



THE Y'S MEN'S CLUB OF Osaka-Kawachi

2003年3月報

Vol 330

2002～2003年度【標語】

- クラブ標語「仲間たちの讃歌」～ 集い、語らい、楽しもう ～ 正野忠之
 阪和部標語「ベクトルを合わせ、地域と共に活動を」 神谷尚孝 (和歌山クラブ)
 西日本区標語「ベクトルを合わせ、地域と共に活動を」 白井征郎
 “ Act together within community towards the same goal ”
 アジア標語「Into the bright light of selflessness」 John L Choa (Philippine)
 国際標語「Growth through service」 Bill Ward (U.S.A)
 ネット標語「メネットが蒔いた種子から地域に夢を」 白井公子 (大阪長野)

第28期クラブ役員

会長:正野忠之 副会長:増石広之 副会長:丸尾初子 書記:初田 稔 書記:田中惟介 会計:望月強 会計:藤井敬子
 ネット:中野涌子 直前会長:中野義彦 連絡主事:宮本修司

大阪河内クラブの未来

会長 正野 忠之



次期会長が2月例会で決まりました。田中惟介メンです。現在の我がクラブにとって、クラブが一番求める会長ではないかと思えます。

選考に当たられた関係各位のみなさん、本当にご苦労さまでした。感謝申し上げます。また田中次期会長をサポートされる役員の方々には多彩な顔ぶれが揃いました。ご健闘を心よりお祈りいたします。

さて、次期会長も決まり、私自身は「もう一度ネジを巻き直さなくては」との思いに至りました。昨年後半から仕事とプライベートで予期しない出来事が重なり、クラブライフを満喫できずにいた私ですが、会長としての役目さえもおろそかになっていたように思います。2月例会はそれを気づかせてくれました。任期を半分終えた安堵感と残りわずかになってきた焦り、それが今の正直な心境です。

2月例会では田中次期会長のリードでクラブの現状と課題についてグループディスカッションをしていただきましたが、楽観的な発言はひとつもありませんでした。「メンバーを増やしてこそクラブの未来はある」・・・共通しての意見です。これに尽きると思えますし、ワイズメン全体が抱えている課題でもあります。ワイズメンに関わらず「クラブ」という団体の究極の課題でもあるでしょう。また、討議の中で「このままでは衰退していく」という危機意識を共有できたのは成果ではないかと思えます。それともうひとつ、「あなた任せではいけないよ」という部分にもスポットが当たりました。幸いにも無断欠席は皆無に近くなり、何かしらクラブに意識を持っていただけるようになっていきます。「あなた任せ」の空気は確実に減っています。あと少し、この空気をもっと減らし次期会長へバトンタッチできるよう私自身も努力していきたいと思えます。3月はメネット例会です。みなさんでぜひ盛り上げましょう。

会員数	23名	ゲスト&ビジター	1名	2月度BFポイント	Yサテレカ	にこにこファンド
広義&メネット会員	3名	メネット&コメント	2名	現金	2月分	2月分
会員出席者	17名	例会出席者	20名	累計	0枚	15,500円
メークアップ	0名	役員会出席者	10名	切手	累計	累計
2月の出席率	85.0%	2月の全出席者	30名	累計	0枚	142,840円

例会場・役員会場 : サンホーム 東大阪市御厨南3-1-18 TEL 06-6787-3733

大阪河内クラブホームページアドレス : <http://www.hct.zaq.ne.jp/cpand205/kawachi/>

例会報告

2003年2月20日(木)18:30~20:30

サンホーム6階 -

記録 増石 広之

出席者

メン 鳥岡・伊藤・山内・新本・笹川・望月・岩坂・田中・初田・
佐古・増石・横田・正野・中野・箕浦・丸尾・宮本

メネット 田中・中野

コメント

ビジター&ゲスト(敬称略)
今井利子(大阪なかのしま)

以上 20名

役員選挙立候補がなかったため、選管による推薦で田中会長以下別表のように決まりましたが、田中次期会長の要望もあり、今期は信任投票ではなくて出席者全員の承認で選出されました。田中次期会長はもう少し先の時点で会長をやる積もりだったが、申し込まれて、引き受けたと挨拶をされた。



2月例会はTOF、役員選挙で、少し緊張したスタートでした。定刻 6:30 に正野会長の点鐘で開会。箕浦君の聖句朗読、会長挨拶、ビジター紹介、インフォメーションと一気に話が進みました。これからも西日本区大会、YYフォーラム、一泊研修会、らくらく登山、等沢山の予定があります。CSのお年玉切手とBFの協力も回収出来ました。TOFの月ですがパンとジュースが当たりました。



分団討議の報告をする各グループの座長



次期役員名簿



漁師の網を説明する田中次期会長



次期役員顔ぶれ



分団討議の報告をする各グループの座長

3分間スピーチは中野君、山内君の話が有り、次は佐古君、笹川さんと色々な内容を聞かせてもらえます。

河内クラブの課題について田中君提示の漁師の網引きの絵より、一つの事柄をこなすには、色々な役割が必要であり自分はどんな役割が出来るのか、何をしたらよいのかを、4つのグループに分けて討論をした。各グループの特徴が出ていて有意義で有った。



ニコニコは丸尾、中野メで廻って貰って15,500円でした。YMCAの歌を歌って、会長の閉会点鐘で少しのタイムオーバーにて例会を終了。正野会長出番が少なく淋しそうでした。

にこにこ語録

記録 中野義彦



横田 主人と比較して悪いんですけど、私の主人はワンマンで、私にイエスマンになれと言うタイプなんですけど、これから新会長の田中さんに何を言われるか、ちょっと心配していますが、中野さんが、先程、言いたいことが有れば、言いなさいと、言われましたので、一寸安心してあります。

伊藤 久しぶりの緊張感の有る例会で、有り難う。



鳶岡 新しい役員が決まりまして、何なりと出来ることはやらせていただきます、出来ないことはお断りいたします。(笑い)

中野 さっき、田中さんのことを言いましたが、正野会長まだ任期途中で、正野会長にも、言いたいこと充分に言っていたら、反対は反対やと言っていたらいいと思います。



笹川 今までPTAの役員などはやってきたんですけど、書記と会計はのがれてきたんです、田中さん恨みますー。でも勉強しますので、宜しくお願いします。



新本 おもしろい会で愉しんでいます。河内クラブは人数を増やすと言うことが、皆の一致した意見で有りますので、宜しくお願いします。

今井(中之島) 2月から中西部の中之島クラブに参りました、中之島クラブは女性ばかりで、きめ細かくやっております、TOFの月でしたが、ほんとに飲まず食わずで、2時間の例会をバシッとしました、それで2000円のお金を全員で寄付してTOFに捧げました。私も26年程になりますけど、こんなやり方っていいなと思いました。月3000円で半年18000円で西日本区等、公にいるお金で、食費とかは出席の方がお払いする方法です、2000円は寄付しましたが、帰りは食堂に行って、お腹いっぱい食べて帰りました。



箕浦 次期の髭の会長をサポートする役員の方々一年間宜しく。



山内 新内閣頑張ってくださいと思います、何でもお手伝いさせていただきますので宜しくお願いします。



増石 来月の今日は例会の日なんですけど、野の島へ森林セラピーに行きますので欠席ということになります、20数年間で初めてということになります。そんな気がします。来月は御無礼します。

岩坂 さっきから、新役員の顔ぶれを何度も見ているんですけど、なかなか河内クラブまだまだ人材豊富ですね、河内クラブつぶれることはありませんわ。



田中 今日は河内例会と言うより、私の例会みたいになってしまい申し訳ありません。一つ言います、会長を受けて、役員をお願いしたときに二人の人におめでとうございませとわれ、他の部でも合計3人に言われ、やっぱりおめでたいことやなと思いました。一年間喜んでやりたいと思います。(拍手)



田中(X) 私 何時もこの髭、剃って剃ってと言っておりますが、今日はこの髭かっちょよく見えます。(拍手)

佐古 来期一年間頑張ります。同い年の方が3人おられますが、特に役員を受けましたので、頑張りたいと思います。皆様のご協力をお願いします。



正野 先程から一人で座っていたら寂しくて寂しくて、もう終わりやなと言う感じです。私も次期は直前会長ですが、役目は頑張ってお手伝いしたいと思います。



初田 おめでとうと言われた次期会長に頼まれて、非常に難儀して副会長になります。私も田中さんの気持ちになりたいと思いますが、とてもなれそうにありません。それと次期会長は役員を上手に使いはるとおもいますんで、たぶんサボってられんと思います。



望月 来期はいよいよ会計をクビになります。それだけで肩の荷が取れホッとしています、田中さん頑張ってや。

中野(X) 田中様トさん来期宜しくお祈りします。たのみます。



丸尾 今日は河内クラブの選挙の時で、色んなお話聞かせてもらって、自分も大変な時やと思ってたけど、河内クラブも、これからの会長田中さんも大変やなとつくづく思います、出来ることは手伝いますので宜しく。



本日のニコニコは15500円でした。感謝します。

次期役員挨拶

次期会長 田中惟介

今日の例会で思うところを述べさせていただき、心強い同意を得られた事に感謝します。

会長職への要請を受けた後の

10日余りの間に2人のワイズを含む3名の方から“おめでとう”の言葉を頂きました。“えっ？”と意外に感じたのですが、今この時、この時期に私を求められたと言う事態が祝福されているのだとあつかましくも思う事で立ち上がる事の基としたい。

全メンバーの能力(ちから)を結集しクラブ活性化の為に全力で働きたいと思えます。



次期副会長 初田 稔



初めまして初田です。(笑)田中さんからお電話を頂いたときには、こんな難しい話は何も無かったんですよ(笑)今から7月のことを心配しています。

次次期の会長をさせて頂こうかと考えておりますが、彼の後を踏襲するのは至難の技と考えます。次次期でペシャルんじゃないかと思っております。その節はご勘弁をお願いして、次期は全力で頑張ります。

次期副会長 藤井敬子



風邪引きで欠席のためにコメントはいただけませんでした。次期会長の意向を良く理解させて頂きご協力いただくと確信しております。

次期書記 増石広之



次期の書記をやらせて頂きます。綱を引く場所における役目ですが、言われたことは出来る限り全力で頑張ります。

次期書記 横田憲子



セントラル時代には尾崎さんと丸尾さんから色々と言葉の難しさを教えて頂きました。まだまだ未熟でございますが、これからも言葉の勉強をさせて頂きたいと思っています。よろしくお願ひいたします。

次期会計 笹川桂子



未だ一年少々でこんなお役を頂いて良いのかなと思っておりますが、足が欠損された分頭と口が達者だと言いたいんですが、頭の方は少し弱いですが、どうぞよろしくお願ひ致します。

次期会計 佐古至弘



この歳になって会計という大役を受けることになりました。クラブの活性は財政からですので、取立ては厳しく、支出についても厳しく、しかし、会長の企画されてプログラムについては「出すべきときには出す」という姿勢で会計を守っていきます。

次期メネット会長 田中加代子



この間、突然帰ってきまして「会長を引き受けた」と言うんですよ。「ええ～ほんなら私メネット会長なん？」と言ったんですが。ほんとに降って沸いたような事なんでビックリしました。親の介護も掛かっていますが、主人が頑張ると言ってますので、バックアップ出来る事はバックアップしたいと思います。(拍手)



次期の役員に副会長には藤井さん、書記には横田さん、会計には笹川さんと全て女性メンバーが選ばれていますが、次期会長の意図だろうか？……………。(河内の雀)



3分間スピーチ

中野 義彦君

今日は役員選挙でくたびれてしまいました。役員選挙委員会が発足しましてから、何方も立候補がなく、田中さんに次期会長をお願いして、受けていただきホッとした思いでした。田中さんが約1時間に渡り自分の思いを述べられ、それに共感する面が多々ありました。しかし、皆さん方が田中さんの想いを諸々と受け入れても、自分と違う意見は影で言わずに正面から反対の意見をぶつけて欲しい、直接自分の意見を言ってあげて欲しいと思います。なんで私がこんな事を言うかといえば、前に会長を受けさせて頂いた時に、選挙の前に「私はクラブを壊します」と言いました。その後である人から「私はあんな事を言われると困る。絶対反対や」と言われた方がおられます。それを言われた事によって一年間会長職を務める事が出来ました。それが私の活力になる。「反対や」と言われたらこれをどう処理しようかと考えました。このように田中さんも反対意見を直接言われるとそれに対する考えを十二分に発揮される方だと皆様方も思っておられると思います。ここで私は田中さんに代わって反対意見をどんどん言って頂きたいとお願ひします。次期役員の方々、7月から大変だと思ひます。また、7月までの準備も大変だと思ひますが、全員の協力があれば必ず河内クラブは良いクラブになると思ひます。

山内 信三君

この1月で60歳になりました。職場では幾つやねん」と聞かれますと「僕 38やねん」と答えますと「嘘の38でしょう」といつも言われます。YMCAで30年、今の福祉法人で6年働いています。振り返れば結構働いてきたなと思ひます。私の老後はどうなるんかと思ひております。この前に社会福祉事務所に行って私の年金の金額を聞きに行ったんですが、年金手帳を持っていき計算してもらいましたが、「これこれです」と具体的な数字を教えてくれたんですが、想像してたよりも大分少なくて、計算間違いと違うかと言って再度計算をし直して貰ったんですが、やはり同じ金額だったので、あまり働いても年金でそんない多くは無いものだと思ひました。家内に「僕は本来自分のやりたい事を犠牲にして今まで働いてきたことはなんや、おれの人生は間違いやったんと違うやろか」と言ったら、「なに言うてんねん、あんた程好き勝手なことをやってきた人はおらへんで」と言われました。僕の思っていた人生と、家内の思っている人生とは随分ギャップがあると思ひました。先日の新聞で読んだんですが、比較文学と言う本がありまして、世界の童話を比較している本があるんですが、日本の民話もアラビアの千夜一夜物語やグリム民話と共通している一つのテーマで、

幸せや良いことは遠くに無くて自分の足元にあるという事を作者が言いたいのだと書いていました。私もあまりキョロキョロしないで60歳を期に足元を見直して行くのがいいのかなと感じております。

【次回は佐古君と笹川君です。】

クラブ1泊研修会のご案内

お世話係

新本・佐古・笹川・吉川・山口・宮本

と き：2003年4月12日(土)～13日(日)

12日(土)

午後5時集合・入浴・自由懇談

6時夕食会

7時30分研修・討議

13日(日)

午前8時朝食・討議の続き

10時解散

ところ：生駒山麓公園ふれあいセンター

生駒市俵口町 2088 番地

電話 0743-73-8880

内 容 「クラブの次期役員の役目について」

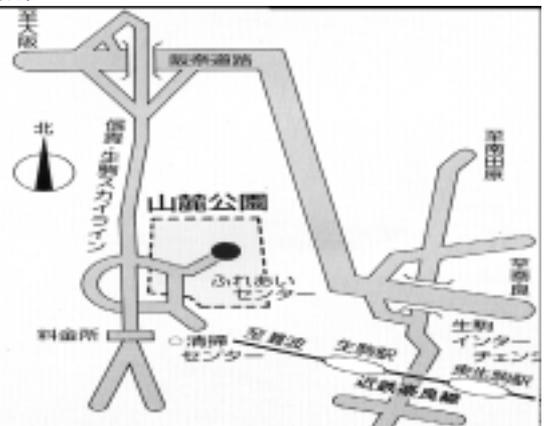
参加費 3000円(1泊2食付)

不足分はクラブより補助

申込み 参加者名(メン・メネットとも)を会長にお知らせください。3月20日(例会日)まで



場所



役員会報告

2月27日(木) 東YMCA

“仲間たちの讃歌”

日本区強調月間 EF JWF

出席者 正野・増石・田中・初田・中野・佐古・宮本・伊藤・望月・中野メネット

3月例会について (メネット例会)

例会日3月20日(木)サンホーム

例会担当 Aグループ

伊藤(長)・望月・鳶岡・山口・横田・

司会 = 山内たりほ 食事担当 = 伊藤玲子

聖句朗読 = 伊藤玲子 食前感謝 = 新本力子

Yニュース = 宮本 サンホーム = 鳶岡

4月ブリテン原稿

例会報告 = 田中加代子 役員会 = 初田

Yニュース = 宮本 サンホーム = 鳶岡

にこにこ語録 = 初田

メネットコーナー = 望月メ ネット関係 = 中野メ

連絡事項

YYフォーラム参加確認

3月8日(土)～9日(日)

望月・中野・横田・初田の参加確認

EMCシンポジウム参加確認

4月5日(土)南YMCA

3月例会で最終確認をする。

評議会・主査会参加確認

4月19日(土)南YMCA

3月例会で最終確認をする。

阪和部テニス大会について

4月29日(祝)舞洲

西日本区大会について

ホストクラブの予定を考慮して早い目に申込みをする。望月会計に一括委任。

審議事項

らくらく登山について

日程は4月の最終日曜日。今年は27日に決定。今までの経過を踏まえて新しい試みを考えたい。一般からも車椅子使用者の参加を誘い、同じくボランティアの参加も募る。タウン紙などに案内を掲載して募集をする。予算は役員会で承認する。

一泊研修について

今年は4月12日(土)から13日(日)に生駒山麓公園ふれあいセンターで行います。

次期会長及び役員研修を兼ねた研修会にしたい。

河内クラブホームページについて

早速にリニューアルしました。急いでアップした為に不手際も多いが一度覗いてください。色々な情報を提供できるHPを予定している。

阪和部チャリティーゴルフコンペのご案内

と き：2003年3月25日(火)

じかん：午前9時00分現地集合(8:30受付開始)

9:30スタート OUT IN 同時スタート

参加者：5組(20名)

ところ：大阪ゴルフクラブ

大阪府岬町深日31

TEL0724-92-2011

プレー費：特別割引を適用して 15,000円

参加費：5,000円

賞品になりそうな品物を1品以上献品して下さい。

申し込み：神谷尚孝 TEL 073-472-5994

FAX 073-471-9165

E-mail kami-ys@infonet.co.jp

第17回 ワイズメンズクラブテニス大会

- 障害者と共に -

と き：2003年4月29日

ところ：シーサイドテニスガーデン舞洲

tel 06-6460-9711 fax 06-6460-9733

じかん：10:00～16:00

参加費：1日 3,000円 半日 2,000円

昼食代：1,000円

懇親会費：10,000円

持ち物：テニスシューズ・ラケット・タオル

出席第一！

出席はメンバーの義務である

例会に欠席の場合は

必ず会長まで連絡をして下さい。

CSよりのお知らせとお願い

お年玉記念切手の提出をお願い致します。
当選番号を切手に換えて持参ください。

2月例会で頂いた枚数

中野義彦 2枚 岩坂正雄 7枚 横田憲子 15枚

増石広之 10枚 初田 稔 8枚

尚、ご家庭で集めて頂いている、**ライトハウス**への支援募金もそろそろご持参下さい。

CS担当 山口 穰

河内クラブの皆様へ

理事通信 3月報より抜粋

前略、

1月の例会には、貴重な時間を戴きました。

私事のつたない言葉と内容のスピーチを、やさしく、暖かく傾聴下さいました会長初めクラブの皆様心に御礼申し上げます。

人生には思いがけない事が度々起こるのですね。私のように障害を持たされて生きていく苦しみの過程と、障害児を持った親の苦しみの過程なども、相方の思いや感想は複雑きわまりないものです。

両親が生きていたら、私のことをどのように語るんだろうと思います。昔人間の人だからスピーチを依頼されても「とんでもない」とつつましかにお断りし、心の中に大切にしまっておくのでしょうか。そしてその娘は曲がりなりにも多くの歳を重ねさせてもらったお礼と感謝をもって、その事を語るのが役目のように語るのでしょうか。「愛」はいかなるものをも超越する何よりも大切なことと、聴いて下さる人々に伝えるのです。

1月のこの日を忘れません。皆様の心の温もりを有難うございました。本当に有難いことです。取り急ぎお礼をしたためました。

草々

笹川 桂子

次次期アジア会長に長尾ひろみさん選出される

次次期アジア会長を決める選挙が行われ、長尾ひろみさん(大阪土佐堀クラブ)が選出されました。次次期アジア会長はアジア地区ICMの中からアジア地区RDによる選挙によって選出されるもので、今回11名のRDによって投票され長尾さんはその内7票を獲得、あとの方は1票でした。初めての女性アジア会長です。これからの活躍に期待します。

アジア年央会議が開催されました。

2月21日～23日韓国・ソウルYMCAにてアジア年央会議が開催されました。西日本区からは、臼井理事(長浜)、大野次期理事(京都パレス)をはじめ、長尾ひろみICM(大阪土佐堀)西村清ASD-C E、森本榮三ASD-E等が出席しました。特に今回は国際問題等で激しい議論が展開され、その上での一つの結論を全員一致で採択されました。(詳細は4月役員会で)いつもは言語の違いから、あまり議論にはなりませんでしたが、今回長尾さんのご厚意で同時通訳機を導入し、英、韓、日自国語での会議参加でき、今までにない熱心な討議が出来ました。

次期会長・主査研修会

3月21・22日次期会長・主査研修会が大阪YMCA六甲研修センターにて開催されます。次期役員、次期クラブ会長、次期主査の方は欠席の無き様宜しくお願いします。

各種献金の締切

Yサ、お年玉切手、TOF、BFそれぞれに締切があります。ご確認下さい。西日本区への送金は、全て所定の払込取扱票をご使用下さい。

BFデリゲート

BFデリゲート来日の連絡がありました。Brain氏夫妻(オーストラリア)、Hany氏(USA)、Punnen氏夫妻(インド)の3組です。西日本区へ来られてからのホームステイ、例会出席等のお世話をしなければなりません。ホストを希望される方は植下五郎トラベルコーディネータ(大阪河内長野)までご連絡下さい。詳しくは植下トラベルコーディネータまで。

尚、西日本区から申請しておりました児玉三千雄さん(和歌山)-フルグランド、上野哲男さん(大阪西)-パーシャルグランドの2名が承認されました。

今月のゲストスピーカー

お名前

田邊 樹(たなべ みき)さん

大阪市在住。インテリアコーディネーター。大手百貨店入社後、在籍中にインテリアコーディネーターの資格を取得。

現在は住まいのインテリアに関するプロとして、大手住宅メーカーでご活躍されています。

住まいにおける色の組み合わせ、それによる効果などをお話しいただく予定です。3月のメネット例会にご期待ください。

「少しの工夫で住空間が変わる！」

SUN HOME NEWS

サンホームニュース

東Y M C Aのクリスマス献金のプログラムとして今年初めて「レインボークラブ」という名称で障害児(者)の外出支援のプログラムを計画しました。第1回目として2月16日(日)に東大阪市障害者父母の会の協力を得て天保山ハーバービレッジ、海遊館方面へ出かける予定でした。

しかし、残念ながら参加者予定者で体調がすぐれない方が多く、そして当日雨が降っていた事もあり、延期になってしまいました。このプログラムは、今回だけではなく年間を通じて障害を持った人達に、外出して買い物や食事を初めとして希望に添った形で様々なことを体験していただきたいという願いを持って実施します。次回は今回参加が予定されていた同じメンバーで4月の13日(日)に実施する予定です。

4月実施後は7月13日、10月12日、1月11日を実施日として決定しています。多くの方々にこの東Y M C Aのクリスマス献金プログラム「レインボークラブ」の活動をお覚えいただきたいと考えております。またこのプログラムにボランティアとして関わってくださる方も募っております。



花粉症が今年も大流行ですが、花は花でも桜の開花時期が気になる今日このごろですね。

今年度も終わりの月を向かえ、何かと忙しくしているウエルネスですが、2002年度最終に備え、スタッフ、リーダー丸となって頑張っています。お陰を持ちまして、ワ

イズメンズクラブ皆様の暖かいご支援の下、無事に終了できそうです。春の特別プログラムを残すのみとなりました。(出口が見えたかな?)

さて、3月は別れの季節!今年も数名のリーダーが、Y M C Aから旅立って行きます。

各々東Y M C Aに在籍した期間に長短はありますが、卒業していくリーダーには、これからもY M C Aと未永く関わっていただきたいものです。社会人になられてからも是非Y M C Aの活動に賛同していただき、未来のワイズメンズクラブメンバーとして?の関係を築いていただきたいと希望するのは、私(宮本)の都合の良い構想でしょうか?今後もY M C Aに関わる人たちが、互いに気兼ねなくコミットできるY M C Aを目指したいですね。今年度のウエルネス指導者感謝会は3月23日(日)です。是非多くの人とお話できる場を作りたいと思っております。ワイズメンの皆様のご出席も心待ちにしております。お覚えください。又現在、2003年度の協力会員継続の手続きをお願いしております。よろしくご協力ください。

後一月もせずに花見の季節。春は出会いの季節でしょうか?新しいメンバー、リーダーと出会えることを楽しみにしています。

東Y M C A 宮本 修司

スペシャルオリンピックス支援と理解

チャリティゴルフコンペのご案内

今期の西日本区メネット国内プロジェクトの一つは「スペシャルオリンピックス日本」への支援です。2005年に日本初の同オリンピックスが長野県で開催されます。(知的発達障害のある方のスポーツレーニング)私達ワイズメン・メネットもこの大会への理解、協力そして支援を行いたいと思います。そこで、下記の予定で「チャリティゴルフコンペ」を企画しました。友人、知人をお誘いのうえ、ご参加いただきます様ご案内いたします。

と き 2003年4月10日(木)
と ころ 有馬富士カントリークラブ

詳しくは大阪サウスクラブゴルフ会・メネット会まで



2002年度ネットコラム(連載)

【第11回】 テーマ **“私の近況”**

私のBMI (Body Mass Index)

箕浦 陽子

一昨年の10月にチョットした不注意から右足の親指の爪を剥がしてしまいました。年を越して、1月にヤット軟らかい爪が生えてきた。その間、28分×2の職場までの歩きと週1回のスイミングを当然やめてしまった。

ようやく回復したのは、4月。楽しみにしていたトレッキングのシーズンに間に合ったので本当に嬉しかった。4月の末に北摂の山に登った。5時間40分の行程。

途中、急な石段の上りや足場の悪い下りもあったが、普段なら如何云う事の無いコース。ところが、次の日左足の膝がおかしい、いつもの筋肉疲労とはちがう。2日後には自転車が漕げず、3日後には膝が腫れ上がった。

市立総合病院・整形外科に受診した。問診・レントゲン検査の後、先生が「骨に異常はありませんね。老人性漆関節症です、加齢とともに誰でもなります。」と、いとも簡単に云われた。「?・・・老人性・・・!!そんなあ～」

3年程前からスイミングに通っているし、2駅や3駅位なら電車に乗らずに歩いているし、エスカレーターも使わないで好きなトレッキングの為に体力維持に努めている。それに私はまだ老人ではない。《自己分析・爪を剥がして反対の足に負担がかかった 歩かなくなって運動不足 急に山に登った 膝を痛めた》

先生が云われた「箕浦さん、体重を少し減らしましょう。」

それ以来、体力強化と食生活心がけている。大阪城のツリーウォッチングもお墓参りをかねた夕陽丘から天満橋までのタウンウォッチも恒例になった。

また年を越して、今膝はだいぶ良くなった。けれど、どうしてか体重は1kgしか減らない。今年の課題は、私のBMIを2.2にすること。

$BMI = \text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \times \text{身長(m)}$

男性: 26以上は太りすぎ 17.5未満はやせすぎ

女性: 25以上は太りすぎ 17.0未満はやせすぎ

$W/H \text{比} = \text{ウエスト} \div \text{ヒップ}$

男性1.0以上、女性0.8以上を上半身肥満(りんご型)と言う。下半身肥満(洋ナシ型)より生活習慣病になりやすいと言われている。



ご案内

故鏑 英子さんの追悼会のご案内

さる1月4日、くも膜下出血で急逝されました鏑英子さんを偲んで下記の通り追悼会を行います。

と き 2003年3月22日(土) 11時30分~14時

ところ 大阪キャッスルホテル 06-6942-2401

地下鉄谷町線天満橋駅 松坂屋西隣

会 費 5000円

申込み、お尋ねは 生地和子 0721-53-0410 まで

ネット事業主査会報告

日時:2003年1月26日(日)11:30~14:00

場所:「えび家」

出席者:主査(代理を含む)

菅・谷本・山川・松本・石合・神谷・胡内・数沢・岡田

畑本(次期ネット主任) 白井(主任) 一井(会計)

(1) ネット事業、国際・国内プロジェクトの進捗状況について報告(白井主任)

国際プロジェクト

国際から7,500ドル(1年)支援の要望があります。2年継続で15,000ドルの支援をすることになります。

国内プロジェクト(事業)について

各クラブの事業アンケートから決定いたしました。

ベッセルオリンピック日本支援 引き続き支援を願います。メンの多大な支援も頂きました。

障害者施設「への支援 送付された女性・子ども用衣料をバザーで販売し2万円の収益がありました。残りの衣料を「いちにのさん」「たいむ・カプセル」「DV防止運動支援団体」の3ヶ所に近日中に届けます。

大阪あいりん地区「炊き出しの会」への支援 乾麺類1箱・衣料133箱・お米332kg・献金(2万円)

ネット通信は 9/1・11/1・1/1 に発行済みです。

(2) 西日本区大会における表彰基準について

主査が各クラブの状況を把握しているので、各主査に推薦内容を書いて頂き、推薦してもらう。(4月半ば位までに心づもりしておいてください。)

3クラブぐらい表彰する。各部から推薦をしても表彰してもらえない場合が多い。それなら 賞というのを作ってはどうかという意見がありました。

(3) 西日本区ネットアワーについて

2003年6月14日(土) 11:00~12:30 彦根市民交流プラザにて開催

プログラム内容(別紙参照)

ミニコンサートの出演者紹介(別紙参照)

各部 各クラブ 事業報告を4月に提出してください。

ただし5.6月の事業予定も書いて下さっても結構です。

270名収容可能会場なので、メンにも呼びかけをしてはという意見もあり、その方向で考えていく。

(4) その他

合同ネット例会のアピール(各主査より)

京都部合同ネット例会 2月22日(土)

中西部合同ネット会 3月8日(土)

びわこ部ネットアワー 4月5日(土)

中部合同ネットのつどい 4月26日(土)~27日(土)

意見として

ネット会が認証されているかどうかでネット自身の意識がちがう。

古いネット会のところは、若い人が入りにくいのではないかと。

ネットはそれぞれ自分の世界があり、Y'sに関わりたくないというネットもいるのでネット会をするのが難しいこともある。

全体のネット会にすればという考えもあるが、そうすると後から入り難いこともある。

ネットに対するメンの理解が必要である。

HAPPY BIRTH DAY

藤井 敬子 1951年3月 2日生
 山口 穰 1942年3月 6日生
 箕浦 陽子 19??年3月 7日生
 佐古 至弘 1932年3月16日生
 岩坂 正雄 1932年3月29日生
 増石 広之 1935年3月31日生



WEDDING ANNIVERSARY

田中惟介&加代子夫妻 3月30日

西日本区通年強調目標 PR

地域の人々にワイズメンズクラブの六つの目的をPRしましょう。具体的な活動内容をマスメディアから報道してもらう事も考えましょう。あなたの働きがけがワイズの知名度を高め、新しい仲間を増やす事につながります。

西日本区強調月間 EF・JWF

EFは国際ワイズダム発展資金、JWFは西日本区の奉仕活動を支える基金です。周年記念や個人の慶弔など記念すべき時をとらえてご協力をお願いします。今月はBFの締切月、目標達成に向けて頑張りましょう。
 大槻 信二 ファンド事業主任(京都センチュリー)

Extension

Membership

Conservation

EMCシンポジウムのご案内

- と き 2003年4月5日(土)
 じかん 14:00~16:00
 ところ 大阪南YMCA 2階ライブラリー
 テーマ **新会員増強について**
1. 各クラブ名スポンサーの方々の新会員の得術の手ほどき
 2. 新入会メンバーの入会後の感想報告
 3. 各クラブEMC委員の新会員増強活動報告

第7回 らくらく車椅子登山

サンホーム入居者、一般参加者と共に

- と き 2003年4月27日(日)
 ところ 東大阪らくらく登山コース
 じかん 午前9:00~14:00
 集合 東大阪YMCA
 対象 YMCAに連なる全ての方々及び一般公募の方々
 会費 1000円(お弁当代)
 雨天の場合は大阪東YMCAにご確認ください。

3月 - 4月の予定

3

- 3月 7日(金) 第2例会 サンホーム
 3月 8日(土) 中西部合同メネット会
 3月 9日(日) 西日本区YYフォーラム
 生駒山麓公園ふれあいセンター
 3月16日(日) ふれあいサロンサンホーム
3月20日(木)第1例会 メネット例会
3月21日(金)~22日(土)

3月27日(木)役員会 東YMCA

4

- 4月 4日(金) 第2例会 サンホーム
 4月 5日(土) 阪和部EMCシンポジウム
 南YMCA 2階ライブラリー
 4月12日(土)~13日(日) 泊研修会
 生駒山麓公園ふれあいセンター
4月17日(木)第1例会 サンホーム
 4月19日(土) 第4回主査会 新旧合同
 第3回評議会
4月24日(木)役員会 東YMCA
4月27日(日) らくらく登山
 4月29日(祝) テニス大会

Wind From Kawachi

次期役員も無事に選出され、新しい顔ぶれ(?)で船出の準備がされます。役員以外のメンバーも自分が何をすべきかをよく把握して、クラブの運営、活動に積極的に参画してください。
 次期の役員さん一年間よろしくお祈りいたします。

