



TOBE The Y's Men's Club of Kyoto

2015 9 SEPTEMBER
Bulletin

2015年9月10日発行
第20巻 第3号 通巻218号



今月の聖句

疲れた者、重荷を負う者は、だれでもわたしのもとに来なさい。休ませてあげよう。

マタイによる福音書11章28節

クラブ会長主題 「Healthy」ココロとカラダを健康に！元気なTOBEになろう！

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

アジアエリア会長主題 "Through Love, Serve" “愛をもって奉仕をしよう”

西日本区理事主題 “あなたならできる！きっとできる” “You can do it! Yes, you can!”

京都部部長主題 “いつも喜んでいなさい” “Be joyful always”

クラブ会長：洪水浩巳

国際会長：Wichian Boonmapajorn（タイ）

アジア会長：Edward K.W.Ong（シンガポール）

西日本区理事：遠藤通寛（大阪泉北）

京都部部長：高田敏尚（京都）

「EMC 委員長より」

今期EMC委員長の村澤です。EMCとは、次のような意味です。

E（エクステンション）とは、新クラブの設立。

M（メンバーシップ）とは、会員間の交流、親睦、新会員の獲得。

C（コンゼベーション）とは、クラブ基盤の健全な維持存続と意識の高揚。



村澤功三

前期の徳永EMC委員長が今年4月のブリテンに書かれていました「クラブの器」という言葉が気になっていました。

「クラブの器」を大きくするために足りないものが見えている方ご提言を...徳永前期委員長がブリテンで発信されていたので、今期EMC委員長として思うところ（見えている訳ではありません）を書かせていただきます。

尚、失礼な点は何卒ご容赦下さい。

毎期新たな会長・三役・役員が選ばれ、1年間のクラブ運営が行われます。会長や各委員長が、希望や思いや個性を発揮して事業方針・事業計画を考え実行していきます。トゥービークラブは、今期（20期）までメンバーの強烈な個性を尊重しその勢いに任せて、クラブが運営されてきたように思います。

その結果、メンバー個々の能力に依存しすぎたクラブ運営になっているように思うのですが、皆様方のご意見は如何でしょうか。そこがトゥービークラブの限界のひとつになっているのではないのでしょうか。個性があって活気があることは素晴らしいことですし、それが私の入会理由のひとつになったと思っています。勿論このことは必要なことですが、それだけでは十分でないと思います。

つまり、期を超えて必要なルールやノウハウをクラブに蓄積するべきだと思います。

[次ページに続く](#)

〈強調月間〉 Menettes

■ 8月例会出席	■ BF・EF・JWF	■ ニコニコ	■ ファンド	会 長 洪水浩巳
第一例会		8月	8月 20,000円	副会長 安井基晃
メンバー 18/32名	BF 0円	第一例会 12,000円	累計 35,148円	小幡 弘
ゲスト 6名	EF 0円	第二例会 7,000円		書記 城戸誠之
メネット 0名	JWF 0円	累計 19,000円		伊藤 剛
コメット 0名				会計 田中和幸
第二例会				
メンバー 27/32名				
ゲスト 8名				
メネット 0名				
コメット 0名				

うまくいったことは、継続する。うまくいかなかったことは、改善するなり中止する。意味のない苦労は繰り返さない、やりたいことに注力できる環境をメンバーに提供することはクラブの責任ではないでしょうか。

いつも通りの意識では、クラブは今以上に進化しないのではないのでしょうか。半歩でも積極的な意識を持ってクラブに関わらないと、クラブは発展しないのではないのでしょうか。そんなメンバーの意識とクラブの体制が揃えば、「クラブの器」は十分に越えられるでしょう。

結局は何と言っても、メンバーと交流し親睦する機会を沢山つくり、クラブと楽しく関わることが、EMCの基本であ

ることは間違いありません。

40人の壁を越えたらクラブで大祝宴会や〜！！まずは決起大会もありますか？



8月第一例会「ウェルネス&TOF例会」

8月12日（水） 於：京都YMCAマナホール
出席者：メンバー18名・ゲスト6名

8月12日（水）京都YMCA・マナホールにて第446回8月第一例会「ウェルネス&TOF例会」が開催されました。

洪水会長の開会点鐘、会長挨拶の後、若井CS委員長よりTOFの説明を頂きました。

続いて本日のメインプログラムです。今回はウェルネス例会ということで、講師に「ろっ骨エクササイズ・KaQiLa」講師の伊藤かな子様にお越しいただきました。

「ろっ骨エクササイズ・KaQiLa」とは、解剖学的に緻密に計算され創られた様々なポーズをとり、ろっ骨を膨らませることを意識した胸郭呼吸を行うことにより、肩こり・腰痛を改善し、代謝アップ・ダイエット効果も期待できる新しいエクササイズです。

まずは二人一組になって腕のバランスや背骨の状態をチェックしてから、エクササイズの開始です。

伊藤先生の掛け声と音楽に合わせて、いろいろな KaQiLa ポーズをとっていきます。約1時間ストレッチを教えて頂きましたが、終了後は体が軽くなり、姿勢が正されたように感じました。

普段なかなかストレッチなどする機会がありませんが、これを機に日々の生活にも少しずつ取り入れて見たいと思います。

近日中に四条烏丸にスタジオをオープンされるということで、興味ある方はまた訪ねてみてください。例会後の二次会にも伊藤先生をはじめ、多くのゲストの皆さんにご参加頂き、有意義な時間を過ごすことができました。

今期の会長主題は『Healthy』ココロとカラダを健康に！元気なTOBEになろう！です。今まで以上に健康に気遣い、暴飲暴食にならないよう、適度に運動もしながら健康に過ごしたいものです。

伊藤 剛



8月第二例会「そうだったのか！タバコが美味しい理由」

8月26日（水） 於：ANAクラウンプラザホテル京都
出席者：メンバー27名・ゲスト8名

今年の会長主題「Healthy」に則った例会第二弾（前回は、ウェルネスでした。）、京都部部長をはじめ13名ものゲストをお迎えし、土井たかし先生によるタバコについての正しい知識を勉強しました。

内容は、

- 1、先生がなぜタバコ問題に取り組まれているのか
- 2、タバコの子備知識
- 3、タバコが美味しいということは？
- 4、タバコが売られている仕組みを知る
- 5、タバコから学んだりセラシーと心理学

知らなかったタバコに関する興味深い話を伺えました。

この原稿もタバコを吸いながら、何を書こうかと思案中！出だしが決まらないうち中々先へ進んでいかない。これもニコチン中毒なのか…？色々データも見せてもらいましたが、いまさら病気になりやすいことは百も承知。世間では、今頃まだタバコを吸っているというだけで差別的な視線で見られることもある。日々肩身が狭くなっているのもわかっている。それでもあまり止める気がしない。立派なニコチン中毒なんです。

国鉄を助けたのも我ら愛煙家、手のひら返したように悪者扱い。でも吸いたくない日もあるんだよ。

昔仕事で専売公社へ行っていた際、商談室には「どうぞ自由にお吸いください」とマイルドセブンがおいてあったことを思い出しました。

話を聞くとタバコの葉のブレンダーは、「日に200本以上タバコを吸っているが肺がんになったという話は聞いたことがない」と言われたことも思い出した。

美味しいと思って飲んでいるお酒、美味しいと思って吸っているタバコ、いやいや飲んだり吸っているのとは全然違うのではないのか。

僕の周りのもタバコをやめてよかったと言う人がたくさんいるけど、食べ物が美味しくなってくぶくぶく肥えて醜くなっている人もいます。

なんだかんだ言ってもタバコの未来は、そう明るくなりそうな気配がない。

そういえば、「昔はタバコってあったよね」という時代が近々来るんでしょう、そのときは、私もきっとやめていると思いますよ。



水野充弘



8月14・15日（金・土） 於：若狭常神
出席者：メンバー10名・メネット6名・コメット7名・ゲスト2名

お盆中の14・15日でビジョン委員会が行われました。

場所は吉田ワイズのメネットの実家である常神です。子供も含めて総勢25名の参加がありました。14日の朝、各自食材を積み込み京都を出発。途中釣り具屋へ寄りながら、約3時間で到着。到着して早速着替えて海へ。バーベキューをしながら海を満喫。夕方には旅館の「あたらしや」へ戻り少し休憩。

その後、夕食を頂きました。やっぱり、海鮮がとってもうまい！！自分的には石蓴の味噌汁が体にしみて美味しかった～。

夕食後は外へ出て、常神の花火を見て感動。花火が終わってから、本題のビジョン委員会が行われました。内容は、20周年をクラブ全員でどう迎え何をしていくのか？という

ことがメインテーマでした。

大きな事業をするのか？エクステンションか？など色んな意見ができました。また、IBCに力を入れたいという意見もありました。とてもいい交流ができたと思います。

翌日の15日は朝ご飯を食べた後すぐに海へ出ました。海で泳いで、お昼に焼きそばをしました。また、いつもの創作料理などがありました。お昼過ぎには宿に戻り、体を洗って一休み。その後、皆で帰路に着きました。

1泊2日で、海へ入り、バーベキューをして、めちゃくちゃ日焼けして、沢山話をして、子供たちも遊んで、盛り沢山な2日間になりました。とっても楽しかったです。帰ってすぐまた行きたいな～と思いました。この企画をしてくれたメンバーに感謝感謝です。



馬場昭宏



生け花

こんにちは。フリートーク二回目担当の城戸です。今回は皆さんご存知の私の趣味、生け花について少し書きたいと思います。

まず、生け花には正面があります。作品だけでなく花器にも。花展ですと作品の展示場所により、両サイドや360度どこからでも見える場所があります。両サイドの場合、二点正面となりどちらのサイドから見ても綺麗に見えるように生けなければなりません。

次に、必ず作品には主となる花材があります。その他の花材はその主の花材を引き立てたり、バランスをとるために生けます。

そして、葉や枝等にはや陰陽があります。枝の裏（陰方）が陽方を向いていればおかしいですね？また、生ける花材の本数にも陰陽が関わってきます。基本的には陽数である奇数で生けます。

さらに、生け花は高く真直ぐ成長する花材はできる限り高く、そして曲げたりせず真直ぐにつかいます。そのため、それぞれの花材についての出生や特徴を知らなければなりません。

そしてせっかく生けた花は、必ずすべての花材が見えるようにしなければなりません。高さも同じにならないよう、また奥に倒したり手前に倒したりすることで全体のバランスをとりつつ、立体的になり二次元的な作品から三次元的な作品に変わります。

最後になりましたが、作品に答えや正解があるわけではありません。なぜなら、同じ表情・枝ぶりをした花材は二つとしてありません。そして、枝を1ミリ傾ける、葉を一枚とる等によって全く表情が変わります。これが生け花の最も面白いところだと考えています。



城戸誠之

では、次回の担当ですが梅原ワイズ・吉田ワイズお願い致します。



京都トゥービークラブの退会にあたって

皆さんこんにちは。倉内は19期限りでトゥービークラブを退会させて貰うことになりました。

表向きは三叉神経痛、血液検査結果不安定によるものですが実際は老人性体調心身不良というところでしょうか。

トゥービークラブの在籍は3年余りでしたが通常例会、ファミリー例会、リトセン、ドライバー委員会、他クラブとの交流を通してメンバー、メネット、コメット、ゲストと多くの方々にお会い出来て本当に楽しい有意義な時間だったなと改めて感じています。

また皆さんが年寄りに優しいのを良いことに3年余りの

間、委員長等の役を全て外して貰い、かうじてドライバー委員会のメンバーでした。同期の安井（弟）さん、森さん、小生より後の青木さん、渡邊さん、城戸さんと皆さんが頑張っているのに申しわけ有りませんでした。

また何処かでお会い出来るでしょう。お魚釣りも誘って貰えると嬉しいです。

最後にトゥービークラブの益々の発展と皆様の健康をお祈りします。本当に有難うございました。



倉内勝昭



1歳2ヶ月になりました。もうトコトコと部屋中を歩き回っています。そして、常神に行って初めての海に入りました(^v^)
足だけ入って泣いちゃいましたけど(^_^;)まあ砂浜も歩けたし良かったかな～。 (馬場)



生後1歳3ヶ月がたちました。最近ではNHKの「いないいないばあっ！」を見るのが楽しみで、テレビの前に座って「ばあっ！」と連呼します。
(渡邊)



8月に入りつかまり立ちから、手を離してヨチヨチ歩きを始めました。たまにうまく歩けないとイラッとして泣いています。負けず嫌いな性格は誰かとそっくり (笑) (吉田)



9月

Birthday

26日 小幡 弘
23日 山内 哲
14日 藤尾 実

9月

Anniversary

16日 青木 禎一郎・有里 夫妻

<今月の強調点> Menettes

メン、メネットの皆様、たくさんのメネットに例会参加を呼びかけてください。
楽しい例会にしましょう！

遠藤典子メネット事業主任

会長の独り言



例会のゲストが多いとテンション
上がりますね。
今月もゲストの声掛け
よろしくお願いします！

9月 例会・ワークのご案内

9日 (水) 第448回 9月第一例会「メンバースピーチ例会」ANAクラウンプラザホテル京都／19:00～21:00
16日 (水) 第20期役員会／京都YMCA 19:30～21:00
23日 (水) 第449回 9月第二例会「ファミリー例会」ビラテスト今津／10:00～15:00

編集後記

- ・涼しくなったり、暑くなったりで、体調管理に注意しましょう。(渡邊)
- ・若狭常神でビジョン委員会開催しました。前向きな意見が多くよかったですよ。(古田)
- ・アジア地域大会も無事終わり、気がつけば9月。
舞鶴ワイズメンズクラブ設立に向けて活発になってきました！(伊藤)