



2019年3月7日発行

2019年3月号 (通算222号)

東京武蔵野多摩ワイズメンズクラブ

東京YMCA西東京コミュニティーセンター内 〒186-0002東京都国立市東1-4-20-102
TEL 042-577-6181 FAX 042-577-5574

【2018～2019主題】

国際会長 ムン・サン・ボン 「Yes, We Can Change!」
 アジア太平洋地域会長 田中 博之 「Action!」
 東日本区理事 宮内 友弥 「為せば、成る」
 あずさ部長 廣瀬 健 「未来はそれに備える人のものである」
 東京武蔵野多摩会長 山口 直樹 「地域に根差した活動を! 理事と共に・YMCAと共に」

【クラブ役員】

会長 山口直樹
 副会長 大輪匡史
 書記 麻生由美子
 小林文彦
 会計 鈴木 誠

I B C Tsim Sha Tsui Y's Men's Club (香港)、Seoul Han Yang Club (韓国)

D B C 神戸学園都市ワイズメンズクラブ

2019年
3月の聖句

「悪魔はあらゆる誘惑を終えて、時が来るまでイエスを離れた」
ルカによる福音書第4章13節

ワイズメンズクラブモットー

強い義務感をもとう 義務は全ての権利を伴う

五つの誓い

- 1.自分を愛するように隣人を愛そう
- 1.青少年のためにYMCAに尽くそう
- 1.世界的視野をもって国際親善を図ろう
- 1.義務を果たしてこそ権利が生ずる事を悟ろう
- 1.会合には出席第一、社会には奉仕第一を旨としよう

ワイズメンズクラブの目的

- 1.個人的にもまたクラブとしても、その奉仕活動を通じてYMCAの活動を支援する
- 2.ワイズメンにふさわしい他の団体を支援する
- 3.地域社会や国際的な問題に関心を持ち、一党一派に偏らない正義を追求する
- 4.宗教・社会・経済・国際などの諸問題について会員達を啓発し、積極的に参加させる
- 5.健全な交友関係を作り出す
- 6.この協会の国際・地域・区の事業を支援する。

3月例会の予定

強調月間：BF ネット

日時：3月 13日(水) 19:00～

場所：東京YMCA西東京センター

司会：麻生 受付：板村 小林

ドライバー：野尻 記録：板村

<プログラム>

- *開会点鐘(会長)
- *ワイズソング
- *ゲスト・ビジター紹介(会長)
- *会食
- *フリートーク

『東京武蔵野多摩のこれからについて』

発題：大輪 匡史 さん

*連絡・報告事項・にこにこ

*今月のハッピーバースデー

麻生 さん 山口 さん

*閉会点鐘(会長)

2月例会報告

在籍者	12名
出席者	8名
メーキャップ	0名
出席率	66.6%
ゲスト(リーダー)	4名
ビジター	2名
メネット・コメント	0名
にこにこ	6370円

『笑顔』

麻生 由美子

「笑う門には福来たる」。
 笑う事が健康に良い事は昔から経験的に知られている。うつ病等精神疾患、認知症等との関連を調べると、笑う事によりうつ病や認知症になるリスクが軽減する。また笑いがストレスを少なくし、笑う人ほど動脈硬化を改善させるという研究もある。さらに、脳疾患や心臓病にもなりにくい可能性を示す研究結果も発表されている。
 しかし人間生きていくと、いつも笑顔でいる状況ではいられない。子供達でも貧困や虐待、ネグレクト等困難な状況に置かれているケースも多い。子供達が笑顔で生活出来るよう、我々が真剣に取り組まなければならない課題は山積みである。
 お互いを思いやり、違いを認め、協力し合う事で、少しずつ出来る事が何かあるように思う。子供達がどんな環境に置かれても、幸福と感じて生きていけるような社会を実現出来たら、と痛感する。
 フランスの哲学者アランの『幸福論』は、幸福だから笑うのではない、むしろ笑うから幸福なのだ！と。ゆえに親しい仲間とのメールのラストはいつも「お互い何とか笑顔で頑張りましょう」である。
 そろそろ春も近くなってきた様子ですよ。健全な明るい社会を目指し、皆様笑顔で頑張りましょう。

4月6日・7日 国立さくらフェスティバル

バザー用献品のお願い

毎年開催される、国立さくらフェスティバルに今年も、西東京コミュニティーセンターと武蔵野多摩ワイズは共同で参加をします。ワイズは「子供の居場所」をテーマにゲーム+駄菓子とバザーを予定しています。つきましてはバザー用に献品をお願いいたたく、ご自宅の納戸などに眠っている食器や衣類、古本、CDなどご提供いただきたく思います。何かございましたら、大輪、麻生、小林までお声掛けください。

2月第一例会 報告(卓話)

大輪 匡史

開催日：2月13日水曜日 19時～21時30分
 会場：東京YMCA西東京コミュニティーセンター
 卓話：東京多摩みなみ会長 深尾 香子 様
 テーマ：【ことも茶のすすめ】茶の湯ってなんだ？
 こども茶を世界へ
 参加者：板村,宮内,山口,野尻,伊佐,小林,麻生,大輪
 ビジタ：東京たんぽぽ 服部節子 小原史奈子 西東京
 センター職員とリーダー (敬称略)



お茶の歴史と、こども達がお茶を習うことで、何を学べるかというお話と、お手前の実践をしていただきました。まず、講師のプロフィールの紹介をさせていただきますと、一般財団法人 江戸千家蓮華庵 真台子(指導者指導員) 景福庵深尾宗香こと深尾香子さんは、茶道実技を柴田宗雪 佐藤宗勢(江戸千家茶道会)、茶道史を故戸川宗積(遠州流)に師事されました。稽古は自宅道場のほか、小学校、大学、企業などへの出稽古も行い、幅広く茶の湯を広める活動を行っているそうです。



茶の湯のイメージは、窮屈、お金がかかる、辞められない雰囲気などがありますが、千利休は『茶の湯とは只湯をわかし茶をたて、飲むばかりなる事と知るべし(利休百首)』と残しています。お話はまず、子供たちは茶の湯を通してこんなことが学べますという説明から始まりました。目に見えるもの：国語、文字や想像力など 算数、茶会予算や設計 理科、茶の製法 社会、日本史、民族 美術、色彩、構図のバランス 道徳、礼儀作法など。また、目に見えないものとして、たくさんの助けをかりなければ今この一服を味わえない事、相手を敬う心などの学びがあります。さらにストレスの多い大人たちは、右脳を使うことで、すさんだ心をリセットしてホッとでき、健康寿命を意識するシニアは所作を通して、体力維持に必要な筋肉を知らずに鍛える事が出来るなど、学び・心・体に幅広い効能を得るこ



とができるそうです。その後先生の指導の下、参加者全員で“薄茶”を点て、お茶とおいしいお菓子を頂きました。最後に特別に“濃い茶”を点てさせてもらいましたが、飲むのが辛かったです。ふと、お部屋の中を見渡すと参加した方が皆さん楽しそう、笑顔になっていました。これが、お茶の心だなあと、子供たちには是非、お茶会を通して、人には何が大切かを学んでもらいたい、との思いを強くしました。

4部合同EMCシンポジウム

板村 哲也

2019年2月16日、東新部主催、関東東部、あずさ部および湘南・沖縄部の共催で第3回「4部合同EMCシンポジウム」が東京YMCA社会体育・保育専門学校で開催されました。参加者は63名で当クラブからは山口、板村の2名が参加しました。今年度はEMCの成功例や苦悩の具体的な状況、課題につき4名のベテランのパネリストから発題があり、これをベースに参加者で、どのように会員を増強するかなどにつきフリーディスカッションを行いました。

<西東京YMCA便り>

出沼 一弥

▼報告 ソシアスフォーラム 2月11日(日)

東京YMCA東陽町センターで、「10年後のYMCAを語ろう」を語る「ソシアスフォーラム」を行いました。パネリストによる「会員増強」「コミュニティーの将来」「情報発信(広報)」「ユースの育成」の話の聴いてから、6つのグループに分かれて話を深めました。短い時間ではありましたが、どのグループもYMCAのこれからの想いを馳せ語り合い、話した内容を模造紙にまとめました。まとめた模造紙は、2019年度会員大会で掲示されます。

▼3月の予定

2019年3月13日(水) 東日本大震災復興支援街頭募金 国立駅 17:00~18:30
 ワイズの例会前の時間帯での実施になります。お時間の許す方の参加ご協力をお願いいたします。

3月度健康増進カフェ延期のお知らせ

隔月(奇数月)第3土曜日に開催しております「健康増進カフェ」ですが、今月(3月16日)の会は諸般の事情により延期とさせていただきます。4月以降新たな企画も含めて開催して行きます。