



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

大阪なかのしまワイズメンズクラブ
"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 (2017-2018)

国際会長主題：“Let Us Walk in the Light - Together” 「ともに、光の中に歩もう」

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：“Healthy mind & healthy body make healthy club” 「心身の健康づくりから、クラブの健康づくりへ」

中西部部長主題：「未来には希望がある」 “Hope for the Future”

クラブ会長主題：「クラブのみんなと共に輝こう！」

Monthly Bulletin

第253号

2018年2月

聖書のことば

思い煩いは、何もかも神にお任せしなさい。神が、あなたがたのことを心にかけていてくださるからです。

(ペトロの手紙 5章7節)

選者 武井 和子

1月例会報告

ハンドでハート！

藤井 弥生

お正月気分まだ残っています(私だけかも)1月10日(水) ホテルグランヴィア大阪、今年初めての例会です。「ハンドでハート」吉野美智子さん、元京都センチュリークラブメンバーの方で、なかのしまの例会にもよくご出席いただいたり、お世話になっています。鳥居翠さんの先生であり、なかのしまに紹介、入会していただきました。

北野病院でがん患者さんの“ホッコリ会”を10年以上お手伝い、ケアをされたそうです。心のケアー、手をさする、手をにぎることで心がほぐれ、安らぐのです、と。でも、とても大変なことをされているのだなあと、思いました。ハンドマッサージの効果は、介護予防、メンタル面、楽しく会話をする。スキンシップとマッサージで癒し、あとはきれいになりたい。実践マナー、明るい笑顔で名前を呼ぶ、優しい視線を合わせながら話す、平等にていねいに施術する。

さあ ハンドマッサージの実演です。二人一組になり向かい合いひとりがマッサージをする人、してもら



う人。私は吉岡会長にしてあげる人です。腕の軽擦、私の大きな手のひらに、クリームを少し乗せ手のひらを合わせ温める、吉岡さんの左手を包み込み優しくさする。腕は軽く表面

だけ、指先から、肘まで心臓に向かって優しくさります。吉岡さん気持ちいいですか・・？



1月生まれの Happy Birthday

【次頁に続く】

2月第1例会プログラム

日時：2018年2月14日（水）18:30～20:30
場所：大阪YMCA 902号室

司会 大岸 弘子
吉岡香代子会長

1. 開会点鐘
 2. ワイズソング
 3. 聖句朗誦
 4. ゲスト・ビジター紹介
 5. 連絡・報告・ニュース
 6. メンバー卓話
「サプリメントって本当に効くの？」
杉浦眞喜子さん
 7. お誕生日祝い
 8. ニコニコ献金
 9. YMCAの歌
 10. 閉会点鐘
- ドライバー 吉岡香代子会長

例会当番 (D)

受付当番 (C)

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	出席者 16名	日本 80g 累計 410g
ビジター 1名	メイキャップ 1名	外国 0g 累計 70g
ゲスト 2名	合 計 17名	現金 円 累計 円
コメント 1名	在籍者 20名	提供者：今井、大橋、杉浦、瀬島
合 計 20名	出席率 85.0%	武井、藤井、藤好、保田

他のメンバーはどうかなあ！腕の揉撻、親指で腕骨筋揉みほぐす、手背（手の甲）の強擦、母指と母指球で手の甲を伸ばすように左右に強く 指の揉撻親指で指の溶け根から、手掌の強擦、親指で手背の圧迫、母指で手掌全体を圧迫。

今日は手もきれいになり、心もやすらぎ、体もほこほこしています。

姉（あきちゃん）一緒にきました。楽しかったよね。

遅ればせの夏のご報告「グラン・チャ・プロジェクト」

大阪YMCAでは昨年度に引き続き、今年度も高校生と高齢者の世代間交流プログラムは「グラン・チャ・プロジェクト」を実施いたしました。今回は8月5日～6日の一泊二日で、高校生が日常とは違った六甲山の自然の中で高齢者のみなさんと交流する中で様々な発見や体験をし、また参加されたみなさんの青年期を振り返った貴重なお話を通して「健康」「平和」「幸せ」などを考える学びの時を持ちました。

（大橋 昌美）

藤井 弥生

自宅の埠を暑い12時過ぎに出て、六甲駅午後3時集合、まだ暑い。ドライブウェイを走り六甲山へ少し涼しく感じました。高校生7人のところ急きよ欠席で3人の男子でした。シニア組は男性2人と今井さん大岸さん私5名です。スタッフは大橋さん他3名。各自自己紹介して少し分かりました。夕食は野外バーベキュー、高校生、炭に火をつける事から大変でしたが、お肉を焼いてくれたり大活躍でした。私たちはおいしくいただけ。しあわせ！

翌朝 高校生朝食の時間、起きてきました。しっかりごはん山盛り2杯。朝食後 平均寿命、健康寿命について話し合う。昼食 お好み焼き、やきそば、美味しいにくだ。が、バームクーヘンの卵のなかへなぜかキャベツが！ アイスクリームは大きい缶をラグビーボールのように男性陣が投げ合い投げ合い出来上がり。おいしかった、

いよいよシニアの方の写真を見ながらの戦争の疎開のお話し、戦後、食糧難で新聞配達をずーとしていました。学生時代ラグビーに明け暮れていきました。などなど。

高校生は両親がブランドものを持っているので、自然に身についているのでしょう。財布何十万もするのを待っています。驚き！もう一人の学生さん、焼き鳥屋さんでバイト、休みをもらって海外に修行に行きます。頼らしい！いろいろの人生、いろいろの人たち、ワズで又楽しい体験。楽しい人たちにお会いできましたこと。うれしいです。ありがとうございました。

今井 利子

下界の暑さがウソの様に涼しい六甲山 YMCA で、世代間交流「グラン・チャ・プロジェクト」に参加。大岸、藤井

さんと昨年参加の下野さん、大阪体育大学学長を退職された永吉先生と5人のシニアとスタッフ4人なのに男子高校生が3人とは少し淋しい。軽く自己紹介の後、各部屋へ。ゆっくり食事の準備は高校生たち男性にお任せ。チャペル横のテラスで、六甲の夕暮れを満喫する私たちシニア。おいしい焼肉・野菜、即席漬物など、おいしい食事をしつつ歓談の時間をたのしく終わる。

快適な六甲山での目覚め、少年野球の団体等と賑やかな朝食の後、交流会。それぞれの体験談。知らないだけで、それぞれの年代で本人のそして親たちの苦労が彷彿とする。交流会の本命は、それぞれの人生にあって、それを受け取る側にあると思う。しかし、私はあの時代の様な戦争は絶対に起こさない様、強く伝えたく参加した。いつまでも平和な時代が続いてほしいとの願いをこめた催しあつた。

大岸 弘子

水色の残る紫陽花にヒグラシの合唱、懐かしの六甲に戻って来た心地よさです。

ファミリーキャンプのような感じで始まった一泊二日は個性的な高校生と経験豊かなシニアにスタッフと共に歌い野外料理で遊び食欲増進の食卓です。皆さんのお話しを拝聴しながら時代の流れを感じ“ふれあい”的貴重な時を与えられました。6日は広島原爆投下の日であり、戦中、戦後の世相が思い出されて私の小さな記憶も若い人に伝えて歴史に関心を持ってほしいと願っていました。

参加に際し昭和史を読み“自分史”作成や写真整理も進み“ふりかえり”と“これから”を考える機会となり喜びです。二世代がつながるこのプロジェクトが続きますように願いながら感謝のうちに。

芦屋クラブ20周年記念例会に参加して

生雲 文枝

12月23日、芦屋クラブの20周年記念例会＆クリスマス祝会に参加しました。毎年12月、クリスマス例会が開かれるホテル竹園芦屋は151名の参加者で熱気に溢れています。

1部の礼拝の部では中道神戸YMCA会長の携帯を使ってのユニークな祈禱があり、2部は楽しみにしていたクロード・チアリさんのギター演奏とトークです。私たちの世代には懐かしい映画音楽、男と女、ポールモーリアのオリーブの

首飾り、チアリさんの代表曲、夜霧のしのび逢いなどチアリさんの奏でるロマンティックな音色に当時青春を過ごしたオールドファンは昔を思い出し、涙ぐむ人も。チアリさんは来日されてからすでに42年、今年74歳になられたといわれて、私たちも還暦を過ぎてしまったし、月日の経つのは早いものだということをしみじみ感じました。

3部は懇親会で竹園の美味しいお料理をいただきながら、オークションを楽しみました。なかのしまクラブではワインを2本も競り落とされた方がいらっしゃいました。売り上げは199,000円にも上り、全額、神戸YMCAに寄贈されました。そして最後は全員が手をつないで、きよしこの夜をうたい、会の余韻に浸りました。

Y's コメントから Y's メンへ【2】

藤好 基子

中国では北京に赴任された奈良氏が北京日本 YMCA に続けて北京ワイスメンズクラブを設立されました。父は 1940 年に北京ワイスメンズクラブのチャーチメンバーとして入会しました。最初に奈良氏に出会った時に「貴方はもう少し年齢を重ねたら Y's メンになら良い」と言われてから 8 年経っていました。

北京より仕事で奥地に出向いていた父は、1945 年のある日ひょっこりとボロボロの中国服を着て徐州教会の牧師と聖書だけ入った小袋を手に、家族の待っている北京に戻ってきました。父の居ない間、母と兄姉はたくさんの方に支えて頂きながら帰りを待っていました。中国語は滞在しながら学び、中国人に成りすまし北京までの困難な道は、多くの中国のクリスチャンの方に助けていただいたと聞いています。今の私たちには想像を超える道のりだったと想像しています。

1946 年父は亡くなった長男の遺髪を抱き、最終の引揚船で母と兄姉を連れて日本に帰国しました。再び大阪 YMCA に出入りすると、大阪 YMCA の理事長になられた里見会長にお目にかかる機会も増えました。ちょうどアメリカのフォード財団が YMCA に与えた奨学金があり、40 歳未満の既婚者・クリスチャン・ビジネスマン・将来レイマンになれる人を対象とし、アメリカ本国での職業上の自由な活動ができるものでした。(たぶん、里見氏と奈良氏の推薦があった) それを受け、1952 年 9 月より翌年の 2 月までアメリカに留学することになりました。ビジネスマンとして、又、YMCA 会員・Y's メンとして、父はアメリカでたくさんの学びの機会を与えられました。短い期間でしたが、精力的に各地のデパートや YMCA を訪問した記録が几帳面な文字で残されています。残念ながら英文で私は読むことが出来ません！



渡米する父の見送りに

阪和部新年合同例会に参加して

藤井 弥生

1 月 13 日（土）12 時からシティプラザ大阪で「阪和部新年合同例会」が開催されました。プログラムの表紙は、かわいい子犬が描かれ、中を開くと金粉が施された新春らしいプログラム、楽しく和やかな気持ちになりました。阪和部部長の「新しい友を作ろう！そして今ある友を大切に！」とのご挨拶。その後新入会者 2 名の方のご紹介がありました。

美味しいお弁当をいただき、大道芸集団「いけどん」による伝統演芸。お祝い事、商売繁盛として、傘まわし。傘の上に湯呑、ボール、大皿などを次々乗せ上手に回しています。

「YMCA は私」 No8

山佐 亜津子

自分を変えたくて 5 年間務めた会社を辞め、大阪 YMCA 国際専門学校に入学した若かりし頃。これが私の YMCA への入口でした。なぜ YMCA かと言うと、特別な理由は何もなく、ただ実用英語を習得できる場を探していくだけのこと。英語を学ぶことで自分の世界を広げたく、英語教育のクオリティという点だけでいくつかある学校の選択肢から選んだのでした。つまり YMCA は単なる“one of them” だったのでした。最初は。

「そうか、そうか、勉強し直したいのか。YMCA は入りやすいけど入学の後は難しく厳しいよ、アメリカの大学みたいにね」と笑顔でさらりと言う人の良さそうな入試面接官。専門学校を軽く見てはおらず、しかも自分の貯金を叩いて学生に戻る訳ですから、それなりの心構えはあったのですが、そのように軽い口調で「厳しいよ」と言う表現からは想像できないくらい、当時の国際専門学校は確かに厳しく、知力・体力・精神力をめいっぱい要する毎日でした。学ぶことに力を出し切ることの充実感と達成感と快感を、それまでのんびり屋で勉強嫌いだった私は YMCA で知ったのでした。もちろんマゾや余程のストイックでない限り、厳しさそのものだけが良い訳ではありません。一言一句も聞き逃しては勿体ないと思える中身の濃い、面白い授業、学生を自立した人間として尊重し決して甘やかさず、その一方で小さな努力や伸びも認めてくれた温かい教職員、人間としての生き様のモデルとなる先生たち。YMCA での学生生活は、自分自身が嫌いで他者も受け入れられなかった私を、内面の深いところから変えていってくれたのでした。

玉すだれのかけ声に「ちよいとひねれば・・」と一緒にかけ声をかけ楽しみました。大野西日本区理事のギターに合わせて皆で歌おう、正月の歌「1 月 1 日」を全員で晴れやかに歌ったり、中西部の「うなぎの森」のアピールもしっかりと。クラブ紹介ではいつものように、なかのしま参加者（今井さん、生雲さん、杉浦さん、吉田さんと私）5 人集まり、笑顔で手を振りました。今日もまたワイスの方にお会いし、楽しく過ごし、元気と夢と希望をいただきました。ありがとうございました。



ニコニコ献金 1月 17,950円

〈ニコニコメッセージ〉—1月例会—

☆ おめでとうございます。久しぶりのクラブ訪問、皆さまのお役に立つお話ができましたら幸いです。

(吉野美智子)

☆ いろいろ役に立つお話をきき、楽しく過ごしました。ありがとうございました。(田中昭美)

☆ いつ参加しても”なかのしま”の明るい空気を満喫することができ、それが楽しみでまた参加できますね

(大阪センテニアルクラブ:山田孝彦)

☆ 今夜はワイスを卒業されてからもボランティア活動を続けていらっしゃる吉野さんに元気を頂きました。(生雲)

☆ ご迷惑をかけました。皆さんのお寄せ書きを読ませていただき、一人ひとりを思い出し懐かしさでいっぱい。(今井)

☆ 久しぶりに新年の決意をしました。さあ、できるかな。

(江見)

☆ 年末がんばって「おせち」を作りました。楽しいお正月は孫の大学生2人のおかげで完食です。留学3ヶ月、オーストラリアのおみやげ話に、若いっていいなあ～！と大満足。

(大岸)

☆ 今回初めてハンドマッサージを体験し、手の温もりを感じながらのマッサージに癒されました。お話しもとても面白く楽しい例会でした。

(大橋)

☆ ハンドマッサージで「お手当」という言葉を思い出しました。ひとの温かい手が背中に触れる・・・不眠症には一番のお薬です。

(國友)

☆ 1月2日のスーパームーン、大きくてきれいでした。

(桑原)

☆ 今年も年末年始、御殿場東山荘で過ごしました。お元日、富士山が最高にきれいでした。お正月にゆるんだネジをちょっと締めないと！

(杉浦)

☆ あっちこっちに呼ばれ楽しいお正月を送りました。久しぶりに夜更かしもしました。

(瀬島)

☆ 10日の夕方、雨から雪に変わり、例会に出席するのにどうしよう、困ったと思いましたが出かけてきました。手荒れとシミのひどい私です。少しでもきれいになるかしら！

(武井和子)

☆ おにいちゃんのかぞくとお正月をしました。(武井美帆)

☆ 「ハンドでハート」吉野さんのお話し、あきちゃんと一緒に来てよかったです

(藤井)

☆ 吉野さんのご指導でマッサージを・・・私は誰にも施術出来ない指なので、せめて手のひらでよしよしと背中を擦ることに努めました。「手当」って気持ち良いですね。

(藤好)

☆ 今年も元気に新年を迎えることができました。クラブへの出席が楽しみです。

(松下)

☆ 70歳になったとたん、いろいろあった昨年でしたが、今年は心機一転、いい年になりますように。なかのしまを中心たのしく・・・今年もよろしく。

(保田)

☆ 寒い日が何時まで続くのかな？天気予報に一喜一憂している今日この頃だ。

(吉岡)

☆ 阪和部・泉北クラブのメネット事業、未来をひらく子どもたちのための「第1回チャリティ・アート展」のオープニングパーティーで、ボサノバを演奏しました。10年ほど前にサキソフォンの川田健さんに習っていたのですが、初挑戦です。演奏曲のジャンルを広げていくのが今年の目標です。

(吉田)

YMCA ニュース

★ 第298回 早天祈祷会

日時…2018年2月16日(金)7:30~8:30

証し…井之上 芳雄さん(和歌山YMCA 総主事)

場所…大阪YMCA会館 10階チャペル

★ 「いじめのない世界をめざそう」

YMCA ピンクシャツデー2018

今年も全国 YMCAと共にピンクシャツデー(PINK SHIRT DAY)を実施いたします。

2月28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反対をアピールしていきますので、ご協力ををお願いいたします

世界的な「いじめ」反対運動に連なり、地域社会や他団体・企業・行政とも協働して、広く、推進してまいります。

ピンクシャツデー…2018年2月28日(水)※取り組み期間…2018年1月~3月3日(土)

まだまだ寒くちょっと外に出にくい季節ですが、2月になるとそろそろ梅の花が咲きだします。もうそろそろ春の訪れを感じたいですね。

大橋 昌美

1月第2例会報告抄

日時：2018年1月17日(水) 18:30~20:30

場所：大阪YMCA 502号室

出席者：13名

1. ファミリーコンサート(5/12)の詳細について説明があった。

2. 次々期(2019年7月~2020年6月)会長は藤好基子さんにお願いすることになった。

◇2月お誕生日の方◇ Happy Birthday

小倉 玲子 3日

お年玉切手シート当選番号は下記です。シートに交換して2月例会に持参しましょう。

27 86

編集後記