



THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKYO, SUNRISE

T O S Y ' S

東京サンライズ・ワイズメンズクラブ

創立 1989年2月18日
チャーター認証日 1989年5月 2日
チャーターナイト 1989年5月28日

TOKYO YMCA YAMATE CENTRE
2-18-12,NISHIWASEDA,SHINJUKU-KU,TOKYO
PHONE 03-3202-0321

第一例会：第2木曜日 午後7：00
(但し、12月・5月は山中湖センターで土日)
第二例会：翌週土曜日 午後4：00

2010年8月号ブリテン 第243号

IBC：台北ユニオン DBC：東広島・京都プリンス

2010-2011年度主題(Theme)

To acknowledge the duty that accompanies every right
強い義務感を持つ 義務はすべての権利に伴う
「心新たに立ち上がろう」 “Once More We Stand”
「心新たに立ち上がろう」 “Once More We Stand”
「豊かな奉仕！ ～変化そして躍進！」
「継続こそ力」
「ワイズで心も体も元気に！」

会長 菅原 美紀子
副会長 御園生 好子
書記 江原 修一
会計 天野 婦美子
直前会長 小山 久恵
担当主事 星 住 秀一

Our Motto 国際標語
国際会長 藤井 寛敏
アジア会長 高田 一彦
東日本区理事 松田 俊彦
あずさ部々長 小山 憲彦
サンライズ会長 菅原 美紀子

8月第一例会のお知らせ

とき 8月12日(木曜日) 19:00～
ところ グラディス
かいひ 5,000円
とうばん (二組)内迫、大谷、小山(憲)、柴田、中馬、
原(淑)、深田(晶)、星住

◆プログラム

開会点鐘 会長
ワイズソング・ワイズの信条 一同
ゲスト・ビジター紹介 会長
卓話 「楽しみすと♪」の365日 馬場啓子さん
ハッピーバースデー 会長
協議・報告・連絡事項 会長・各担当
にこにこ・一分間スピーチ 出席者全員
閉会点鐘 会長

納涼懇親会 引続きグラディス 閉店まで

8月以降の予告

8月21日(土) 第二例会 グラディス 16:00～
9月 9日(木) 第一例会 山手センター 19:00～
9月18日(土) 第二(お散歩)例会 会場未定 12:00～
10月 2日(土) 長野チャーター ホテル信濃路 14:00～
◇あずさ部久々の新クラブのチャーターです。是非出席を。
10月14日(木) 第一例会 山手センター 19:00～

7月第一例会報告

菰淵光彦

2010-2011年度のキックオフ第一例会は7月8日(木)19時から、東京YMCA山手コミュニティーセンター101号室で開催されました。菅原会長による開会点鐘に引き続き、一同起立してワイズソングを斉唱、ワイズの信条を唱和した後、会長からゲストとビジターの方達の紹介がありました。

つづいて会長交代式が行われ、小山久恵直前会長から菅原新会長にクラブ会長バッジが装着されて、「ワイズで心も体も元気に！」という主題を掲げた菅原会長は十年ぶり二度目のクラブ会長に就任しました。

卓話はカイロプラクティック治療院長徳義公明さんの「具体的な骨の話」でした。背骨が体を支えるだけでなく、脳に繋がる脊髄を通して、体の内蔵や筋肉を管理している 《次頁へ続く》



小山(久)会長より菅原新会長へバッジが装着されました。

8月のハッピーバースデー

1日 飯野 敬子 さん
1日 深田 敏子 さん
15日 遠矢 恭子 さん
15日 深田 真由美 さん
31日 内迫 実知子 さん

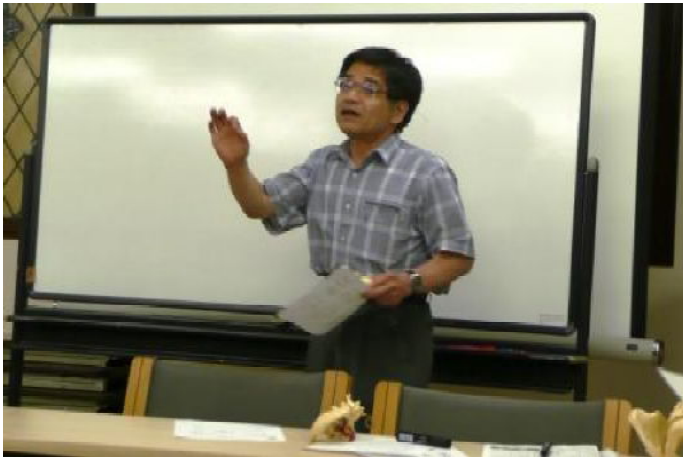
ワイズの信条

自分を愛するように隣人を愛そう
青少年のためにYMCAに尽くそう
世界的視野を持って国際親善を計ろう
義務を果たしてこそ権利が生ずることを悟ろう
会合には出席第一社会には奉仕第一を旨としよう

7月例会出席者

在籍 23名
メン (Make up 1名) 14名
メネット・コメット 0名
ゲスト・ビジター 3名
出席率 61%

●7月のBF切手：0.0kg(累計：0.0kg) ●ニコニコ：3,670円(累計：3,670円) ●プルタブ：0.0kg(累計：0.0kg)
【東日本区へ納付済み：144.5kg】



卓話者の徳義公明さん。

神経の通り道を確保していると云うことを、当たり前のことなのですが、如何にふだん意識しないで生活しているかを再認識。無意識のうちに弱いところを庇ったり、楽な姿勢を求めているのですが、これが健康のために良くないという事がよく分かりました。目下、横浜国際大会に向けて社交ダンスや盆踊りをレッスン中ですが、このお話を伺ってから、練習時に背筋を伸ばして踊ることで余裕のステップに近づいている様子です。横道にそれましたが、持参されたレジメや図表を配布され、骨のカットモデルを手を持たせて頂き、先生のお話は背骨のはなしから始めて、自律神経を司る原始的な脳のお話、大切な毛細血管のお話、脳下垂体のお話などバラエティーに富んでいて、止まることを知りませんでした。お話のつづきは先生の施療院へ行ってこの先を伺うこととして、次のプログラムへ移りました。



熱心に卓話に聞き入っていました。

当日はサンライズクラブへの部長公式訪問として小山憲彦あずさ部部長から所信表明の挨拶があり、まず横浜国際大会への参加の呼びかけ、続いて2000Pについて長野クラブにつづく新クラブ立上げ推進のお願い、来年6月に松本で行われる東日本区大会へクラブ全員登録による応援依頼がありました。更に、長野クラブのチャーターナイトの時に長野までの街道歩きをしようという案が出ているというお話がありました。今年度はサンライズクラブ挙げて、小山(憲)あずさ部部長の応援をいたしましょう。

例会はティスティングタイムへと進み、先ず4名のメン・メネットへのハッピーバースデーが行われました。バッピーバースデーを全員で斉唱し、その後会長から報告連絡協議事項の話があり、8月12日(木)の8月第一例会をどこで行うかを検討、

山手センターが休館のため急遽グラディスでの開催を依頼することに決定しました。次に東京YMCA夏まつりの開催時間が30分繰り上がった事と、ラッフル券クラブ割り当てに関して協力要請がありました。9月23日に代々木公園で行われるチャリティーランに関して、菰刈メンからサンライズとして水餃子の出店を出すことの確認があり、有志により出店することが承認されました。

次週17日(土)に行われるあずさ部評議会の二次会と、サンライズクラブの7月第二例会を当日16時から伊丹亭で行う件を、今晚伊丹亭で調整する事などが、話し合われました。

つづいて、星住担当主事からYMCA報告として、ユースボランティア・リーダーズフォーラムのリーダー選考中で、その基調講演の講師として青山鉄兵さんが決定した件、キャンプ90周年を記念してTシャツを1枚1000円で販売している件、山手センター入口でコストコの寄付によるミニバザーを行っている件などの報告がありました。

最後に、にこにこ1分間スピーチを行い、菅原会長の閉会点鐘で第一例会は終了いたしました。

本音で語ろう会は、次週の会場の予約も兼ねて、伊丹亭で夜遅くまで行われました。

出席者：菅原会長、天野、内迫、小山(憲)、小山(久)、菰刈、柴田、遠矢、原(俊)、原(淑)、御園生、星住主事

ゲスト・ビジター：徳義さん(卓話者)、小口さん、山本さん(東京八王子)

7月例会のワイン

担当 菰刈メン

・ Sommeracher Katzenkopf 2009 (GERMANY)

カッチェンコップは猫の額の意味。ホワイトアスパラで有名ゾンメラッハ村の辛口ワイン。

・ mmaTEUS ROSE (PORTUGAL)

ポルトガル生まれの微発泡のワイン。

7月例会のチーズ

担当 天野メン

・ PHILADELPHIA(フィラデルフィア)クリームチーズ

・ ガーリックチキン味チーズ

7月例会のパン

担当 天野メン

・ グラハムカンパニー

・ パリジャン

あずさ部評議会・7月第二例会報告

長津 徹

朝寝坊してしまい9時20分頃山手センターに到着しました。20分の遅刻でしたが既に会場は机や椅子などセットされていて、残された仕事は「あずさ部評議会」のプラカードの設置だけでした。そのかわり？会長・事業主査所信表明のタイムキーパーを仰せつかり、小山部長と打ち合わせて30秒で団扇で作ったサインを出して5秒前に携帯のベル音をならすと言う案で臨みました。

開会式は菰刈君の司会で部長点鐘・ワイズソング、菅原会長の挨拶、シンプルに10分ほどで終えました。

評議会は柴田弘子さんの司会で始まり、新役員任命・松村直前

部長挨拶・小山部長所信表明・事業主任/クラブ会長所信表明・議案審議・諸報告と連続していたのですが、皆さんタイムキーパーのサイン通りに時間内に滞りなく済んだのでした。



昼食・懇親会の前に全員で記念撮影をしました。

記念撮影の後机の配置換えをして時間通りの1時10分に懇親会がスタートしました。菅原会長の食前感謝、金井次期部長の乾杯で始まった宴は前半のすき焼き弁当と苦勞して冷やしたビールで楽しい歓談の時となりました。途中、別室で武蔵野多摩クラブの石丸さん指導によるラップでのファンファーレの練習をして披露したり、長野クラブ湯田君や松本クラブ赤澤さんのアピールなどしたのですが、あまりにも時間の余裕がありすぎて少し持てあまし気味の感がありました。なにか出し物でもあればなーと他の方も感じたのでは無いでしょうか。

2次会は3時半から伊丹亭でセットしてあったのですが、3時には移動が始まりスタートしていたようです。

サンライズのメンバーが伊丹亭に出そろい、乾杯の後我々だけで店の一角を占めて第2例会をしたのですが、よほどまじめにやっているように見えたのか、他クラブから見学者が出る事態になりました。まず、今年度から始まった例会当番によるブリテンの原稿割り振りを行いました。つづいて、横浜国際大会に来日する台北ユニオンとの交流会について、台北ユニオンのスケジュールの報告があり、何時、どのようにするか検討した結果、金曜日のプレジデント・ボウルの後に市内へ繰り出すしかないとの結論に達しました。今年の西条酒祭について、10月9日(土)に東広島で3クラブで交流会を持った後、日曜日に神戸へ移動して神戸ジャズフェスティバルを楽しむ方向で検討している旨の報告がなされました。

早々に例会を切り上げ懇親の輪に加わり、心行くまで交流と会話を楽しみました。出席者約30名ほどでした。

評議会の出席者：62名(＋二次会からの参加1名)

サンライズ：天野、小山(憲)、小山(久)、菰淵、柴田、菅原、長津、原(俊)、原(淑)、御園生、星住主事

小山部長公式訪問に同行して

柴田弘子

7月に入り松本クラブのキックオフ例会を皮切りに、甲府21ー東京サンライズー甲府ー東京武蔵野多摩ー東京西ー東京山手ー東京セントラルの8クラブを前田事業主査、山本八王子クラブ会長とサンライズのメンバーが同行して訪問しました。

その際小山部長から下記のような話がありましたのでご報告

させていただきます。

- ① 最終年度に入った2000プロジェクト推進強化
目標として、長野クラブに続く新クラブの今年度中の設立。
- ② 横浜国際大会の参加目標1500名に向け登録の依頼。
- ③ 東日本区大会(ホスト：松本クラブ)への登録の依頼。
- ④ 長野クラブチャーターナイト(10月2日(土))への参加イベント内容の検討。

今回訪問して感じたことは、それぞれ特色のあるCS事業に取り組んでおられ、人数の多少・年齢の違い・地域環境・クラブ運営資金の問題等あり、活動の幅は様々でありましたが、楽しいクラブライフを送られているということでした。

お忙しい会長を周りでサポートして行こうと、連絡を蜜に取る体制が出来ているクラブもあり、メンバーの一体感を感じました。

CS事業で行われた「あずさ夢街道歩き」(2006年3月～2008年12月)は、お会いしたことのないメンバーと親しくなる機会が出来たと言う声を聞きます。もちろん私もその一人です。

小山部長が「お互いにクラブ訪問をして他クラブとの親睦を図ろう」と話されていますが、他クラブを知ることでワイズについてより知ることにも出来、ワイズライフを続けていくきっかけにもなると思いました。

一人での訪問は勇気もいりますが、お知り合いになれば、気軽に一人で訪問し、親睦を図ることが出来るでしょう。

今回訪問できなかった、東京たんぼぼ・東京八王子の2クラブは8月に、富士五湖クラブは富士山の繁忙期が過ぎてからの訪問となるのではないのでしょうか。

サンライズより：小山部長・小山(久)・菰淵・柴田・原(淑)・御園生

東京八王子クラブ キックオフ例会に参加

御園生好子

7月10日(土)八王子クラブのキックオフ例会に出席しました。一名の新入会。奥様がメンでしたが、今回ご主人がメンになり奥様はメネットへと名義変更？が一名。甲府クラブの矢崎さんが転居の為、転会。計3名の入会、転会式がありました。山手クラブの前田さんが立会人の筈でしたが、遅刻された為急遽、私が立会人という事になりました。三人の方々、末永く八王子クラブでのご活躍を期待しています。

新会長の山本さん、他クラブのキックオフ例会に小山部長と共に出席なさっていたせいか落ち着いて初心表明をなさっていました。

中大生の方達も大勢来ていて、八王子クラブらしい例会でした。

(仮)長野クラブ訪問

小山憲彦

7月21日(水)、長野(仮)クラブの例会に出席しました。うだるような暑さの東京から新幹線で1時間半、さぞや涼しいものと期待して出かけたのですが、午後6時半の気温はなんと32℃、東京と変わらぬ暑さでした。

例会場は福島副会長の玄証院(善光寺の宿坊の一つ)。都合で福島副会長は不在でしたが、定刻7時に例会は始められました。

西条便り

Vol. 94

東広島クラブ 佐々木集子さん

毎年市内の小学校に贈っているセフティハンドブックも手分けして夏休みになる前に各小学校に贈ることが出来ました。大変喜ばれています。

8月は納涼例会を計画しています。知り合いをお誘いして一人でも入会者が出来れば良いかと、取らぬなんとかを期待しています。

今月のプリンスクラブ Vol. 11

京都プリンスクラブ 岡西博司さん

21日はプリンスホテルで行う初めての例会でした。最初の例会という事で、毎年総会がもたれています。昨年度の事業報告と収支報告の後、今期の事業計画案と収支予算案の発表です。

プリンスクラブ始まって以来、最低の人数です。12名。どうすれば、人数が増えるのでしょうか？大問題です。

ドライバー委員長の小野君から今年の方針として「カッコ良い例会」を合言葉に一年間やります。との報告に全員ドキッと。あなたはカッコいいですか？カッコ良いメンバーが、カッコいい例会をやればカッコいい新メンバーが集まり、カッコいい奉仕が出来るクラブが出来る。

さあ、みんなでカッコよく活きましょう！

プルタブ収集

ユース委員会

今年もプルタブを集めます。先日の東日本区大会で念願だった「プルタブ収集賞一位」を受賞しました。

資源ごみで回収されたアルミ缶はどこへ行くのでしょうか。自治体のやる事だからきっと真面目にやっているとは思いますが、何に使われているのか目に見えません。

その点ワイズのプルタブ集めは結果がちゃんと見えます。車椅子になって社会のお役に立っているのです。小さなプルタブだけを集めるのですから、結果が出るまでには気の遠くなるような努力が必要です。東日本区全体で協力した結果、昨年度は3台の車椅子を、それぞれ必要としている施設等に寄贈することができました。

ご自宅ではテーブルの上にペットボトルを置きその中へ、出先ではポケットの中や小銭入れに仕舞い、持って帰ってペットボトルへ入れるように心がけてください。小さなものですがメンバー全員のちょっとした気遣いで大きな成果を生み出します。

歯ブラシ集め

地域奉仕委員会

昨年度まで3年続けて、姫路YMCAの行なっている「カンボジア歯ブラシ運動」に協力してきました。

姫路YMCAでは、1993年からカンボジアの子供たちへ歯ブラシを届け、歯みがきの習慣化による歯科疾患の予防をサポートすることを目的として、活動に取り組んできています。

旅行・出張等の際に「My 歯ブラシ」を使い、アメニティーの歯ブラシは持ち帰ってください。1本でも2本でも。クラブ全体で集めれば数は纏まります。また、ピアノカ・リコーダー・サッカーボール・学用品などの寄贈も待っています。ご協力を。

山中湖センターだより

山中湖センター 小山泰弘さん

皆様こんにちは、山中湖センター小山泰弘です。

猛暑日が続いておりますがいかがお過ごしでしょうか。山中湖も暑い日が続き、夏らしくなりました。ただ、山中湖は標高約1000メートルということも有り、朝晩は20℃ぐらいで過ごしやすいです。

夏になり山中湖センターもキャンプ一色になり、楽しい日々が続いております。今後もキャンプがあり、キャンパーの成長を影ながら支えて行きたいと考えています。

今後も暑い日々が続きますので、暑さに負けぬようがんばります。良い夏をお過ごし下さい。

YMCA News

山手YMCA 星住秀一さん

1. 今年も国際協力街頭募金が9月4日(土)に渋谷駅周辺で行われます。事前に参加申込書がございますので、ご参加いただける方はお知らせください。1時間からご参加できます。
2. 山手センターのバザーが10月17日(日)に行われます。恒例の献品市もございます。ご提供いただける物品がございましたらぜひお持ちください。
3. 今年は日本のYMCAキャンプが90周年を迎えました。記念Tシャツも販売しています(1枚1000円)。残数も少なくなってきました。ご希望の方はお早めにお知らせください。

編集後記

開け放った窓の外では雨音が響いています。至福の一時です。昨日までは窓も開けられないほどの暑い日が続きました。まだ体温以上の気温の中にいたことはありませんが、そんな中にいたら一体どうなるのでしょうか。一度体験してみたいとは思いますが。昨年までは、南北の窓を開けておけば風が通り、汗を拭いていれば何とか耐えたのですが、今年の暑さは我慢できません。一日中いつでも、部屋で仕事をしている時はクーラーを点けていなければいられません。寝る時は除湿にしてエアコンは点けっぱなし。嫌いなんです、私はエアコンが。特にタバコを吸った時のあのたまらない不快な臭いが。窓を開けておけば何も感じないのですが、その時ばかりは煙草を止めようかと思えます。喉もと過ぎれば・・・、今でも吸っていますが。

人間は身の丈にあっただけのことをしなければいけないと、つくづく感じています。分不相応のことはしてはいけないのです。頼まれたら断れない性格、人に任せられない狭量さ。何でもホイホイと引き受け仕事量を増やし、予定ではうまく行くはずが、細かい所が気になり余計なことをしてしまい、段取りは必ず崩れ時間が足りなくなり、結局寝る時間を削るしかなくなる。一仕事済ませた後の満足感はあるものの、疲労と脱力感でボーっとして時間を潰してしまい、また追い立てられる。そんな毎日の繰り返しです。折角作ったウッドデッキでビール片手に読書三昧の日がいつかは来るのだろうか。

(Non.O)