん(後に千葉、東京西)に誘われて東京クラブに入会しました。誘われたからで、深く考えませんでした」

—当時の東京クラブは。

「クラブ30周年と、東京むかでクラブがチャーターをしたばかりでした。例会では男声合唱があり、海外のお客様、外国帰りのワイズの話が多く、国際色豊かで別世界の感じでした。会員には小滝頭忠さん、坂村友三さん、鶴見典男さん、小林茂吉さんと、今、考えれば錚々たる方々でした。熱心な教会人・田中真雄さんからワ

イズ・YMCAのことを教えていただき、ワイズは教会ではないんだと伺いました。例会もワイズソングを英語で歌うだけで宗教色は殆ど感じませんでした。先輩のご指導でここまで続きました」  
—1982年、東京多摩クラブを設立して移籍されましたね。

「クラブ作りは、立川にYMCAセンターが出来たことと東京クラブ50周年に併せて企画しました。私も北東部長でもあり、懸命にメンバー獲得に動き、自分も移籍しました。2005年になって住居も職場も近い、東京山手クラブに転会しました」

—上妻さんは多くの韓国ワイズメンと親しくされていましたね。

「韓国区大会です。釜山から光州まで我々の乗ったバスが白バイに先導されたのに驚きました。IBC締結もしました。その後、アナハイム国際大会に参加した韓国ワイズメン3人が、帰路、羽田に降りたものの翌日の便がとれなくて困ったと言われ、手を尽くして座席を確保したら、今度は彼らが、畳の上で寝たいと、言い出して、やむなくわが家に連れて帰りました。その後も身元引受人やホームステイをやったので、韓国では知れ渡ったようようです」  
—沢山のバッジが沢山ついた帽子をかぶられていますね。

「帽子は、1978年にニュージーランドワイズメンにねだられて東京クラブのベレー帽と交換しました。各地で交換やいただいたピンバッジ60個、ワッペン6枚。どれも思い出があります」

—日本区時代に北東部長に続いてEMC事業主任を2期務められ12クラブが生まれましたね。

「1980年の5月4日、福岡中央クラブ、5月5日、京都ウエストクラブと続き、一週間後の高松クラブとチャーターナイトに行ったことがあり、充実していました」  
—上妻さんの発言は、声も歯切れもよかったですよ。

「声は通ると言われました。50年近く民謡をやっているためかも。自分ながらワイズと同様飽きずによくやっていると思います」  
—俳句もやられていますね。

「18歳ごろ始めて、一次中断して、30年前頃から再開しました。俳句を習って良かったと思います。物や自然への見方が変わりました」

—区議会議員にもなられました。

「地元の議員が都議になり、1991年に挑戦しましたが、落選。1995年は同得票当選でしたが、抽選で負けました。欠員の補充のため議席を得て、2期務めました。議員は、行政に対し強い権限を有します。議員独自の発想・構想が必要です。新庁舎建設に付いての私の一般質問で、行政側が行動を起こす体制を作ることが出来ました。議員は豊富な知識・見識によって行政の先導者になれると思います」

—ワイズの良いところは。

「ワイズメンにはメンバーの人間性に惹かれています」

—EMCの展開にご意見は。

「昔の話をしては通用しませんが、やり方が違っても、会員獲得の結果には変わりありません」

「今日、社会奉仕活動は一般企業でも取り組み、ワイズがよほど目新しいものを出さない限り、EMCに結び付かないと思います。私は、鍵は国際性であると思います。以前、世界展望(WOL:World Outlook)事業がありました。世界のいろいろな情勢を知ろうと言うものです。東日本区ワイズが何か一つでも、独自で国際プログラム等を立ち上げる勇気があるかどうかです。直ぐに効果は望めなくても、行動することで、必ず良い結果が生まれると思います」  
—今年度、会長を受けられました。

「米寿の会長です。よろしく」  
—ベテラン会長の成功例を期待します。ありがとうございました。

### 3) 朝食と野菜・果物ジュースと オリーブ油

私の朝食は、パンと牛乳と野菜・果物ジュース 1 杯のみである。この野菜・果物ジュースは、始めは生の野菜果物からジュースャーを使って、毎朝自ら作っていたが、市販の野菜・果物ジュースがほぼそれに近く野菜・果物の種類はもっと多種で、しかも廉価で美味である事を知った。

早速切り替えてもう 10 年以上になる。1 日分で厚労省の推奨する「野菜 350 グラム・果物 200 グラム」の必要量に加えベーター

カロチン(ビタミンA)をも満たしている事が分って満足している。現在使用中のものは、「伊藤園の充実野菜 100」930g である。これを毎朝 200cc に日野原重明先生推奨のオリーブ油を 15cc 加えるとコレステロールを減少させて尚更よろしい。

因にこの動脈硬化予防効果の他に、オリーブ油には抗酸化作用、乳がん・胃がん・糖尿病の予防効果、記憶力アップ、アルツハイマー予防、満腹中枢を刺激してダイエット効果等の evidence が相次いで発表されている。

中でもエキストラバージンオイルを常用する地中海式食事法(2010年、和食と共にユネスコの世界無形文化遺産に登録された)の原産地ギリシャのクレタ島の住民は心筋梗塞や動脈硬化になる率が低く、日本人より健康で長寿だと言われている。勿論、野菜、ナッツ類、果物の摂取量が多いこと、牛肉の摂取量は少なく、タンパク質は魚介類や鶏肉や乳製品で摂取している点が特長的で、毎日の運動と適量のワイン、水の摂取等も重要な要素と言われている。

### シゲとあーやの子育て② 村野 絢子

長女は、予定日をすぎても心配無く、近くの公園でブランコを漕いだりした翌日、陣痛が始まり、3500g で産声を上げた。自宅から歩いて 10 分の産婦人科医院でお産をしたが、丁度シゲは山中湖の家族キャンプに参加中で、帰宅するまで入院していた。家には、シゲの両親と弟妹 3 人がいて賑や

かだった。

髪が薄かった義母は、生まれたばかりの赤ちゃんがたっぷりした黒髪なのを見て、「100 日経った子みたいだね」と驚いていた。

生後 1 か月の頃、教会で祝福を受けた。高齢の T 牧師は抱かれた長女がふっと無意識に笑顔を見せる様を見て「これを本当のエンジェルスマイルというのですよ」と喜ばれた。

冬のある日、陽の当たる縁側で

5 か月の長女を裸にして、日光浴させていた。シゲの母は「ちょっと寒くないかね」と言いながらも、「あなたがどんな子育てをするのか楽しみだね」と続けた。

テレビでは当時、朝の NHK 連続テレビ小説「おはなはん」の放映中であった。

「シゲは今日も遅いの？」温かく距離を置いて見ていた亡き義母に感謝している。



### DBC交流にも体力が...

8月13日、3年に一度の深川八幡例大祭で、東京ひがしクラブと、DBC 京都ウエストクラブ、子クラブの東京ベイサイドクラブのメンバーが、東陽町二丁目の大神輿を担ぎました。

55基の神輿は6時間半かけて、深川の町々を巡りました。京都ウエストのメンバー14人は、前夜に交流会をすませており、その日のうちに帰京しました。DBC 交流「体力篇」です。

(吉田明弘)

### 編集後記

重い8月でもありましたね。

皆さまには体に変調はありませんでしたか？私は気候のせいか体のあちこちが痛みましたが、夏を乗り切りました。

皆さんには記事を戴き感謝。原稿依頼の遅れから、また手違いで発行が遅れましたことをお詫びいたします。これからも皆さまには記事を沢山寄せてくださるようお願いいたします。

最後にへぼ一句

「桔梗の赤白花壁飛び去りて」

中央高速道にて

(TO)