



2018年7月1日~2019年6月30日

2018年10月発行 第27巻第4号 (通算310号)

クラブ会長(CP) 主題
清水 真一 ワイズメンズクラブの、活動の、認知・理解・共感・参画をもっと茨木に・シーズン2

主 題	国 際 会 長 IP	Moon Sang-Bong (韓国)	“Yes, we can change.” 「私たちは変えられる」	クラブ役員
	アジア・太平洋地域会長 AP	田中 博之 (日本)	“Action!” 「アクション！」	
	西 日 本 区 理 事 RD	遠藤 通寛 (大阪泉北)	「未来に残すべきものを守り育てる」 Let's Protect and Cultivate What Should Be Passed on to the Future 副題 「めぐり逢う一筋の光」 Seek your Encounter with a Ray of Light	
	中 西 部 部 長 DG	谷 正一 (大阪西)	「次代につなぐ夢と希望」	
	会 長	清水 真一	副 会 長	
書 記	蒲田 泰宏	会 計	岡村 千陰	
幹 事	加藤 寅尾	会 計 監 査	粕谷 和彦	
直 前 会 長	蒲田 泰宏	連 絡 主 事	浜野 昌保	

10月の聖句	10月は「BF EF」の月です
あなたがたのうちで、いちばん偉い人は、仕える人になりなさい。だれでも高ぶる者は低くされ、へりくだる者は高められる。 (マタイによる福音書 第23章 11節~12節)	国際組織であるワイズの一員として、一人一人がワイズの発展に貢献いたしましょう。 中井 信一 国際・交流事業主任 (奈良クラブ)

10月度例会のご案内

日時：10月9日(火) 19時~21時

会場：クリエイトセンター201号室

内容：高槻・茨木 YMCA ユースリーダー報告

講師：高槻・茨木 YMCA

らばユースリーダー (松田沙弥さん)

プロフィール：小学校6年生の時に恩師に出会い、小学校教員をめざす。教育学部に進学し教育について学び、春からは小学校教員として就職する。

YMCA はめっきーリーダーに紹介してもらい大学2年生から始める。子どもとの関わりの中で必要なことや仲間の大切さを感じながら日々活動しています。



《9月末データ》単位：円

9月例会 (単位：名)		ニコニコ	CS	0	BF	YES	0		
在籍者(うち広義会員1)	14	メネット	0	13,000	RB M	0	FF	0	
出席会員	12	ゲスト・ビジター	2	累計	26,000	Yサ・ユース	0	東日本大震災	0
メーキャップ	1	出席率	100%	メネット	0	TOF	0	熊本地震	0

9月度 役員会報告

☆日時：2018年9月18日(火) 19:00~21:00

☆場所：茨木市クリエイトセンター201号室

☆出席者：清水、岡村、山崎、掛谷、野田

1. 9月例会の反省

例会出席者：14名(会員12名、ゲスト2名)

ニコニコ：13,000円

内容：YMCAの保育事業から待機児童、保育士不足などの社会問題について理解を深める場となった

2. 会計報告

9月は今のところ大きな支出なし。チャリランでは5万ぐらいの支援を想定。

3. 10月度例会の予定

日時：10月9日(火) 19時~21時

会場：茨木市クリエイトセンター 201号室

内容：リーダー報告

講師：高槻茨木YMCA らばユースリーダー

担当 司会：野田、聖句：藤井、寸評：加藤、各停：粕谷

4. 11月度例会の予定

日時：11月13日(火) 19時~21時

会場：茨木市クリエイトセンター 201号室

内容：未定 講師調整中

担当 司会：川端、聖句：浜野、寸評：藤井、各停：掛谷

5. 12月度例会の予定

日時：12月11日(火) 19時~21時

会場：大阪キャッスルホテル

内容：大阪クラブ・茨木クラブクリスマス合同例会

担当 司会：大阪クラブ担当、聖句：加藤、寸評：蒲田、各停：岡村

6. その他検討事項

イ) 行事日程ほか確認

*9/24(日)第24回大阪YMCAチャリラン大会

8:00 集合

会場：花博記念公園鶴見緑地特設コース

参加者：清水、掛谷、野田

*10/20(土)YYYフォーラム

10:00~

場所：六甲山YMCA

参加者：工面つかず

*10/30(火)高槻ワイズメンズクラブ

中浜ワイズ主催のゴルフコンペ

参加希望の方は清水会長へ

ロ) ジャがいもファンについて

日時：10月28日(日)AM7:00 集合

→14日から日程変更

場所：大阪府北部中央卸売市場

・昨年180ケース購入(うち14ケース献品)

・今年度からミカエラの家は、献品しません。

・次回例会で数を取りまとめる

ロ) ブリテン委員会・・・10月1日(月)18:00~

場所：かしばら印房

以上

9月度例会寸評

石井 種男

想定外の大型台風と続いて襲った北海道地震で日本中が大騒ぎを



して一週間。まだ落ち着かない9月11日に茨木クラブ9月例会は開催された。今回の台風や地震でお亡くなりになられた方のご冥福と被災された方々にお見舞いを申し上げます。定例の午後7時より塚ワイズの慣れた司会で開会。清水会長の点鐘に続いて、インフォメーションでは9月24日に予定されているYMCAチャリティーランへの協力をお願いがあり、浜野連絡主事からは8月末の納涼例会に多くのリーダーたちがお世話になったことへのお礼が述べられた。

今回のゲストスピーカーはYMCAたかつきあま保育園の板崎淑子園長で、高槻ということもあり高槻



クラブの和田ワイズもゲストにご来訪いただいた。板崎園長は当初、横浜YMCAの予備校で中高生の進学相談や生涯教育に関わったが、その後YMCAで活動を広げている保育事業に移り長年携わってこられ、今年から大阪YMCAが三

顧の礼で招いて大阪の保育事業に着手することになったとのこと。現在、全国のYMCAでは89の保育園、幼稚園、こども園



があり、約6,000人の子供たちが在籍しているそうだが、今後も共働き家族が増えていく傾向にあり、保育園に入れない待機児童が多くいるらしく、YMCAのチャイルドケア事業は拡大するとのこと。しかし受け入れる側では人材の不足や12時間保育による労働時間の問題が出ている。最近は大手企業による企業主導型保育事業が始まっているがまだ数は少ない。人手のかかる0歳児や1~2歳児を預かり、給食の世話をし、家族が引き受けに来られるまで待つという大変な仕事を続けられているご苦労が良く分かった。板崎園長さんには体に気を付けて頑張っていたいただきたいと願う。

ニコニコファンは13,000円の報告があり、会長の点鐘で閉会となった。以上

第22回中西部会 野田 将弘

9月16日(日) JR難波駅すぐのホテルモント



レーグラスミ
ア大阪にて開
催された中西

部会に、清水会長、掛谷次期部長、蒲田直前国際交流
主査、山崎ワイズとともに参加してま
いりました。バナーセレモニーでは清
水会長が登壇。会長は各クラブスピー
チでも名演説を披露されました。美人
な女性5人による木管五重奏の音色
を聴いた後、掛谷次期部長の乾杯で宴
が開始。宴会中は蒲田直前主査から昨



年度の交流表彰があったり、
抽選会で私が当選したりな
ど、茨木ワイズのメンバー大
活躍の大会となりました。次
年度はいよいよ当クラブが
主管。喜んでもらえるような会にしたいと思いました。

第24回大阪YMCAチャリティーラン

野田 将弘

9月24日(月・祝)に鶴見緑地公園で開催された
大阪YMCAチャリティーランに清水会長・掛谷次期
中世部長と共にスタッフとして参加いたしました。

10キロ、リレー、家族ラン、そしてグループランと、
参加者それぞ
れが苦しみな
がら、あるい
は楽しみなが
ら走ってお
り、ランナーが通るたびに声を掛けしました。特にグ
ループランでは仮装しながらのランニングで楽しく



応援させていただきま
した。会場にはYMCA
スタッフとして浜野連
絡主事も参加しており、
全員で集合写真を一枚。



全競技終了後の表彰式では掛谷次期部長が一部プレ
ゼンターを務め、偶然にも
その景品を当クラブの藤井
ワイズが当選。清水会長が
代理で受け取りました。

以上



「自分の健康は自分で守る時代」粕谷和彦

私は掲題に関して、以前に、弊クラブの例会で卓話
と各駅停車に記述した事があります。当時と比べて現
代は、大気汚染、バランスの悪い食生活、ストレス社
会、運動不足等の働き盛りの多くの人々が不健康時代
とされています。

総務省が発表した推計人口(15日時点)によると、
70歳以上の人口が2618万人となり、総人口に占める
割合が20.7%で、5人に1人なったそうです。

そして、今年度の厚生労働省から全国で100歳以上
の高齢者が69,785人に上ると発表されました。医療
の進歩や健康志向の高まりで超高齢者は10年前に比
べて約2倍に増えています。最近になってよく言われ
るのが、平均寿命より健康寿命の評価です。長生きし
て楽しい時間が増える前提は「健康」です。健康とは、
10代~20代の生命の燃え盛るころの頑健な状態ばか
りを言うのではなく、50代は50代、70代は70代の
健康があるはずで。多少の不都合があっても、特定
の病気を患っていても十全な人格をもち、円満な社会
生活を営める能力をもっていれば、それは長寿時代に
あって健康と呼ばれます。そのためには、病気なっ
たら「病院に行けばよい」との従来の考え方を改めて「自
分の健康は自分で守る」健康自衛の精神をしっかりと
確立する必要があります。

それでは、急速な超高齢化時代を迎えて、誰にでも
できる簡単な「長寿のための10カ条」を考えてみま
しょう。

1. くよくよしない。せつかにしない。腹をたてない。ス
トレスを残さない。
2. 栄養の高い酸性の食品よりもアルカリ性の食品を努めて
摂る。
3. 極端に熱いもの、冷たいものを摂らない。常によく噛ん
で腹八分にする。
4. 三食の食事はキッチンと摂り、間食、夜食は摂らない。刺
激物も多く摂らない。
5. 年をとっても身辺のことは人に頼まずに自分でする。
6. 細く長く深くする呼吸。腹式呼吸の練習をして長く続ける。
7. 愚痴をこぼさない。人のお節介をしない。人に嫌われな
いようにする。
8. 社会の動きを知るには、テレビよりも新聞をよく読むよ
うにする。
9. より頭の使うゲームをするようにする。
10. 一生をかけてのライフワークを見つけてコツコツする。

健康とは「痛い、つらい、苦しい」症状から開放
されることです。これから「生涯健康・生涯現役」
で過ごすには、今迄の生活態度を見直すことと健康
に関する自己管理が課題となります。特に健康寿命
に注力しましょう。

10月例会プログラム

日時：10月9日(火) 19:00~21:00
場所：茨木市クリエイティブセンター 201号室
司会：野田君

1、開会・点鐘・会長挨拶	清水会長
2、ワイズソング	一同
3、ゲスト、ビジター紹介	
4、聖書朗読	藤井君
5、誕生、結婚祝い	清水会長
6、インフォメーション	
7、食前感謝・会食	一同
8、プログラム：	

講師：高槻茨木リーダーらばリーダー
(松田沙弥さん)
卓話：「リーダー活動報告」

9、ニコニコファンD	一同
10、YMCAの歌	一同
11、閉会宣言・点鐘	清水会長

寸評：加藤君、 聖句：加藤君、各駅停車：粕谷君



ルと食事を楽しみながらリーダーの発表を聞かせていただきました。全力で想いを伝える一年目のフレッシュリーダーや、手書きの報告書で楽しく報告してくれるリーダーなど、普段リーダーがどんなことしてるのか楽しく理解できました。席もワイズ・リーダー・OBと万遍なく分けられていろんな人とお話しできました(こんなオッサンの相手してくれてありがとう…涙)。最後の締めには清水会長が一言。楽しいひと時を過ごせました。 以上



「高槻茨木地域リーダー夏期感謝会」

高槻茨木地域リーダー会 橋上夕貴

2018年9月8日(土)に高槻茨木地域リーダー会の夏期感謝会がありました。約30の方が参加して下さい、とても有意義な時間となりました。今回は、茨木ワイズメンズクラブ・高槻ワイズメンズクラブの方々、OBOGの方々とリーダーが近い距離でたくさんお話しできたかなという思いから、初めてお店を貸し切りにし、会を開かせて頂きました。最初は今年YMCAに入った1年目リーダーの自己紹介でした。少し緊張した雰囲気を感じられましたが、徐々に堂々と話す姿はこれからの活動が楽しみだと思わせてくれる時間となりました。その後はユニット報告、夏キャンプ報告の中で活動内容ややりがい、大変だと感じた事等ご報告させて頂きました。クイズや劇を通してより私たちの活動内容を知って頂けたかなと思います。最後に、いつもご支援ご協力ありがとうございます。これからも高槻茨木 YMCA のリーダーとして頑張っていきますのでこれからもよろしく願い致します。また次は冬期感謝会(卒Y式)にもいらして下さい。待っています!

☆ 編集後記

9月16日に開催された中西部部会に茨木クラブのメンバーで参加しました。難波の豪華なホテルが会場でした。来年はいよいよ茨木クラブがホストクラブです。これから一年かけていい内容になるようメンバーで検討を重ねていきたいと思っています。

☆誕生日

掛谷太郎君 30日

☆結婚記念日

蒲田泰宏・育美ご夫妻 8日

浜野昌保・紀楊子ご夫妻 22日

岡村千陰・枝子ご夫妻 27日

11月例会プログラム予定

日時：11月13日(火) 19:00~21:00
場所：クリエイティブセンター201号室
講師：未定
内容：未定
司会：川端、聖句：浜野、寸評：藤井、各停：掛谷

行事予定

10月 6日(土) 中部部会 於：アイリス愛知
10月 7日(日) 瀬戸山陰部部会 於：セントラルビル
10月20日(土) YYYフォーラム 於：六甲山YMCA
11月 4日(日) びわこ部部会 於：草津エストピアホテル
11月10日(土) 大阪クラブ90周年記念例会 12:00~15:30
会費：6000円 於：大阪YMCA 会館大ホール
12月18日(火) チャリティークリスマスコンサート 会費：3000円
於：大阪YMCA 会館10階
1月19日(土) 第22回中西部合同新年会 会費：6000円
於：大阪YMCA 会館2階ホール
2月 9日(土) 中西部メネットアワー交流会 会費：1000円
於：大阪木材仲間会館

リーダー夏期感謝会 野田 将弘

後述にリーダーからの報告がありますが、9月8日のリーダー夏季感謝会に清水会長、塚副会長と参加してきました。今年は高槻市駅すぐの飲食店「ケーズ アルバーマー」が会場で、ビー

