



"To acknowledge the duty that accompanies every right"
 Affiliated with the International Association of Y's Men's Clubs

THE OSAKA CENTENNIAL

C/O OSAKA YMCA
 1-5-6 TOSABORI, NISHI-KU,
 OSAKA, JAPAN

2006年6月

June No. 289

Chartered July 20, 1982

主題 YS THEME (2005~2006)

センテニアルクラブ会長 : 『 発想の転換と共に行動の転換を! 』
 国際会長 : 『 求めるワイズから 行動するワイズへ 』
 アジア会長 : 『 行動するリーダーになろう 』
 西日本区理事 : 『 すずめ、愛と勇気をもって 』
 中西部長 : 『 認め合い、共に歩もう、ワイズたび 』

クラブ役員 Officers

会長 : 石津 雅人
 副会長 : 永島 寧
 書記 : 山田 孝彦
 会計 : 三浦 直之
 ネット会長 : 谷川 有美子
 Y連絡職員 : 鍛冶田 千文

【 Biblical Message of June 】

何事にも時があり

天の下の出来事にはすべて定められた時がある。

生まれる時、死ぬ時 植える時、植えたものを抜く時
 殺す時、癒す時 破壊する時、建てる時
 泣く時、笑う時 嘆く時、踊る時 (中略)
 愛する時、憎む時 戦いの時、平和の時
 (コヘレトの言葉 3章25節)

ヴォーリス建築に因んで

福永 嘉彦

さる3月 大阪市西区では、レトロビル探訪ツアーが行われ、84年前 W.M.ヴォーリス (1880~1964) が建てた大阪教会の教会堂も加わり、多くの参加者が来られました。この建物は、ただ大正時代の建築という見地からのみでなく、主の御言葉に耳を傾け、讚美と祈りを捧げる礼拝にふさわしい場、また伝道の働きのある場としての感銘をうけるものです。

彼の作品には、教会や学校をはじめ、建替前の大阪YMCA会館や大丸心斎橋店など1千件を超える建物がありますが、私は彼の設計による同志社アーモスト館に住んだこともあり、感慨深いものを覚えています。

ヴォーリスは来日後まもなく遭遇した困難を克服され、YMCAを近江八幡に創設し、伝道に努められると同時に建築設計を始め諸事業を進められました。初めて彼にお会いした御殿場 東山荘での修養会で、若者に対する伝道の熱情に強い印象を受けたものです。♫

【 June Club Meeting 】 評価・計画

6月 第1例会

日時: 2006年6月21日(水) 18:30~20:30

場所: リーガグランドホテル 3階 葵の間

司会 坂本 哲朗 君

1. 開会点鐘 石津 雅人 会長
2. ワイズソング ー 同
3. ゲスト紹介 石津 雅人 会長
4. 聖句朗読 谷川 寛 君
5. 日々の糧・晩餐 ー 同
6. スピーチ「ダヴィンチコードについて」
谷川 寛 君
7. 1年を振り返って 全員参画で
8. インフォメーション 各担当
9. お誕生日祝い・ニコニコ献金 ー 同
10. 閉会点鐘 石津 雅人 会長

6月 第2例会

日時: 2006年6月28日(木) 18:30~20:30

場所: 大阪YMCA土佐堀館4階

*6月例会当番 2班 (福永 富中 新保 坂本)

*6月お誕生日 新保メネット 28日

♫ 彼は讚美歌や同志社カレッジソングの作詞もされましたが、とくに終戦後の窮状を救われた偉業は、まさに驚異的なものがあることを知りました。今後いろいろの面で、彼について学び続けたいものと思います。

【 クラブ統計 Statistics 】

2006年5月	種別	第1例会	第2例会	BFポイント	ニコニコ献金
在籍会員 16名	メン	10名	9名	5月: 切手 gr.	5月: 6000円
	メネット	2名	名	現金 円	(05年7月~06年5月の
例会出席 12名	ピシター	6名	名	(05年7月~05年5月の	累計): 156,089円
うちメークアップ 名	ゲスト	7名	名	累計) 切手 2,000 gr.	[除く、クリスマス献金、
出席率 75.0%	合計	25名	9名	現金 5,000 円	オークション、記念献金]

今月の聖句に寄せて

聖句選・コメント： 谷川 寛

旧約聖書のこの言葉は、かつて「伝道の書」と呼ばれていましたが、現在は「コヘレトの言葉」として定着しています。聖書の中で、ヨブ記、箴言の3つを加えて 知恵文学と言われ、人間がこの世で賢く生きてゆくための実践的知識を教えてくれているそうです。

私はなぜか、この言葉に惹かれます。解説書によりますと、人間がこの世に生きていくための苦悩と絶望感を教えられ、人間の無力感を認めて受け入れた上で、神への絶対的信頼を表している言葉、とあります。みなさんは、これをお読みになって、どのように感じられますか？

この言葉は、外国の多くの著名人が引用しています。かつて、パレスチナの暫定協定が当時の PLO アラファット議長とイスラエルのラビン首相の間で調印された時、ラビン首相がスピーチで引用していました。

YMCA ニュース

大阪YMCA国際専門学校 鍛冶田 千文

◆ 早天祈禱会

- ・ 日時：6月16日(金) 7:30~8:30
- ・ 証し：川島 洋一氏(協力会員)

◆ 年間聖句・讃美歌・基本方針

YMCA会員大会(5月27日)で承認されました。
○年間聖句は、「愛する者たち、互いに愛し合ひましよう」(ヨハネの手紙14章7節)
○年間讃美歌は、「ちいさなかくこに」讃美歌2編26番
○新年度基本方針として、「プログラムの革新・増強を図り、社会の変化と課題に対応する」「人間を考え、育み、リーダーシップを開発する」「健全な財政を構築する」「125年を迎える歴史を誇り、記念事業を整える」となりました。

◆ 土佐堀Y運営委員に 中村茂高さんが就任

現在 土佐堀YMCA運営委員として、センテニアルクラブメンバーの松浦孝次さん(運営委員長)、石津雅人さんが担ってくださっていますが、あらたに中村茂高さんが加わって下さることが 常議員会(5月24日)で承認されました。

5 月 第 1 例 会

【 Report of the May Club Meeting】

(06年5月20日(土) 1400~16:00
(大阪YMCA土佐堀館3階302号室))

松浦 孝次

○5月はデファレンスデー。多くのゲストをお迎えして、25人が出席。山田孝彦メンの司会。松浦和子メネットによる聖句朗読のあと、北村知三・中西部長(大阪クラブ)から本年度の活動について感謝の挨拶がありました。

○「いきいきシニアの健康ライフ——いつまでも美しく、若々しくいるために」をテーマに、まず重信直人さん(日本介護予防指導者協会・事務局長)からレクチャー。大切な人生を健康で過ごすために、介護を必要としないように心がける。その要諦は、「転倒を予防すること」。寝たきりの原因の40%が転倒のよし。転倒予防のトレーニングとして「下肢」を鍛えること、骨を強くする方法を教わりました。そして、全員の骨密度を測定(最新鋭機器で、わずか10秒で測定!)。みなさん、初めて体験する人が多く、「あんだ、年のわりに高いなあ」などと、悲喜こもごも。

(この写真は 第4面に掲載しています)



(5月例会、エクササイズを楽しみました)

○ つづいて、「日常生活の中でできる簡単なエクササイズ」を、繁延千春さん(主任介護予防トレーナー)から、たっぷりと伝授していただきました。イスに座りながら、手軽に楽しくできるものです。継続することが大事なんですよ。

お2人の講義とエクササイズは実践的な内容であり、大変勉強になりました。なお、重信さん、繁延さんとともに、大阪YMCAのスタッフで、会館5階に勤務されています。「いつでも声をかけてください」とのことです。

5 月 第 2 例 会

【 Report of the May Club Meeting 】

(5月24日(水) 18:30~20:40 大阪YMCA)

出席：石津、鍛冶田、坂本、中村茂、藤原、三浦、山田、
(部分参加) 谷川、松浦君 計 9名

1. 6月以降の例会プログラムは・・・

6月は、第1面のとおり。「1年を振り返って」は中村茂高君に一任し、各メンバーの1年間の参加活動を表彰する。表彰項目や賞品は、ユーモアとアイデアで面白く演出する。

7月は、会長交代式、方針説明など。

8月19日(土)、京都キャピタルクラブとの純粋合同例会を京都で開催する。

2. 次年度の行事構想について

坂本次期会長から、資料に従って発表(追って公表)。また8月度計画に「フレンドシップキャンプ」があることを確認する。

3. DBCの交流会が決定しました

8月25~27日、東京YMCA妙高高原ロッジで、東京セントラルクラブさんと交流会をもつ。日程は右面を参照ください。

4. 「関西のちの電話」の支援について

クラブのCS事業として継続する。そのためにも一度例会で責任者の現況報告の機会を設ける。当面の問題として「チャリティコンサート」(8月4日)の協賛、支援は、昨年通りに行う。

お 知 ら せ

1. 第10回西日本区大会 6月10日~11日
名古屋国際会議場・白鳥センチュリーホテル
2. ワイズ国際大会 8月3日~6日 韓国・プサン
3. DBC 8月25日(金)~27日(日)
妙高高原で。右面を参照。
4. 中西部会 9月30日(土) 土佐堀YMCA館

≡≡ Club Activities (May 2006) ≡≡

On June 20th, a total of 23 Y's men, Y's menettes, Y's men guests and other guests were in attendance at the club's May meeting, which was named the "Difference Day Gathering" to promote our activities to the prospective candidates.

As the guest speaker and physical trainer, we had two talented staff from the Osaka YMCA, Mr. NAOTO SHIGENOBU and Ms CHIHARU SHIGENOBU, both of whom are well reputed specialists for the care of the aged.

Mr. NAOTO SHIGENOBU spoke about how to spend healthy senior life without becoming the bedridden elderly person. The right answer for this is not to tumble down easily by training our lower limbs, and to make our bones much stronger by way of taking proper exercises and taking the nourishing food containing the calcium and vitamins.

The participants had mixed feeling of joy and sorrow after receiving the bone density test by the density meter.

Their speeches and physical tests have shown us a variety of useful exercises which we can practice in our daily life.

妙高DBCプランの概要

坂本 哲朗

8月25日(金)~27日(日) 目黒クラブの家族キャンプと一緒に参加し、DBCも楽しもう。

当初、目黒の家族キャンプは8月25日~28日に妙高YMCAロッジで予定していたが、団体の予約で妙高ロッジが使用できなくなり、日程を変更して、急速 信越妙高クラブの内田会長のペンション《空飛ぶウサギ!》で開催することになりました。

4 クラブの合同 DBC に参加しませんか、小旅行あり、地元 Y's メンとの交流も楽しみです。

8/25(金) 大阪組は、9時から10時ごろ出発
空飛ぶウサギ集合<目黒15時頃><大阪組は17時頃>。夜はDBCナイト。宿泊。
信越妙高クラブの内田会長のペンション《空飛ぶウサギ》
・新潟県妙高市杉野澤229-2
(Tel: 0255-86-6969)

8/26(土) 昼は小旅行。夜は楽しい集い。《空飛ぶウサギ》で宿泊

8/27(日) 朝食後、荷物をもって教会礼拝(9:30~10:30)へ。
大阪センテニアルは、11時ごろには大阪へ向けて出発。19時京都着。

THE OSAKA CENTENNIAL



ニコニコ・メッセージ



【 Messages from the Club Members 】

ゲストからのメッセージ

- 筋肉の運動、楽かと思いましたがきつかったです。
(なかのしまクラブ 安積 安子)
- 生まれてはじめての英語のフイズング、生まれてはじめての骨密度検査、生まれてはじめてのイスに座ってのストレッチ、感動しました。
(土佐堀クラブ 奥田 時夫)
- わかりやすいお話と実技のトレーニングで身体を動かして楽しかったです。肩がこっていたのですが、暖かくなりすっきりしました。気持ちもリラックスできました。
(尾上 郁子)
- 参考になり、楽しくすごせました。(鍛治田 雅弘)
- 大変、意義のある時間を過ごさせていただき、ありがとうございました。今日、学んだこと早速家族と共に実行します。
(北出 至)
- 1年間のお礼として中西路内各クラブを訪問しております。それぞれのクラブの特徴があってとても面白いです。センテニアルクラブの今日は、楽しい健康へのエクササイズとお話をありがとうございました。年に1度のディファレンスデー有意義な1日でした。
(大阪クラブ 北村知三)
- 腰掛けエアロビクスは思ったよりキツかったです。筋力の衰えを実感しました。
(土佐堀クラブ 工藤 義正)
- 良いお話と体操を体験させていただき、ありがとうございました。高齢者の中の私ですので身につまされました。椅子での体操、家で頑張ります。本当にありがとうございました。
(福島 文子)
- 一度は伺いたい!と思っておりましたセンテニアルの例会に出席できて、うれしいです。身体もガタガタときしみ出す年齢になって参りましたので、今日教えて下さったトレーニング、楽しく毎日がんばってみます。
(なかのしまクラブ 藤好 基子)
- 転倒予防のことを、知っているようで知らないことがたくさんあって学ぶことができ、ありがとうございました。楽しんで体を動かしていこうと思います。
(なかのしまクラブ 松下 広子)

“ごぶさだ”メッセージ

- 大変申しわけございませんが、19、20日東京出張です。
(坂本 哲朗)
- 忙しくしていて参化できません。
(新保 正秋)
- みなさまによろしくお伝えください。楽しい例会になることを祈っています。
(中村 隆幸・幸枝)
- 他の2つの会合と重なっておりますので、やむをえず欠席いたします。皆様によろしくお伝えください。
(福永 嘉彦)

会員からのメッセージ

- 楽しく有意義な例会でした。これからも健康第一にしてフイズの活動にがんばりたいものです。
(石津 雅人)

- 楽しかったですネ!それぞれの人々が豊かに生きていけたらなあ。Yの高齢者事業どこへでも行きますのでご紹介ください。
(鍛治田 千文)
- エクササイズを含んだ今日の講演はとても楽しかったです。私の骨密度は平均よりやや上でした!!
(坂本 千香)

- 自分の健康保持により研修を受けることができて、ありがとうございました。
(田中 穂二)
- 私にとっては初めて出席するDifference Day。外部の方にも大規模にご参加いただいて、いつもの例会と異なる意義も味わえる思いの会合でした。有益なテーマを重信・繁延 両講師に説明していただき、この点でも有意義でした。
(永島 寧)
- 明るい広々としたYMCAの教室で開かれたディファレンスデーの集い、本当に楽しく有意義なイベントでした。毎週ヒザ痛教室に通い、ヒザの強化に努める身にとって今回のイベントはまさにピッタリの企画で、同じ悩みを抱える方々にぜひ出席して頂きたかったとの思いが湧きました。バランス能力チェック、1分間立つことができました。骨密度も強い範囲に入っていました。
(藤原 正巳)
- 骨密度、初めて測定いたしました。標準値より上だったので安心しました。下肢筋力を強化するのが大切だということがよくわかりました。健康づくりのエクササイズも楽しいものでした。
(松浦 和子)
- いやあー よかったですね。さすがYMCA!— お話もエクササイズも、実践的でよかったです。ストレッチを中心に自宅でごんばってやってみます。
(松浦 孝次)
- 健康な体づくりは自ら進んでやることに意義がある、と思いました。重信さん、繁延さんありがとうございました。
(三浦 直之)



(5月例会で、骨密度を測定しました)

《編集後記》

7月から新年度に入ります。石津会長、2年間本当にご苦労さまでした。心から感謝します。坂本新会長は、すでにクラブの年間行動計画を立ててくれています。えう、ご期待!! 私は5年間プリテンを担当しましたが、7月から中村茂高メンにバトンタッチいたします。ご協力ありがとうございました。センテニアルクラブの一層の発展を祈りながら・・・

(松浦 孝次)