創立1880年
YMCA
東京YMCA
2013 5 月号
発行所　公益財団法人東京ＹＭＣＡ　発行人　廣田光司
135-0016　東京都江東区東陽2-2-20　電話　03-3615-5562
URL http://tokyo.ymca.or.jp

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、身体の全人的成長を願い、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。

“健康寿命”を伸ばす　少しの運動で 体は変わる

東陽町ウエルネスセンター「健康塾」

簡単な筋力トレーニングで、ケガや病気を予防できる――。自らのリハビリとしてトレーニングを考案した宮畑豊氏の薦めには、改めて健康への関心を深めさせられる。東陽町ウエルネスセンターが始めた無料講習会「健康塾」の様子を紹介する。

3月31日の「第1回健康塾」には30人、4月29日には48人が参加。講師の宮畑豊氏は、ボディービル選手として１９７４年のミスター東京ほか各種のコンテストで連続入賞して一時代を築いた方だが、病気で下半身不随になった経験もあり、そのリハビリとしてこのトレーニングを考案した。現在はトレーニングセンター「サンプレイ」を主宰し、プロのスポーツ選手から相撲界、芸能界など幅広い層の指導にあたっているほか、東京ＹＭＣＡ社会体育・保育専門学校や大学などでも教えている。

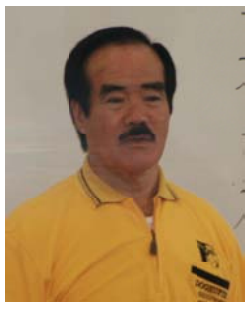
「プロのスポーツ選手も高齢者も、腹式呼吸から始まり柔軟体操をたっぷり行うという基本は同じ。違うのは『力加減』だけ」と宮畑氏はいう。今回のトレーニング内容は、運動が苦手な方でも自宅で無理なくできるものばかり。たとえば、いすに座ったまま片足ずつ自転車をこぐように持ち上げる。つま先とかかとを交互にあげたり、ひざを開いたりする。腕を伸ばして上にあげるなど。腹式呼吸と、「操体法」（＝橋本敬三氏提唱）という体の歪みを軽減する運動を基本にしたもので、ゆったりと息を吐きながら気持ちよく動かしていく。無理に動かすことはしない。右手があがりにくいと思ったら、まずは左手を動かしてみる。するとバランス調整の力が働いて歪みが軽減され、右手も楽に動かせるようになっていく。

今回の「健康塾」でも、ひざの関節痛のために正座ができなかった受講者が、ひざの内部の筋肉を動かす運動を20回ほどしただけで正座ができるようになるなどの効果が見られ、会場からは驚きと喜びの声があがった。（写真）

実際このトレーニングによって「60歳で歩けなくなった方が80歳でトレーニングの指導者になった」など、多くの成果が報告されている。埼玉県三郷市では、受講者の医療費を調査したところ、１人当たり年間約５万円、10年間で総額９億円削減されたと報告されている。三郷市では市をあげてこのトレーニングの普及に

両手を水平に広げて左右にねじる運動。腰が伸び、胸膜も広がる。

ひざの関節痛で正座ができなかった方が、ひざの筋肉を動かす屈伸運動を20回ほどしただけで、正座できるようになった。


宮畑 豊 氏
トレーニングセンター「サンプレイ」代表取締役／東京ＹＭＣＡ社会体育・保育専門学校講師／東京学芸大学講師ほか多方面で活躍。著書に『55歳からの筋力トレーニング』（池田書店）ほか。

すべての人を一つにしてください
「施し散らす人生」を

「何が君の幸せ　何をして喜ぶ　わからないまま終わる　そんなのはいやだ！
忘れないで夢を　こぼさないで涙　だから君は飛ぶんだ　どこまでもそうだ恐れないで　みんなの為に　愛と勇気だけが友達さ
ああ　アンパンマン　やさしい君はいけ！　みんなの夢守るため」（三木たかし作詞）

この歌が東日本大震災被災の方々を励ましたと聞きました。頭の傷を省みず他者のために与える（仕える）姿が、勇気と希望をくれたのだと思います。

ホスピスで有名な柏木哲夫さん流にいえば「散らす人生」です。柏木さんは散らす人生・与えることの大切なのです。

１９９１年に全国のＹＭＣＡでウエルネスシンポジウムを開催したとき「自分らしく生きる」と言うテーマ設定をしましたが、自覚して自分なり与えるべきものを惜しんで、かえって貧しくなる者がある。物惜しみしない者は富み、人を潤す者は自分も潤される。」とあります。２０００年前に命をかけて「散らす人生」の見本を見せてくださったイエス・キリストの十字架を見上げて歩んで行きたいものです。今からでも遅くはありません「集める人生」ではなく「散らす人生」を生きてみませんか。アンパンマンのように、「いけ！　みんなの夢守るため。」

人生を送った人は「死」の活き活きした人生を歩みたいものです。キリスト教には「天に富を積む」という言葉がありますす。旧約聖書『箴言』11章には「施し散らして、なお富を増す人があり、

（総主事　廣田光司）

東日本地区ＹＭＣＡ理事・常議員・総主事研修
少子高齢化社会におけるＹＭＣＡの役割

「東日本地区ＹＭＣＡ理事・常議員・総主事研修会」が4月20日、グランチャ東雲を会場に開催され、北海道から山梨まで11ＹＭＣＡから67人が参加した。

今年の主管は山梨ＹＭＣＡで、基調講演は東京ボランティア・市民活動センター所長など多方面で活躍されている山崎美貴子氏（写真）から、少子高齢化社会においてＹＭＣＡに期待される役割についてお話いただいた。山崎氏は、学生時代にＹＭＣＡのボランティアリーダーをした経験があり、現在も東京ＹＭＣＡの評議員をしている。講演要旨は以下のとおり。

山崎美貴子さん

現代社会からは「家族」「コミュニティー」「企業の終身雇用」の3つがなくなっている。特に家族のあり方は、これまでの人類史上なかったほどに激変している。80年代までは三世代世帯が全世帯の半数を占めていたが、２００９年には17.5％に減った。今後ますます高齢者のみの世帯、高齢者の一人暮らしが増えていくと予測されている。独身者も増えた。２０１０年における生涯未婚率は、男性が約20％、女性約10％で、特に男性はこの15年間で4倍に増えている。また「現代家族」は、いわゆる核家族とも異なり、一緒に食事したりして場を共有することを基本とせず、お互いがそれぞれのライフスタイルを追求する傾向が強い。個人化が著しく、離婚も再婚も自由である。その中で、親から子に受け継がれていた生活様式や文化が途絶え、子どもが育つ土壌も変化している。育児は孤立化し、子育ての喜びが共有されず、虐待など問題は増える一方である。

就業形態も不安定になり、派遣切りを繰り返されている内に若者が働く意欲を失うなど、問題が生じている。「地域ホットライン」に寄せられる年間およそ８９０万件の相談の内、60％が40代によるもので、相談内容は「生きることの目的を失った」がトップだという。貧困の問題も重なり、若年者や女性が24時間型のファミレスを転々とするなど、ホームレスの層も変化している。

これらの背景により、人は孤立化し、所属する場所や社会的つながりを全くもたない人々が増えている。

今こそ、共に生きることの本当の意味を考える必要がある。社会的に排除されて孤立している人々に気づき、寄り添い、ネットワークを作って、その人らしく地域でくらせるように支え合う必要がある。しかし一方で孤立した方々は、支援やサービスを利用しようとしないことも多いため、どうプログラムを届けるか、「ニーズの発掘」「傾聴」も大きな課題である。

ＹＭＣＡは人材の宝庫である。シニア世代を活かすプログラムを作り、世代の違う層をつなぐことができる。多世代が支え合い、繋がり合い、学び合う、そんな支え合う地域社会（ケアリングコミュニティー）を形成する役割が、ＹＭＣＡにはあるのではないか。

（広報室）

赤▽三角

私は3月にカンボジアに行った際、現地のＹＭＣＡを訪問することができた。プノンペン市内の住宅と商店が密集しているところにCambodia YMCAの看板を見つけた。1階には子ども10人位が机を囲む教室風の小さな空間があり、われわれは2階に案内された。総主事Bethさんとボランティアの青年が現地での活動について熱心にパワーポイントで説明してくれた。まだ小さな力ながら高齢者・子どもを支援するコミュニティーの社会活動、語学やコンピュータースクール、ストリートチルドレン支援などの活動を行っている。

カンボジアＹＭＣＡは２００６年に設立、現在の総主事は2代目という若いＹＭＣＡである▼私たちの会社は体育や運動会のときに使うハチマキ、紅白帽子を生産する現地工場の開所式を行った。カンボジアの文化に習って寺院から僧侶7人にきてもらい工場で働く若い工員さんたちの安寧を祈願してもらった▼これから日本の子どもたちがmade in Cambodiaと表示された紅白帽子をかぶってみてカンボジアに行ってみたいと言ってくれる日がくることを願っている。さらにカンボジアの子どもたちを日本に招くプログラムを開発することを夢みている▼はじめて会った工員さんたちのこころの温かさ、子どもたちの笑顔に接して私はカンボジアが大好きになった。（東京北ワイズメンズクラブ　磯部成文）

We build strong kids, strong families, strong communities. YMCAは、たくましい子どもたち、家族の強い絆、支えあう地域社会を築きます。

「私のウエルネスライフ」

元気の秘訣はＹＭＣＡ

東陽町ウエルネスセンターは、都内でも最大級の広さをもつ総合スポーツセンターで、乳児から高齢者まで２０００人以上が通っています。「ウエルネス」とは、身体的・精神的・社会的にもバランスのとれた、より良い生き方を目指すこと。ＹＭＣＡで〝ウエルネスライフ〟を実現されている方々に、そのきっかけ、元気の秘訣を伺いました。（編集：広報室）

中学生から53年間　国際大会も経験

武井　義昭さん

中学生のとき、兄に誘われて神田のＹＭＣＡのプールに通いました。昭和35年、まだ水着を着ないで裸で泳いでいた時代です。「緑泳会」という少年の水泳クラブに所属、そのときのカードをまだ大事に持っています。自宅にお風呂のない時代で、プールに行ってお風呂に入ってくる、という生活でした。

20代からは、東京オリンピックのお下がりのマシンでウエイトリフティングも始めました。25歳のときにハンドボールに誘われてからは、42年間ずっとハンドボールを続けています。ハンドボール協会に登録し、１９８８年にはオーストラリアに日本代表として行きました。90年にはアメリカ、92年はアイルランドに。世界のトッププレーヤーのプレーは見ているだけでも素晴らしいし、皆親しくしてくれて、よい経験でした。ハンドボールは、紀元前からあるボールゲームの原点です。両手を使い、頭も使う。激しいスポーツだけれど、楽しいです。若い人にもお勧めです。

築地市場の仕事なので、朝は2時半に起きて、昼に仕事を終えて、ビール飲んで昼寝してからＹＭＣＡに来る。８時前には布団に入ります。病気はしたことないです。ちょっと血圧が高いだけ。生活のリズム的にはベストです。

ＹＭＣＡは、施設が広くて設備もいいし、いろんな人がいるのが魅力ですね。子どもも障がい者もボランティアも高齢者もいる。以前は外国人も多かった。何よりこの「愛と奉仕の精神」が好きです。リタイアしても、ＹＭＣＡに通っている人は若いですよ。私はＹＭＣＡがなくなったら、生活のリズムを失って病気になってしまう。ＹＭＣＡが一番いいですよ。

生活リズムの中にＹＭＣＡ

手術も乗り越え　22年間継続

松野　富久子さん

東陽町に住む友人に誘われたことがきっかけで、22年前からＹＭＣＡに通い始めました。もともと運動をしていたわけではありません。水泳は、小学校以来でしたが、若い頃にミッションスクールに通っており、ＹＷＣＡのキャンプに参加した経験もあって、ＹＭＣＡは魅力でした。それからずっと毎週2回、「モーニングスイムクラス」でクロール、背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライの四泳法を習っています。若い人についていくのはしんどいですし、力がないのでバタフライはなかなか前に進みませんけれど、続けています。

他に、台東区の保健所の体操教室にも週2回通っていますから、週4回運動しています。おかげさまで規則正しい生活ができます。出かけること自体が年寄りにはいいと思います。電車とバスで通っていますから、プールの後でもお化粧して身だしなみにも気をつけますしね。以前は友人と一緒に旅行や食事もしましたが、だんだん一緒に出かけられる友人がいなくなりました。ＹＭＣＡでは若い方とお話もできますし、私が休むと皆さん心配してくださるので、できる限り休まないようにしています。

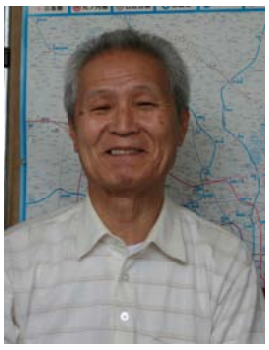
85歳の時に脊柱間狭窄症という病気で歩けなくなり、20日間入院して手術をしました。でも、水泳をしていたおかげで回復が早く、リハビリして歩けるようになりました。主人は6年前に脳梗塞で亡くなりました。3年ほど入院していたので、毎日病院に通いましたが、その間も水泳は休みませんでした。

自宅は卸問屋をしており、若夫婦も忙しいですから、〝お迎え〟が来るまでは若い人の世話にならないように頑張ろうと思っています。水泳はオススメですよ。私は今年で90歳になりますが、年をとって何もせずにいますとだんだん動けなくなりますから、90歳を越えても続けるつもりです。

89歳。バタフライも習う

3ヶ月で16キロ減。糖尿病も安定

仲間もできる　楽しいから続く



石原　紀之さん

23年前、健康診断で糖尿病が発覚、体重も76キロで、医者に「運動しなさい」といわれてＹＭＣＡに来ました。東陽町にＹＭＣＡができて2～3年後のことです。腰痛と四十肩にも悩まされていたので水泳を始めました。食事療法と合わせて努力したところ、3ヶ月で16キロやせました。腰痛も肩も治りました。今年73歳になりますが、体重は57キロ。毎晩酒は飲みますが、おかげさまでずっと糖尿の数値は安定しています。

若い頃はかなり本格的にサッカーをしていました。それを辞めたので太ったんです。厳しすぎたので、以後サッカーはやっていません。今は週に3～4回、自分のペースでマシンや水泳をしています。糖尿には筋力をつけるよりも歩くことが一番なので、時速6．7km位で1時間歩き、その後30～40分泳いでいます。

ここには私以外にも糖尿病の人がたくさん通ってますよ。80歳過ぎた人も多いですが、ボランティア活動もしたりして皆さん元気です。す。私も東陽2丁目町会の副会長をしている関係で、ＹＭＣＡのオープンハウスのお手伝いもしたりと、忙しくしてます。

リタイアしたら、お風呂だけでもいいからＹＭＣＡに通うことをお勧めします。自宅で毎日お風呂に入れば光熱水費だって月額7，350円では済まない。掃除も面倒ですしね。小さいお風呂に一人で入っているよりも、ここに来たほうがいいですよ。サウナもあるし、いろんな人と話しもできる。ずっと通っていると仲間もできる。私は年に2回くらい、20人くらいで飲み会もしてます。昔はインストラクターも一緒に花見などにも行きました。それが楽しみで来てる人もいますよ。

もうすぐ70歳　〝健康寿命〟のため頑張ります

榎本　淳衛さん

1ヶ月ほど前に再入会しました。10年ほどＹＭＣＡをお休みしていたのですが、その間は自分でウォーキングをしていました。夜に浅草や上野、銀座まで歩いていたのですが、空気が悪いし、人通りも多く、酔っ払いとぶつかっても厄介で、止めました。でも、人間ドックではいつも「メタボです」「太りすぎです」とうるさく言われていましたし、そろそろ70歳になりますから、ちゃんと運動しようかなと思ってＹＭＣＡに通うことにしました。ゴルフが飛ばなくなってきたので、筋力アップが必要だと思ったのもきっかけの一つです。

久しぶりに来てみたら、トレーニングマシンに一台ずつ個別のテレビが設置されていて快適です。相撲やニュースなど自分の好きな番組を見ながら走ると、30分くらい簡単に頑張れます。また、以前からいる方、なんか見たことのある方が多いなとも思いました。皆さん継続しているんですね。更衣室で皆さんと一緒に着替えると、やっぱり「もう少しこのお腹を何とかしたい」という気持ちになります（笑）。

まだ入会して1ヶ月ですが、1回運動すると2キロ位体重が減りますし、少しお腹の周りがしまってきた感じがします。調子もいいです。もう少し慣れたらレスミルズなども挑戦してみようかなと思ってます。

エレベーターに「健康寿命」ってポスターが貼ってありますけど、いいこと書いてあるなと思います。やっぱり「健康寿命」を伸ばしたいですね。運動して美味しく食べて。私はまだ現役で仕事もしなければならないし、頑張ろうと思います。

お気に入りはエアロバイク

ラケットボールで全日本へ

望野　将司さん

東陽町ウエルネスセンターがオープンしてすぐに入会しました。小学1年生の時で、プール、サッカー、スキーキャンプなどに参加。以後25年間、学校の都合で1年ほど休んだ以外はずっと通い続けています。今も仕事の前に週2～3日、トレーニングしてさっぱりしてから出勤してます。人生ほとんどＹＭＣＡです。

高校2年生の時にラケットボールを始めてからは、もっぱらラケットボールをしています。全日本ダブルスで準優勝したこともあります。今年はベスト8。「ＩＲＴジャパン（国際ラケットボール協会）」の大会運営や、「ＡＲＦＪ（アジアラケットボール協会）」の事務局業務なども、ボランティアでやっています。

ラケットボールは、ゲーム性の高いスポーツなので飽きることがありません。また練習では、その日に来ている人と一緒にプレーするので、学生とかメンバーとか色んな人とプレーできて、一緒に飲みに行ったりするのも楽しいです。他のスポーツ施設にはこんなにたくさんラケットコートがないですからお勧めです。初めての方でもうまくボールを返せる相手と一緒にやれば誰でもできますよ。僕らも声かけてもらえれば一緒にやります。

ラケットボールをやる人はＹＭＣＡをやめないですね。何十年も通っている人がたくさんいます。我が家は母も弟も通っていて、特に母は、毎日3時間くらいＹＭＣＡに来て、ラケットボールだけでなくエアロビクスやマシンもやっています。それが生活習慣になっています。また東陽町オープンハウスは毎年、家族中でバザーのお手伝いなどしています。近くいとこも入会する予定です。

小学生から25年、家族で通ってます

福島の2家族も参加　困難な生活語る
リフレッシュキャンプ報告会

東京ＹＭＣＡは２０１１年夏から三菱商事㈱およびシティグループ・ジャパン・ホールディングスと協働して、福島県内被災者を対象に「リフレッシュキャンプ」を実施し、これまでに延べ約１３００人に参加いただいている。３月19日、東京丸の内の三菱商事㈱本社ビル内「ＭＣフォレスト」を会場に、「リフレッシュキャンプ報告会」を開催。平日夜にも関わらず約50人が来場した。三菱商事を代表して廣田康人執行役員にご挨拶いただき、東京ＹＭＣＡの堀雄二ディレクター（山手センター）による社員ボランティアによるプログラム報告、三菱商事とシティグループ両社の社会貢献担当者からは支援を通じて感じたこと等をお話しいただいた。またキャンプ中にお手伝いくださった社員ボランティアによる報告も行われた。

今回の報告会のために、福島県郡山市からも同キャンプ既参加者である2家族が来場し、事故当時の苦悩、その後の困難な生活のことなどを涙ながらに語られた。東京ＹＭＣＡでは、いまだ屋外での活動が制限されている子どもたちとご家族のため、今年度も引き続き福島支援プログラムを実施予定である。

（会員部　村上祐介）

花紙を丸めて壁飾りを製作。捕鯨猟が盛んだった鮎川浜にちなみ、くじらと海の絵を作った。

医療福祉専門学校生　石巻でボランティア
介護の技術活かし　高齢者施設でワーク

３月17日から10日の4日間、医療福祉専門学校介護福祉科学生9名、教員2名が、石巻市内の高齢者グループホーム『あゆかわの郷』でボランティア活動を行いました。学生たちは、一年間学習・実習してきた経験を活かして、パラバルーンを使ったレクリエーションや、記念品の製作、また散歩や食事など日常の活動も一緒に行わせていただきました。

中でも記念品製作の事前準備は、「何を作ればいいんだろう」と学生たちはとても悩んでいました。何かよいこと、楽しいこと、笑顔になれることをしたいという気持ちいっぱいで、けれどその分、どんなことをしたら喜んでもらえるのだろうという不安もいっぱいだったのかも知れません。

いろいろと考えて決めたのは、お花紙を丸めて作る壁飾り。当日は二つのグループに分かれ、あゆかわの郷のみなさんと共同で作業をしました。みなさんは笑顔で作業を受け入れて下さり、コツコツと丁寧だったり驚く程の手早さだったり、一番嬉しかったのは学生のはずです。

お別れの際には、感激した学生が大泣きし「泣くでねーよー」となぐさめられる姿も見られました。こちらの方が満たされる思いっぱいにさせていただいたボランティア体験でした。

（医療福祉専門学校教員　丸山優子）

会員増強キャンペーン
１０３人が新たに入会
会員総数923人に

会員部運営委員長
笈川光郎

ＹＭＣＡは会員が使命達成に向けて主体的に活動を担う会員運動団体ですが、その熱意は変わらないものの、東京ＹＭＣＡの会員数は２００３年以降減少傾向にありました。会員部ではＹＭＣＡの願いを共有する仲間を増やしたいと考え、会員増強委員会を設置してその方策を検討して来ました。２０１２年５月には会則を改訂し、会員の定義を「本会の活動を維持し、または担うこと」と改め、従来の担い手会員に加えて、会費によりＹＭＣＡの活動を維持する会員の位置づけを明確にしました。同時に、生涯ＹＭＣＡの会員となることを表明する「永年会員制度」を新たに設けました。そして２０１２年11月に開催した会員協議会「ソシアスフォーラム」をキックオフとして「会員募集キャンペーン」を行った結果、３月末日までに新たに１０３人の方が会員となってくださり、前年度末に８３７人であった会員総数が９２３人となりました。キャンペーンにご協力いただきました皆様に心よりお礼を申し上げます。どうもありがとうございます。

４月以降も新規お申し込みをいただいておりますが、会員の皆様にはこれからも是非多くの方をお誘いいただき、会員数１０００人を達成したいと願っております。東京ＹＭＣＡの願いと働きを多くの人に知っていただき、この働きに賛同する支援者を増やし、会員の輪を拡げていきたいと思っております。これからも引き続きご協力をお願いします。

東京ＹＭＣＡ会員（個人）は年額12,000円～です。
詳細は会員部（tel. 03-3615-5568）へお願いします。

チャリティーゴルフに94人
障がい児など支援へ

４月11日、「第23回チャリティーゴルフ大会」をレイクウッド総成カントリー倶楽部で開催。25グループ94名が、花の美しいコースで競技を楽しんだ。チャリティーホールでは、ワンオンした方からもしなかった方からも温かなご厚志が募金箱に寄せられた。

競技後の表彰式ではチャリティーの主旨説明とともに、益金目録が布上征一郎実行委員長より廣田光司総主事に贈呈され、またご協力をいただいたゴルフ場とワンポイントレッスンを担って下さった村井亮太プロに感謝状が贈られた。多くの企業、団体、個人からいただいたご協賛品が会場をにぎやかに飾り、各種表彰が執り行われた。

大会の益金約47万円は、不登校児支援、障がい児支援、フレンドシップファンド、国際協力募金、東日本大震災被災者支援のために用いられる。参加者、ご協賛団体・企業、ご寄付をいただいた方々、ボランティアとして運営を担って下さった実行委員に感謝したい。

（会員部　戸坂昇子）

Report

■ 山手センター改修工事

3月12日～4月26日、山手センターの改修工事を行い、兼ねてから懸念されていた1・2階のトイレを改修しました。2階男子トイレは幼児が使いやすいようにローリップ型の小便器が付きました。また全トイレにウォシュレットが完備され、1階女子トイレにはベビーチェアーも付き、明るく使いやすくなりました。

また、昨年閉園した「山手ＳＴＥＰ」の保育室も教室形式に改修しました。72名用の「大教室」と18名用の「小教室」になり、大教室には天井に備え付けのプロジェクター2機と100インチのスクリーンが2本常設されています。ワイヤレスマイクと音響設備も設置されていますので、授業に限らず様々な用途に活用いただけます。

山手センターにお越しの際には、ぜひご覧ください。お待ちしています。

（国際ホテル専門学校　小畑貴裕）

■ 保育課程は2年制に変更
■ 体育課程でも幼稚園免許取得可能に

社会体育・保育専門学校は2013年度生より、保育専門課程が2年制となり、また社会体育専門課程こどもスポーツコースでも幼稚園教諭2種免許状の取得が可能になりました。

保育専門課程は2003年の開設当時は3年制での教育しか認められませんでしたが、保育士が常に不足している社会の波の後押しを受け、2年制への変更が許可されました。

また、社会体育専門課程こどもスポーツコースでは、幼児・小学生への体育指導ができるだけではなく、幼稚園教諭免許状を併せ持つ人材の要望が多くなってきたことから、希望する学生は短期大学との併修により、幼稚園教諭2種免許状も取得できるようにしました。この変更により、今年は両学科共に昨年よりも入学者数が増えました。ＹＭＣＡは常に時代の要請に応え、進化・発展していく学校を目指しています。

（社会体育・保育専門学校
口原恵美子）

■ 東陽町センター　カフェテリア再開

昨年7月からお休みしていた東陽町センター１階のカフェテリア「Well－B」が、4月8日に再開しました。定食、麺類、丼物、カレーのほか、煮物やおひたしなどの惣菜が一品80円で選べるカフェテリア方式になっており、良心的です。

入り口脇にはヤマザキショップも開店。おにぎりやドリンク類、お菓子、カップ麺など、小型のコンビニエンスストアのような品揃えで、平日朝8時から夜6時まで営業しています。ご自慢の商品は豆大福。「ご要望に応じて仕入れていきます」とスタッフ皆さんもはりきっています。

（広報室）

シリーズ
資料室の窓から〈82〉
創立150周年を望みつつ
第二代会館を憶う

本会元副総主事　齊藤　實

第二代会館の玄関ホール

長い題となった。私の瞼の奥では、遥か先のことだが創立１５０周年を迎えた日の東京ＹＭＣＡの姿が見え隠れしているからである。掲げた写真は、『東京キリスト教青年会本館』と題した記録図書の一頁である。関東大震災から復興し、全容を変えて１９３０年１月18日に献堂式を挙げ、アジア・太平洋戦争を耐え、その戦後、爆発的な活況を見せた東京ＹＭＣＡ会員活動の拠点であった。その施設を、ひたすら時代を記憶すべき「建物」として記録している。老朽化による建て直し前の１９８９年５月にＡ４版64ページに収めた。撮影には建築写真家村井修を煩わし、東京ＹＭＣＡ常議員・デザイン研究所運営委員長で東京藝術大学名誉教授清家清が監修した。

この建物は、「時代を生きる」東京ＹＭＣＡが望んだ「事業転換」を表明した歴史的「証拠物件」なのであった。初代会館は大講堂を擁して大衆啓蒙時代を象徴した。東京ＹＭＣＡは、関東大震災での奇禍を活かして「大集会主義」から脱皮する。時代を先取りして、青少年の自立を促す装置としての《小集団活動》の殿堂に変えた。「語り合う仲間」の「寄り合う場所」を創出したのである。

アジア・太平洋戦争後には、永井三郎著『グループ・ディスカッション』が日本ＹＭＣＡ同盟から出版されて、この会館の小集会室はまことに格好の民主的「寄り合い場」となった。会員がクラブ活動を楽しみながら発想力を豊かに養い、合意形成力を鍛える装置として活かされた。残念なことにその小集会室の佇まいをこの図書は見せない。然し、ここで生きた東京ＹＭＣＡ会員と少年会員はすでに傘寿・古希を超えたが、今なお東京ＹＭＣＡを支え続けている。

時代に相応しく調えられた施設が、ＹＭＣＡの健全性を継承する者を作る。さて、我々の１５０周年は、どのような姿の会員が支え手なのであろうか。