



# THEY'S MEN'S CLUB OF FUJI-GOKO

創 立 2003年3月12日 3041-1, UCHINO, OSHINO-MURA,  
MINAMITSURU-GUN, YAMANASHI-KEN,  
チャーターナイト 2003年5月10日 PHONE 0555-84-4233

## 2018年 富士五湖クラブ 11月プリテン 第168号

会長	後藤明久
副会長	望月 勉
副会長	原 俊彦
書記	後藤昭子
会計	武藤五子
会計	望月喜代子
直前会長	原 淑子

国際会長 : Moon Sang Bong (韓国)

「Yes、we can change」

アジア太平洋会長 : 田中博之 (日本)

「Action」

東日本区理事 : 宮内友弥 (東京武蔵野多摩)

「為せば、成る」

あずさ部長 : 廣瀬 健(甲府 21)

「未来はそれに備える人のものである」

富士五湖クラブ会長 : 後藤明久

『さらに進める 私たちはできる』

11月第2例会

2018年11月24日(金)PM8時～

於 : ふれあいセンター

開会点鐘 後藤明久会長

会長あいさつ

ワイズソング&ワイズの信条

須藤会員の卓話

今月のハッピーバースデー&アニバーサリー

ニコニコBOX

YMCAのうた

閉会点鐘 後藤明久会長

\*第1例会は11/3の山梨YMCA バザーに  
振り替えます。

### 今月のハッピーバースデー

24日 : 武藤五子メン

おめでとうございます!

アニバーサリー  
該当ありません。

### 10月のデータ

会員数	11名
例会出席	11名
例会出席率	100%
ニコニコBOX	14,441円
累計	14,441円

### これからの予定

11月3日(土)	山梨YMCAバザー	山梨YMCA
11月23日(金)	11月第2例会	ふれあいセンター
12月1日(土)	山中クリスマス合同例会	東京YMCA 山中湖センター
1月11日(金)～12日(土)	新年例会	河口湖 大池ホテル
1月25日(金)	1月第2例会	ふれあいセンター

## 第16回富士山例会

望月勉

台風24号の影響で1週間遅れて、10月6日（土曜日）、7日（日曜日）の2日間第16回富士山例会を五合目佐藤小屋で行いました。中止の意見もありましたが、せっかく準備してきた富士五湖クラブの伝統の行事を途切れさせたくないという意見で、参加者が少なくてもやることになりました。10月6日にも台風25号が九州に接近し、またも天気が心配されましたが、時間を早めたこともあり、バーベキュー第1部が終了し、日帰り組が下山するまで天気は何とかもちました。夜中は大荒れの風でしたが、7日早朝には天気もすっかり回復し、2日目の行事も無事終了する事が出来ました。台風に振り回された今年の例会でしたが、今までになく参加者と懇親を深めることが出来た事と、富士五湖クラブのメンバーがゆっくり楽しめる例会となりました。京都から日帰りでご来いただいた、京都洛中クラブ竹内会長、竹山さん。毎年参加してくれる東京西クラブ。大野直前部長、富士五湖クラブに一番近い御殿場クラブ前原さん、小野さん、サンライズクラブ大谷会長、小山さん、長津さん。武蔵野多摩クラブ渡辺さん。台風が接近している中、日程が変更したにもかかわらず富士山五合目まで来ていただき、富士五湖クラブ一同心より感謝しています。



<ニコニコ>

☆竹内(京都洛中)…好天の中楽しく過ごさせていただきました。来年も参加できまよう願っております。ありがとうございました。

☆大野(東京西)…ありがとうございました。今回も楽しく皆さんと過ごすことができました。来年も参加させて下さい。

☆竹山(京都洛中)…日本一高い例会に参加させてもらってありがとうございました。牛肉いただきます。

☆長津(東京サンライズ)…第32回東日本区大会実行委員長の長津です。来年はあずさ部のメンバーにボランティアスタッフ・マーシャルのお手伝いをお願いします。



☆原 淑子…昨年の富士山例会は、会長で有りながら欠席と言う事になってしまい2年振りでした。

人数が少なかったのでBBQの野菜等の準備は、短時間で終わり、身体的には助かりました。BBQもゆっくり頂く事が出来ました。気温も程よく、たまにはこんな風なBBQも良いかなあ〜、と思いました。又、終わりの早かったのも、早めに就寝出来ました。年々、寄る年波には…。何時迄持つかない翌日のオプションで、富士の聖母像を見に行った時に、生まれて初めて美しい「彩雲」(虹色の雲)を見ました。感激!! お疲れ様でした。

☆原 俊彦…参加人数は減ったけれど、一週間延期して正解でした。素晴らしい天候に恵まれ暖かく、何より自分達がユックリ楽しめました。これからこんな富士山例会も有りかな？



• ほかの写真は写真集からご覧ください  
→ <http://www.gqs.jp/ys/>

## 10月第1例会

日時；2018年10月12日(金)午後8時～9時30分

場所；富士吉田市ふれあいセンター

参加者；望月 2、原 2、後藤 2、武藤+まきちゃん

後藤会長より、富士山例会お疲れ様でした。人数が少なく、自分たちも楽しめて良かった。来年は台風には踊らされずにいきましょう。今日もよろしく願いますとの挨拶で始まりました。

第16回富士山例会ニコニコについて；14,441円北海道地震復興基金への寄付として集めましたので全額を、あずさ部会の時に理事または部長に渡すようにする。

今回は台風24号接近で1週間延期して人数が少なくなったが、早い時間設定もうまく行き、自分たちもゆっくり楽しむことが出来た。暖かく天候にも恵まれて良かった。焼きそばがおいしかった。

あずさ部会出欠；10/20(土) 望月 2、後藤 2、小池。原 2 現地直行帰り 18:33。

登録 11:30～部会 12:00～13:30 功刀医師の講演あり、その後懇親会。登録前に昼食とる。望月宅 9:20 出発 後藤 2→小池(回る)、二次会；スナック You (甲府市城東) 16:00 予約済み。

10/27-28(土日) 伊東移動例会；8:00 望月宅出発(原・小池合流、後藤宅回る)

三浦・武藤昼発 16 時ころ合流。1 日目昼食；鮪や(茅野合流) > 須藤 (2 日昼食と見学場所設定)

夕食 19:30～。ホテルカラオケ 10 人部屋予約済み (21 時から)

隣接の赤沢温泉とフィットネスクラブはチェックイン前アウト後無料利用可。

11/3(土祝) YMCA チャリティバザー；おもちゃ屋さん(小池依頼)、原さんグッズクリスマスバージョンにするか、スイートベリーお菓子；パウンドケーキ 1+マフィン 2=500 円で販売、40 セット準備(武藤)

10/29(月) 御殿場落語会 18:00 前売りのみ 3000 円；望月 2、原 2。

12/15(土) 松本 30 周年& 第 20 回アジア賞；現在の参加予定者：望月 2

3/23(土) 東京サンライズ 30 周年。

望月；3 年後板村理事年度の東日本区大会ホストを頼まれたらどうするか > 各自考えておいて下さい。

広瀬部長公式訪問日；新年例会に日帰りで参加するとの事、場所を検討する > 大池ホテル案あり。

議事中心で終了、お疲れ様でした。体調不良の方が多かったので解散です。各自各自愛ください。

## あずさ部 部大会

望月喜代子

10月20日(土)、甲府市、岡島ローヤル会館8階で第22回あずさ部会が行われました。午前9時20分、法務局を望月2名、後藤夫妻2名計4名で出発。途中小池国際交流主査と河口湖で合流。10時40分、甲府着の原夫妻を甲府に迎えに行き、計7名の富士五湖クラブ出席者全員が揃いました。近くのファミレスで軽い食事をとり、会場には11時40分に到着しました。甲府21のホスト、司会は古屋メン、広瀬部長の開会点鐘で開会。



歓迎の言葉は甲府21クラブ野々垣メン、祝辞は甲府市長、東日本区理事、山梨YMCA理事長の3人。特別講演は、甲府21クラブ功刀メンの「うつ病と認知症の予防」でした。第2部は懇親会、甲府21クラブ米長メンの司会で始まり、山梨英和学院聖歌隊のハンドベル演奏。歌声喫茶「あずさ」等を、おいしい食事をとりながら楽しみました。終了後、昭和町のアピオで、甲府クラブ平原メンの通夜式に参列。式後、甲府YMCA近くの店で、富士五湖クラブを設立した平原さんを偲びました。

## 第4回伊東移動例会

三浦 洋美

10月27日、28日と富士五湖ワイズメンズクラブ全員出席の伊東での例会がおこなわれました。

富士五湖メンバーであります須藤さんが、伊東に転居してからの恒例事業。会うたびに若返っているような須藤さんが、1年かけてメンバーの為に伊東の素晴らしい景色や魅力あるミュージアムを案内してくださり、心に栄養を注いでくれます。

第1陣は後藤夫妻、原夫妻、望月夫妻、小池さんで朝出発。茅野さんは電車で合流。伊東の鮪やで昼食をとり、小室山散策に年齢が一番上である須藤さんの健脚に驚きを感じたそうです。



第2陣は武藤、三浦で夕方ホテルで合流。例会が始まり報告事項、連絡事項が終わり各自1分間スピーチ。各メンバーの今の思いが聞けて良い時間でした。

例会終了後温泉へ。またなんと素晴らしい光景。沈む夕日を眺めながら思わず涙してしまいました。(意外とロマンチストな三浦です)



そして、いよいよ食事を楽しみながらの懇親会。食事処で注目を浴びてしまうほど元気で楽しい雰囲気富士五湖メンバーでした。食後の運動？でカラオケへ。2時間半などあっというまでした。長い伊東の夜は終了。



次の日はニューヨークランプミュージアム&フラワーガーデンに行き、高価なステンドグラスランプを見ました。昼食はビーフシチューの美味しい素敵なレストラン。そこから須藤さんを送り帰路となりました。毎年感動と感激の移動例会。富士五湖万歳という気持ちです。

## 西日本豪雨災害支援

### < チャリティー寄席 in 御殿場 >

原 淑子

10月28日YMCA 東山荘で、御殿場ワイズメンズクラブ主催、YMCA 東山荘・富士山部共催の、西日本豪雨災害支援「チャリティー寄席 in 御殿場」が行われました。

出演・演目は、三遊亭小遊三師匠の「替わり目」、雷門音助さんの「たらちね」、鏡味味千代さん「大神楽」でした。御殿場ワイズメンズクラブの前原さんと、三遊亭小遊三師匠の出身地は、共に大月、鏡味味千代さんは、山中湖で、お子さんの出産を御殿場で。そして雷門音助さんは、静岡県藤枝市。とても親近感が湧きました。小遊三師匠は、「笑点」に出演されていますが、いつも下ネタで、どうなのかなあ~とと思っていましたが、高座に上がったの落語は、最初から最後まで笑っぱなしでした。さすがです。大好きな落語を堪能しました。終了後、東山荘のカレーライス頂き、その後、御殿場ワイズメンズクラブさんが用意して下さった2次会に参加しました。「笑う門には福来たる」笑うと心がいきいきして来ます。楽しい時間を有り難う御座いました。

参加は、望月勉さん、喜代子さん、原俊彦さん、淑子でした。

## 「あれや これや」

気功で元気に！

acco

富士吉田にあるトモエ医院が開催する気功教室に通いはじめて早や6年と4ヶ月になります。まず、最初の1時間は先生の講義から始まる。気功の目的は「健康、幸せ、長寿」

今回の気功教室では「潜在意識～内笑瞑想」について学んだ。笑顔で自分の内臓1つ1つに話しかける。まずは心臓と胸。「心臓、笑っているかい！」「胸、笑っているかい！」そうして次々に内臓1つ1つに働きかけていく。内臓のみんなが笑ったら、そこからエネルギーがふつふつと湧いてくる。強いエネルギーはストレスを焼き尽くす・・・(中略)

その後は軽いストレッチ体操。次に実際に気のボールを作って、最初はピンポン玉の大きさからどんどん大きくしていく～ソフトボール～ビーチボール～手に抱えきれないほどに。そしたら今度は圧縮して小さく小さくして、その気のボールを右手にのせて頭のとっぺんにのせる。自分の身体をまわして気の巡りをよくする。今度は二人一組になってお互いに気のやり取りをする。最初は手と手を合わせて「ろうきゅう」から気を出す。「ふわふわ」「ピリピリ」だったり「あたたか」だったり「涼やか」だったりその人が必要としている気が入ってくる。たくさんの気を充填！！身体がだんだんあたたかくなってきた。

学んだことを忘れぬように実践して毎日のストレッチも忘れずに！

「私は世界で一番素晴らしい！」と想い、使う言葉は波動の良い言葉 マイナス言葉はNG  
気分がすぐれない日も「今日も絶好調！！」唱えることで言葉は魔法。身体が錯覚して元気になる。これからも気功で毎日を明るく元気に楽しくなり～☆☆☆

## 《山梨 YMCA だより》

「産みの苦しみの時を迎えて」

露木淳司

2018年度の上半期が終わりました。YMCAの事業はここ数年確実に拡大しています。ただ、拡大傾向の時は、設備投資や人材確保のために、基本的に収入よりも支出が先行します。一歩間違えばたちまち運営は厳しい局面に陥ります。ただ、ひとたび軌道に乗ってしまえば、経費は落ちつき安定した財務状況になるでしょう。今、高齢者の介護事業「ぶどうの木」に続き、発達障がい児支援事業「きらきら教室」が軌道に乗り出しました。これで学童保育「プライムタイム」、英語学校、野外活動に加えて5本の柱となっています。新会館建設後はさらに6本目として0,1,2歳児のための小規模保育所を計画しています。このすべてが安定すれば山梨YMCAのお城は安泰、ちょっとやそとの地震や台風では揺るがない建物となるでしょう。今はまさに産みの苦しみの時だと思えます。職員たちは赤ちゃんが生まれるときと同じように、不安でいっぱい母親やその家族の気持ちで日々過ごしています。2020年のグランドオープンまであと1年半、無事出産のときまで、こぎつくことができるか、まさに神のみぞ知るといった感じです。でもそこはYMCA、ただひたすら主のお支えと導きを信じて、強い意志と希望をもって、日々与えられた職務を迷わず粛々とこなし、前進していくのみであります。

この11月より正式に山梨YMCA75周年記念新会館建設募金が始まりました。何卒皆様のご支援ご協力のほどよろしくお願い申し上げます。



PS

富士山の女神像の上  
に出現した彩雲

きっと皆さまの元にも  
いいことがたくさん  
ありますように！