



Nagoya GRAMPUS

名古屋グランパス ワイズメンズ クラブ

NAGOYA YMCA5-2 KAMIMAEZU2 NAKAKU NAGOYA 460 JAPAN

国際会長標語 “Let Your Light Shine” [輝かせ あなたの光を]
 アジア会長標語 “Love your neighbors as yourself” [自分を愛するようにあなたの隣人を愛せよ]
 西日本区理事標語 “Be Soul-Mates” -to work hand in hand [皆な仲間]働こう!!
 中部部長標語 [いざたて中部!! 今がその時!!]
 クラブ会長標語 “Lets move for future of the Earth !!「地球の未来のために行動しよう」

2005年4月号

— <今月の聖句> —

わたしは世の終わりまで、いつもあなたがたと共にいる

マタイによる福音書 28章20節

グランパスホームページ <http://www5.ocn.ne.jp/~ysmen/>

2005年4月例会ご案内

◎第一例会

と き : 4月7日(木)
 と ころ : 新名古屋YMCA
 時 間 : 19:00~
 内 容 : 卓話「SO冬季世界大会」
 ドライバー及び卓話講師 吉田 正君

SO冬季国際大会では日本選手団団長として大活躍された吉田氏であるが、その実態は大変なご苦勞があったとか。悲喜交々裏話等々、他では聞けない貴重なお話を聞きたいと思います。

◎第二例会

と き : 4月21日(木)
 と ころ : 新名古屋YMCA
 時 間 : 19:00~

◎その他

1. 潮干狩り
 と き : 4月24日(日)
 と ころ : 知多半島
2. YMCAオープン祭り
 と き : 4月9日(土)~10日(日)
 と ころ : 新名古屋YMCA

3月例会	例 会 出 席 状 況				B Fポイント		クラブファンド(3月)	
	在 席 者	16名	第 1 例 会	11名	当 月・切 手		ニコBOXノート	
例会出席者	11名	第 2 例 会	8名	当 月・現 金		感 謝 ファンド		
当月出席率	70%	部 会 他	2名	累 計		累 計		

“TO ACKNOWLEDGE THE DUTY THAT ACCOMPANIES EVERY RIGHT”

=強い義務感を持とう。義務はすべての権利を伴う=

第一例会報告



3月第一例会報告

日時 2005年3月3日 19時～

場所 名古屋 YMCA305号室

出席者 松原、服部、荒川、坂野、坂口、坂倉
佐藤、阿部、下村、早川、三井、徳田
絡主事、服部メネット、松原コメット
以上14名

松原会長により開会点鐘、ワイズソング、阿部君により食前の祈り後ゲスト紹介。

討議

1) 第2回中部評議会ならびに中部 EMC 研修会について

3月13日(日)13時より名古屋 YMCにて第2回中部評議会ならびに中部 EMC 研修会が開催されるが松原会長都合で欠席となるため、当日、クラブ現状等の説明を会長代行の早川次期会長に依頼する。

[参加者] 次期会長早川君、次期西日本区役員服部君、次期中部部 EMC 主査三井以上3名の確認。

2) 第8回西日本区大会申し込み期日についての確認

3月末までに申し込みを確認、申し合せる。

3) 第9回西日本区大会について

次期西日本区大会は名古屋クラブがメインホストであり、また名古屋地区全クラブもホストとなって入るため、選出されているメンバーの今後の会合予定等を確認。

4) アジア大会について

開催日 8月26日～28日 韓国ソウル市での開催の確認。

開催期間内でのサンドルとのIBC交流の提案と参加予定者の確認。

現在、7名と各ファミリー参加予定。

5) 三部合同YYフォーラムについて 4月17日の開催日確認。

6) 奈良傳章該当者の選出について、当クラブ内では該当者なしを確認。

- 7) 山田牧場ファミリースキープログラムについて、担当は吉田(正)君であるが、スペシャルオリピックスの団長の要職で多忙のため会長確認とする。
- 8) 潮干狩りの実施の確認 詳細は坂口君担当。
- 9) 一泊例会は白樺湖の新設宿泊所での開催を確認 次期会長早川担当。
- 10) お茶会 万博開催時に会場内での記念大お茶会開催のアピール 詳細は坂倉君へ。
- 11) 東西日本区交流会およびとつかクラブとのDBC交流模様の報告があった。次期交流時期についてはとつかクラブの意見を尊重することを確認した。
- 12) 卓和 [表題] 砂糖の話し 講師 服部庄三君
砂糖の真実について各種のサンプルと資料にてわかりやすく説明、質疑応答する。
- 13) 第二例会 3月17日 19時より 名古屋 YMCA にて開催確認後、散会。

以上



「砂糖のお話」

服部庄三

お砂糖のお話をします。今日本で使われるお砂糖の約7割はオーストラリア、フィリピン、タイ、南アフリカなどから輸入される、さとうきびを原料として作られています。残りが沖縄のさとうきびと北海道のてん菜大根(ビートさとう大根)から作られます。

しかし、皆さんがスーパーで見かける家庭用のお砂糖はほとんどが輸入の原料から出来ています。さて、それでは、いくつかのお砂糖の種類をお話しましょう。

- ・ 上白糖 一般に一番よく使われるお砂糖ですが、実は日本だけのものなのです。外国ではグラニュー糖が多く使われています。上白糖はしっとりとしたソフトな感じでお料理に万能に使えます。
- ・ グラニュー糖 サラサラとしてクセがない

のでコーヒー、紅茶やケーキ作りなどに使われます。



- ・ 三温糖 少し茶色がかった、ミネラル分を含んだお砂糖です。独特の甘みがあり煮物など甘みを強調したい時に使います。
- ・ 双目（ザラメ）糖 黄色のものを黄双（キザラ）とか中双とか言い、特に煮物の中でも煮魚、甘露煮など、つやを出したい時や漬物等に使います。
白い（結晶は透明）ものを白双と言い、純度が高くさっぱりとした甘さで、高級和菓子に使われます。
- ・ 黒砂糖 これまでのお砂糖は、さとうきびのしぼり汁をろ過し、結晶させたものですが、黒砂糖はしぼり汁をそのまま煮つめ固めたものです。特有の強い香りがし、栄養分も豊富で健康食品としてもよく知られています。普通のお砂糖との併用で使うと便利です。ブラックコーヒーとの相性も良く、かじりながら飲む通もいます。
- ・ その他 梅酒、梅シロップ作りに氷砂糖
徳島特産の和三盆など。

それぞれ使い道によって使い分けると味にバラエティーが出ます。



次に砂糖と健康についてお話しします。よく砂糖は太るので極力摂らないようにしていると言

われる方がいますが、肥満の原因はエネルギーの摂取オーバーとエネルギーの消費不足が主なものとして挙げられます。食べるものを減らして栄養のバランスを崩してしまうよりは、バランスよく十分に食べて積極的に体を使う方がずっと健康に良いことは今更説明の必要もありません。

特に成長期のお子さんは、脳の栄養となる糖分が欠かせません。虫歯についても甘いものを食べなくても、食物のカスが溜まれば虫歯の原因。それよりも食後の歯磨きが一番の予防となります。北欧の人に虫歯が少ないのは、キシリトールを食べているからではありません。歯磨きの習慣が身につけているからなのです。

最後に一つおもしろい使い方として、お料理する前のお肉にお砂糖を少量まぶしてしばらく置いておくと、お肉が柔らかくなり1ランク上のお肉になります。お試しを。



これもアシスタントの服部メネットのおかげ

第二例会報告

日 時：3月17日(木) 19:00~21:00
場 所：名古屋YMCA 305号室
出 席：松原、荒川、坂倉、早川、徳田

議 事

1. 第8回西日本区大会について
大会登録については3月末までに各自で申し込みを行う。
2. YMCAオープン祭りについて
4月9日・10日に行われる。ワイズとして協力すると共に、参加して盛り上げる。
3. 第9回西日本区大会実行委員会について
登録費の先払いについてはクラブでの立替を承認する。
4. アジア大会について
グループ登録については申込書が遅れているので、3月末までに個人登録で対応する。

5. 3部合同YYフォーラムについて
京都部・中部・琵琶湖部合同フォーラムであるが、メンバーの日程調整がつかないため不参加とする。
 6. DBCについて
とつかクラブとのDBCについてWebによる交流方法の検討を進めることについて承認。検討はとつかクラブと連携し、具体的なもの出来たら提案。
 7. その他
 - ・会長、主査研修会(3/20,21)
早川、三井、服部が参加
 - ・山田牧場ファミリースキー(3/19,20)
荒川、坂口、吉田(正)他
 - ・グランパス備品について
当面三井宅に保管する
 - ・潮干狩り日程について
潮の具合により4月24日(日)とする
 - ・一泊例会について
7月2日、3日トヨタ白川郷自然学校とする
 8. 今後の例会日程確認
 - 4月第一例会：4月7日(木)
SO報告会 ドライバー 吉田 正君
 - 4月第二例会：4月21日(木)
 - 5月第一例会：5月14日(土)
全国うまいものツアー
 - 5月第二例会：5月26日(木)
- 以上

中部EMC研修会

日時：3月13日(日)
 場所：名古屋YMCA
 参加者：服部、三井、早川、荒川
 第2回中部評議会終了後、引き続き「中部EMC研修会」が開催されました。1997年以降中部のワイズメンバーは減少しており、228名から149名(05年)と推移しています。



柴田西日本区理事の挨拶

西日本区でも同様の傾向を示していますが、九州部のように大きくメンバーを増加している部もあります(東西日本区交流会でアクティブな部として紹介された)。どうすればメンバーを増加することができるのか。今回は松岡西日本区EMC事業主任の公演を受けて、その後5つのグループに分かれ「メンバーを増加するためには」のテーマで討議されました。具体的結論は出なかったものの、参加者は大きな宿題を持ってクラブへ帰ることになりました。我がグランパスに於いても真剣な論議と行動が必要であることは言うまでもありません。 K・A



グループ討議中のメンバー



第3グループの討議報告をする服部兄

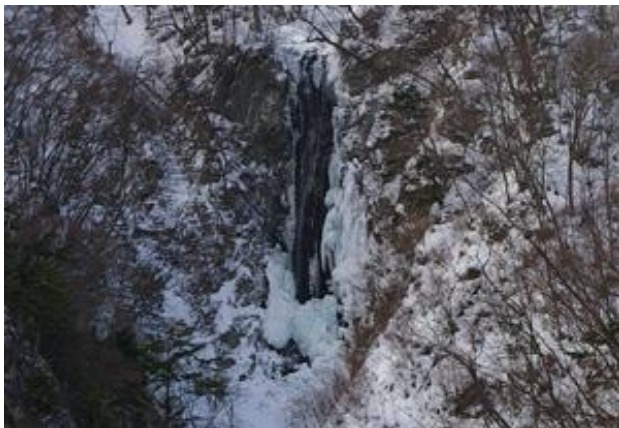
山田牧場スキーツアー



まだ真っ白の駒ヶ岳連邦

開催日：2005年3月19日～20日
場 所：山田牧場スキー場
参加者：坂口、荒川、荒川コメット、吉田（正）
吉田メネット、親戚（2）松原コメット（2）、森さん（トミさん）ファミリー

1月の爺ヶ岳スキーツアーに続くグランパス冬のファミリープログラム第二弾。山田牧場に来ました。今回は次期会長研修等と日程が重なったため、参加者が例年よりも少なかったが、平均年齢はぐっと低く、雰囲気もこれまでの「温泉に行こうか」ではなく「スキーやろうぜ！」的にパワーあるものでした。



山はまだ滝も凍る寒さなんです。

だから恒例の大宴会もぐっと控えめに、体力を温存するという健康的なプログラムとなりました。いつもなら夕食前には必ず露天風呂行っていたのが、リフトが止まるまでスキーに熱中するというヤングパワーに、オジサンが無理やり引っ張られたのかもしれない。



坂口兄もヤングにパワーをもらって元気

スキー人口が年々減少しているのかゲレンデはガラガラで少し拍子抜けしましたが、休憩なしで豪快なスピードを満喫できました。天気もよくコンディションも上々ですが私たちが行く前に気温の高い日が続いたせいで、雪質は典型的な春スキーのアイスバーンでした。従来なら

ば1回滑っただけで「もうやめ！」となるのですが、そこは技術の集大成のカービングスキーで、アイスバーンに対しては、従来の板（スキー）ではエッジを立てて雪面に食い込ませなかつぐっと押さえ込まなければ曲がらなかったし、気を抜くとズルッと板が雪面を舐めてしまうので、非常に気を使って疲れるものでしたが、今は膝を傾ける度合いだけでスーと曲がってくれるので、全然疲れません。おまけに硬い雪面からの振動が心地よいバイブレーションとなって、頭の先から日ごろのストレスがどんどん抜けていくような快感に浸ってしまいました。



十分な宴会料理だったのですが・・・

さて、今回はヤングパワーに押されて本格的な山岳ツアー？を試みました。全長13kmのタコチコースです。ここ山田牧場でにわか人気が出てチャレンジャーも多いとのこと。天候に恵まれたこともあり安心して決行を決断しました。非常食？と飲み物を（オジサンが）リュックに背負い、坂口兄をツアーリーダーに出発しました。ゲレンデをコースアウトして林道に分け入る時は「何かあったらどうしよう」と緊張感がありましたが、道中のミスコース、森の住人との出会い（日本カモシカが目前に出てきて目線が合った）、疲れて食べたキャンディーのおいしかったこと、最後の登り20分が死ぬほど苦しかったこと等、ありましたが参加者10名は無事山田温泉に到着できました。

また、今回はSO冬季世界大会で大忙しだった日本選手団団長の吉田（正）兄も特にファミリーのために参加。今大会のエピソード等を聞くことができました。しかし翌日は早朝から東京での会議に出席し、とんぼ返りで山田牧場に帰ってくるという、超忙しビジネスマン並みの日程をこなしていました。SO冬季国際大会の詳細については4月第一例会で卓話として聞くことにします。お楽しみに。



それなりに盛り上がった夕食時



やっぱ若者は食欲旺盛で健康的



こんなの初めて見た(タマゴに印刷された賞味期限)



雄大な北アルプス連峰をバックに記念撮影



タコチコース入り口にて(みんな緊張)



全員の状態確認をしながらのツアー



最後の登りにて。若者は疲れない!

西日本区次期会長主査研修会

日時：3月19日(土)～20日(日)

場所：六甲研修センター

参加者：服部、三井、早川

西日本区次期会長・主査研修会 開催される

3月20日～21日 神戸の六甲山YMC Aにおいて、次期の各クラブ会長と各部事業主査の研修会が開催されました。我クラブからは次期会長の早川君、次期中部EMC事業主査の三井君、次期西日本区交流主任の服部が参加し

ました。次期の理事方針の発表に始まり、役員としての心構え、それぞれの役割の確認など、中身の濃い研修会でした。また、夕刻からの懇親会、フェロシップでは部内の懇親はもとより、他の部の多くの方たちとの交わりも大いに楽しみました。次期の中部のワイズ運動の拡大に大いに期待してください。

(服部庄三)



そ の 他

1. 次期クラブ体制 (案) (総会確認)

会 長	早川 政人
副会長	佐々木 忍
会 計	下村 明子、早川 政人
書 記	荒川 恭次
会計監査	吉田 一誠
EMC	坂倉 洋、阿部 一雄
Yサービス	坂口 功祐、吉田 一誠
地域奉仕	佐藤 壽晃
広 報	服部 庄三
プログラム	吉田 正、井川 幸吉
ファンド	下村 明子
ブリテン	坂野 清治、荒川 恭次
直前会長	松原 誠
B F	吉田 一誠
交 流	吉田 一誠、三井 秀和

happy birthday

メ ン 早川 政人 (27日)
メネット 荒川 恒子 (24日)
佐々木紀子 (1日)

congratulation!