



The Y's Men's Club of Kyoto  
**ZERO**  
since 2010

8

2014  
AUGUST

8月10日発行  
第5巻 第2号 通巻45号

**Bulletin**  
CHARTERED 2010



◆今月の聖句 マタイによる福音書7章13節

狭い門から入りなさい。滅びに通じる門は広く、その道も広々として、そこから入る者が多い。しかし、命に通じる門はなんと狭く、その道も細いことか。それを見いだす者は少ない。

クラブ会長主題：和の心を持って!! クラブ会長：河村栄二

国際会長主題："Talk Less, Do More" "言葉より行動を"

国際会長：アイザック パラシカル (インド)

アジアエリア会長主題："Start Future Now" "未来を始めよう、今すぐに" アジア会長：岡野 泰和

西日本区理事主題：「響きあい、ともに歩む To walk together, echonig each other」西日本区理事：松本 武彦

—こころ豊かにワイズ活動を展開し、ワイズスピリットをつないでゆく—

京都部部長主題：『行雲流水』～Be Y's men～ 京都部部長：畑本誠(京都トウバー)

## 「副会長として」

波多野 守一



チャーターメンバーとしてZEROクラブに参加させてもらってから、5期目を迎えることができました。私自身、このような会に参加したことがなかったので、当初は不安でいっぱいでした。しかし、メンバーが皆気さくな方ばかりで、そんな不安もじきに吹き飛び、すぐになじむことができました。

また、このZEROクラブでは、本当に色々な経験をさせていただきました。どれもこれも貴重な経験ばかりで、自分自身を成長させることができましたし、今では大きな財産となっています。これまで、私一人ではどうにもならないような事も沢山ありましたが、周りのメンバーの支えがあったからこそ、今ここにいられていると思います。

そして、今期は副会長という大役を仰せつかりました。果たして自分にこのような大役が務まるのかという思いもありますが、これもまた、更なるステップアップのチャンスだと考え、一生懸命やっつけようと思います。皆さんにはお力添えをいただく場面も多々あるとは思いますが、ご協力をお願いします。

何はともあれ、今期は5期目ということで、1つの節目を迎えます。我がZEROクラブを更に成長させていくために、河村会長のもと一緒に頑張っていきましょう!メンバーの増員が第一命題だと思いますので、共により魅力あるクラブ作りをしていきましょう!!

宮越 寛



第5期副会長といっても、次期会長の立場ではない自分にとっては変な気負いはありません。河村会長の意向・クラブ運営が実現できるように縁の下からサポートし、また波多野次期会長には今期1年間の体験で自信を持って、ワクワク感満載の第6期を迎えることができるように側面からサポートしたいと思います。ただし、私自身のワイズ歴も多寡がしれていますし、大した知見もありません。所詮一人の力では何もできません。そこで大事なものは、やっぱりメンバーひとりひとりのワイズメンとしての自覚と意識の向上・行動がなによりかと。特に、各事業委員長には頑張ってもらいたいところです。初めての委員長の方、直前期も委員長だった方と状況は違いますが、直前期よりワイズメンとして一歩前進を期待します。一歩前進したワイズメンが、自クラブ役員研修会や次期三役アワーで配布させていただきました「クラブ活動基本サイクル模式図」を実行できれば、さらに充実した、楽しい、素敵なクラブへの成長に繋がるかと思っています。奥村ワイズ以外の現存メンバーが全員役員経験済みとなった直前期は客観的に見ても、ひとりひとりが著しい進歩を遂げたと個人的には感じていますし、今期はそれがクラブ成長へ発展することを期待しています。今期も楽しもう!そして足元を良く見つめて一歩前進!

7月18日金曜日、地域奉仕・環境事業懇談会が今期地域奉仕環境事業田中光一主査が経営されています、高級レストラン『きらきらひかる』にて盛大に開催されました。私もZEROクラブの会長として、懇談会に参加すべきでしたが、第2部の懇親会での料理手伝いと言う事で調理場

からの壁越しにて参加させていただきました。各クラブCS委員長様からは自主的で活発な活動方針、事業計画が発表され、私達ZEROクラブの今後の参考となる機会を与えて頂きました。懇親会では、多くのクラブの皆様と交流させて頂くこともできて本当に良かったと思います。

河村 栄二



## 7月第1例会「定時総会」

平成26年7月10日

5期河村会長期がスタートしました、本日の例会プログラムは定時総会です。

私は今期会計を担うことになりました竹園です。ワイズメンズクラブは本当に自己研鑽の場であると思います。それは、苦手なことを経験出来る事も自己研鑽の一つだと思います。定時総会、半期総会と何時も緊張しています。何よりも会計予算案、会計決算と何時もあまり分かっていないまま過ぎていきます。そんな僕が今期会計で会計予算案を皆さんに報告しているのですから本当に頑張らなくてはと思っています。

そして定時総会に挑みました。

竹園 憲二



## 「サバエ開設ワーク」

平成26年7月13日

第5期Yサ委員長として最初の事業はサバエ開設ワークでした。どんより曇り空、雨もぼつぼつ降るなか、サバエへ到着、作業を始めたとたんにざあざあ降り、無理〜と、私と佐古ちゃんは雨宿り…。河村会長をはじめとした精鋭部隊は土砂降りも何のその草刈り、枝切り、木切り倒しに腕をふるっていました。昼食はリーダーさん達が作ってくれたおいしいカレー、その頃には雨も小雨程度、午後はみんなで作業して、とっても綺麗になりました。心配してたキウイも無事育っていて一安心。ここにZEROクラブのロッジを作ろうなんて夢も広がるワークでした。今年は竹園さんの助っ人くんが切った木や、刈った草を一心不乱に運んでくれて、かなり楽させて頂きました。雨のなか参加して下さったみなさま、ありがとうございます。



次回のYサ事業は被災者リフレッシュファミリーキャンプ(8/9)のお手伝いです。

みなさまのご参加お待ちしております(^^)／

高倉 英理

## 7月第2例会「ゲストスピーカー例会」

平成26年7月24日



マクロビオテック望診法指導士・  
プロフェッショナルERICOさん」をお招きして

今回のゲストスピーカーがベジタリアンだと聞いて、過去の嫌な記憶を二つ、思い出した。まだ仕事現役時代、アメリカの大手コンピュータメーカーの女性マネージャーがわが社の工場視察にやってきたときのこと。その女史がバリバリのベジタリアンで、昼食、夕食の接待に大いに苦労させられたのと、次のは数年前、岸田ワイズが経営していたベジ・レストランで、女性シェフから「牛肉そっくりでしょ?」と言われて出された食材が、どついたらろかモノでげっそりしたこと。

(岸田くん、もう時効だから良いよねw)

よって、今回のゲストも彼女らと同じ手合だったら結構キツイな~と思いつつ会場へ。

ところがスピーチが始まってみるとそんな杞憂は全く消し飛んでしまった。なによりERICOさんの話が面白い。彼女のややこしい肩書やら、自分の名前を横文字で表記するなど、会う前は「結構うさん臭い奴?」とか正直思っていたが、ぜんぜんそんなことはなかった。

「家庭では全く肉類・魚介類は摂取しないけれど、こうやって人前では何でも食べます」と、にこやかにおっしゃるのも実に感じ良かった。やはりインパクトがあったのは、「料理はセックスだ!」(これは皆さんも一緒かなw)



確かに両方とも、自分の体内に異物を取り入れるという意味で、この表現は面白いと思った。

「酸性食品を摂取したらアルカリで中和する」というのも確かに理に適っているし、さらに具体的に、鳥肉なら三倍の量のネギで中和、豚肉なら水に晒さないキャベツで、牛肉なら大根おろしで...というのも非常にわかりやすい。

最近、華奢な割にやたら腹周りが膨らんできた当方としては、さっそく明晩から「切干大根料理」に挑戦することにした。

切干大根は、あの竹園ワイズの邪悪な腹回りをも、数か月で破壊してしまうパワーがあるらしい。凄いぞ、切干!

また、牛乳が体内の骨を溶かして「骨粗しょう症」の原因となる(牛乳も酸性食品なので、それを中和するために骨の中に蓄えられたアルカリを溶かしてしまう)、という説にはびっくり仰天してしまった。

あと、「男力」を向上させるための「黒い食品」摂取の勧めも大変参考になった。竹ちゃん以外の男性諸君も、黒ゴマ、黒豆、ヒジキ、昆布などを大いに摂取ませうw

当方、大好物の冷奴は当面の間、休止しようっと♪

佐古田 正美

### オマケ

#### 切干大根 鉄道研究家風



#### 材料

切干大根(50g) → 乾燥したもので乾燥人参入りが便利  
油揚げ(1枚) → キッチンペーパーで包んで、上から強くおさえて余分な油を取っておく

酒(大さじ1) みりん(大さじ2) だし汁(500cc)  
塩(ひとつまみ) 砂糖(大さじ1) サラダ油(大さじ1)  
醤油(大さじ3) → 薄味好みの方は大さじ2で

1. 切干大根はたっぷりの水に15分さらしてから、手で水分を搾り取り、適当にざく切りしておく。
2. 油揚げは余分な油を吸い取ってから、食べやすく細切りしておく。
3. 鍋にサラダ油大さじ1を入れ、加熱してから1と2を投入。焦げないように適当に炒める。
4. 鍋にだし汁、酒、みりん、塩を投入し煮立てる。(だし汁に酒、みりん、塩を混ぜておくと楽ちん)
5. 煮立ったら、醤油、砂糖を投入。
6. 煮汁が鍋の底に残る程度になるまで、中火で煮る。
7. 火を止めて出来上がり!  
竹ちゃんも是非挑戦してねw

## 「メネットランチ会」

平成26年6月20日

今、ちまたで話題の植物園に隣接するイタリアンレストラン IN THE GREENでメネットランチを開催しました。参加して下さったのは西村さん、井上さん、宮越さん、田中さん、佐古田さん、竹園さん、岸田さんとそのコメント2名。そして私、河村が集まりました。私たちZEROクラブにはメネット会はなくメネットさんだけでこのようなイベントをして集まるということは今回初めての試みでした。その日はとても暑く、店内も満席で熱気ムンムンの中、和気あいあいとおしゃべりしながら食事を楽しみました。

岸田さんは小さいお子さんの手作りお弁当を持参しての参加でした。本当に皆さまお忙しい中、来てくださってありがとうございました。

今年はZEROクラブから西村さんが西日本区のメネット事業主任をされるということで私たちメネットも今回のランチをきっかけに親睦を深め、協力できることは協力をして盛り上げていきたいと考えております。

今後共、どうぞ宜しくお願い致します。

メネット連絡員 河村 美由紀

## 「京都部広報事業懇談会」

平成26年6月26日

6月26日京都YMCAにて京都部広報懇談会が行われました。委員長を仰せつかったのは前期のEMC委員長に続き2度目です。ブリテン広報委員会は初めての経験だったので、正直、毎月のブリテンを発行するくらいの役目しかないという軽い認識でいました。当日は京都部部長、西日本区理事の挨拶から懇談会は始まりました。京都YMCAの会議室を借りて行われるだけあって、前回の懇親会を兼ねたEMC懇談会とは打って変わって、雑談などは出来ない重々しい雰囲気です。

各クラブのブリテンの紹介や今期の試みなどを出し合うと思っていた私は一人恥ずかしく進行を伺ってました。当日まで、ブリテン広報委員会の「ブリテン」にばかり意識が行ってましたが、どうやら「広報」としての非常に重要な位置にあるようです。今期より西日本区では広報主任というポジションがなくなってことで、京都部ではPR委員会を立ち上げ、新しい体制の元、西日本区と各クラブをつなぐ活動を行われ

ます。每期広報事業の委員が変わることにより、継続した広報活動が出来なかったようですが、今後は、PR委員会として、HPやFACEBOOKなどのソーシャルメディアに詳しい方がいろいろな企画を予定されております。大きく分けて3つあり、どれも我が京都ZEROクラブでも取り入れられる事でした。一つ目は、京都部のホームページのリンクバナーをZEROクラブメンバーの会社・個人でもたれてるホームページに貼って頂き、会員紹介ページへ掲載をお願いする。二つ目は定例会場である日航プリンセス京都ホテルのエントランスに徽章設置をお願いする。三つ目は地域奉仕やYサ事業の際に、会場にクラブバナーを用意し、御来場の方に多く我々の活動をご理解いただく。といったものでした。早速、定例会のインフォメーションで皆様にお越しし取り掛かっております。今期の5期を迎えた我がクラブがより良くなるため一年間大いに委員会活動を楽しみたいで

ブリテン・広報事業委員長 山田 維久仁

## 「京都部EMC事業懇談会」

平成26年7月25日

今回初めて、EMC事業懇談会に参加させて頂きました。大変勉強になり、感激いたしました。そこには、ワイズメンズクラブの核を見たようにも思えました。まず、他クラブの勢いに圧倒され、各クラブの個性があらさまに見えました。それと同時に私たちのクラブを、客観視することができ素直に至らぬ点、真似るべき点を感じることができました。また、同じワイズメンが増員活動に熱く、なぜそれを行いつけているのかも学びました。特に、前期に6名の新メンバー加入のグローバルクラブはまず自分たちが楽しく、

個々の存在意義を確認し合える会でなければ新メンバーは集まるわけがない!!と言う格言の元、メンバーの自発的なゴルフ同好会やグルメ同好会etcの活動は大変魅力的でした。

あと、こちらも前期7名の新メンバーの増員をされた、トゥービークラブは会長の直々の声かけの元「人を呼べる例会作り」も参考になりました。

今回の懇談会参加で得たものを自クラブでも実践し、より明るいクラブ作りのお手伝いできて、結果としてメンバーの増員になれば幸いに思います。

EMC事業委員長 石倉 直人

## 1 ワイズワーク感謝!

6月29日(日)にはリゾートセンター夏季準備ワーク、7月6日(日)・7月13日(日)にはサバエキャンプ場設営ワークのご奉仕、多くのワイズメンのご協力ありがとうございました。おかげさまで、夏のプログラムも順調にスタートすることができました。“多くの子供たちに素敵な夏を”とYMCAスタッフ、ボランティアリーダー一同、プログラムの工夫やトレーニングに懸命にがんばっております。また、9月7日(日)にはリゾートセンター秋期準備ワークを予定しております。よろしく願い致します。

## 3 アウトドアクラブ幼児・小学生体験プログラムのご案内

京都YMCAが年間を通して活動している野外活動「アウトドアクラブ」を、一日体験することができます。日頃、アウトドアクラブに参加されている方も参加可能です、お友達とごきょうだいをお誘い合わせの上、ぜひご参加ください。なお、後期のアウトドアクラブの申し込みは9月5日(金)午前10時からです。

日時:8月31日(日)9時~4時30分  
 行き先:京都YMCAリゾートセンター  
 集合・解散場所:京都駅八条口  
 対象:幼児年少~年長、小学1~4年生  
 ※幼児と小学生は別のプログラムを行います。  
 参加費:3,500円/ひとり(幼児・小学生共通)  
 定員:24名ずつ(最少催行人数 幼児6名、小学生8名)  
 幼児は川遊びと自然のものを使った”うちわ”作り、小学生は、魚のしかけ作りと川遊びを予定しています。  
 お申し込みは、アウトドアクラブ事務局まで。  
 TEL(075)231-4388 ※日・祝を除く10:00~18:00

## 2 後期募集のお知らせ グローバルアウトドアクラブ・スイミング・体育

一般の方の後期募集がはじまります。お知り合いの方でご興味のある方がいらっしゃいましたら是非お勧めください。ご継続の方で定員に達しているクラスもございます。詳しくはお問い合わせください。お問い合わせ・お申し込みともに下記まで。

グローバルアウトドアクラブ 9月5日(金)から受付  
 電話(075)231-4388  
 スイミング・体育 9月1日(月)から受付  
 電話(075)255-4709  
 いずれも午前10時~受付となります。



## 4 がん患者さんとそのご家族へ 第91回 苦しみ、悩み、不安を共有しませんか。

この会は患者さんとそのご家族が抱えている苦しみや悩みについて、患者さん同士、そのご家族同士が話し合い、なんとかうまく付き合うための情報交換の場です。

日時 8月9日(土) 午後7時~9時  
 場所 京都YMCA(三条柳馬場)  
 参加費 お一人 300円  
 お申込みは電話(075)231-4388  
 またはvb@kyotoymca.or.jp

## メネット事業通信

西日本区メネット事業主任 西村 寛子

7月キックオフと同時に各部から今期国内プロジェクト支援先の「UNIVERSAL FIELD」や「希少難病」について学ぶ機会をとという事で、部会やメネットアワーでの講演の依頼が相次いでいます。多くのメン・メネットに関心を持っていただくことからすべての支援が始まると信じていますので大変嬉しく思っています。

是非我がZEROクラブでも支援の在り方を考えるためにも例会にお招きいただきたいものです。各部会での様子など、これからもお伝えしていきますのでご支援をよろしくお願いいたします。

## メンバー紹介



くぼたひろし  
久保田 展史

1959年2月生まれです。  
生まれは大阪、育ちは父親がNTTに勤めていた関係から和歌山山田、三重県鈴鹿市、京都の長岡京市、大阪枚方市、山崎など、いろいろなところで育ちました。

中学3年から高校3年生までは島根県松江市におりました。この当時のことは自分に大きな影響を与えています。高校でのクラブ活動はバスケットボール部、落語研究会、放送部、美術部に所属していました。自由な校風ではありましたが進学校でしたので、先生に反抗して青春を謳歌していました。この高校の先輩には俳優の佐野史郎さんや後輩にはイチローの奥さんの福島弓子さんなどがいます。  
(会ったことはありません)  
予備校時代にYMCAを知り、大学1回生で京都YM

CAの英語学校に通い始め、2回生から体育活動のバスケットボールのリーダー、キャンプのリーダーを卒業まで務めました。(英語も大学卒業まで続けました)この春まで担当していた野外活動ではリーダーたちを結構厳しく指導していましたが「先輩」として「後輩」への期待が強かったからかもしれません。大学4年生の時にYMCAの交流プログラムで2か月半アメリカのキャンプ場にリーダーとして行かせていただきました。ここでも経験も大きく、ホームステイファーザーに「この貴重な経験は君自身がYMCAのスタッフになって生かすべきだ」と言われたことをきっかけにYMCAのスタッフになることを決心しました。家族は妻と大学2年生になる娘がおります。昨年末に唯一の男の家族だったラブラドル犬が亡くなってしまいました。さびしかったのですが、つい先日、2歳の雌のラブラドルが家族に加わりました。今は毎日に新しい張りがあります。



# HAPPY BIRTHDAY!

8月20日 高倉 英理

### 【編集後記】

暑くなってきました。表にでていると熱中症になりそうでクラクラします。  
こんな時は、やっぱり夜に涼しい所で楽しむビールが最高! みなさんは夏の過ごし方どうされていますか? 宇佐美 賢一

## 〈強調月間〉8月 Youth Activities

YMCAを理解し、ユースに寄り添い、ワイズの活動を理解していただき、身近に感じてまいりましょう。  
藤本義隆Yサ・ユース事業主任

### ■7月例会出席

第1例会		第2例会	
メンバー	18/23名	メンバー	16/23名
メネット	0名	メネット	1名
コメット	0名	コメット	2名
ゲスト	0名	ゲスト	1名
月間出席者数 21名/22名		月間出席率 95.0%	

### ■ TOF・CS・FF

TOF	0 pt
CS	0 pt
FF	0 pt

### ■ ニコニコ

7月	6,000円
累計	6,000円

### ■ ファンド

7月	0円
累計	0円

会長	河村 栄二
副会長	宮越 寛 波多野 守一
書記	佐古田 正美
書記	井上 晴雄
会計	竹園 憲二