



20212-2023 年度主題  
 国際会長 K・C・サミュエル (インド)  
 “Into the next 100 Years with FELLOWSHIP & IMPACT”  
 主 題 「フェロウシップとインパクトで次の100年へ」  
 スローガン “BEYOND SELF and BE THE CHANGE”  
 「自己を越えて、変化を起こそう」  
 アジア太平洋地域会長 シェン・チ・ミン (台湾)  
 主 題 “Elegantly Change with New Era”  
 「新しい時代とともに、エレガントに変化を」  
 スローガン “Doing It Right Now” 「今すぐ実行を」  
 東日本区 理 事 佐藤 重良 (甲府21)  
 主 題 “Let's act now for the future”  
 「未来に向けて今すぐ行動しよう」  
 スローガン “Do something for someone and have an enjoyable  
 Club life for yourself”  
 「誰かのために奉仕して 自分のための楽しいクラブライフを！」  
 湘南・沖縄部長 小松 仲史 (厚木)  
 「楽しく・元気よく・前向きに」  
 クラ ブ 会 長 久保 勝昭  
 “良きつながりを持って” 心ひとつに「無理の無い活動を」



## 2023～24年の意気込み

横浜つるみワイズメンズクラブ会長 久保 勝昭

2023年7月13日(木)に期首例会(キックオフ例会)がある。早いもので、まる4年が過ぎてしまった。2020年1月から今日に至るまでのブリテンの冒頭に19年6月のチャーター依頼12月までは、ボランティアクラブらしい働きが、この事が懐かしいと書いてきた。コロナ禍という事もあったが、四季の過ごし方も年々変わって来ていて、春夏秋冬のはっきりした区別が薄らいで来ているように思えてならない。この歳になると一年の時が経つのも何故か早く感じるのは自分だけだろうか。今年の6月3、4日に4年振りに東日本区大会が対面にて甲府で開催され、つるみクラブも短時間ではあったが活動内容が写真入りで紹介された。今期の会長も久保が務めさせて頂くが“会長標語”を新しく変えようと思ったが変えません。“良きつながりを持って”心ひとつに「無理のない活動を」とすることに致しました。また今期から役員の数を増やし副会長の職を設ける事になりました。渡邊光枝さん( ?才)がその任に当たってくれることになりました。本当に感謝です。今期の活動の一番目は、横浜市東本郷地域ケアプラザの「歌の講座」が既に決まっています7月9日(日)午後2時より始まり、15曲ほど唄い、途中休憩があり、私たちもその中に入って一緒におしゃべりをする事になり、この事が「歌の講座」の盛り上がりにつながって行けば良いし、多くの人と接することで、これからの人生の過ごし方の糧になるような気もしている。22年の7月から「お楽しみプログラム」と称して例会の中で「歌の広場」をつくり約45分歌謡曲、唱歌、童謡等唄う時間を設けました。今のクラブのチャーターメンバーは2007年頃から始めた横浜市生麦地域ケアプラザの「歌の広場」に参加してくれていた人が殆どでした。ということも有り今後、クラブ運営を続けて行くうえで「歌」は欠かせないようです。「報告・YMCA」「審議事項」は外せない項目であるが、毎月のテーマを皆で考え、それに沿って次回の例会の内容を決めていく方策もあると思う。「音楽」「会話」「料理」「ボランティア」「季節」「体力づくり」等何か決定すれば専門家をお呼びし内容、そして意義のある例会づくりを目指したい。

## 副会長として2023～24年

横浜YMCAの募金活動を何度か手伝った事しかない私が、つるみクラブの副会長を引き受けてしまいました。“ちょこっと助け隊”に参加しようと思うのですが、草むしり(私、すごく蚊に好かれるのです)、窓ふき(拭いた後の方が汚い)、電球の取り換え(私、背が低い)、通院同行(なれない病院で血圧が上がってしまう)。慣れれば出来るかな?? 例会の「お楽しみプログラム」で歌うことができますが、横浜つるみワイズメンズクラブのテーマソングがあったらいいなと思っています。音楽センスのない私が作詞?作曲?無理だ～どなたか助けて下さい!! 既存の曲に♪つるみクラブ♪と当てはめてしまっても良いとおもいますが、著作権とかに関わってだめかな。クラブの活動内容は“福祉の町づくり”を掲げていますが、どんな活動をしていったら良いのでしょうか。(渡邊 光枝)

《つるみクラブ6月定例会》

日時：2023・6/8(木)16:00~18:00  
 場所：鶴見中央地域ケアプラザ・多目的ホール  
 出席者：久保会長、久米、駒井、島田、新改、  
 中村、野辺、日野、松井、吉本、渡邊  
 欠席者：横山、  
 ゲスト：川口智幸様（厚木クラブ 書記）

プログラム

「司会進行」 渡邊光枝 ピアノ 吉本正子

1. 開会点鐘  
 ※ワイズソング・ワイズの信条

2. 会長挨拶  
 3. 川口様ご挨拶

「報告事項」

- 5/18(木)ボランティア市民活動団体分科会  
 13:50~15:00 渡邊、中村  
 場所：鶴見区福祉活動拠点 多目的研修室
- エクステンション委員会 18:30~  
 中央YMCA(ハイブリット) 久保、久米
- 2023・6/3・4(金・土)第26回東日本区大会  
 会場 APIO 甲府(山梨) 久保.
- 2023・5/26(金)北YMCA、つづきクラブ、  
 つるみクラブ三者交流会 18:00~  
 出席者：北YMCA 11名  
 つづきクラブ 12名  
 つるみクラブ 7名

(久保、島田、横山、久米、新改、渡邊、中村)  
 「YMCA 報告」島田所長

1. ちょこっと助け隊 (5・6月活動報告)

- 通院同行 3件
- 草むしり 1件
- 窓ふき 1件
- 枝切り 1件
- ボードゲーム相手 1件

「お楽しみプログラム」うたごえ広場

(ピアノ：吉本正子 ギター：久保勝昭)

- 曲目：①花は咲く ②雨 ③雨降りお月  
 ④雨のブルース ⑤並木の雨  
 ⑥アカシヤの雨が止む時 ⑦別れのブルース  
 ⑧津軽のふるさと ⑨みだれ髪 ⑩街の灯  
 ⑪リンゴ村から ⑫雨が止んだら

「連絡事項」

- 2023・7/13(木)16:00~18:00  
 つるみクラブ7月例会(総会)  
 場所：鶴見中央地域ケアプラザ多目的ホール  
 閉会点鐘

《エクステンション委員会》(会員増強委員会)

日時：2023・6/19(月)18:30~20:00  
 場所：中央YMCA 久保、久米 出席

6年間続いた会が6月19日で最終回となった。

	現在	目表
横浜クラブ	12	18
鎌倉クラブ	10	10
とつかクラブ	11	11
厚木クラブ	13	20
金沢八景クラブ	12	13
つづきクラブ	16	20
つるみクラブ	12	15
合計	86	118

横浜つるみクラブは、12名の現会員で15名の目標達成は、できませんでした。来期に希望を。今後も新入会員の入会費は、部が補助する案、新クラブ設立時適宜補助金制度を継続する案ができました。(久米康子 記)

(2023年6月 データ)

在籍会員数	例会出席者数		出席率
	メンバー	出席者数	
12名	メンバー	10名	92%
	ゲスト	1名	
	合計	11名	

今後の行事予定

- 2023・7/13(木)16:00~18:00  
 「つるみクラブ例会」  
 鶴見中央地域ケアプラザ・多目的ホール
- 2023・7/14(金)15:00~16:00  
 「ちょこっと助け隊定例会」  
 鶴見中央地域ケアプラザ・地域ケアルーム
- 2023・7/21(金)18:30~20:00  
 「ボランティア・市民活動団体分科会」  
 鶴見区福祉保健活動拠点・多目的研修室



(川口様を囲んでの集合写真)



## ちょこっと助け隊～枝切りボランティア～



鶴見中央地域ケアプラザでは、地域にお住まいの高齢者のちょっとした困りごとを解決する、お助けボランティアグループを立ち上げております。一人暮らし高齢者、老老介護世帯・家族が障害ある方などを対象に、草むしり、電球交換、枝切りなど様々なボランティア活動を行っております。



みかんの木を高枝切り鋏の剪定

本日は、枝切りの依頼を受けボランティアの方と行ってまいりました。



落ちた枝をまとめます

引っ越してきてから40年以上自然に生えてきた「みかんの木」が大きくなったそうです。高枝切狭で切れる範囲で2時間お手伝いしてまいりました。本日も曇りで涼しく作業しやすかったです。生活を支えるサポーターとしてちょこっとボランティアさんが活動することで、助かる方がいると改めて感じました。気軽に相談できる関係ができることでいつまでも住み慣れた地域で生き活きと生活できる地域を作っていきたい

(鶴見中央地域ケアプラザ 横山 裕二)

## ツルのひとこと(1)

### 《 東北震災後の復興風景 》

先日東北に4年ぶりに旅行をしました。各地を回り後半に宮古、大槌町、高田松原「奇跡の一本松」大川小学校遺構、女川町を訪ねました。どこも海の近くはとても高い防波堤がそびえ寂しさが漂っています。それでもかなり復興の営みは感じられます。

大槌町ではちょうど遠洋漁業の中型船が長い航海に出るらしく出港風景に遭遇しました。港は送る家族や関係者で賑わっていました。初めてこのような場所に会い良かったです。



大川小学校 1・2年生の教室だった

14:46(地震発生)  
15:37(津波到達)  
までの時間

**51分**



津波で止まった時計

北島三郎の演歌で見送られていました。私も手を振りました。すると船の乗組員が手を振りかえしてくれました。

高田の松原では記念公園が整備され訪れる人が多くみられます。

今年は6月に植樹祭が行われ天皇陛下がここを訪れ記念式典が行われました。

女川ではかなり整備され鉄道も復活していて人も多く活気がありました。一番進んでいるように見えます。食事やコーヒーショップ、お土産店も整っていて海の幸がたくさんあり新鮮で美味しいものが結構ありました。

そんな中で大川小学校遺構だけは事故が事故だけに悲しみと寂しさが漂います。各地コロナが落ち着いている様子なので活気が戻っているようには感じられました。

(野辺良一 記)

## ツルのひとこと(2)

つるみクラブの活動として、昨年初めて施設での“歌の講座”を行う事になり、たまたま私が多少ピアノを弾けるという事で、久保会長のお力添えも頂きながら、伴奏で参加させて頂くことになりました。

音楽は当たり前に行われている事ですが、人をリラックスさせ、活力を沸かせ、心身の障害機能を回復させる効果があると言う事で、老人ホーム等では最近広くレクリエーションの一つとして、『歌を歌う会』が取り入れられる様になりました。

ピアノも、左右異なる10本の指の動きは、脳の活性化、時には瞬発力や記憶力を鍛え、演奏する時は全身の筋力を使うので、外で行うスポーツと同じ様に、身体を軽く鍛えられる様です。

ただ私自身にこの効果の実感は全くなく、衰える一方です、が出来る能力の範囲で、利用者さんに少しでも楽しんで頂ける時間が作れる様、努力したいと思っております。 (吉本正子)

コロナの感染者はまだまだ多いなか、感染症の分類はインフルエンザと同じ5類となってから、義務づけられていたマスクも個人の自由となり、コンビニやスーパーのパーテーション等は取り払われましたが、マスクだけはまだまだ外さない人の方が多いようです。

コロナが流行り感染防止にはマスク着用が良いと言われた時期、テレビ等で放映される中で、日本人は全員と言って良いくらいマスクを着用している人の姿が映るなか、欧米の人々は着用していない人の姿が多かったです。これを分析して欧米人は人とのコミュニケーションを図るには相手の口元を見て相手の感情を推し量り、日本人は目元を見て相手の感情を推し量るからと分析されていました。

そんな点からマスクを着用していても日本人はお互い意志の疎通を図るにはそれ程不便を感じない、それでマスクをする事にあまり抵抗感がないのではとの見解をしていました。

またそれと同じくして面白い記事も見ました。

それは日本と欧米の物語や映像の中でヒーロー達が付けるマスクの場所が違うこと。欧米も日本も昔のヒーロー達ですが、欧米のヒーローのバットマンやローン・レンジャーは目元を覆っていますが、日本のヒーローの鞍馬天狗や月光仮面は口元を覆ってます。

目元を覆うという事で少し付け加えれば、欧米人はサングラスをかける人が多いですが日本人は欧米人に比べると少ないです。今まではあまり気にもしないで見えてきた昔

のヒーローの姿はコロナ禍にあった欧米人と日本人の姿と遭遇。マスクを着用する、しないだけでも、人種によって感じ方や文化の違いが見えてくるのが面白いです。 (松井美津子 記)



今年度も監査を何とか無事に終え、監事の役目を果たせた事は、感激です。

年々、歳を感じますが、「会合には出席第一・・・。」と思い、皆さんに会えることを楽しみに参加したいと思います。 (新改)