THE INTERNATIONAL ASSOCIATION OF Y'S MEN'S CLUBS

THE Y'S MEN'S CLUB OF
OSAKA NAKANOSHIMA
Y'S WOMEN

大阪なかのしまワイズウィメンズクラブ

"To acknowledge the duty that accompanies every right"
「強い義務感をもとう、義務はすべての権利に伴う」

C/O OSAKA YMCA, 1-5-6, Tosabori, Nishi-ku, Osaka 550-0012 Japan

MOTTOES (2016-2017)
国際会長主題：“Our Future Begins Today ”「私たちの未来は、今日から始まる」
アジア会長主題：“Respect Y’s Movement”「ワイズ運動を尊重しよう」
西日本区理事主題：ワイズ魂で　更なるワイズの活性化を
中西部部長主題：世界をみつめ、地域とあゆむ
クラブ会長主題：－響き合う心と心－　さらに

Monthly Bulletin
第241号
2017年２月

聖書のことば

求めなさい。そうすれば、与えられる。探しなさい、そうすれば、見つかる。門をたたきなさい。そうすれば、開かれる。　（マタイによる福音書７章７節）

選者　吉岡　香代子

２月第１例会プログラム
20周年記念祝会
京都トゥービークラブとの合同例会

日時：2017年2月11日（土）11：00～14：30
受付開始：10：30
場所：ホテルグランヴィア大阪
会費：10,000円

開会点鐘
第１部　記念礼拝
第２部　アトラクション
　中村　健、徹　親子のピアノ＆トーク
第３部　懇親会

１　月　統　計		
第１例会出席者数	例会出席率	Ｂ Ｆ 統 計
メンバー　16名 ビジター　6名 ゲスト　0名 コメット　1名 合　計　23名	出席者　16名 メイキャップ　1名 合　計　17名 在籍者　20名 出席率　85%	日本　228ｇ　累計　3022ｇ 外国　15ｇ　累計　110ｇ 現金　円　累計　円 提供者：生雲、江見、大岸、桑原、杉浦、藤井、藤好、保田、吉田

１月例会報告

中国　不思議発見！

藤井　弥生

お正月気分が抜けていない１月11日（水）ホテルグランヴィア大阪で１月第１例会が華やかに開催されました。

卓話者は、大阪センテニアルクラブの何　早林さんです。1970年北京生まれで、北京高校３年生の時、北京大学に入学し英語を勉強してアメリカへ行くつもりが、日本へ留学の話がありました。お母様が1980年頃日本に行ったことがあることから、日本での生活が始まりました。

1979年に「一人っ子政策」が施行。急激な人口増加を緩和するため、１組のご夫婦につき子どもを１人に制限し、２人目からは「社会扶養費」と称した年収の３～10倍（支払い能力によるそうです）の罰金が科せられ、罰金を支払わなければ戸籍に登録されないままとなっていて、国民として認められず、学校教育、医療など行政のサービスを受けることもできないことになるそうです。

その１人っ子は、２人の両親と４人の祖父母から世話になる中で成長したことによって、１人では何もできない、他の人とのコミュニケーション能力に欠けた、利己的な子供を生み出しています。20年前では、残業する、休み無しでも働きたい、毎月仕送りをするなど、働く人の意欲がありました。

今では、小さい時から良い幼稚園、良い小学校、良い高校、良い大学へ入れるように一生懸命に勉強し、良いところで働き、いい人生を送るという風潮になっているそうです。

「１人っ子政策の廃止」は2016年春。その政策の影響は、長寿が中国の人口の高齢化は急速に進むと予想されましたが、これに社会保障制度の設計が追い付かず、高齢化への備えが不十分のまま少子高齢化社会へと突入したとのこと、二人目の子供さんも教育費、生活費が高く思うようにはいっていないようです。日本でも少子高齢者社会に突入、同じですね。

中西部合同新年会に参加して

保田　圭子

2017 年中西部合同新年会は、1 月 21 日（土）12：00 より大阪 YMCA 土佐堀館で開催されました。

とっくに松の内も過ぎて「あけましておめでとう」でもないかなと思い、意識して「本年もよろしく」の挨拶だけかわしました。でもみんなおしゃれして、男性もきちんと上着を着て新年会らしい雰囲気でした。

まず､セレモニー。西野中西部長、松野副総主事、岩本西日本区理事、の挨拶と続き、やはりこのお三人の方には挨拶していただくのだな、と、思いつつ聞いていました。続くイベントは「癒しの音楽」と題して、佐野多由子さんのピアノ、長野昭子さんのバイオリン、田中良和さんの歌。おなじみのトリオで耳慣れた曲の演奏や会場のみんなで歌ったり、軽く楽しめるイベントでした。

その後アピールタイム。熊本での西日本区大会、タイ・チェンマイでのアジア・パシフィックエリア大会のアピールと中西部のプログラム、「六甲山に集まろう」と「ウナギの森」のアピールがありました。

そして懇親会。司会の岡野さんの口上と鏡割り。木の良い香りがしてほんの少し飲んだだけなのにフラフラしてしまいました。

出席者はほとんど顔見知り。和気あいあいとしてゆったりとした新年会でした。中西部の皆様、今年もよろしく、よろしく……。

20 周年祝会のお誘いに元なかのしまメンバーの方々が下さったメッセージ（入会順）

・戸田亜利子さん

ご案内ありがとうございます。現在は、JICA 専門家としてガーナに在住しております。

20 周年！長きにわたり、しなやかに活動を続けて来られた皆様、本当におめでとうございます。出席はかないませんがガーナからお祝いの気持ちをお届けしたいと思います。

・川木秀子さん

20 周年おめでとうございます。

忘れずにご案内いただいてありがとうございます。本当に懐かしくお会いしたくて「行こう！」と思ったのですが、法事があり残念です。

日常はいたってシンプルで〝晴耕雨読〟です。お元気でご活躍されて、とてもうれしいです。

・本間みつ子さん（20 周年祝会：出席）

ご案内ありがとうございます。うれしかったです。

相変わらずコーラスは続いていて、今年はいずみホールでクリスマス　オラトリオを歌いました。元気で居る事が何よりと感謝しております。皆様方のご活躍お祈りいたしております。

・柿田貴志江さん

20 周年おめでとうございます。

今後もミャンマーへの支援をお願いします。変化変動するときです。一層の支援が必要と思います。皆様のご活躍を応援しています。

・桑野友子さん（20 周年祝会：出席）

おめでとうございます。20 周年記念誌に投稿させていただきました。

・長瀬由香子さん

お誘いありがとうございました。気持ちはあっても相変わらずの体力不足です。懐かしい“なかのしま”の皆様にどうぞよろしくお伝え下さい。

・鍛治田千文さん（YMCA 職員、20 周年祝会：出席）

おめでとうございます。準備大変と思いますが、なかのしまの皆さんなら周到な準備とホスピタリティですばらしい会になると存じます。楽しみにしております。

・柏原佳子さん（20 周年祝会：出席）

20 周年おめでとうございます。在籍させて頂いた期間は短くではありましたが、自立した女性を歩む大切な学びを頂いたように思います。感謝！

・安積安子さん

20 周年おめでとうございます。

・大西邦子さん

チャーター20 周年おめでとうございます。ますますのご発展をお祈りしています。

・小八木晴代さん

20 年の歩みおめでとうさんです。

70 代になり昔の勢いはありませんが、制作したり、山を歩いたり元気にしています。昨年より母の介護が加わりました。私自身の老いを前向きに捉える参考書みたいです。

・山岡泰子さん

「チャーター20 周年」心からお祝い申し上げます。祝会のご盛会をお祈り申し上げます。

なかのしまの 20 年

杉浦　眞喜子

8．例会場

なかのしまクラブは、チャーター時より、ホテルを例会場に使ってきました。

チャーター時は、親クラブと同じ例会場、中之島のリーガグランドホテルでした。「なかのしま」の名前はここから来ています。

その後ホテルの都合でそこが使えなくなり、1999 年９月から 2004 年５月まで四ツ橋のリーガロイヤル四ツ橋で、その後再びリーガグランドホテルに戻り、フェスティバルホール建て替えでホテルがなくなるまでそこで例会を持ち、2008 年より現在のホテルグランヴィア大阪を例会場に使っています。

会場を変えなければならない事情が起こる度に、みんなで真剣に話し合い、検討してきました。いつも他のクラブがやっているように、「大阪 YMCA を使わせてもらい、お弁当を買ってきてすれば……」という意見が出ます。

ある時、ホテルで定例の１日研修会をしている時、この時は１日ホテル缶詰で昼食、お茶（ケーキ）、夕食を頂きながら、年間の全てについて話し合いをしますが、ミャンマーのプログラムに深く関わっていらっしゃった山地さんが「これだけの会費のお金があれば、ミャンマーでどれだけのことが出来るか？」とため息をついていらっしゃったことがありました。

でも、私たちは、心のどこかに痛みを覚えつつも、いつもホテルを選んできました。主婦であったり、年金暮らしであったり、女性であるという共通点以外、私たちもいろいろですが、「月に１度ぐらい、ちょっとおしゃれをして、ほんの少しの贅沢を楽しみたい」が私たちみんなのささやかな思いです。そして、それだからこそ、準備をしっかりして例会を大事にしているなかのしまクラブなのです。

１月第２例会報告抄

日時：2017 年1月 18 日（水）18：30～20：30
場所：大阪ＹＭＣＡ　504 号室
出席者：13 名

1. 第 20 回西日本区大会の案内書が会長から配布され、登録開始の１月 20 日以降に各自インターネット又は FAX にて申し込みを行う事の説明があった。
2. 次々期会長について話し合い、次回の２月第２例会にて結論を出すこととした。
3. 「20 周年記念祝会」について当日のプログラム、役割分担、会場レイアウト、タイムスケジュールなどについて具体的な詳細を話し合い、準備作業及びリハーサルを２月８日午後４時より行う事とした。

アクティブに毎日を！
～YMCA シニアプログラムを通して

大橋　昌美

仲間と楽しく、気軽にウォーキング

シニアのみなさんの一番の関心ごとと言えば、やはり「健康」についてですよね。その健康を維持するのに誰でも気軽に運動でるのが「ウォーキング」です。ウォーキングをすることによって、①脳を活性化する　②心肺機能の向上、体力・筋力がつく　③生活習慣病を予防する　④食事がおいしくなる。精神が安定しストレスが解消される、などの健康効果があると言われています。またウォーキングを習慣として長く続けるには、五感を使って歩くこと、同じ道でも季節の景色や風景の変化を感じながら歩くことが大切です。

今ＹＭＣＡプログラムでは、姿勢やバランスを考えエクササイズとして行うウォーキング、専用のストックを使って行うストックウォーキング、自然や名所を楽しみながら歩くウォーキングなど様々なウォーキングを行っています。その一つとして今は、大阪の高麗橋から奈良の春日大社までの「奈良街道」を数回に分けて歩いています。最後には歩いて大阪から奈良まで行ったという達成感を味わうことができます。

またストックウォーキングは、足腰に不安のある人でもストックを使うので、安定感もあり、普通にウォーキングするより比較的安定して楽に歩くことができます。シニアにとってはぴったりのウォーキングです。

自分にあったウォーキングスタイルを選び、仲間と一緒におしゃべりをしながら自然の中や名所・旧跡を巡ることで、楽しみながら健康になることができます。まさに一石二鳥ですね。中には今まで歩く習慣がなく信号から信号の間も歩けなかったのが、少しずつウォーキングを始め、今では仲間と一緒にハイキングなどどこへでも楽しんで歩いていけるようになった方もいらっしゃいます。

まさに健康のための運動の第一歩として「ウォーキング」を始めてはいかがでしょうか。

《《《地域奉仕・環境事業委員からのお知らせ》》》

２月は、TOF の月です。

世界中には、飢餓に苦しんでいる方々が多くいることを覚えつつ、それぞれのやり方でこの月を過ごして下さい。

それの具体的な表し方の一つとして、この時期下記献金があります。会費に組み込まれているものもありますが、上積みする気持ちで献金をお願いします(義務ではなく献金です)。西日本区が定めている目標は下記のようです。

CS（お年玉付き年賀はがき当選切手等を含めて）1,500 円/ 1 人、TOF 1,400 円/ 1 人、FF（含リーストコイン）800 円/ 1 人、ロールバックマラリア 800 円/１人

お年玉付き年賀はがき　切手シート当選番号
下二桁　45、51

２月 15 日の第２例会にご持参ください。

ニコニコ献金　1月　27,430円

〈ニコニコメッセージ〉―　1月例会　―

☆なかのしまクラブの皆様と、新春を共にお祝いすることができ、今年は何か良いことが起こりそう。少し、胸がときめきます。（大阪高槻クラブ：川岸清）

☆2013 - 2014 年度から一度伺いたいと思っており、出張の機会と重なり今日ようやく実現できました。今後ともよろしくお願いいたします。（神戸ポートクラブ：山田滋己）

☆いつもながら、にぎやかで歌声もしゃべり声も明るい気持ちが一杯の会に参加できて嬉しい時を楽しんでいます。（大阪センテニアルクラブ：山田孝彦）

☆懐かしいなぁ……そんな感じです。2017 年の幕開けがお目出たい行事のあるなかのしまワイズからっていいですね。何さんのお話も興味のある「ナマの中国」面白かったです。（大阪高槻クラブ:和田早苗）

☆難しい質問だったのにもかかわらず、誠実に答えて下さった何さんに感謝です。（生雲）

☆29 年の幕開けの第１例会に親クラブの何早林さんのお話がとても楽しく聞けました。親しい何人かのお友達も出席して下さり、私たちの 20 周年の御祝意を感謝した例会でした。（今井）

☆新年早々、夫が不調です。老老介護でなく病病介護で毎日変な事があって笑ってしまいます。（江見）

☆今日の卓話「中国」の話、楽しみにしていました。私が幼少の頃、父がよく中国に行っていましたので。あれから 70 余年、中国の進化は凄い！ですね。（大岸）

☆今回の例会での何早林さんのお話はとっても楽しかったです。まだまだお話を聞きたかったです！同じ年代なのでお話を聞きながら、自分の高校や大学の時を少し振り返って思い出していました。（大橋）

☆何さんの少年時代のお話、天安門事件のこと、興味は尽きないものでした。私は文字が好きなので次の機会には「漢字」のお話をぜひ聞かせてほしいです。（国友）

☆生まれて初めて一人でお正月を迎えました。こんな歳になって、これからも人生初ということをいろいろ経験します。（桑原）

☆今年も年末年始、御殿場東山荘で過ごしました。武井さん美帆さんも御一緒して、楽しく過ごしました。富士山も最高にきれいでした。（杉浦）

☆今年の誕生月は、多くの人に囲まれて楽しい一時を持つ事が出来て感謝です。（瀬島）

☆母の顔を見て「元気だったね。今日は帰るよ、又明日来るよ」と言ったら「一緒に帰る」と怒ります。帰りはつらいです。（藤井）

☆年末年始、古都京都で過ごしました。八坂神社で朮火を貰い孫が振り回しあっという間に消えちゃったり、京都プリンスのワイズメンに偶然お会いしたり……楽しい年末年始でした。（藤好）

☆年末年始東山荘家族パーティーに参加しました。色々なプログラムがあり、美しい富士山を毎日眺めて美味しいお食事を頂き、楽しいお正月を過ごすことが、出来ました。ワイズ活動のお蔭ですね。（武井和子）

☆東山荘にいってきました。ステンドグラスでろうそくを作りました。（武井美帆）

☆おいしい食事と興味あるお話……やっぱりなかのしまはいいな～、ホッとします。今年もたのしみです。（保田）

☆夏が暑かった時は、翌年の冬は寒いと耳にしたことがある。この寒さが身に沁みるのは加齢によるものかな？（吉岡）

☆会社に中国から来られた素敵な女性が昨年秋より勤務しています。彼女と何さんの二人が、私の中国に対する印象を覆してくれました。人と人との良いつながりが、国と国との良いつながりに発展していく事を信じます。（吉田）

YMCA ニュース

☆「いじめのない世界をめざそう」
YMCA ピンクシャツデー2017

昨年に引き続き、全国 YMCA と共にピンクシャツデー（PINK SHIRT DAY）2017 を実施いたします。

２月 22 日（水）当日に向けて、YMCA 各拠点にて、ピンク色のアイテムを身に着けたり飾ったりすることでいじめ撲滅をアピールしていきます。

世界的な「いじめ」撲滅運動に連なることで、意識的かつ継続的に「いじめ」の問題に取り組み、同時に社会に対して「いじめ」撲滅に対するアピールを行い、地域社会と協働してより広く、推進力のある運動にしていくことを呼びかける機会といたします。

ピンクシャツデー…2017 年２月 22 日（水）
※取り組み期間…2017 年１月～３月４日（土）

☆第 286 回　早天祈祷会

日時…2017 年２月 17 日（金）７：30～8：30
証し…加藤　明宏さん（プール学院　法人事務局長）
場所…大阪 YMCA 会館　10 階チャペル

今年の冬は暖かかったり、急に寒波がきて寒くなったりしていますね。インフルエンザなどにならないように体調管理には十分気を付けて元気に過ごしたいですね！

大橋　昌美

《《《　お知らせ　》》》

◎何　早林さん（１月ゲストスピーカー：センテニアルクラブ）から献金を頂きました。感謝。

◇２月お誕生日の方◇　*Happy Birthday*
小倉　玲子　　３日

編　集　後　記

近所を散歩していると、閉店の貼り紙をされているお店をよく見かけます。買い物に行っていたパン屋さんやペットショップなどです。大阪市内の地図が高層マンションやコンビニで埋め尽くされるのは、少し寂しいと思うのです。