



## 大阪高槻ワイズメンズクラブ

〒569-1105 高槻市安満中の町25番1号 YMCAたかつき あま保育園内 Tel 072(682)2077 Fax 072(682)2080

会長主題：「生まれ変わろう大阪高槻クラブ」 森本 榮三

2021～2022年度		クラブ役員	
国際会長	Kim Sanche キム・サンチェ（韓国） 主題 「世界とともにワイズメン」	会長	森本 榮三
アジア太平洋地域会長	大野 勉（神戸ポート） 主題 「100年を超えて変革しよう」	副会長	萩原 義明
西日本区理事	新山 兼司（京都トップス） 主題 「未来への挑戦」	書記	伊藤 正尚
中西部部長	牟 大盛（大阪クラブ） 主題 「隣人愛を実践しよう！」	会計	栗田 達夫
		会計監査	西田 隆郎
		直前会長	西野 陽一
		担当主事	秋山 健二

### 【今月の聖句】

わたしは世の終わりまで、いつもあなたがたと共にいる。

マタイによる福音書 28章 20節

### 【選者のことば】

キリストを信じる者は、一人ぼっちになることはありません。いつもそばにいてくださる方がいるからです。（秋山健二）

### 3月行事予定

月日	曜日	行 事
3/9	水	会員スピーチ例会 高槻阪急多目的ホール
3/15	火	各種献金締切
3/16	水	役員会 豊都ビル3F
3/20	土	大阪YMCA チャリティーラン 鶴見緑地

### 3月 CS・Menettes の月

さあ開けよう！

2030年達成に向かってSDGs17の扉を奉仕活動は全てのSDGsを支援しています

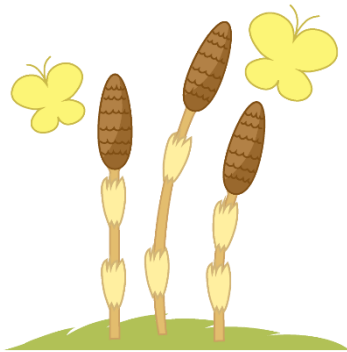
河原正浩 地域奉仕・環境事業主任

（京都トップス）

「ワイズと共に奉仕の笑顔」

「広がる輪・寛容の心」

竹内芳江 メネット事業主任（岡山）



2月例会	在籍	11名	ネット	0名	2月度	ニコニコ		ファンド		B F	
	広義	1名	ネット	0名		1月	0円	1月	0円	切手	0pt
出席	0名	ビジター	0名	累計	8,000円	累計	10,000円	現金	0pt		
メイクアップ	7名	ゲスト	0名					累計	0円		
	例会出席率		例会中止								

## 1日 6000 歩を目指して

西野陽一

近頃よく散歩をしています。若い時から歩くことが好きで、徒歩で長い距離に行くことに抵抗はありませんでした。学生の頃、大学まで片道1時間足らずの距離を徒歩で往復していました。就職してからは通勤手段として徒歩を選択することはありませんでしたが、毎日通勤していれば特に意識しなくても、自宅や勤務先と最寄り駅との往復や、駅の階段やホーム上を歩いています。また、職場(学校)でも職員室と教室の往来で廊下や階段を歩いています。それらを合わせると相当の距離になっていったのではないかと思います。

管理職になってデスクワークが多くなり、運動不足の解消のため歩くことを意識するようになりました。最寄りの鉄道駅から徒歩30分程度ならバスを利用せずに歩いていました。地下鉄の一つ手前の駅で降りることを実践していたこともありましたが、しかし、昨春、仕事を辞めて一日中家にいるようになりました。さらにコロナの影響もあってプライベートで出掛ける機会も極端に少なくなり、ますます、運動不足になるばかりでした。これではいけないと思い、昨秋ごろから積極的に自宅周辺の散歩を始めました。

歩くときはダラダラ歩かず、およそ1分間に100歩のペースでサッサと歩きます。立ち止まって路傍の草花を観察するようなことはありません。残念ながら、植物についての私の知識は貧弱なものですし、草花についての興味・関心もあまりありません。

勝海舟は長崎にいるとき海軍訓練の暇があると市中をぶらついて、米屋がどこの横町にあるとか、豆腐屋がどこの角にあるとかを熟知していたそうですが、私はそんな観察眼も記憶力もありません。ただ、更地だったところに基礎工事が始まり、通るたび建物がだんだん完成に近づいていくのを見るのは楽しみです。

1分間に100歩のペースで歩くと1時間に6000歩、5km弱になります。よく「1日10000歩」と言われますが、まずは「1日6000歩」を目標にしています。積極的な散歩を始めた10~12月はほぼ達成していましたが、今年に入って寒い日が続く、外に出るのが億劫にな

って歩数がゼロの日もあり、1月、2月は達成できていません。

散歩のコースはなるべく車の通らない、信号の少ない道を選んでいきます。そして、できれば一筆書きになるコースにしたいと思っています。同じ道を通らず、交差もしないように歩きたいと思っています。毎日、あちこちを歩いていると、そのうちに30分コースとか、1時間コースとができてきました。それらをつなぎ合わせて3時間コースをつくって正月に踏破しました。

3時間歩くうちには途中で足腰を休めるたくなりますし、水分補給やトイレも必要です。そんな時に利用できるのはスーパーかコンビニです。スーパーやコンビニにはトイレやイトインのスペースなど、こちらの要求に応える施設が揃っています。

歩いているときの楽しみは、初めての道を歩くことですが、知らない角を曲がる時はこの先に何があるのかとい楽しみと行き止まりになっているのではないかという不安があります。また、自宅から遠く離れてしまって戻るのに時間がかかることもあります。

もう一つの楽しみは、各家のガレージに駐車されている車やたまにすれ違う車両のナンバープレートを見て計算することです。ナンバープレートの4つの数字を加減乗除して答えを10にする遊びです。例えば、「1234」なら「 $1+2+3+4=10$ 」となります。

「1245」なら「 $4\times 5\div 2\times 1=10$ 」となります。どうしても10にならない組み合わせもありますが、多くの場合は何とかして10になります。足したり、引いたり、掛けたり、割ったり、ボケ防止にはいい頭の体操だと思います。

これからは散歩にはいい気候になります。1日6000歩を目指して歩きたいと思っています。



## 2022年2月 役員会報告

コロナウイルス蔓延を受けて2月役員会を  
書面審議することとし、2月14日(月)～16  
日(水)、8名のメンバーにレジュメをメー  
ル・FAXで送付し、7名から回答を得た。  
回答者：伊藤、大谷、栗田、河戸、西野、  
萩原、森本。計7名

### 【報告事項】

- 1月10日(月)13:00～ 中西部合同新年会  
大阪高槻クラブ1月例会とする。  
参加者：森本、秋山、伊藤、大谷、  
栗田、河戸、萩原。計7名
- 1月22日(土)中西部第2回評議会  
会場：大阪YMCA会館  
詳細は2月号ブリテン西野Y'sの報告を  
ご覧ください。  
参加者：森本、西野 (Zoom参加)
- クラブ解散に関してDBCの千葉クラブ古  
屋朝則会長様へ、解散経緯を記した手紙  
を送付しました。  
その後、青木一芳様より「大阪高槻クラ  
ブから、今年度末(6月末)をもってクラ  
ブを解散するとの知らせを受けました。  
西日本区でこの解散は承認されたとのこ  
とで、残念ですが同クラブが有終の美を  
飾られることを願い、これまでの友情に  
感謝します」とのメールを頂戴いたしま  
した。
- 2月9日開催予定の、YMCAたかつき  
あま保育園をお借りしての2月例会はコ  
ロナウイルス蔓延につき急遽中止を決定  
しました。

### 【協議事項】

- 3月例会 3月9日(水) 18:30～20:00  
高槻阪急6階多目的ホール  
メンバートーク：「高槻クラブの解散・そ  
の後に思う」 一人7分以内  
コロナウイルスの感染拡大状況によっては  
中止もあります。 全員賛成
- 大阪YMCA留学生支援金  
クラブとして ¥30,000円を支援
- 大阪YMCAチャリティラン募金  
秋山担当主事を介して4万円を支援
- 2022年4月9日(土)六甲山YMCAでYYY  
フォーラム 参加者：森本、西野

- 5月15日予定の「第5回ウナギの森」  
準備委員選出の件  
クラブから栗田Y'sを選出
- 4月例会 4月12日(火)19:00～  
ホスト：大阪茨木クラブ  
両クラブの交流を重視し食事つきの例会  
とし、高槻茨木YMCA学生リーダー(および  
OB)にも参加を呼びかける会としたい。

## YMCAニュース

### ☆第335回早天祈祷会

日時： 2022年3月18日(金)7:30～8:15  
証し： 小寺 隆志さん  
(体育・ユーススポーツ事業 事業長)  
場所： 大阪YMCA会館 10階 チャペル

※朝食会はございません。

※新型コロナウイルスの感染状況により、  
中止の可能性があります。

### \*\*\*\*\* たかつきあま保育園便り \*\*\*\*\*

ピリッとした冷たい空気の中、子どもた  
ちは白い息を吐きつつ元気に遊んでいま  
す。今年度も残り一ヶ月となりました。保  
育園での生活が残りわずかとなったおひさ  
ま組さんは小学生になることを、他のホー  
ムの子どもたちも進級を楽しみにしている  
姿が見られるようになりました。今年度も  
残すところあと僅かですが、一日一日を目  
いっぱい楽しみ、次のステップへの準備を  
していきたいと思います。



## コロナ禍で ROSTER を

大谷勝彦

2月例会の恒例になっている切手切りの作業をあま保育園を会場にして数年前から実施しているが、コロナ禍で長年にわたっての継続プログラムが途切れました。又、部の行事やYMCAの活動、地域の事業も中止が多く様々な交流が少なくなり、コロナによる奉仕活動被害の大きさを痛感します、結果、家にいる時間が多くなりました

そんな中で、Y'sのROSTERをパラパラとめくるうち、区のクラブメンバーのアドレスの中の知人、友人らの名前を見つけて懐かしんでおります。

ROSTERアドレスの中にはメンバーの方の誕生日が記されているので、自分と同じ誕生日の方は何人おられるかな？自分と同じ名の方は？一番多い名は？いまTV番組になっている珍名さんはおられて、どんなお名前かな？等々北から南へ1ページづつめくってゆくと、誕生日では私と同じ日はメン・メネット合わせて8人でメネット4人、メン4人で、年齢はバラバラでした。他には生年月日が全く同じの方がおられたり、年月日で数字のゴロ合わせが出来たり、それなりに持て余す時間を楽しくROSTERで時を過ごしました。苗字では日本のベスト10内にある中村、田中、山本さんがベスト3でした。

難読のお名前は流石に難しく、今まで見たこと

のないお名前の方がおられ、ローマ字で書き記されてなければ、読めないな〜とローマ字の大切さを知りました。ちなみに、地方をドライブした時、地名の読み方が分からない時、ローマ字表記で教えられることがよくあったのと同じです。細かい字の内容を、ゆっくりであるが確実に読み、間違いなく調べる事に集中するのも痴呆予防の役に立つだろうと、勝手に意義付けをしています。

最近、ROSTERを必要として開ける時は少ない様ですが、前年号とは名簿欄や区役員に関してはいろいろ違った発見があります。40数年のY's歴で必要な時だけ、ポイントで見えていたものでしたがこんな見方があったのかと、近くにおいて時折昔のものも開いて懐かしんでいます。

古いROSTERもまだ持っているので本の活字を読むことが目の衰えと共に辛くなっていますが、一度この機会に開こうかなと思います。これもY'sのメンバーになっていてこそで、コロナ禍で困っているときの時間の使い方だと決めています。

でも、コロナ禍は早く終息していつもの活動ができる事が何よりの願いです。コロナオミクロン感染拡大に備え、早々と2月2日に3回目のワクチン接種をすませて、元の春が来る事と、活動ができる事を待ち望んでいます。

## 3月例会プログラム

2022年3月9日(水) 18:30～

於：高槻阪急6階多目的ホール

司会 栗田達夫

1 開会点鐘	森本会長	11 YMCAの歌	一同
2 ワイズソング	一同	12 閉会挨拶と点鐘	森本会長
3 会長挨拶	森本会長	＜お誕生日おめでとう＞	
4 ゲスト紹介	副会長	森本榮三くん 5日	伊藤俊枝さん 16日
5 聖句朗読・食前感謝	大谷勝彦	中浜 実くん 21日	
6 晚餐	一同	＜結婚記念日おめでとう＞	
7 メンバートーク		中浜 実・照子ご夫妻	19日
「高槻クラブの解散・その後を思う」		森本榮三・好子ご夫妻	24日
一人7分以内でお願いします		＜2月のお誕生日おめでとう＞	
8 インフォメーション	書記他	山崎 勝くん 4日	大谷洋子さん 26日
9 ニコニコファン্ড	大谷勝彦	＜2月の結婚記念日おめでとう＞	
10 誕生日・結婚記念日お祝い	森本会長	栗田達夫・登美子ご夫妻	25日