



創立1880年

〒135-0016

東京都江東区東陽2-2-20

Tel 03-3615-5562

URL <http://tokyo.ymca.or.jp>

発行所 公益財団法人 東京YMCA

発行人 菅谷 淳

東京YMCA



2017年

東京YMCAの使命

東京YMCAは、イエス・キリストによって示された愛と奉仕の精神にもとづいて、青少年の精神、知性、身体的全人的成長を願い、地域社会に奉仕し、公正で平和な世界をつくるための運動を展開する。

今、改めて問う ウェルネスの可能性

社会体育の指導者を目指して



いわせ やすひこ 岩瀬 康彦さん

東京YMCAが日本初の室内温水プールを設立して100年の今年、図らずも東陽町ウェルネスセンターの運営を終了することになった東京YMCAは今後、何を指していいのか。数々のプログラムを開発し、また現在の社会体育・保育専門学校を創設した東京YMCA元副総主事の岩瀬康彦さんに、現校長の堀雄二さんが改めてその歴史と展望を聞きました。

(文)広報室

1941年生。東京教育大学(現・筑波大学)卒。1966年から東京YMCA勤務。1980年に社会体育専門学校の創立に携わり、1984年まで副校長を務める。1993年～副総主事、1994～2002年名古屋YMCA総主事

●岩瀬 私がYMCAの職員になったのは1966年。大学の友人たちはほとんど学校の体育の先生になっていきました。が、私は社会体育の指導者になりたいと思い、YMCAに応募しました。まだスポーツクラブなどない時代だったので、「社会体育って何をやるのか? 食べていけるのか?」と皆に心配されました。でもやってみたら、いいですね。ちょうど1964年に東京オリンピックがあつてスポーツに関心が高まっていたし、政府も体力づくりを提唱していた。高度経済成長期で、生活にゆとりもできていた。だから私は「これから社会体育は主流になる」と思ったし「これだけ関心が高まっているのに専門の指導者がいない日本はおかしい」とさえ思った。

●堀 岩瀬さんは、現在も全国YMCAの子ども水泳クラスで使っている等級「ワッペン」(112面)を開発されました。

●岩瀬 ワッペンは全国協力賜物です。ある夏の水泳教室に来たお母さんに「子どもがこんなにがんばったのに褒美がない」と言われたことをきっかけに開発が始まりました。「がんばったね」と子どもの頭をなでながら渡せて、そして「次はここを目指そうね」と希望をもたせられるような、ささやかな褒美が欲しいと考えたのです。壁のつたい歩きができた「かに」。浮けたら「くらげ」など。ネーミングやデザインは、当時の本間立夫主事のセンスです。もらった子ど

●堀 ワッペンテストは、初心者レベルが細かく分かれていて、泳げない子どもを励ましていくようにできてますよね。

●岩瀬 とにかく私たちは指導が好きで、時間さえあればいつもプールを見ながら色んな指導法を考えていました。

1986年に東陽町ウェルネスセンターの開設備を担った時には、指導者たちで検討を重ね、指導内容に合わせて水深が変えられる「可動床プール」の設置を要望しました。水深5mでダイビングをしたり、20cm位の浅いプールで幼児に水慣れをさせたりなど、水深を変えればさまざまな指導を展開できると考えたのです。

(112面へ続く)

水泳指導の基準ワッペンの開発



ほり ゆうじ 堀 雄二さん
東京YMCA社会体育・保育専門学校 校長

●堀 岩瀬さんは、現在も全国YMCAの子ども水泳クラスで使っている等級「ワッペン」(112面)を開発されました。

●岩瀬 ワッペンは全国協力賜物です。ある夏の水泳教室に来たお母さんに「子どもがこんなにがんばったのに褒美がない」と言われたことをきっかけに開発が始まりました。「がんばったね」と子どもの頭をなでながら渡せて、そして「次はここを目指そうね」と希望をもたせられるような、ささやかな褒美が欲しいと考えたのです。壁のつたい歩きができた「かに」。浮けたら「くらげ」など。ネーミングやデザインは、当時の本間立夫主事のセンスです。もらった子ど

●堀 ワッペンテストは、初心者レベルが細かく分かれていて、泳げない子どもを励ましていくようにできてますよね。

●岩瀬 とにかく私たちは指導が好きで、時間さえあればいつもプールを見ながら色んな指導法を考えていました。

1986年に東陽町ウェルネスセンターの開設備を担った時には、指導者たちで検討を重ね、指導内容に合わせて水深が変えられる「可動床プール」の設置を要望しました。水深5mでダイビングをしたり、20cm位の浅いプールで幼児に水慣れをさせたりなど、水深を変えればさまざまな指導を展開できると考えたのです。

業により乱立していた時代でした。施設はほとんどできるけれど、利用者や会員のニーズに応じた「こころ」あるプログラムは少なく、単なる場の提供に過ぎませんでした。また身体だけの鍛錬や健康だけでなく、指導者との触れ合いや仲間作り、自分に合った目標管理で生きがい生まれてくる、それをウェルネスと呼び育て広めて行く、そのような指導者の養成をYMCAが考えたのです。

そしてウェルネスの精神を通じて神様から教えられたことは力の差や能力の違い、勝ち負けや障がいのあるなしを超えて共に生きる社会を作ることではないかと思えます。

総主事カフェ

東京YMCA総主事 菅谷 淳

総主事カフェによること。一足先にブランディングを始めて成功した北米YMCAのホームページにこのようなことが書かれています。「社会のニーズに応じて私たちYMCAも変化してきましたが、一つだけ変わらないことがあります。それは『私たちの使命は、全ての人のために健全な精神、知性、身体を作るプログラムを通じてキリスト教の教えを実行すること』(Our Mission is to put Christian principles into practice through programs that build healthy spirit, mind and body for all.)と」です。

キリスト教の教えを聴いたり学んだりするのは教会や神学校です。当時YMCAが始めた室内プールや体育館が、スポーツ・健康ブームに乗って公共団体や企

業により乱立していた時代でした。施設はほとんどできるけれど、利用者や会員のニーズに応じた「こころ」あるプログラムは少なく、単なる場の提供に過ぎませんでした。また身体だけの鍛錬や健康だけでなく、指導者との触れ合いや仲間作り、自分に合った目標管理で生きがい生まれてくる、それをウェルネスと呼び育て広めて行く、そのような指導者の養成をYMCAが考えたのです。

そしてウェルネスの精神を通じて神様から教えられたことは力の差や能力の違い、勝ち負けや障がいのあるなしを超えて共に生きる社会を作ることではないかと思えます。

室内プール100周年の今、一つひとつのプログラムを始め、多面的な活動を提供しているYMCAの役割は、極めて重要になると思う。(グランチャ東雲 事務局長 花井雅男)

赤三角

東京YMCAが指定管理者として運営している「江東区児童・高齢者総合施設(グランチャ東雲)」は、高齢者の健康づくり、生きがいづくり、そして子どもたちの健全な成長を願って、多数のプログラムを展開している▼中でも介護予防の取り組みには期待が大き

く、東京YMCAが培ってきたノウハウを駆使して「健骨・健脳体操」や「転倒予防教室」「バランスアップ体操」などを実施している。いずれも認知症予防のために脳刺激体操を取り入れているが、レクリエーション要素を盛り込んであり、誰でも楽しくできるのが特徴である。区内の介護事業関係者にこの体操の研修会を開催し、普及を呼びかけたこともある▼開設より7年を経たグランチャ東雲では、認知症や体の不具合を抱える方も増えてきた。日ごろ利用者と接する中で感じるのは、高齢者が望む健康は決して身体的なものだけではないということである。むしろ仲間との会話やボランティアなどを通じて地域社会との接点を保つことが、メンタル面での健康に欠かせない▼超高齢社会を迎える中、多面的な活動を提供しているYMCAの役割は、極めて重要になると思う。

11面より

障がい児向けに
水泳指導始める

●堀 1967年には、いち早く障がい児の水泳も始まりました。

水中での運動
に着眼

●岩瀬 障がい児の水泳は、小児外科のパイオニアである駿河敬次郎先生から、「3歳のサリドマ

イド児が、手術後のリハビリ運動を嫌がる」と相談されたことから始まり

ました。それで、手が不自由な子どもが楽しくできる運動を考えなければならぬ。水を活用して運動の幅を広げていけると目を開かれました。

しかし当時の神田のプールは朝から晩まで埋まっていたので、すぐに実現することはできませんでした。1982年に在日韓国YMCAのプールのオープンした時、名古屋YMCAから出向していた橋口隆生主事たちが、このアイデアをもとに水中のジャズダンスを開始。また山手YMCAでは荒木昭好先生を中

心が高齢者のウォーキングも始めました。

日本初、全日制社会体育専門学校

●堀 1980年、東京YMCAが創立100周年の時、日本で初めての全日制の社会体育専門学校を開校されました。

●岩瀬 その頃は全国で年間200余ものスイミングスクールができていたために、各地で深刻な指導者不足が生じ、私が役員をしていたスイミングクラブ協議会には、時に重大な事故報告もあがってくるようになってきました。「これでは日本の水泳業界はつぶれてしまう」と思い、きちんと指導者養成ができる学校を作ろうと決心。東京YMCA創立100周年を機に踏み切ったのです。当初は「社会体育」に学生が集まるか心配しましたが、定員を大幅に超える応募者が集まりました。

●堀 当時、社会体育の指導者になれる学校は他

に高かったたので、私も大

●岩瀬 社会体育は基本的に学校と違い、やりた

い人が集まる場です。だ

から、嬉々としてやって

きた子どもたちを「よく

来たね」と出迎えて、

そのやる気を受け止めて

高めてあげる。指導の幅

も広げていけるし、人間

関係も深めていける。そ

ういう大きな可能性をも

っています。指導者

はよく心得るべきです。

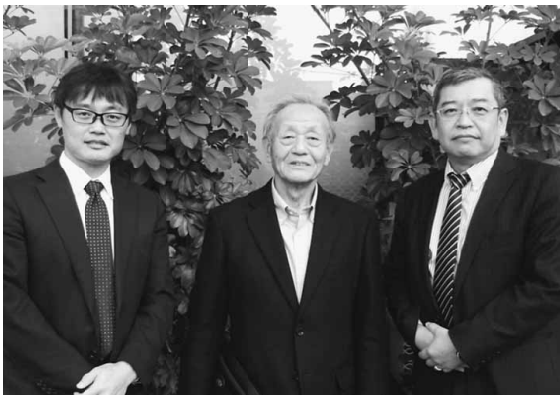
●堀 今はスポーツクラ

ブのノウハウも確立され

て、マニュアル化されて

いますが、そのままでは

だめですね。



対談後、岩瀬さんを囲んで。写真左は、東陽町センター館長の松本竹弘さん。共に社会体育専門学校の卒業生である。

学校体育と違う
社会体育に夢を

●岩瀬 社会体育は基本

的に学校と違い、やりた

い人が集まる場です。だ

から、嬉々としてやって

きた子どもたちを「よく

来たね」と出迎えて、

そのやる気を受け止めて

高めてあげる。指導の幅

も広げていけるし、人間

関係も深めていける。そ

ういう大きな可能性をも

っています。指導者

はよく心得るべきです。

●堀 今はスポーツクラ

ブのノウハウも確立され

て、マニュアル化されて

いますが、そのままでは

だめですね。

●岩瀬 また社会体育は

当然、社会活動の一部で

す。社会の中でどんな主

義主張をしていくか。社

会の変化にどう合わせて

いくか。たとえば団地の

隣にスポーツクラブを作

ったら、住民の成長にあ

わせてプログラムを開発

し続けなければなりません

ね。いつも同じことを

全国YMCA泳力基準「ワッペン」

1971年に開発された「ワッペン」。現在も学期末にはこれにもとづいてテストが行われ、子どもたちには泳力に応じたワッペンが贈られる。左上から、か、ふぐ、さんま、くらげ、たつのおとしご、さめ、いるか。全10段階。

グループ指導の
可能性を探って

●堀 今は、手軽に利用

できるスポーツ施設が増

えてきました。小規模で

24時間やっているような

ジムやヨガ教室とか。

●岩瀬 でも特に高齢者

は、一人で見知らぬ所に

行って運動はしないと思

いますね。やっぱり仲間

がいて「この前お休みだ

ったけどどうしたの？」

なんていう声かけがあっ

て、自分の居場所と思えるようになってこそ継続できる。YMCAは古くからクラスやグループを作って、色んな手法で人間関係を育んできました。2代目会館のときには「お風呂会員」がたくさんいましたよ。運動し

たくなって、仲間に出たいと来るんですね。

●堀 私は初めてYMCA

のグループ指導をみた

とき、一人ひとりを丁寧

にみていることに驚きま

した。グループ指導であ

りながら、個別指導のよ

うだと思いました。

●岩瀬 若い頃、本間立

夫主事の婦人クラスのア

シスタントをした時のこ

とですが、本間さんは30

分前に来て70人分のマッ

トを丁寧に拭くんです。

そして一人ひとりに「前

回どうでした？ 筋肉痛

になりませんか？」とか

「ご家族はお元気で

すか？」と話しかける。

すごいと思いました。サ

ービスってこういうこと

だと。人に配慮して関係

を築いていくんだなど。

●堀 今年日本のYMCA

は、新しいブランドス

ローガン「みつかる。つ

ながる。よくなってい

く。」を掲げましたが、

これは昔からYMCAが

やってきていたことです

ね。マニュアルに頼らず

に思いやり、声をかけ、

つながっていく。一人ひ

とりに合った指導を考え

る中でプログラムを開発

しています。

●岩瀬 私も名古屋YM

CAにいた時、行政と協

働しました。たしかに指

定管理は、YMCAの看

板が出せないし、数年で

事業者が変えられてしま

うなどリスクもあります

が、YMCAの良質なプ

ログラムを提供すること

し、広がっていく。

●岩瀬 東陽町ウエルネ

スセンターの運営終了は

厳しいことだけれども、

次の展開を夢見てやって

いってほしいと思います

す。東京YMCAはその

昔、早朝サイクリングや

小学校校庭を借用しての

サッカー、商店街の人々

への体操指導など、いろ

いろな場や機会を活用し

てきました。場所がなく

ても可能性はあります。

ウエルネスの火は消さな

いでください。

●堀 今は行政の指定管

理者もしています。

●岩瀬 私も名古屋YM

CAにいた時、行政と協

働しました。たしかに指

定管理は、YMCAの看

板が出せないし、数年で

事業者が変えられてしま

うなどリスクもあります

が、YMCAの良質なプ

ログラムを提供すること

によって住民に喜ばれる

のであれば、匿名でもい

いから地域に貢献したら

いいと思います。

「ウエルネス」の

理念しつかりと

●岩瀬 「ウエルネス」

という概念は1970年

代、暮らしが豊かになっ

ていく中で、人生をより

充実させていこうという

発想から生まれて来たも

のです。以前の「フィッ

トネス」は、周りに自分

を合わせていく、フィッ

トさせていく。たとえば

高度経済成長期の企業戦

士が、仕事に耐える体力を養うために運動する、といった考え方なのに対して「ウエルネス」は、自分がどう生活を楽しんでいくか、どのような人生を築いていくかとい

う、より人間中心の考え方です。

ただ、アメリカの影響

を受けて「ウエルネス

を日本に導入したとき、

それを代表するような具

体的なプログラムが提示

できなかったことは問題

でした。「ウエルネス

って何？」と聞かれてピン

とくるものがないこと

は、導入のミスだったと

思っています。

けれどもウエルネスの

理念は、ますます必要に

なっていると思います。

特に高齢者は、100万

人いたら100万とおり

の健康法がある。これ

をやったら健康になる

ていうくり方は肩つば

もの。健康法というも

は、その人なりの人生

の中で培われていくも

です。YMCAはそういう

たトータルな健康のため

のアプローチをお手伝

いをどうしていかれる

かからもっと問われる

と思います。

そのためには第一に、

専門家のネットワークが

必要です。かつては専門

委員会があって、医者や

学者などいろんな専門

家や会員の代表者が、そ

れぞれの立場から意見を

ぶつけあう機会がありま

した。スタッフにとって

は、提案を否決されたり大変な面もありました

が、私はそこからたくさ

んのことを学んだ。今の

東京YMCAにはそうい

う機能がなくなってい

ま。健康法というもの

は、その人なりの人生

の中で培われていくも

です。YMCAはそういう

たトータルな健康のため

のアプローチをお手伝

いをどうしていかれる

かからもっと問われる

と思います。

そのためには第一に、

専門家のネットワークが

必要です。かつては専門

委員会があって、医者や

学者などいろんな専門

家や会員の代表者が、そ

れぞれの立場から意見を

ぶつけあう機会があり

ました。スタッフにとっ

ては、提案を否決され

たり大変な面もあり

ました。私はそこ

からたくさ

んのことを

学んだ。今

はるかに財政的に厳しか

った中でも、海外留学を

はじめ各種の研修の機会

が与えられていました。

お金も時間もかけてじっ

くりと育てようという組

織的な意思があったし、

これこそがYMCAの原

動力だと思う。さらに全

国の指導者たちの横のつ

ながりも重要です。

●堀 もう一回YMCA

はそういうネットワーク

を作りなおさないといけ

ません。参加者、指導

者、専門家、会員。さま

ざまな人とつながって、

広がっていく。YMCA

のブランドは、そうやっ

て再生していかなきゃい

けないと思います。今日

は長時間にわたり、あり

がとうございました。

子育てコラム



こどもたちの
おかげで

「あー、今日もよく笑った」と仕事帰りの電車の中で、子どもたちとのやりとりを思い出してぐすりと笑ってしまう。

昼食の時間のこと。おしゃべりが大好きな2歳児クラスの子ども

たちはご飯をほおぼりながら、われ先にと話

し始める。食べ方があ

まり上手とはいえないAは顔や指先にご飯粒がたっくん付く。「ほら、左手でお皿を押さえてね。ほっぺにご飯粒が付いてるよ。あ、頭にもご飯粒！」とよく注意される。そんなAは最近引越をしたばかり。「お家に遊びに来て」と皆を誘うので、お土産は何が良いか尋ねるとさかさず「ご飯粒!」。これには「えーっ、ご飯粒だつて!」と皆で大笑い。「ご飯粒」と言い過ぎたせいかと少し反省もする。

食事後、仕上げの歯磨きのために保育者の膝に横になるB子は大の歌好き。今の状況を

オリジナリティに特権ではないだろう。子どもたちのおかげでいきいきとした毎日を送ることができ

る。帰り際に若いスタッフから「あまり笑うとシワが増えるそうですよ」と助言される。笑

ってシワが増えるなら致し方ない。「表情筋が鍛えられて良いかも」と答えて園を後に

する。一日を振り返りながら自宅に戻る。そしてそっと鏡を見ている。やはりシワが増えている……。

チャイルドケアセンター

主任 宮内 絹子

■熊本大地震復興支援のため街頭募金

知的障がい者グループ「あおぞら・つばさ」

熊本大地震から1年半。

九州北部豪雨災害から3カ月が経ちました。今なお復興半ばにある被災地の方々のために、そしてまた災害を風化させないためにも10月15日（日）、西東京コミュニティセンターの「あおぞら・つばさの会」がJR三鷹駅前



前で1時間ほど、街頭募金活動を行いました。この会は、知的障がいのある中学生から成人の方々が、毎月ボランティアリーダーたちと一緒に外出などを楽しむ活動で、この日は21人のリーダー・スタッフと共に障がいのあるメンバー3人も募金活動に参加しました。

雨の降る肌寒い夕方、道行く人もせわしく、最初はなかなか立ち寄っていただけませんでしたが、交替で呼びかけ続けたところ、子どもから大人まで多くの人が募金をしてくださり、その善意に励まされながら、頑張ることができました。

寄せられた募金は10,926円。現地YMCAによる支援活動のために大切に用いさせていただきます。皆さまのご協力に感謝いたします。

(西東京コミュニティセンター 中里敦)

■青山学院大学と青山学院女子短期大学がチャリティーコンサート

liby・東京YMCA高等学院を支えるため

昨年に引き続き第2回となる「liby・東京YMCA高等学院を支えるためのチャリティーコンサート」が10月21日、日本基督教団渋谷教会で開催されました。本会理事でオルガニストの飯靖子（いい・せいこ）さんが発起人となり、ご自身



が指導する青山学院女子短期大学グロリアスクワイアと、青山学院大学ハンドベルクワイア、ヴィオラ奏者の飯頭（いい・あきら）さんが出演してくださいました。

ハンドベルの演奏は、2つのクワイア合わせて10オクターブという構成で、天国から聞こえてくるような音色でした。ベルでテーブルを叩いて打楽器のような音を出す等の多彩な演奏法が取り入れられており、また讃美歌を歌ったり、ヴィオラの演奏が加わる等、素晴らしいコンサートになりました。学生の皆さんが、本当に楽しそうに演奏されていたことも印象に残りました。最後は高等学院の生徒有志によりキャンプソングとカントリーロードをギターの伴奏で歌い、楽しい時間となりました。

来場者は95人にのぼり、合計77,167円のご厚志が寄せられました。会場を無償で提供くださった渋谷教会、そしてご協力くださった皆さまに感謝を申し上げます。(高等学院 井口真)

■新規会員活動「プロジェクトF」始動

遊び道具を制作して子どもたちに贈る会員活動「ジョイファクトリープロジェクト」（通称「プロジェクトF」）が9月30日に初めての活動を行ないました。

今回制作したのは、イスラエルのドッジボール「ガガ」のピッチコート。180cm×90cmの合板16枚をカットし、軽量化のために穴をあけてデザインし、蝶番を取り付けて完成させました。

参加した会員は、もくもくと、そして和気あいあいと楽しく作業することができました。11月25日に実施される「ソシアス2017」でも、続きの作業をしたり実際にプレーを楽しむことを予定しています。(会員部 小松康広)



会員ソフトボール大会 新ロゴTシャツで



「第34回オール東京YMCA・近隣YMCA会員ソフトボール大会」を10月9日に開催。日ごろ交流の機会が少ない会員、学生、留学生、賛助会企業の社員、ボランティアリーダーなど、YMCAに関わる292人が共にソフトボールを楽しみ親睦を深めました。会場は埼玉県出版健康保険組合大宮運動場。優勝は「江東ゴールデンベアーズ」（東京江東ワイズメンズクラブ、江東YMCA幼稚園保護者）。閉会式では、新しいロゴマークが紹介され、全員に記念Tシャツがプレゼントされました。(会員部 小松康広)

「いま日本の社会の中には、どれくらい多様な生き方があって、そのうちどれくらいの生き方が肯定されているでしょうか」。10月28日、東京YMCAオープンスペースliby（リビー）と高等学院が今年2回目となる「多様な生き方」を考

liby・高等学院 講演会 多様な生き方を考える

える講演会を開催。伊藤書佳（いとうふみか）さんを講師に、現代社会の在り方について、参加者と共に考えました。不登校経験のある伊藤さんは、まずはご自身の学校での経験や、当時考

えていたことについて紹介されました。第一部の終わりに、「近づいてみれば誰一人まともな人はいない。」というイタリアの精神保健のモットーとされている言葉を紹介されました。どんなに「まとも、正常」に見える人でも、近くからよく見てみる

ていますが、それは本当でしょうか？」と問いかけた。「能力とは相性にすぎないという考え方もあります。権力を持つ側の望むことができれば、能力がある、学力が高いと評価されるのです」。

「多様な生き方」ができる社会にするにはどうしたらいいか考え、行動していきたい」と締めくくられました。参加者からは、「肩の力が抜けた」「勇気をもった」「視点に衝撃を受けた」などの感想がありました。

と、その人が人生の中で身につけてきた一連の特性、独特の味があることを示しているのだそう。「一人ひとりの味が出せる世の中になるといい。多様な生き方」



10月7・9日、「三菱商事」東京YMCA秋の山中湖キャンプ」が開催され、子どもとボランティア・スタッフ総勢78人が参加しました。このキャンプはいわゆる「発達障がい」と言わ

三菱商事「秋の山中湖キャンプ」 発達障がい児支援へ 15年目

る「発達障がい」と言われる子どもたちのためのキャンプで、三菱商事が参加費を助成、また社員ボランティアも派遣して実施されており、今年で15回目となりました。今年

は初参加のキャンプも多く、多くの子どもたちが緊張や不安を抱えてキャンプが始まりました。その気持ち、腹痛やホームシックとして現れることもありましたが、ボランティアリーダーたちは物理的にも精神的にも寄り添うよう努めました。

2日目は、子どもたちそれぞれが自分で選んだプログラムを行いました。最終日、濃霧で始まった1日でしたが、3日間

した。気温も高くなり、みんなの気持ちも明るくなりました。不安なんてどこにもなくて、解放されて、思い切り自由に遊びました。

誰もが優しい気持ちになり、そして、自分でもいんじゃないかって思えた、そんなキャンプになったと思います。

山中湖のほとり、大きな富士山が見下ろす中で生活では、いろいろな大切な出会いがありました。たくさんの方の大切な言葉があり、笑顔があり、涙がありました。その思い出は、風景や歌声の記憶と共に、後々までみんなを温めてくれると思います。

(第15回三菱商事・東京YMCA秋の山中湖キャンプディレクター 井口真)