

MORIOKA YMCA NEWS

盛岡YMCAの使命

私たち、盛岡YMCAは、イエス・キリストによって示された生き方に学びつつ、豊かな自然と歴史的伝統に満ちた岩手の地で、こども、家族、地域とともに公正で平和な世界の実現を目指します。

1. こどもたちの個性を大切に、それぞれの夢や希望、生きる力を育みます。
2. 家族の絆といのちの大切さを深め合います。
3. 共に生きるために、異なった文化、多様な価値観と出会う場を提供します。

8月号 YMCAの夏



編集発行人：濱塚有史 発行所：特定非営利活動法人 盛岡YMCA 岩手県盛岡市本町通3-1-1
TEL 019(623)1575 e-mail: morioka@ymcajapan.org URL: <http://www.ymcajapan.org/morioka/>

がんばれ! Y号!

佐藤 翔 (盛岡YMCA総務会員、リーダー👏)

盛岡YMCAの駐車場に行くと、公用車として2台のワゴン車と1台のマイクロバスが停まっている。

その中に一台、お世辞を言ってもきれいとはいえない年季が入っている一台のワゴン車 (通称 Y号) がある。

この車と自分が初めて出会ったのは自分が小学6年生だったような。。その当時YMCAのサッカースクールに通っていた自分は、人より早く練習場所に行きリーダーたちとサッカーゴールを組み立てるのが毎回の恒例となっていた。

その日もいつものように、はりきって練習場所に行くと、真っ白なピカピカの車が停まっていた。これがY号と自分との初めての出会いだった。

これ以降、Y号の中で数々の思い出を作った。サッカースクール、キャンプの時はもちろん、Y号は大活躍。時には雨宿りも。たまにスキーキャンプの時はずっと動かなくなったこともあった。中学のころはY号で竜飛岬まで行ってキャンプをした。高校の時は、福島にも行って猪苗代湖の近くでキャンプをした。Y号の中ではいろんな友達、リーダーたちと語り合うこともあった。Y号に乗ると何か気持ちがワクワクした。

大学生になり自分がリーダーとなって今度は子供達と思い出を作る立場になってからもY号の中で、いろんな場面をみてきた。自分もそうだったように、自分が出会ってきた子供たちもY号の中でキラキラ眼を輝かせていた。そしてY号の窓から子供達はワクワクした様子で景色も眺めていた。

今年の夏、久しぶりに盛岡に帰る途中、思わずYMCAの駐車場でY号の前で立ち止まった。そして窓からY号の中をのぞくと、まるでタイムマシーンに乗ったかのような気持ちになりながら、ちょっと傷がつき、年季が入ったY号の車体をみて思わず「これから頑張れよ!」と言いたくなった。

今まで何百人もの子供たちを乗せてきただろうY号。これからも多くの子供達と一緒にたくさんの思い出を作っていく欲しい。

季節は秋。今年も秋の青空の下、盛岡YMCAで数多くの“楽しい”“ワクワク”感動“の場面が生まれるだろう。そしてY号も年季が入った車体を振るわせながら、それを陰ながら支えていることであろう。

特集 YMCAの夏

夏休みが終わっても、まだまだ暑い日々が続いています。盛岡YMCAは、夏休みの間、サマースクール、海の生活体験キャンプ、わんぱくキャンプ、サッカーキャンプ、山のキャンプ、秋田の分校に泊まろうなど、夏休みの特別プログラムを行いました。それぞれのプログラムを担当したリーダー達からその時の様子を報告してもらいます。

サマースクール第1クール 7月26日～30日 於 内丸教会会堂



今回のサマースクール第1クールでは、「みんなで考えて作っていこう!」という少し難しいことを大切に過ごしました。はじめは、今何をしたらいいかわからないという子も、2日目・3日目と時間が経つにつれて、勉強の時間は、他の人のことを考えて大きい声をがまんする。お昼ご飯やおやつの際にはどんなことが必要なのか、そして遊ぶ時は思いっきり遊ぶということを一人ひとりが見つけていったように思います。

いつもは、他の人に言われてやっていたことも何でそれをやるのかなあということも少しでも考えて、何か自分なりの答えを見つけてくれていたら嬉しいなと思います。

1日1日のみんなの顔は、とても楽しそうで、プログラムの時間に仁王小学校でグループごとにミニゲーム大会をしたり、盛岡城跡公園で忍者ごっこをしたり、フリータイムでは内丸教会の外でケイドロをしてたくさんたくさん走りまわって、汗をかきながら、ニコニコしているのがすごく印象に残っています!

しています!

そんなみんなとまた会える日を楽しみにしています♪そしてまた思いっきり一緒に遊びましょう☆

文責：盛岡YMCAスタッフ 浅沼 慧(しどうリーダー)

サマースクール第2クール 8月2日～6日 於 内丸教会会堂

サマースクール・2クールは、8月2日(月)～6日(金)の5日間の日程で、内丸教会にて行われました。日によって参加する子ども、リーダーのメンバーは若干違いましたがほぼ毎日30人以上の人数で過ごしました。2クールに向けてリーダーたちは、2クールが子どもたちの夏の思い出となり、「2クール楽しかった!!」、「また来たい!!」と思ってもらえるようなスクールにしたいと準備してきました。

そして、5日間を通して子どもたちの近くで一緒に遊んで、見て感じたのは、この2クールに来ていた子どもたちの「遊びたい!!」というパワーがとっても強いことでした。2クールは、5日間の中でフリータイムを多めに取りました。内丸の中でも外でも遊びのブームが起きていたし、毎日汗びっしょりになるくらいに遊び尽くしました。また、2クールで出会った子どもたちが、遊びの中でみんなで遊ぼうとか、ルール決め、ケンカなどなど…色々なやり取りを通して自然と初対面なども関係なくお互いを認め、思っていることを伝える、表現することができていったように思えます。それは、最終日の屋台村でのグループワークで生かされました。最終日の子どもたちの表情や言葉からも2クールを楽しんでもらえたのではないかなと思います。そして、私もほかのリーダーたちも最終日が終わってもまた明日もスクールがあればいいのと思うほどだったので、本当にみんなにとって楽しい2クールだったと言って終わりました。



文責：岩手県立大学社会福祉学部 4年 辻田 優芳(スカイリーダー)

リーダー紹介 ポンパーリーダー(菅原統史)&ミックスリーダー(尾形望さん)

経験をしていきたいと思っています。

なればならないと思います。なにも前向きな性格を私も見習わなくては、子どもたちを守る熱い心をもったボンパー。きっとまだいろんな才能を隠しているに違いない。そんなボンパーリーダーと一緒に、YMCAの活動を通して皆さんの



はじめまして、ミックスです。私からは、ボンパーの紹介をさせていただきます!ボンパーは、盛岡大学文学部児童教育学科の1年生です。秋田県鹿角市の出身です。高校時代はバスケットボール部で、秋田で2番目に強い学校だったとか! (事実要確認) リーダー名は、まるで爆発に巻き込まれたのではと心配になるほどのボンパーヘッドが特徴だったので子どもたちから名づけられました。そんなボンパーは、1年生のなかから名づけられました。そんなボンパーも4000字書くのと勘違いしていました。ぜひ書いてくださった(笑)そんなおちゃめな?一面もあって、子供たちから大人気です。最近ではベムを遥かに超えるイケメンともてはやされています。ついに世代交代でしょうか? 持ち前の運動神経を生かして、水泳やサッカー、アドベンチャーにキャンプと1年生ながら様々な活動に積極的に参加しています。何事にもポジティブでもっと前向きな性格を私も見習わなければならぬと思います。なにも前向きな性格を私も見習わなくては、子どもたちを守る熱い心をもったボンパー。きっとまだいろんな才能を隠しているに違いない。そんなボンパーリーダーと一緒に、YMCAの活動を通して皆さんの

以上、愛の宣教師ボンパーからでした。

ミックスを殴ったり蹴ったりしているその君!!! これからも、たくさん愛情を込めてミックスをほこぼこにしよう。

この話はさておき、ミックスは本当に明るく、しっかりしています。わたくしも度々お世話になっていて頼りにしています。そして何よりも子どもも大好きで、一緒にいるときの笑顔は誰よりも輝いていて素敵です。そんなミックスはわたくしにとって同学年とはいえず目指すべき人物と言えるでしょう。



オッス!!!おらボンパーだ!
・失礼しました。わたくしボンパーからは、ミックスリーダーの紹介をさせていただきます。
ミックスは盛岡大学児童教育学科1年で身長158センチ、体重?kgの女の子です。出身地は岩手県紫波町と幼少期は豊かな自然の中、伸び伸びと過ごしました。

海の生活体験キャンプ 8月8日～ 11日

於 宮城県気仙沼大島キャンプ場



8月の8日から11日にかけて宮城県気仙沼大島の国民休暇村に子ども20名、リーダー7名、スタッフ1名で行って来ました。今回の海の生活体験キャンプは天候に恵まれ、子どもたちに大きな怪我などなく4日間楽しんで過ごすことができました。子どもたちはプログラム、料理、海、フリータイムなどの全てで表情よく笑顔で遊んでいました。海では魚を捕ったり、広い海を駆け回ったりして背中が日焼けして真っ赤になりながらも楽しんでいました。プログラムでは今回参加したリーダーが持って来てくれたものを精一杯遊んで



いました。キャンプファイヤーの時はプログラムが終わってもファイヤーや空の星を眺めていたりキャンプ最後の夜にふさわしい光景がありました。また、海キャンプのメンバーみんなが一体となる場面も数多くあり、この2010年の海キャンプでしかできないこと、感じられないものもありました。私が一番思ったのは4日間で子どもたちから得るものはとてつもなく大きいものということです。一番近くにいたテントのメンバーからはもちろんですが、テントのメンバー以外の子どもたちからも多くのパワーやエネルギーをもらいました。子どもたちの遊ぶ能力は本当に凄いと感じました。子どもたちにとって今回の2010年海の生活体験キャンプが一生涯の中に残ってほしいと思います。

文責：前田裕太 盛岡大学文学部3年（ズンリーダー）

わんぱくキャンプ 7月18日～19日

於 都南つどの森キャンプ場



7月18・19日の1泊2日でわんぱくキャンプに行ってきました。子ども20名、リーダー8名、スタッフ1名の計29名です。例年より人数が多く、より賑やかなキャンプとなりました。年齢は年中の子から小学3年生まで。今回も子どもたちの元気は抜群でした。虫取りや水かけ、大縄、探検、サッカー、はたまた劇など、思いっきり遊んできました。毎年ですが、わんぱくキャンプは来た子どもたちにとって初めての事が盛りだくさんです。初めて包丁を握って野菜を切ったり、ナタで薪を割ったり。初めて親元を離れ、テントに泊まり、寝袋に寝る。ひとりひとりに様々な“初めて”があります。そのひとつひとつをチャレンジしてまずはやってみました。そうして出来た時の達成感は凄いもの。キラキラした笑顔が生まれます。もちろん成功だけでなく失敗も大切な経験。まだ表に現れることはなくても、このキャンプを通して感じたことや考えたことが、これからやいつかにつながっていくことでしょう。またみんなと遊べるのを楽しみにしています!!

文責：盛岡大学文学部2年 高橋みどり（てんむすリーダー）

第7回盛岡YMCA

インターナショナル・ミュージック・フェスティバル

今年も、チャリティコンサート（インターナショナルミュージックフェスティバル）が開催されます。盛岡市近郊に在住する外国人のグループ等が参加し、それぞれのお国自慢の歌や踊りを披露します。このコンサートの益金は、タイ・バンコクYMCAが行っている人身売買から子どもたちを守る施設やエイズ孤児ケアセンターの運営に使われます。

★ 前売り券 発売中 ★ 運営ボランティア募集中

お問い合わせは、盛岡YMCAまで TEL 019-623-1575



- 開催日: 11月21日(日)
- 開催時間: 13:30～15:30
開場: 13:00
- 開催場所: 盛岡劇場タウンホール
- 入場料 大人 700円
子ども 300円



9月の予定

9月、10月は、地域の行事の関係で本町サッカースクールは、休講、補講が多くなります。

- ★ 9月11日(土) ワイズメンズクラブ第一例会 (於 JARAN JARAN)
- ★ 9月11日(土) 本町サッカースクール休講
- ★ 9月12日(日)

- 本町サッカースクール補講
- ★ 9月17日(金) ワイズメンズクラブ第二例会 (アイーナ)
- ★ 9月18日(土) サタディスクール 「シャボン玉で実験してみよう」
- ★9月25日(土)～26日(日) アドベンチャークラブ 「秋の味覚を満喫しよう！」

- 秋田県仙北市「思い出の湯分校」
- ★9月25日(土) 本町サッカースクール休講
- ★9月26日(日) 本町サッカースクール補講

10月の予定

水泳教室、10月13日～10月26日は、盛岡市の総合プールが水の入れ替えて使用できないため、他のプールで実施します。(別途連絡)

- ★10月3日(日) サンディスクール 「自分ではがきを作ってみよう。」 (於 プラザおでって予定)
- ★10月3日(日) 本町サッカー補講(10月9日分)
- ★10月9日(土) 本町サッカー休講
- ★10月9日(土) ワイズメンズクラブ第一例会 (於 JARAN JARAN)

感謝

2010年度
順不同・敬称略

維持会員

- 菊池崇江、熊谷太、鶴丹谷三千代、水田賢次、新里ちえ子、金田一世、美子、重石桂司、大関靖二、長谷川精一、北田アユ子、田村治之、伊藤克見、伊藤喜代江、濱塚秋二、濱塚れい子、布川雅樹、布川直子、神永瞳、小畑孝子、松尾聡子、及川茂夫、及川恵、川守田浩、晴山真理子、工藤直子、竹内一真、清水弘一、吉崎陽、千葉代子、今松桂子、金野東輝子、井上修三、井上優子、井上浩太郎、阿部靖、今野聖子、今野健男、金田節子、中原眞澄、古澤伸、角谷晋次、角谷千代子、佐藤翔

寄付金

- 熊谷太、水田賢次、長谷川精一、伊藤克見、伊藤喜代江、布川雅樹、布川直子、神永瞳、及川茂夫、及川恵、川守田浩、工藤直子、清水弘一、吉崎陽、今松桂子、杉下一郎、井上修三、阿部靖、今野聖子、中原眞澄、角谷晋次、佐藤翔

★ 維持会員 ★

盛岡YMCAは、1983年から活動を始めて世界を見つめながら盛岡の地域に根ざした活動を多くの方々から支えられながら続けて来ました。維持会員とは、盛岡YMCAの使命に賛同し盛岡YMCAの活動を支えるため、維持会費を払って会員となった

盛岡YMCAの維持会員としてYMCAの諸活動をお支え下さい。申し込み方法は、YMCAにお問い合わせ下さい。

新連載 やんくみリーダーの本箱 ①

明日のまほうつかい

パトリシア・マクラ克蘭/作 キャシー・ジャコビ/絵 金原瑞人/訳 福武書店 1989年 <6歳から>



私は本が好きですが、実はそのほとんどが父や友人から紹介されたものです。この「明日のまほうつかい」も小学校の入学祝いとして祖母に買ってもらったものでした。

「このせかいに生きているすべての人にはまほうつかいがあります。」こんな前置きから始まるこの物語は、おこりっぽい根はやさしくてさびしがりやな明日のまほうつかいと見習いのマードック、そしてちょっと哲学的な馬の三人(?)を中心とした五つのお話からなっています。ロマンチックだったりほろりとさせたりと、一つ一つ違いはあってもどれも心温まる素敵なお話です。私はその中にちりばめられる三人の会話がたまたま好きなのです。マードックが何気なく言った一言に明日のまほうつかいが怒り、それを馬がまげつかえず。その繰り返しのうちに、日ごろ忘れていた大切な何かがあるように思えるのです。

お話の中には、他にもたくさんの魅力的なキャラクターが出てきます。癩癩持ちのロゼルと大男のイーサン、「あくまのように、いやみで、うらみがましく、えこじで、おこりっぽい」あいいうえおじいさん、そして、雲の上のどこかにのんびりとすわってブリキのジョッキをならす大まほうつかい、などなど。みんな個性的で素敵な憎めない人物ばかりです。さらに、ジャコビの挿絵がお話の色を添えます。

読み終わった後に温かくて優しい気持ちになれる、わたしの大切な一冊です。彼らは今日もどこかで私たちのお願いに耳をすませているのかも知れません。

岩手県立大学社会福祉学部3年 千葉由貴恵 (やんくみリーダー)

長期連載

社会人になった シロクマリーダーの栄養教室④

家村知佳



そろそろネタが…。

なんだかまだまだ続くようです。シロクマの栄養教室！！

今回のテーマは「鉄分」です。鉄はヒトの体内に約3～4gほど存在している微量元素です。たったそれだけ!?という気はしますが、酸素の運搬や保持、酵素の構成成分など、とても重要な働きをしています。そんな鉄は食品から摂取しなければいけません。

食品に含まれる鉄分には「ヘム鉄」と「非ヘム鉄」というものがあります。ヘム鉄は主に動物性食品に、非ヘム鉄は主に植物性食品に含まれています。これらはそれぞれ吸収率が異なり、ヘム鉄は約15～25%ですが、非ヘム鉄は約1～5%と、ヘム鉄のほうが吸収されやすいのです。

しかし、吸収率の低い非ヘム鉄でもビタミンCと同時に摂ることで吸収されやすい形に変化し、その吸収率はグンとUPします。ただ鉄分の豊富な食品を選ぶだけでなく、ビタミンCたっぷりの野菜や果物も十分に摂ることで、鉄分をより効率的に吸収しちやいませしょう。さらに、香辛料などをうまく使用して胃液の分泌を促すことで吸収が促進されます。

最近貧血の方が多いですよ。女性に多いのですが、成長期の子供も体の成長に鉄分が間に合わず貧血になりやすいのです。また、中高生のように部活で激しく動くようならば、さらに鉄は不足しがちになります。貧血を甘く見てはいけません。貧血を治して生活の質をあげていきましょう。

～表紙の写真から～



大きなスイカの半玉を、スプーンやお玉ですくってフルーツポンチのうつわ作りをしました。そのあまりの大きさに底が見えてきた時には、この笑顔♪

途中でスプーンが折れたりというハプニングもあったけど、最後までやりきる達成感があるから、生まれた笑顔なのかも知れませんね。フルーツポンチの具にしても残ったスイカは、リーダーがしっかり食べ切りました。やりきった!(小川)

YMCAの夏のプログラム、『サマースクール』での一コマです。バスケットボールよりも