



# THE Y'S MEN'S CLUB OF KANAZAWA-SAIGAWA

CHARTERED IN JUNE 12, 1993

AFFILIATED WITH THE INTERNATIONAL ASSOCIATION OF  
Y'S MEN'S CLUBS

THE SERVICE CLUB OF THE YMCA

c/o YMCA : 44-1, SATOMICHO, KANAZAWA, JAPAN ☎920-0998 ☎(076)221-5398

<http://ys-saigawa.web.infoseek.co.jp/>

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”
スローガン	「夢見るアジア、愛するアジア」“Dreaming Asia, Loving Asia”
西日本区理事主題	「すべてのいのちを大切に—いのち・平和・環境—」 “Love & Care for All the Living Things—Life, Peace, Environment—”
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」
金沢犀川クラブ会長主題	「基本を踏まえて、もっと楽しく」 “Let's return to our beginning and enjoy volunteering again”
会長：三谷信三 副会長：川村孝治 書記：北肇夫 会計：高木啓一 直前会長：平口哲夫	

今月の聖句：「いと高きところには栄光、神にあれ、地には平和、御心に適う人にあれ。」

ルカによる福音書 2. 8-14

## 2009年12月強調月間

### EMC-M

人は力です。みんなの力で2000目指してゆきましょう。

広井 武司 EMC事業主任

☆☆☆12月第一例会案内☆☆☆	☆☆☆11月例会報告☆☆☆
<p>日 時：12月10日(木)19:00~21:00 場 所：兼六城下町“ホテル兼六”2階「時雨の間」 金沢市兼六町2-5 TEL 076-210-8111 会 費：3,000円 ***プログラム***</p> <p>司 会 : 川村君 開会・点鐘 : 三谷会長 ワイズソング : 一 同 今月の聖句 : 司会者 ゲスト紹介 : 平口君 讃美歌 109 番「きよしこの夜」 : 一 同 食前の感謝 : 平口君</p> <p>——会 食—— 卓話「第九の日本初演と青島(フクダ)」 : 金沢大学教授 志村 恵氏</p> <p>ハッピーバースデー : 三谷会長 プレゼント交換、オークション : 一 同 事業委員報告 : 各委員 ニコニコタイム : 高木君 閉会・点鐘 : 三谷会長</p>	<p>[第一例会] 日 時：11月12日(木)19:00~21:00 場 所：兼六城下町“ホテル兼六”2階「時雨の間」 出席者：福岡澄子氏(ゲスト・スピーカー) 原守氏・三崎孝代氏(ゲスト) 川村君・北君・作田君・澤瀬君・高木君・ 平口君・三谷君</p> <p>[第二例会] 日 時：11月26日(木) 19:00~22:00 場 所：金沢 YMCA 出席者：川村君、北君、高木君、平口君、三谷君 親子いも煮会 11月3日(火・祝)、金沢クラブのネット ト会主催。名古屋グランパスの下村明子さんが来る というので、金沢犀川クラブから平口君が参加。</p> <p>今月のハッピーバースデー：北ネット12月3日 1月の当番 司会：北君、準備：作田君 1月第一例会：開催日は、定例の第二木曜(1月14日)ではなく、第四木曜(1月28日)に変更になっています。ご注意ください。 *使用済み切手をご持参ください。</p>

当クラブ	11月出席者	11月出席率	BFポイント	ニコニコタイム
正会員 7名	メ ン 7名	100%	前年度繰越 1,711g	11月分 9,000円
広義会員 0名	メネット 0名		11月分切手 0g	
	ビジター 0名	メイキャップ 0名	今年度累計	
	ゲスト 3名		切手 100g	
			現金 0円	
合計 7名	10名	100%	合計 1,811g	累計 38,911円

**“TO ACKNOWLEDGE THE DUTY THAT ACCOMPANIES EVERY RIGHT”**

## ◆ 11月第一例会に参加して ◆

平口哲夫

11月12日(木)19:00~21:00、兼六城下町“ホテル兼六”で開催された第一例会の卓話は以下の通り。

**講師:**福岡澄子氏(金沢市観光ボランティアガイド)

**話題:**“まいどさん”をご存じですか

**要旨:**“まいどさん”という言葉は金沢弁で、標準語の「こんにちは」に近い意味で使われている。1994(平成6)年に発足した金沢市観光ボランティアガイド“まいどさん”は現会員数300名余り(常時活動者200名程度)。事務局は金沢市観光協会内(金沢駅構内JR切符売り場横)にある。この活動内容の概略紹介とボランティアガイドの体験談をする。

**プロフィール:**ふくおか・すみこ。1948年4月金沢市生まれ。2004年5月金沢市ボランティアガイド大学校観光コース修了、同年7月金沢市観光ボランティアガイド“まいどさん”登録。2005年4月から徳田秋声記念館・解説ボランティア。2008年2月金沢市ボランティア大学校文化コース修了。同年4月から「石川県城と庭」、5月から金沢文芸館・館内解説ボランティア。



(“まいどさん”のジャンパーを紹介する福岡さん)

さて、福岡さんは、金沢観光ボランティアガイドの会「まいどさん」の概要・活動を紹介したりフレットや、金沢市・石川県などが発行した様々な観光パンフレットを片手にわかりやすくお話しをしてくださった。何か心が癒されるような語り口に魅せられる思いがしたのは私だけではないだろう。観光案内の無料印刷物には、手に入れたくなるほど出来ばえのよいものがあつたのだが、もう手に入らないようで残念に思った。ときどき観光案内所に立ち寄ってみるとよいのかもしれない。

長年金沢に住んでいてもまだ見たことのない観光スポットがまだまだあり、また、一度ならず何度か訪ねた場所でも、季節や時間帯や“お膳立て”の違いにより、新たな体験をすることができそうである。夜のライトアップ・コースなど、片町裏通りとは違った意味で魅惑的ではないか。次年度は、福岡さんにガイドしてもらって金沢観光例会とシャレこみみたいものだ。

福岡さんは、かつて三谷会長と同じ職場に勤めておられたことがご縁で卓話をお願いすることになったのだが、今回の例会を通して、実は他の会員ともいろいろご縁があることがわかり、世間は狭いとお互い驚いた次第である。私はといえば、今年の夏に開催された“中東和平プロジェクト in 金沢”で金沢ボランティア大学校の校長先生と名刺交換したことがきっかけで、この大学校のホームページを見たことがある。これもご縁といえばご縁であろう。

## ◆ 長浜クラブ 10月第二例会に参加して ◆

三谷信三

10月30日(金)長浜クラブの第二例会に誘われて参加した。講演テーマは「メボの予防改善のおもしろ健康学」、講師は京都大学院人間・環境学研究所の森谷敏夫教授である。

まず、死の四重奏(肥満症、糖尿病、高脂血症、高血圧症)、いわゆるメボにならないためには病気をしっかり知ること。脂肪の取りすぎに要注意。脂肪はうまいが満腹中枢を刺激しないので、つい食べ過ぎる。炭水化物は唯一の脳のエネルギーだから重要だ。同じ食事をしていても高脂肪食はエネルギーにならないものは体に蓄積される。

太りにくい体質を作るには、1に運動、2に運動、3に運動、4に運動。階段は筋力アップのパートナー。ストレスは過食の原因、ガンのもと。運動で心も体もリフレッシュ。歩幅大きくグイグイ歩こう。長電話の合間にできるスクワット。快便、快眠、よく笑え。お腹のたるみは心のたるみ。先生はマイク片手に聴衆のテーブルの前後左右を歩き、時には小走りに動きながらの実演講演会だった。

## ◆ ながまちふれあいフェスティバル2009参加記 ◆

北 肇夫

恒例の“ながまちふれあいフェスティバル 2009”は、11月22日(日)10:00から15:00まで金沢市中央公民館長町館(主会場)と、隣接する老舗記念館とで開催されました。主催者は、金沢市青少年団体連絡協議会(略称:青団連)で、参加団体は25、主なものは「子ども会連合会」、「明るい社会づくり協議会」、「まいどさん会」、その他趣味の同好会として「金沢混声合唱団」、「金沢きり絵同好会」などでした。金沢YMCAでは金沢クラブ、金沢犀川クラブが協働して企画・実施し、各々の活動紹介をしました。

当日は、好天に恵まれ、屋外のステージでは、コーラスやバリ舞踊、詩吟の舞などが行われ、テントの中では餅つき、焼き芋、ポン菓子、うどん、クレープなどの模擬店が賑わっていました。室内では、上記団体のバザー、七宝焼き体験コーナー、団体の活動紹介などが行われ、スタンプラリーは子ども達に大人気で、元気な声が館内に響いていました。

近年、フェスタへの来場者数は減少傾向にあるようです。市内各地ではバザーや文化祭など関連行事がめじろ押しですから、各団体はもっと行事に関心を持ち、企画に工夫をこらすとともに、近隣の方々への広報にさらに力を入れるべきだと感じました。

### 金沢YMCA 便り

**【金沢わいわい寄席の収益金贈呈式】**12月17日(木)、18:30から金沢ニューグランドホテルで開催される金沢クラブ第一例会において、朝倉理事長に贈呈予定です。皆様の参加・協力をお願いします。

**【ユニセフ街頭募金】**12月23日(水・祝日)、堅町商店街入口(金沢市片町1丁目)。皆様の参加・協力をお願いします。

### 金沢YMCAのホームページ

<http://ys-saigawa.web.infoseek.co.jp/kanazawa-YMCA.html>