



THE SERVICE CLUB OF THE YMCA
AFFILIATED WITH THE INTERNATIONAL ASSOCIATION OF Y'S

The Y's Men's Club of Kanazawa

CHARTERED JULY 9, 1947

c/o KANAZAWA YMCA 44-1-202 SATOMI-CHO KANAZAWA 920-0998

国際会長主題	「一つとなる力」	“The Power of One”
アジア地域会長主題	「一つとなる力」	“The Power of One”
西日本区理事主題	「すべてのいのちを大切に」	“Love & Care for All the Living Things”
中部部長主題	「ワイズの理念を胸に自信を持って活動しよう」	
金沢クラブ会長主題	「クラブの活性化に努める」	

1 月間強調

2009

BF

今月の聖句

土はひとりでの実を結ばせるのであり、まず茎、次に穂、そして穂には豊かな実ができる。実が熟すと、早速、鎌を入れる。収穫の時が来たからである。

マルコによる福音書4章 28～29節

10月強調月間

切手整理作業を通してクラブ内でのコミュニケーションを！

ファンド事業主任 奥田 一彦
(大阪サウスクラブ)

10月例会 プログラム

とき 2009年10月15日(木) 18:30～20:30

ところ 金沢ニューグランドホテル

司会 伊藤 仁信君

開会・点鐘 数澤 会長

主 題 司 会 者

ワイズ・ソング 一 同

今月の聖句 司 会 者

ゲスト紹介 数澤 会長

食前の感謝 山内 健司君

~~~~~ 会 食 ~~~~~

スピーチ 中部部長 大島孝三郎氏

切手整理 高口 昇君

山谷 澄君

委員会報告 各 委員

ニコニコタイム 幸正 一誠君

YMCAの歌 一 同

閉会・点鐘 数澤 会長

### 9月 クラブ活動状況

#### 第1例会 (9月17日 Thu.)

メ ン：伊藤、影山、数澤、幸正、高口、澁谷  
山内、山谷 (8名)

出席率：88.9%

メネット：伊藤、数澤、高口、澁谷、山内、山谷  
(6名)

ゲスト：土橋登志子 (スピーカー)、斉梧史江

広義会員：なし

功労会員：なし

#### 第2例会 (9月1日 Tue.)

メ ン：伊藤、数澤、澁谷、山内

メネット：山内

ニコニコタイム 10,500円

クラブファンド 累計 32,500円

#### BFポイント

切手 0 kg 累計 0 kg

現金 0円 累計 0円

会 長 数澤 輝夫 書 記 幸正 一誠  
副 会 長 山内 健司 会 計 澁谷洋太郎  
高口 昇 ネット会長 山内ミハル  
直前会長 伊藤 仁信

第一例会：毎月第三木曜日 18:30～20:30

金沢ニューグランドホテル Tel (076)233-1311

第二例会：毎月1日 18:30～20:00

金沢ニューグランドホテル 2F (トレド)

## ベルリン紀行

斉藤 忠夫

関係している法人の決算役員会などの雑務のため、5月のゴールデンウィークは暇もなく過ごしてから、急に家内が“ドイツの北の方へ行こう”と言いだした。へそくりを旅行会社に積み立ててあったのが満期になり、3月に退職して身軽になったので、今まで行く機会が無かったベルリンあたりに行こうと言いだした。

北欧の夏は日没が遅く、ゆっくりたっぷり観光できるからということと、教会などを訪ねてオルガンを聴いて廻ったらどうかと誘ってきたので、小遣いにケチしなくてもよいほどの目途もあったので、出かけることにした。ならば往復の機中で10時間以上も拘束される身体の寛ぎも考えて、高額にはなるけれど、この際ビジネスクラスで行こうと考え、ドイツでのホテルの選択を含めて旅行会社に申し込んだ。セットされたガイドによる観光旅行は、たくさん見所を忙しく駆け巡り、次の観光地に赴くために、スーツケースを毎朝何時までにルームの廊下に出すことを急がされるのはもう嫌で、今度はマイペースでゆっくり廻ろうと、6日間のレールパスだけを買って、3日目のポツダム観光だけを予約して、6月18日10時発のルフトハンザに乗って、関空からフランクフルトに向かった。

離陸前の機中で早速ワインやビールを奨められ、シート機能加減を調べるのも忙しく、次いで出てくる機内食のメニューに満足し、昼寝を食の間もなく乗り換えて、ベルリンに着いたのは午後6時頃だったろうか。空港で日本人の通訳に迎えられ、タクシーでフリードリヒシュトラッセのホテルに着き、2つの大きいスーツケース（帰りに土産を詰めるため中はガラガラ）と携行してきたバッグ（中は着替え用の衣類とガイドブック）を整理して、早速向のレストランに出かけたものである。日本語のメニューが無いので、ビールとあとは適当に委せて注文した。向こうの料理はボリュームが多いと知っていたので、一皿を2人で分けるつもりでいつも選ぶのだが、もう一皿何かを付けるともうお腹一杯で、時間をかけてやっと平らげる毎日であった。ドイツ語は読めず全く分からない2人が、街の様子を地図で確かめ、ガイドブックをめくりながら見て歩くわけで、19日はベルリンを、25日はライプツィヒを、27日はドレスデンを、毎朝、乗り降り自由の市内巡り観光の町バスで、日本語ガイドのイヤホンを聞きながら、まず町の要所の位置を確かめ、それから博物館や宮殿などを探して廻り、夜はWESTINとHiltonホテル岡山のレストランも覗いて、旨いものは

無いかと探して食べてきた。タクシー運転手に指示してツアーレッテンインスタント（有名人が訪れる古いレストラン）に入り、食べたアイスバインの味は忘れられない。

23日はルターの面影を尋ねてヴィッテンベルグの生家や教会を訪れ、他の日は毎晩オペラやコンサートで、その場所を訪ねるのが大変だった。ベルリンのオペラ座のコンサートボックスを覗いたり、歌や音楽は原作通りなのだが、舞台装置などは極めて新しい感覚での設営の椿姫のオペラに心を奪われ、聖ニコライ教会の5段のオルガンの鍵盤に觸れたり、教会聖歌隊のコンサートを聴いたり、毎日それらを探し回るのにも忙しく、夜8時から始まって10時にコンサートが終わって外に出てまだ明るい空の下を、ブラブラ歩いてホテルに帰るなど、忙しいのだけれどのんびりしながら、たっぷり観光を楽しんだ14日間でした。観光の中味は、ホール・ドームや教会の名前もわからなかったり忘れしたりしたものが多く、もう一度、写真とガイドブックを見比べて、思い出すのに精一杯です。

## 9月例会報告

スピーカー 土橋登志子氏

生活改善推進委員

働く婦人の家で料理教室

悩み事電話相談員

アメリカ生活体験

演題 「今をいきいき楽しく」【要旨】

私は40年近く前から料理方法を考えており、今でいうエコクッキングのハシリと言えます。ネギの根、大根の葉っぱなども食べられるので、野菜は捨てる場所がないと言える。例えば、レタスやキャベツが欲しいとき、近所の店にいくと、段ボールの箱が置いてあって「一番外側の葉を捨てて下さい」と書いてある。そこに捨てられているのをもらってきて、手でパキパ



キとちぎって、とき卵にまぜ、スープを入れてさつと茹でて火を止める。隣の家は高いお金を払って夕食をつくっているのだらうと思うと、（ただの葉っぱでつ

くったこの美味しいお菜と比べて) 幸せを感じる。蒔の場合は、切って捨てられる葉っぱの方をもらってきて下さい。5 cm幅に切って、中華鍋にゴマ油を入れて、強火で茹で、砂糖、七味を入れると、とてもおいしい。

また、よくお寿司中に入っている小さな醤油は捨てないで持って帰ると醤油は買わなくてすむ。近所の八百屋は「あなたが来ると2,3日野菜が売れなくて困る」と苦情をもらす。捨てるものはなにもなく、人が捨てるようなところを只でもらってきては調理して、近所に配るので、近所の人たちが八百屋に買い物にいかなくなるからだ。

以前、役場から「学校に調理室ができたので、調理教室を開きたいので、誰か適当な講師はいないか」と相談されて、私が引き受けて17年経った。受講料を取って欲しいと言われたので、空き缶を置いておいてその中へ自由に入れてもらうことにしたところ、10年経ったとき、計算したら2,000円余った。人間はオープンにしたら間違いないと思った。



私の家は鍵をかけたことはない。いつでも出入り自由だ。預金通帳やはんこも置いてあるが、持っていきたいものは持っていけばいいと思っている。その時は私も連れて行ってもらうつもりだ(笑)。お金は使わないから、あまりなくても不自由はしていない。

40年前までは、内灘の水道の水は濁って赤茶色をしており、町内では役場に陳情していたが、長男はその水で育ったお陰で、雑菌に強く、ちょっとやそつとで食あたりなどしない。現在アメリカにいるが、元気で逞しく、2人の子どもがいる。

食育については小中高生に対して、朝食をとるようにすすめている。特に味噌汁を飲むようすすめている。前日の味噌汁にゼラチンを入れて、翌朝プリン状になったものを食べるよう話している。

最近お寺さんから講演を頼まれている。このようなネックレス(白い珠の)をしていくと、お数珠を忘れてもこれで代用できる。

75歳になった今でも困ったことはない。悩みもない。今日一日ありがとう、の気持ちで喜んで過ごしている。

「ありがとう」「嬉しい」「よかった」の3つの言葉を会話に入れることを心掛けている。

昔、土曜日の午後にアカシア団地に金沢の北陸学院の生徒が民家で子供会をしていた。私も子どもを連れてその会へ行き、カレーライスなどを作ってあげた。そのうちそれが家庭集会となり40年がたった。2年前誰にも言わないで洗礼を受けた。秘密を持つということはいいことだ。ワクワクする。

(とにかく笑えばなしでした。)

文責 山内 健司

### ☆第13回 中部部会

2009年9月6日(日)、名鉄ニューグランドホテルで開催されました。伊藤メン、数澤メン・メネット、幸正メン、澁谷メン、山内メン・メネットの7名が参加しました。

### ☆第13回西日本区大会

日時 2010年6月12日(土)～13日(日)  
場所 広島国際会議場・リーガロイヤルホテル  
登録料 20,000円

### ☆第69回ワイズメンズクラブ国際協会・国際大会

日時 2010年8月5日(木)～8日(日)  
場所 パシフィコ横浜(横浜市)  
テーマ 「いのち」未来への継承  
—私たちの地球のために

### ☆ジャガ芋入荷

日時 2009年10月10日(土) 10:00  
場所 山内宅

### ☆中部部長訪問

10月15日(木)の例会に、中部部長 大島孝三郎氏(名古屋プラザクラブ)が、金沢クラブを訪問されます。

中部書記 島崎 正剛氏(名古屋プラザクラブ)  
クラブ会計 高田 廣氏(名古屋プラザクラブ)  
広報主任 長谷川 和宏氏(名古屋東海クラブ)の3氏が同行されます。

### ☆10月第1例会 [10月15日(木)]

BFの月です。未整理の切手、ハサミをご持参ください。

### ☆いも煮会

日時 11月3日(祝・火)  
場所 内川スポーツ広場  
主催 金沢クラブ メネット会

## ☆ながまちふれあいフェスティバル 2009

日 時 11月22日(日)

場 所 中央公民館長町館

## ~~~~~ YMCA だより ~~~~~

### ☆秋のクリーンキャンペーン

日 時 10月18日(日) 6:50~

場 所 金沢YMCA周辺

### ☆第7回 金沢わいわい寄席

日 時 10月22日(木) 19:00より

場 所 石川県立音楽堂交流ホール(B1F)

会 費 1,500円(高校生以下無料)

### ☆銀河鉄道 999 の旅

日 時 11月14日(土)~15日(日) 一泊二日

行き先 アンδροメダ座

旅費等詳細は後日お知らせします。

## ☆滋賀蒲生野クラブ 20周年記念例会

日 時 2010年3月7日(日)

### ☆早天祈祷会

日 時 11月1日(日) 6:00~7:00

場 所 金沢YMCA集会室

## Happy Birthday

今月は該当者はありません。

## 11月の担当

11月ブリテン執筆: 澁谷洋太郎君

高口紀子メネット

11月卓話担当: 山内健司君

原稿は10月25日までに編集委員まで提出下さい

## 金沢クラブ ネット報

### 「マイ チャリ ライフ」

私は、買い物等日常生活の足(移動手段)としてだけでなく、健康維持・ダイエットや、環境にやさしいエコライフの一つとして、前かごと荷台付きのママ・チャリを愛用しています。

ガソリン代が要らず(エコノミーで)、CO2を排出しない(エコロジーな)自転車を利用することで、鳩山首相が目標とされた温室効果ガス25パーセント削減策を以前から、ささやかに実行しているのだと、自己満足しています。

ごぼん(碁盤)の目の町並みである京都は、南から北へ行く(上がる)ほど高くなる坂道になっていて、北大路の路面、「きょう[京]~の、ごじょう[五条]~の、はしのうえ[橋の上]~」と唱歌に歌われた欄干の擬宝珠(ぎぼし)、(九条にある)東寺五重塔のてっぺん[先端](約55メートル)が同じ高さであるといわれています。だから、東寺近くにある我が家から、二条~四条へ行くときは、「よいしょ、よいしょ。」とペダルを踏んで、サイクリング以上に足、腰を鍛えられ、鴨川の河川敷でいっふくして、帰りは、ほとんどペダルをこがずに「ルンルン」気分です。風を切って我が家に到着するのです。

先日、地域の自転車等交通安全講習に参加して、運転関係能力のテストを体験しました。

バランス能力のテストでは、50センチ位の狭い幅員内を、できるだけスロー・スピードで走行するというものです。次に、幅約1メートルの白線の中央部に約1メートル間隔で置かれたボーリングピンを避けな

がら、白線内をS字型に走ることですが、これが意外に難しく、ピンを倒しても笑ってごまかしながら、何とかパス。

また、進行前面方に立っている婦交さんが挙げる手旗とは反対側に進路をとり、婦交さんの脇を走り抜けるという注意力・反射神経のテストも、なかなか手旗を挙げてくれない婦交さんに、にらみ笑いをして、クリアー。

全体的に、一応合格点という結果で、ひと安心といいたところですが、日ごろ自転車に乗り慣れて、内心では、かなり走行技術に自信があった私としては、いつもの道だから大丈夫・安全と思いつまらず、自分のトシもちょっぴり考えて、慎重に運転しなければいけないと、感じました。

一時不停止が原因の死亡事故が多いとのこと、また左右・前後方の安全を確認する基本を忘れずに。免許の要らない自転車ではつい無視しがちな車・歩道や夜間、自動車脇を走行する場合の正しいルールについても、改めて確認することができました。

これからも、自転車運転の正しいルールとマナーを身に付けて、健康で安全なマイ・チャリ・スタイルを続けていきたいと思います。(草野 敬子 記)

### 10月例会のお知らせ

日 時 10月12日(月 祝)

行き先 一里野方面へのドライブ(秋を満喫しよう)

集 合 10時 道の駅 瀬女

(かんぽの郷白山尾口の向かい側)