



CHARTERED SEPT. 14TH. 1950

TO ACKNOWLEDGE THE DUTY THAT ACCOMPANIES EVERY RIGHT

# THE Y M C A MEN'S CLUB OF NARA

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

ホームページ: <https://nara-ys.org/>

2024年

1月

ブリテン  
編集委員

高田 嘉昭  
熊巳 由佳  
中井 信一  
林 佑幸  
水田 典男

会 長: 中井 信一  
副 会 長: 林 佑幸  
書 記: 高井 亮吉  
会 計: 水田 典男  
直前会長: 四本 英夫  
メネット代表: 林 夏代

- 国際会長主題: 輝かそう、あなたの光を  
Let Your Light Shine
- アジア会長主題: 変革のための光となろう  
Be the light for change
- 西日本区理事主題: 未来に灯そう (ともそう) 希望の光り  
Let's illuminate the light of hope for the future
- 阪和部長主題: 継承そして新たなる創造 ~次の100年の礎を~

クラブ会長標語: YYY手を取り合って、ワイズライフを楽しみましょう!!  
Let's enjoy the Y's life together with YYs.

## 1月例会

日時: 2024年1月6日(土) 18:00~20:00  
場所: 百楽奈良店

- <プログラム> 司会 水田メン
1. 奈良クラブの歌 [今、心は少年少女] 中井会長
  2. 開会点鐘
  3. ワイズソング
  4. 聖書・祈祷
  5. ゲスト・ビジター紹介
  6. 誕生日のお祝い
  7. Y M C A ニュース
  8. インフォメーション
  9. 新年懇親会
  10. オークション
  11. Y M C A の歌
  12. 閉会点鐘 中井会長

## 月間強調テーマ

EF

## 今月の聖句

「主を畏れることは知恵の初め。無知な者は知恵をも論しをも侮る。」  
(箴言1章7節)



奈良基督教会副牧師 司祭古本みさ

クリスマスと新年のお喜びを申し上げます。私たちは新しい年の初めに抱負を語り、期待に胸を膨らませながら、今年は何かに挑戦したい、何か新しいことを始めようと計画します。その計画がどのようなものであれ、聖書がまず教えることは、「主を畏れること」です。主を畏れるとは、神さまの大きさ、すばらしさを知ることですが、それは同時に、自分の小ささと弱さを認め、神さまからのちをいただき、まわりの助けによって生かされている事実を知ることです。つまり、謙虚になるということですね。謙虚に、神さまとまわりの人の助けを求めながら、いつか誰かを笑顔にする大きな夢を描きましょう。新しい年が皆様にとって神さまの祝福に満ちた素晴らしい年となりますようにお祈りいたします。

## 12月度クラブ統計

在籍会員	: 17名(含・広義会員)	メネット	4名
出席会員	: 8名(除・広義会員)	コメント	0名
メキヤップ	: 2名	ゲスト	0名
会員出席率	: (8+2)/16名 62.5%	ビジター	0名

## 12月度ニコニコ献金

12月度: 0円  
累計: 671,275円



# 出席第一・親睦・協力奉仕 #

# 例会 1月6日(土) 18:00~20:00 百楽奈良店  
# 役員会 1月22日(月) 19:00~21:00 奈良YMCAチャペル



# 会長通信

会長 中井 信一

★禅語★

高井 亮吉

## ＜ 新年のご挨拶を申し上げます ＞

『奈良ワイズメンズクラブの皆さまへ、新年明けましておめでとうございます。今年も一丸となって、クラブの発展に尽力し、絆を深めて行く事が大切です。皆様のご支援と協力に感謝し、共に素晴らしい瞬間を共有できることを楽しみにしています。良い年でありますように。』ちょっと堅苦しいご挨拶になりましたが、“ChatGPT”に「クラブ会長として新年の挨拶」と依頼すると上記の様な文章が返ってきました。新年も良い物は大切に残し、新しい物にも頭の体操としてお互いにチャレンジして参りましょう。

一点、ご報告です。11月25、26日に「西日本区次期役員研修会」が開催され、『次々期理事候補』として参加致しました。まだピンと来ていませんが、2025年7月からの最初の一步になっています。久しぶりの西日本区役員会への出席ですが、深谷理事や鶴丹谷次期理事とも情報共有を行い前に向かって参ります。小生をサポートして頂く4人の事業主任もフレッシュで魅力溢れる方々が候補者として決まりました。心強い限りです。

11月12日は、有志の皆様や多くの子供達と久しぶりの奈良YMCAの街頭募金。子供達の元気な掛け声で当初の予定以上の金額が集まったと報告頂いています。

12月3日は、ジョイフルクリスマス。ユースリーダーの素敵なアイデアでワイズの仲間と一緒に楽しみました。

2024年もYYY、健康にも留意し、ご一緒に様々なイベントも楽しみましょう。



街頭募金（近鉄奈良駅前）



街頭募金（大和西大寺駅前）



次期役員研修会の集合写真

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。これを書いている現在は年末になりますが、2023年の始めに仕事で大きな失敗をして酷く落ち込んでいた時期がありました。なかなか調子が上がらず困っていたのですが、上司の勧めで『禅語』なるものを初めて読んでみました。正直いままでほとんど触れたことのない分野だったため、勧められたもののピンとはきていなかったのですが、読んでみると深く心にささる言葉がありました。「この言葉に救われた」と言う少し大げさになってしましますが、深く考えさせられ、立ち直るきっかけとなった言葉を二つ程紹介したいと思います。

○うまくいかない理由を外に求めない「滅却心頭火自涼」  
「しんとうめっきやくすれば、ひもおのずからすずし」と読み、聞き馴染みのある言葉では「心頭滅却すれば火もまた涼し」という言い方もします。無念無想の境地にいたれば、火でも涼しく感じるというたとえで良く知られていますが、禅語ではさらに深く、無念無想の境地にいたれば「できない理由を外に求めない」という意味になります。何かうまくいかないことがあっても「あの人が悪い」「会社が悪い」「世の中が悪い」「タイミングが悪い」と誰かの何かのせいにしたくなるが、外側に原因を求めている限り事態が好転することはない。大変な状況であろうと、「自分が原因で起こったことだ」と腹を括ることで思考が前に向かう。どんな状況も単なる一つの現象にすぎないので、ありのままに受け取る強い心を持ちましょう。と解説されておりました。

当時まさしく外に原因を求めて堂々巡りしていた自分にとっては答えのように心に刺さり、その日を境に態度を改めたことで事態は本当に好転しました。身に染みて学んだ語です。

○どんな環境も自分を磨く場所「歩歩是道場」「ほぼこれどうじょう」と読み、「歩くところすべてが道場である」というのが直接的な意味となります。僧の修行とは道場で座禅を組んだりすることを思い浮かべるかもしれませんが、禅では日常生活のあらゆる営みが修行であるとされています。座禅や読経だけではなく、洗顔や食事をすることも、掃除も眠ることもすべてを修行と捉えています。そのため「道場」といっても場は必要なく、自分がいるその場が全て道場であり、大切なのは毎日の一つ一つの振る舞いに、心を込めて丁寧に取り組むことが肝要ということです。この言葉で、少しだけ丁寧に生きてみよう という自覚が芽生え、日常での取り組みも少しだけ変わったと自覚しています。

他にも教訓になる語や悩みを取り除いてくれる語、自分を見つめなおす語等が沢山存在します。「今の自分」にぴったりの語を探してみるのもおもしろいかもしれません。

★行事と食★

島村 知歩

今年の年末年始、皆さんはどのように過ごされましたか？何を召し上がられましたか？日本には、昔から四季折々、受け継がれてきた行事があり、それに欠かせないのが「行事食」です。年中行事だけでなく、通過儀礼の際にも家族が集まり節目に合わせた食事が欠かせません。しかし、行事が縮小されたり、家族、地域の人が集う機会を設けることが難しく食事も簡素化されたり、食べられなくなったりしている現状があり寂しい思いがあります。

しかし、年末年始はまだ年越しそば、お節料理など様々な思いを馳せながら召し上がられた方、家族で食事を楽しまれた方も多いのではないのでしょうか。きっと私も年末はいくつかの料理を仕込み、大晦日は年越しそば、元旦はお節料理やお雑煮を食べているはず。元旦の朝、昆布とスルメ、鶏肉でだしをとり、大根、人参、ゴボウ、を煮込み、酒、赤酒、薄口醤油で味つけし、最後に水前寺もやし、京菜をいれる雑煮。丸餅は別に茹でてお椀へ。お屠蘇は赤酒に屠蘇散を漬け込んだもの。お節料理の中には、辛子レンコンや紅白のかまぼこだけでなく、茹で卵が入った旭巻き、昆布巻きは欠かせません。そして、鯛とブリの刺身、馬刺しも定番です。

関西に来て、大学の調理実習で初めて関西のお節料理や白みそ・焼餅入り雑煮を作った際は、内容の違いに驚き、全国から進学してきた友人たちとワイワイ情報交換したのを今でも覚えています。そして、今の仕事に就き、行事食、通過儀礼の食事、家庭料理、同じ名前でも地域により違いがあることに関心が高まり、全国で一斉に行うことになった家庭料理の調査に参加し、奈良県を担当しました。地域の皆様にご協力いただき（一社）農村漁村文化協会から「伝え継ぐ 日本の家庭料理」と題し、16のテーマ別にレシピ本が発行されています。その土地ならではの料理をこの後も引き継ぐために、今後は皆さんに料理をする機会を設けて伝え継いでいくことが使命と思っています。

是非みなさんの地域ならではの、家庭ならではの行事食や家庭料理を教えてください。



熊本のお節料理の一例(筑前煮)



熊本のお節料理の一例(かまぼこ類)



伝え継ぐ日本の家庭料理  
紹介ページ 是非ご覧下さい

## 12月例会&ジョイフルクリスマス報告

北林 秀彦

日時 2023年12月3日（日）

場所 鎌倉パスタ ベルテラス生駒店

出席者 メン・ウイメン8名 メネット4名

卓話 YMCAジョイフルクリスマスに参加

(生駒市コミュニティセンター1階文化ホール)

毎年12月はYMCAと一緒にクリスマスの催しを楽しんでいます。今年は生駒市の文化センターでジョイフルクリスマスが開催されることになり、それに先立ち12月例会を一般の人でも入る鎌倉パスタ生駒店の奥の4卓を使わせていただきました。

まず会長の点鐘に続いて奈良クラブの歌とワイズソングは一般のお客さんがおられるので省略し、聖書・祈祷を行いました。ビジターは無く、3名の誕生祝に続き、YMCAニュースでは国際協力募金と今日のジョイフルクリスマスの協力のお礼がありました。食前の祈りの後、各人お好みのパスタの食事を頂き、歓談しました。YMCAの歌は前述の事情により同様に省略し、会長点鐘で13時30分に終了しました。



司会する福井先生と山口先生



汐碓牧師によるクリスマスメッセージ



幼児バレエ



トムソーヤクラブのみんな



保育士の先生方の聖歌隊



生駒ファミリア吹奏楽団の皆様

# 12月役員会報告

書記 高井 亮吉



子供達とユースリーダーで歌を披露



サンタで大活躍する濱田メン



ジョイフルクリスマスの前に、集合写真



村上 一志

皆様、新年あけましておめでとうございます。旧年中もひとかたならぬご支援を賜り厚く御礼申し上げます。

12月3日(日)に生駒市コミュニティーセンター内文化ホールにて奈良YMCAジョイフルクリスマス会を実施いたしました。今年、二部制にて行い、一部は、幼児新体操と幼児バレエクラスのお友だちに演技発表の協力をしていただき、二部では、野外活動クラブ「トムソーヤ」と器械体操クラブのお友だちに出演協力いただきました。両部ともに、クリスマスメッセージ、降誕のお話、YMCA保育園の先生がたの歌の発表、学生ユースリーダーの出し物、そしてゲストに「生駒ファミリア吹奏楽団」の皆様に来ていただきクリスマスソングなど生演奏をしていただき盛大で、手作り感独特のあたたかな雰囲気の中で楽しい時間を皆様と過ごすことができました。ご協力、ご参加いただいた皆様に感謝です。

2024年も皆様が、健康で笑顔溢れる日々になりますよう、そして素敵な1年になりますよう心よりお祈り致します。

## <協議事項>

①5、6月例会のどちらかユースリーダーを招き、奈良ホテルにて昼食会を行ってはどうか？

→高井Mに上地総主事と調整依頼。

## <確認事項>

### ①新年例会

日時：1月6日（土）18:00～ 司会：水田M

場所：百楽奈良店

参加費：個人負担分5,500円（税込）に変更、ドリンク代別。クラブ補助あり、オークション開催。

### ②2月例会

日時：2月10日（土）18:00～ 司会：山口WIM

場所：あきしの保育園

卓話者：山下憲昭様（大谷大学名誉教授）

テーマ：3月の公開例会に向けての勉強会。

フードライブ相談中。

③中西部新年合同例会（1/8）の参加者不足による要請あり、中井会長、北林M、北林Mネット、水田M4名参加する。

3/3公開例会のアピールを行う。

## <報告事項>

1, HP作成PT 進捗報告→12月中に公開。

2, 公開講演会の件(2024年3月) →各クラブへ案内。

## <イベント日程>

・1月8日（月）中西部新年合同例会

・1月13日（土）阪和部新年合同例会@ホテル日航大阪



## 1月Happy Birthday

9日 林 佑幸

21日 山口 ルミ

## 1月行事予定

2日	(火)	大阪サウスクラブ例会
3日	(水)	大阪長野クラブ例会
6日	(土)	奈良クラブ例会
6日	(土)	和歌山紀の川クラブ例会
18日	(木)	和歌山クラブ例会
18日	(木)	大阪河内クラブ例会
22日	(月)	奈良クラブ役員会
25日	(木)	大阪泉北クラブ例会