



TO ACKNOWLEDGE THE DUTY THAT ACCOMPANIES EVERY RIGHT

THE Y'S MEN'S CLUB OF NARA

C/O NARA YMCA, 2 Saidaiji Kunimi-cho, Nara Japan Tel. 0742-44-2207

CHARTERD SEPT. 14TH. 1950

ホームページ: <http://uchidakaikai.com/narawaizu/index.htm>

国際会長 主題: 信念のあるミッション(使命・目標) Mission with Faith

アジア会長 主題: 愛をもって奉仕をしよう Through Love, Serve

西日本区理事 主題: あなたならできる! きっとできる

阪和部長 主題: とともに歩もう。前へ!! Let's go together, GO GO!!

クラブ会長標語: 「奈良は熱いぜ! 声たからかに
Let's go together Go. Go. Go!!」

会長: 太村 孝江

副会長: 前田 敏宏

書記: 佐々木 高田

会計: 平井 高井

直前会長: 内田 勝久

次期会長: 前田 敏宏

ネット会長: 杉浦 文子

10月
2015年

ブリテン編集委員

内田 勝久
佐々木 みどり
辻野 啓一
平井 洋三

10月 例会

とき 2015年10月12日(月) 18:30～

ところ あきしの保育園

<プログラム> 司会 胎中 廉啓

1. 奈良クラブの歌 [今、心は少年少女]

2. 開会点鐘 会長

3. ワイズソング

4. 聖書・祈祷

5. ゲスト・ビジター紹介

6. 食前感謝

7. 卓話

講師: 山崎 哲秀 様

テーマ「北極圏をテツがゆく～北極圏の
自然環境と生活環境～」

8. 誕生日・結婚記念日のお祝い

9. YMCA ニュース

10. インフォメーション

11. YMCA の歌

12. 閉会点鐘 会長



[月刊強調テーマ]

B F

[今月の聖句]

「ヒゼキヤはこの手紙を使用者の手から受け取って読むと、主の神殿に上って行った。ヒゼキヤはそれを主の前に広げ、主の前で祈った。『ケルビムの上に座しておられるイスラエルの神、主よ。あなただけが地上のすべての王国の神であり、あなたこそ天と地をお造りになった方です。主よ、耳を傾けて聞いてください。主よ、目を開いて御覧ください。生ける神をののしるために人を遣わしてきたセンナケリブの言葉を聞いてください。』」

列王記下19:14-16

日本聖公会奈良基督教会 井田 泉 牧師

ユダの王ヒゼキヤは、アッシア王からの脅迫状を受け取って恐怖に襲われました。彼はその手紙を神殿に携え、神の前にそれを広げ、救いを懇願して祈りました。その後、事態は急転し、ユダの国とエルサレムは窮地を脱するのです。どうすることもできないと思える困窮を神の前に広げて祈る。そのことの大切さを思います。

2015年9月クラブ統計

在籍会員	23名	コメント	0名	ニコニコ献金 9月度: 17,272円 累計: 252,536円
例会出席	20名	ゲスト	3名	
(うちメーキャップ6名)		ビジター	10名	
メネット	10名	出席率	86.4%	



例会 10月12日(月) 18:30～20:30 あきしの保育園
役員会 10月26日(月) 19:00～21:00 奈良YMCA

出席第一・親睦・協力奉仕

会長通信

会長 太村 孝江

阪和部会を終えて



阪和部会は、今回157名の出席をいただいた。

当日、会場にいた私は、会場いっぱい埋め尽くしたこの熱気は、なんだと何回も会場を見渡した。そしてやっと“ああ皆楽しんで下さっているのだ”と素直に喜ばいいんだという思いにたどりついた。

今回、阪和部会のホストクラブとして活動していくなかで、2つのことが大きく思われた。

1つは、奈良クラブを組織としてみる事ができたことだ。1つの行事を皆と一緒に、最初から最後までやりとげるということを私は初めて経験した。それは1日では成りえない、常日頃の皆様とのつながりがどんなに大切かがよくわかった。林部長然り、会員の皆様のお互いの声の掛け方で、長く培ってこられたつながりがよくわかった。この私にも、最近お目にかかった他クラブの皆様から声を掛けていただいた。

そして開催日における会場の設営、来客の皆様に対するおもてなし、そして会場の最後の後片付けまでのそのタンタンとした動きは、見事だった。（としかいいようがありません）

もう1つは「東日本大震災」を風化させてはいけないということだ。

今回の仙台YMCAの村井総主事の講演は、私たちにもう1度震災を考えるいい機会を与えて下さった。

今、この奈良クラブでなにか一つ具体的な動きができたらしいと思う。

皆様、本当にごくろうさまでした。そしてありがとうございました。

今、ここにホンワカしている私があります。



「被災地の今一昔のままの、未来へむかって」

村井伸夫氏
仙台YMCA総主事



リーダーのみなさま
お手伝い有難うございました

幸福度と寿命

林 佑幸



毎朝5時になると枕元のラジオのスイッチが入り、NHKの「マイ朝ラジオ」という番組をウツラウツラしながら聞くとともに聞かずに聞かずに早朝の習慣となっている。

先日の同番組中の「健康ライフ」のコーナーで「幸福度と寿命」という少し興味の引くテーマであったので目を覚まして聞き、聞いているうちにワイズ活動が幸福度アップに役立つのではないかと思いましたので紹介いたします。

幸福度とは幸せと感ずることによってその度合いが高ければ高いほど幸福度が高くなり寿命が延びるとの事であった。では、その幸福度は「泣き顔」より「笑顔」、「不機嫌」よりも「ご機嫌」、「ネガティブ」よりも「ポジティブ」の方が幸福度は上がるのである。

なぜなら、ネガティブな人は孤独な人が多く友達が少ないため困難なことが起こっても相談に乗る人がおらず問題を解決できずに自分一人で抱え込んでしまい困難を乗り越えにくくし、ポジティブな人は友達の数も多く、他の人の助けが得られ易かったり、視野が広く困難を乗り越えやすいとの事であった。

また、幸福度はほぼ50%が遺伝で決まっていると言われており、残る50%は遺伝以外の要因、すなわち環境や行動を変えることで考え方が変わり幸福度を高くすることが出来ると言われている。では、幸福度を上げるために何をしたら良いのか、嘘でもよいから笑顔を作ったり、ガッツポーズしたり、下を向かないで上を向くという単純なことをすることで気分が盛り上がると知られている。また、環境や行動を変えることにより幸福度を上げるための5つの行動が提唱されているそれは、

- ・運動すること
- ・感謝をする
- ・人と繋がる
- ・学ぶ
- ・与える

の5つである、これを聞いて私はなぜかワイズの活動が頭をよぎりました。ワイズ活動をする事は、人との繋がりが多くなり、新しいことを学ぶ機会も沢山あり、感謝をしたり、してもらったりの行動や奉仕もある。そして身体を使って動き回ることによって運動につながる。

正にワイズ活動をする事は、幸福度が上がる行動につながる結果として幸福度が上がり寿命が延びることになるのだと感じました。ワイズの皆様益々ワイズ活動を活発にされることを推奨いたします。

「初めてのヨーロッパ旅行」

高田 嘉昭



2013年9月、新婚旅行でオランダとベルギーに行きました。初日は、アムステルダム市内観光。オランダの首都で運河が扇状に広がり、17世紀に世界貿易の中心として栄えた歴史的な街です。アンネ・フランクの隠れ家、大聖堂、運河の跳ね橋、エルミタージュ美術館、等々を散策。歴史的建造物がとても魅力的でした。一番良かったのが、ゴッホ美術館。「ひまわり」や「アルルの寝室」等200点以上の作品を間近に鑑賞できたし、美術館の後はメネットの好きな船の模型500点以上が展示されている海洋博物館にも行きました。翌日は、オランダ名物の風車のある田舎町ザーンセ・スカンスに出発。風車小屋や牧場、オランダ名物の木靴やチーズ製造の工房、18世紀のオランダ時計博物館、等々を観光しました。又、オランダ国鉄に乗って、初めてのヨーロッパ鉄道の旅にも出発。目的地の国立クレラーミュラー美術館で、19～20世紀の絵画や彫刻品を鑑賞し、美術館周辺のサイクリングも満喫しました。帰りはドイツから来た列車に乗り、車内はドイツムード。すっかりヨーロッパの鉄道に興味を沸かせてしまい、駅で鉄道の雑誌も買いました。

5日間オランダに滞在した後、アムステルダムからタリス(ヨーロッパ高速列車)に乗って、ベルギーのブリュッセルへ出発！ 時速300キロで約2時間快走した後、ブリュッセル市内観光。ベルギーの首都で、EUの国際機関の本部があり、ワッフルやチョコレートの美食の街としても有名です。本場のベルギーチョコは、よだれが出るほど美味しかったです(笑)。小便小僧の像、グランプラス(歴史的建造物に囲まれた世界一美しい広場)、大聖堂、国会議事堂、楽器博物館、ベルギービールのお店の老舗、ベルギーを代表する画家ルネ・マグリットの美術館、等々を散策しました。翌日はベルギー国鉄に乗って、ブルーージュに出発。ブルーージュは中世にタイムスリップしたかのような古い街並が残る水の都で、大聖堂、メムリンク美術館、運河クルージング等々を満喫。ランチにチキンを注文したら、鶏一匹まるごと出てきたのに驚きました！

3日間ベルギーに滞在した後、ブリュッセルを出発してアムステルダムを経由して無事に閑空に戻ってきました。今回は、私にとって初めてのヨーロッパ旅行で、歴史ある建造物や美食に魅了された思い出に残るハネムーンを満喫する事が出来ました。



メネットコーナー

「阪和部メネットの集い」

松田 重子

9月12日奈良商工会議所で平成27年度阪和部会が「阪和部は一つ」のテーマのもと開催された。

同時開催の午前10時半より、メネットの集いが開かれました。

今期の阪和部メネットの集いには、多くのメンの姿が見受けられ、予想より多くのメン、メネットの参加を頂き嬉しい限りでした。

開会点鐘、挨拶、紹介の後、西日本区遠藤典子メネット事業主任、西日本区遠藤通寛理事ご夫妻のお話で、東日本大震災に行かれた時の体験をとおし、今尚苦しまれている方が多く、当時と比較をして、今でもあまり復興が進んでいない様子を伝えて貰い、改めて風化させてはいけない事を再認識しました。

その後、折り紙の巾着作り挑戦をして頂きました。日頃はなかなか折り紙をすることが少ないと思いますが、メネット事業主査があいさつでいわれたように指先を使い、頭を使うことによって脳年齢が2歳若返られたことと思います。奈良のメネットさんが、各テーブルについて折り紙をどうして交流が出来たのが良かったと思います。出来上がった折り紙巾着にメネット手作りのクッキーを入れて、お土産にして頂きました。皆様にとっても喜んで頂き、和やかなメネットの集いに成りました事が嬉しく思います。



折り紙の巾着ができました
脳年齢が2歳若返りました



メネットの集い集合写真

9月メネット例会報告 林 秀彦

日時 2015年9月14日(月) 19時～21時

場所 ピカピカ

司会 前田未帆 メネット

ゲストは卓話の木村様の他、韓国慶州の元花郎クラブの裴さんのお嬢さんと、彼女の奈良訪問に同行くださっていた東大寺学園の澤田先生です。

今年のメネット例会は、多くのビジターを迎えて会場いっぱいの例会となりました。

杉浦メネット会長の点鐘でスタートし、プログラム通りに進んでいきました。卓話は、食事中の人もおられましたが、講演時間が短くならないように始まりました。数年前にも一度卓話にお越しいただいた公益財団法人 認知症の人と家族の会・奈良県支部 副代表 木村秀子さんにより、「知っていますか？認知症のこと」をテーマとして、約50分ご講演いただきました。

卓話の第一声は「年齢層が高くなりましたね」でした。認知症と物忘れの見分け方など、様々な内容をユーモアたっぷりに生き生きとお話しいただき、楽しく有意義な時間を過ごしました。

話の最後に「ワイズメンズクラブで活動している皆さんは、認知症にはならないでしょう」と締めくくられました。

その後、プログラム通り進行し、杉浦メネット会長の点鐘で閉会しました。

YMCAだより10月号



連絡主事 田中 幸一

9月12日開催の阪和部会にはリーダーをお招きいただき、ありがとうございました。きめ細やかな対応で復興支援を担われている仙台YMCA村井総主事のご講演から、報道では知ることのできない被災された方々の心情をお伺いし、「YMCAが行う支援とは？」について深く学ばせて頂きました。また、9月19日～22日、御嶽・日和田キャンプ場で開催されました全国YMCAリーダー研修会にはワイズメンズクラブからのご支援をいただき今年度もリーダーが参加、YMCAのリーダーとは何かについて、講師や他YMCAのリーダーと交わる中で、多様な角度から考え学ぶ貴重な機会となりました。ユースへのご支援に心より御礼申し上げます。

さて、いよいよ10月18日(日)、第4回目を迎えます奈良YMCAインターナショナルチャリティーラン2015を平城宮跡で開催いたします。大会を盛況とするために、ぜひ最後までご支援賜りますようよろしくお願い申し上げます。最後になりましたが、奈良YMCAではこのたびの台風18号による常総市水害復興支援募金を10月31日まで各館窓口にて募っております。一日も早い復興を祈念し、多くの皆様のご支援をお願い申し上げます。



9月役員会報告

9月28日(月) 奈良YMCAチャペル 19:00～

- ・10月例会 10月12日(月) 体育の日18:30～20:30
あきしの保育園 司会 胎中 廉啓
卓話「北極圏をテツがゆく～北極圏の自然環境と生活環境～」
講師 山崎 哲秀 様 犬ぞり探検家
- ・11月例会 11月9日(月) 19:00～21:00
あきしの保育園 司会 高橋 辰夫
講師 吉田 又弘 様 憲武会・会長
(その他)

- ・東海・御殿場DBC (名古屋にて) 10/3(土)～4(日)
- ・阪和部主査会・評議会 10/17(土)
- ・第4回奈良Yチャリティーラン 10/18(日) 平城宮跡
- ・奈良Y国際協力募金 11/8(日) 実行委員長太村孝江
- ・11/8(日) 河内クラブ40周年祝会 13:30～16:30
東YMCA・5000円
- ・東北復興応援ツアー11/14(土)～15(日)
仙台Y10時 現地集合・解散
- ・ジョイフルX'mas 12/13(日)
- ・奈良Y's新年例会1/11(月) 成人の日17:30～20:00 百楽
- ・ジャガイモ 11/9到着

☆卓話者プロフィール

山崎 哲秀 様

(社) 日本雪氷学会会員、南極倶楽部会員

1988年にアマゾン河イカダ下り単独行を経て、1989年からは北極圏(主にグリーンランド)遠征を繰り返し、グリーンランド北部エスキモー式の犬ぞり技術や狩猟技術を継承。北極圏での数々の観測調査遠征をはじめ、第46次日本南極地域観測隊(越冬)にも参加し、現在は犬ぞりによる「アバンナット北極圏環境調査プロジェクト2006-2015年」10年計画に取り組まれている。

10月 誕生・結婚記念日

HAPPY BIRTHDAY

8日 内田 勝久

11日 岩本 二三子

22日 前田 未帆

25日 辻野 啓一



WEDDING ANNIVERSARY

25日 前田 敏宏・未帆

10月の行事予定

日	曜日	行事内容
3	土	DBC 御殿場・名古屋東海・奈良(名古屋にて)
4	日	DBC 御殿場・名古屋東海・奈良
3	土	和歌山紀の川クラブ例会
6	火	大阪サウスクラブ例会
7	水	大阪長野クラブ例会
8	木	大阪堺クラブ例会
12	月	奈良クラブ例会
15	木	和歌山クラブ例会・大阪河内クラブ例会
22	木	大阪泉北クラブ例会
26	月	奈良クラブ役員会