



# The Y's Men's Club of Gotemba

第323号 4月例会

- 国際会長主題 「世を照らす光となろう」〈恵みを愛もて分かち合おう〉  
 アジア会長主題 「歳月はY'sをワイズ（賢者）にする」〈行動が活力を呼び覚ます〉  
 東日本区理事主題 「創造 多様性を生かしてイノベーション」  
 〈恵みを愛もて分かち合おう〉  
 富士山部部長主題 「地域と密着・確かな行動」  
 御殿場クラブ会長主題 「喜びを共にし、痛みを分かち合おう」  
 YMCAと共に、地域に根ざしたクラブを目指して

会 長 高杉 寿徳  
 書 記 渡辺 芳子  
 会 計 金光 京子  
 監 事 田代 泉

### 今月の聖句

ヨハネによる福音書 20 章 27 節

『あなたの指をここに当てて、わたしの手を見なさい。また、あなたの手を伸ばし、わたしのわき腹に入れなさい。信じない者ではなく、信じる者になりなさい。』

### 2013年4月度第一例会プログラム

- と き 2013年4月11日（木）18：30より  
 ところ 東山荘  
 受付 金光 京子 Y's 前原 末子 Y's  
 司会 鎌野 泉 Y's
- |    |                         |              |
|----|-------------------------|--------------|
| 1  | 開会点鐘                    | 会長           |
| 2  | 開会の言葉                   | 司会           |
| 3  | ワイズソング                  | 司会           |
| 4  | ワイズの信条                  | 司会           |
| 5  | 聖句について                  | 大和田 浩二 Y's   |
| 6  | 会長挨拶                    | 会長           |
| 7  | ゲスト・ビジター紹介              | 会長           |
| 8  | 食前の感謝                   | 金光 京子 Y's    |
| 9  | 卓話『東日本大震災の支援活動とYMCAの働き』 | 東山荘職員 横山 明子様 |
| 10 | 誕生日・結婚記念日祝い             | 自己申告         |
| 11 | スマイル・YMCA 基金報告          |              |
| 12 | 閉会の言葉                   | 司会           |
| 13 | 閉会点鐘                    | 会長           |

### 他クラブ例会日一覧です。

例会日程、時間、場所の変更がありますので、例会参加の場合は長田ドライバー委員長へ連絡の上、ご出席下さい。

- |        |          |               |
|--------|----------|---------------|
| 熱海クラブ  | 4月22日(月) | 熱海後楽園ホテル      |
| 沼津クラブ  | 4月 9日(火) | 沼津東急ホテル       |
| 湯河原クラブ | 4月15日(月) | ホテル城山         |
| 伊東クラブ  | 4月 8日(月) | 暖香園ボウル        |
| 三島クラブ  | 4月16日(火) | 長泉町ベルフォーレ     |
| 下田クラブ  | 4月17日(水) | 下田東急ホテル       |
| 熱海グロリー | 4月24日(水) | 熱海YMCAセンター    |
| 富士クラブ  | 4月10日(水) | ホテルグランド富士     |
| 富士宮クラブ | 4月23日(火) | クラブホテル『パティオン』 |

### 4月お誕生日おめでとう

12日 駒谷 敬子 Y's

### 4月ご結婚おめでとう

自己申告して下さい。

### 3月例会報告

在籍数	23名	メネット	4名	スマイル報告	13,000	BF活動切手	0pt
出席者	16名	コメント	3名	スマイル累計	168,000	現金	0pt
メキップ	7名	ゲスト	0名	YMCA基金	1,152	累計	0pt
出席率	69.6%	ビジター	0名	YMCA累計	13,538		
修正出席率	100%	出席者合計	23名				

### 3月例会報告

杉山 将己

今月は名古屋東海クラブに於いて、奈良クラブと御殿場クラブとの3クラブ合同例会を予定していましたが、我がクラブの参加者がメン4名、メネット1名と少なかった為急遽第一例会を10日に行われた震災復興支援凧揚げ大会及びオープンハウスの後開催することとなった。

奈良クラブより頂戴したお土産を頂きながら、午後3時より木村ワイズの進行で例会に入る。メン16名、メネット1名の出席であった。

初めに石田会長が一身上の都合で中途退会をした為、前会長の井田ワイズより高杉副会長に会長バッチの引き継ぎ式を行い、会長を委任する。

高杉新会長の開会点鐘で始まり、ワイズソング、ワイズの信条と進み、大和田ワイズの聖句については、マタイによる福音書27章42節の他人は救ったのに、自分は救えない一説を解いてくれた。

高杉会長より、去る8日、9日に行われた、DBC事業の名古屋東海C・奈良C・御殿場Cの3クラブ合同例会の報告、更に東山荘で行われた次期会長研修会の報告がある。次々期の木村部長まで、およそ1年間あるのでその間しっかりと準備をしておく事を確認する。

高杉会長より次年度の活動方針と各役員人事について説明があり、次年度の意気込みを感じました。

盛岡で開催される、第16回東日本区大会にはバスをチャーターし、震災地の視察を兼ねての参加を予定しているので、1人でも多くの参加を求める事で決議し、高杉会長の閉会点鐘で終了する。



『少し早い会長引き継ぎをしました。』

高杉新会長よろしくお願ひします。』

### 名古屋東海クラブ・奈良クラブ・御殿場クラブ

#### 合同例会に参加して

野木 朗江

3月8日(金)長田和子ワイズ、田代ワイズ、木村ワイズ、野木2名の5名で御殿場インターからJR東海バス名古屋行きに乗り千種バス停で降りました。バス停には東海クラブの橋爪ワイズ他2名のかたのお出迎えを受け、ホテルルートイン千種まで案内をして頂きました。チェックイン後タクシーで会場であるラ・スースANNに向かいました。例会が始まる前に去る2月25日(月)に御逝去されました成瀬晃三氏(名古屋ワイズメンズクラブ・西日本区理事・名古屋YMCA 常議員)の冥福を祈り黙祷を捧げた後、鈴木一弘名古屋東海クラブ会長の点鐘で会が開催されました。



卓話は「人材育成は“一杯のごはん”から」講師；藤田邦高氏(LIXIL=旧INAX 人事部 広報)

～食生活改善、ためして実感してみませんか。～

食生活改善指導で実績を上げている医療機関と相談の結果、社員食堂で推奨すべき献立、家庭で改めるべき内容がまとまり97年秋から提供を始めました。要点を示しますのでご参考にしてください。すでに病院で指導を受けている方はそちらを優先する事。医者の指導とは違う健康の為ではなく危険防止のためのもの。

“食生活改善のポイント”、

- ①食事をきちんと食べる。これが土台。
- ②液体で満腹にしない。番茶、ほうじ茶など、食事に影響しないものがよい。
- ③パンの常食をやめる。どうしても食べたければ日曜

日程度。

④発酵食品を食べる。特に味噌汁、漬物、納豆の組み合わせは最高のパターン。

⑤未精製の穀類にする。ごはんは出来れば胚芽米、分つき米、(3分、5分、7分)等。穀類や麦類もよい。

⑥季節の野菜を多く。肉よりも魚や卵を。砂糖、油脂を取り過ぎない。そして、ゆっくり、楽しく食べる。

“ひらがな食品”を食べる。

パン→ごはん スープ→味噌汁

コーヒー→お茶 ラーメン→うどん

サンドウィッチ→おにぎり ケーキ→饅頭

ビール→日本酒

牛乳は無理に飲まなくてもよいそうです。哺乳類で歯が生えてきてからも乳を飲むのは人間だけ、他の動物は飲まない。南極圏、北極圏の人たちの保存食として乳製品があるとの事でした。有意義な卓話でした。閉会后奈良の方々には名残惜しかったです。又の再会を約束しまして帰られました。2階に会場を移動して懇親会が開かれました。両クラブの参加者が和気あいあい楽しいひと時を過ごしました。終了後会長さんと橋爪さんにタクシーでホテルまで送って頂きました。翌日もホテルから名古屋駅までご足労をお掛けし申し訳ありませんでした。



各事業の活動計画及び方針について次期事業主任より説明があった。6時半よりテーブルを囲み、飲み物、料理を頂きながら懇親会となり、和気あいあいと楽しい会話がはずむ一時を過ごした。



初日の最後は、青木次期富士山部長を囲んで、部会の改善・役員評議会のあり方等々、忌憚のない意見交換をする事が出来て更に懇親を深めた。10時解散。

2日目の研修は、各役員の役割、会長・主査の役割の確認と事務手続きなど、非常に内容の濃いものであった。

分科会では、次期会長グループ、次期事業主任・主査グループと分かれる。次期会長グループでは、林東日本区事務所長より、クラブ会長の務めとして

1. たかが会長、されど会長
2. 自分も楽しく、クラブも楽しく
3. 会長しかできない務めを

との、信念と情熱に満ちたご指導を頂いた。

会長としての大きな責務を痛感するとともに、今後のクラブ運営にはメンバー全員の英知を結集し、前を向いて進んで行く決意を新たにされた充実した研修会であった。

高杉寿徳

### 次期クラブ会長・部役員研修会

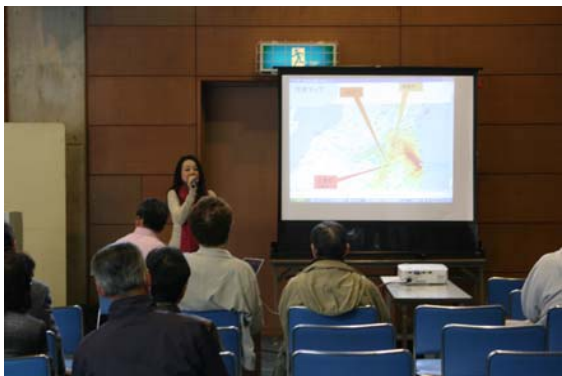
3月9日(土)～10日(日)東山荘に於いて実施された研修会は、理事、役員始め次期会長、主査等100名を超える出席者であった。



東日本大震災復興オープンハウスで  
御殿場ワイズのパワー全開

大和田 浩二

あの3.11から早2年。この日を忘れず、遅々として進まない復興に少しでも協力しようと、今年は3月10日が日曜日でもあるので、東山荘の体育館を会場に東山荘主宰のオープンハウスが開催されました。東北の物産や野菜販売、バザー、揚がれ希望の凧作り、福島から東京方面に避難している人々で作る「ママネット」による福島レポート、等々盛り沢山な内容に参加者も多く、御殿場ワイズが働き手の中心になってこの行事を無事終了することが出来ました。 やっぱ、働きもんダネー。



講演会を聴きました！！

井田 伸太郎

去る3月17日に「新井満」氏の講演会を小山町総合文化会館金太郎ホールで聴きました。

氏は「千の風になって」の作曲家として有名な方で2007年にはレコード大賞作曲賞を受賞されたそうです。

秋川雅史歌手が歌ったのしか知らなかったんですが…カラオケで彼が歌うと力まずしっとりしてとても良かったです。

小説で芥川賞も受賞され各方面で活躍、北海道在住だそうで奥様は羊飼いか？とか。

講演の締めくくりで、「幸せ」とは

朝…健康に目覚める事

昼…とりあえず食べ物がある事

夜…安眠できる事

パートナーが居る事

と話されよくよせずに日々を送れることに感謝して会場を後にしました。

2012年7月～2013年6月

BF・JEF委員会 事業計画

委員長 井田伸太郎

委員 若林久美子

委員 杉山 博恵

1 BFは

再生（不要なものを再活用）することにより基金を作り、各国の代表が活動できる資金とするのが目的である。

当御殿場クラブでは使用済み切手を収集して東日本区に送付する。

また、プルリングにつきましては小山町社会福祉協議会に提供する。

2 JEF(EF)は

東日本区ワイズ基金です。

メンバーの家族などの慶事の折に東日本区に献金をする。100\$を目安に！

寄贈者のお名前・寄贈理由は「奉加帳」に永久保存されます。

その基金が東日本区の継続的奉仕活動を支えるための活動資金になります。

3 御殿場クラブの広報活動として

協力していただきましたメンバーのお名前を毎月のブリテンに「BFだより」として掲載いたします！！

「ビール・ジュースを飲んだら、  
まずプルリングを！」

住所 〒412-0024 静岡県御殿場市東山 1052 (財)日本YMCA同盟国際研修センター 東山荘 <http://www.ymcajapan.org/tozanso/>

office YMCATOZANSO 1052 Higashiyama Gotemba Japan 412-0024 tel 0550-83-1133 fax 0550-83-1138 e-mail [tozanso@ymcajapan.org](mailto:tozanso@ymcajapan.org)

第一例会  
会場

第二木曜日 PM6:30  
YMCA 東山荘

第二例会  
tel 0550-83-1133

第四木曜日 PM7:00  
fax 0550-83-1138