

YMCA News

1

🌸 新年あけましておめでとうございます 🌸



それでも歴史は動く！

SUSTAINABLE
DEVELOPMENT
GOALS

2030年に向けて
持続可能な
開発目標を掲げます



盛岡YMCAに集う関係者の皆さま、
あけましておめでとうございます。

昨年は、ここ3年間収束をみない新型コロナに加え、2月24日に発生したロシアのウクライナ侵攻が世界に激震をもたらしました。二つの世界大戦を経たこの21世紀に、たったひとりの政治指導者の判断が契機となって世界に闇をもたらしたことに驚いたのは私だけではないと思います。

ところで、神話学の分野で「トリックスター」と呼ばれる存在があります。神や先祖が定めた掟やルールに従わず、自分の欲求や価値観に基づいて自由に行動し、それまで踏襲されていた社会の秩序を破壊してしまう反逆者、その一方で、社会の秩序や習慣が破壊され、社会システムの再体制化が進む結果、それまで人々が予期しなかった新たな秩序や文化が形成される契機ともなる存在のことを言います。たとえば、人間の世界に火をもたらしたギリシャ神話のプロメテウスなどがその代表的な例として紹介されます。最近、トリックスターの役割を演じた例としては、昨年7月、安部前首相を暗殺した山上徹也容疑者が挙げられます。彼の行動は、言論を暴力で封じるテロリズムであり、いかなる事情があっても許されないことですが、それを機に統一教会の二世信者の問題や政治と宗教の

癒着、秘められていた旧統一教会のカルト性が一気に浮上し、政治社会に大きな変革をもたらす契機となりました。

最近、12月の世界人権デーを機に、『人権と国家』（筒井清輝／岩波新書）という書籍を読みました。著者は、近代の人々が人権という思想をいかにして獲得してきたかというテーマにつき、歴史のパラドックスという視点から解説していました。もちろん、そこには虐げられた民族や人種、女性、マイノリティー等の自覚的な戦いやそれに対する一般市民の共感もあったわけですが、人権獲得の歴史は決して単線的な積み重ねではありませんでした。むしろ、自らの内部に深刻な人権侵害の問題を抱え、そこに触れられたくない国家が戦争や国家間の対立を通じて敵国を非難したり虚栄を張ったりする中で人権を擁護せざるを得なくなる逆説があったというのです。いつの世も人間は愚かな存在です。しかし、歴史には、人間の意図を超えたところで自律的に進行する超越性のようなものがあります。ウクライナの戦争もいずれはプーチンの野望を超えて、この世界に良質な変革をもたらす契機となるのではないかと期待しています。新年を迎えるに当たって、盛岡YMCAに集う皆様と共に世界の平和とすべての人々の人権尊重を願いたいと思います。本年もよろしくお祈りします。

盛岡YMCA 理事長 魚住英昭

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し、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。

2023年に向けて

4 質の高い教育を
みんなに



水泳教室



月曜

今年の月曜水泳は、子どもたちとリーダーの人数が増えて非常に賑やかな活動となりました。新しく月曜水泳に入会してくれた子どもも多く、全体として盛り上がった1年だったと感じています。泳ぐことが大好きな子、初めてのことにチャレンジしようと頑張っている子、リーダーとの関わりを楽しんでいる子など様々ですが、それぞれが日々成長しています。

レッスンでは、子どもたちはリーダーのアドバイスを受けながら、少しでも長く、少しでも速く泳ごうと試行錯誤しています。また、遊びの時間にも活発に水の中を動き回っています。一緒に練習に取り組んだり、遊んだりするなかで泳ぐこと、グループの友達と関わることの楽しさに気づいてもらえたらと考えています。

私は今年、毎週のように子どもたちと水中ラグビーや鬼ごっこをして遊びました。回を重ねるごとに泳ぐ感覚やゲームのコツを掴んでいくようで、最近では子どもたちが勝つことが多くなりました。一緒に夢中になって遊べるのはとても楽しいです。

来年は今年以上に様々な遊びを取り入れつつ、子どもたちが自然と力をつけていけるようなレッスンを目指して取り組んでいこうと思います。私自身、遊びのレパートリーを増やして、「できた!」「たのしい!」とたくさん実感してもらえようと思います。来たる2023年は、月曜水泳が更に楽しく、更に賑やかにパワーアップする1年にします。

岩手大学3年 長澤実花(りんりんリーダー)

水曜

水泳大好き、うめぼしです!私は水曜水泳教室で中級の担当をしています。2022年の水曜水泳教室を振り返ってみると、子どもたちの成長をたくさん見ることができました。

私のグループでは、息継ぎができなかった子どもが出来るようになったり、大人しかった子どもが積極的に他のメンバーたちと話している様子が見られました。また、レッスンの遊び時間には1人の子が楽しいことを見つけ、それを他の子がマネをして、気付けばグループの子全員で楽しむということが増えていきました。みんなで声をかけ合ったり笑い合ったりするからこそ楽しいということを私自身感じましたし、子どもたちも感じていると思います。

2023年度も子どもたちの成長をたくさん見られるように、全力で子どもたちと関わっていきたくと思います。また、「みんなでやるから楽しい」をテーマに、私が子どもたちに負けないくらい楽しむとともに、遊びを通して他の子たちと関わる楽しさを伝えていけるようにしたいです。YMCAの水泳教室には個性豊かで面白いリーダーがたくさんいます!そして、リーダーたちでたくさん話し合ったり協力し合ったりすることで、子どもたち1人ひとりが今まで以上に楽しく感じられる水泳教室にしていきたいと思っています!!



盛岡大学4年 竹ノ子稜(うめぼしリーダー)

木曜

木曜水泳をふりかえって木曜水泳教室は、子ども26名・リーダー7人で活動しており、男の子が多く体操から元気に楽しく活動しています。女の子は少ない分、団結力があり、ビート板を一人の子が運んでいた「私もやる!」と手伝う光景が毎回印象的でした。

木曜水泳にはいい所が3つあります。

1つ目は、何事も自分の楽しいを突き詰めてみんなで楽しめることです。自分一人でやっていて楽しいことをグループのみんなに共有し、みんなで楽しむことが出来る子達です。

2つ目は高学年の子達が低学年の子達をリーダーのようにお世話をしてくれます。女の子は、緊張している低学年の子に対して話しかけたり、男の子はルールを守れてない子に注意するなど、小さなリーダーたちが沢山いて助かっています。

3つ目は挨拶が元気になる所です!これはほかの曜日に負けないくらいいいところですよ!バスに乗る時・降りる時、プールに入る前などの挨拶が元気でできます。これからも元気の挨拶を聞かせて欲しいです。

こんなにいいところがある木曜水泳のみんなには、来年以降、もっともっと成長して周りを見て行動ができるようになってもらいたいと思います。水泳のレッスンを楽しすぎると、たまにですが周りが見えなくなってしまうことがあります。楽しむことはいいことですが、色んな団体が利用しているプールをみんなで楽しく使い続けるために、1年生から6年生まで意識して成長出来たらな!と思います。

盛岡大学4年 今野瑠風(ブリーダー)

金曜

金曜水泳を振り返って金曜水泳の特徴として、参加している子どもたちの人数が他曜日と比べて多く、様々な特徴をもった子どもたちと関わるのでとても勉強になりました。なかでも多いのが低学年の子どもたちで、どの子どもとっても元気でパワフルで、たった2~3時間少々と一緒に過ごすだけでもかなり体力を持って行かれるような日々でした。元気な分、プールという危険が隣り合わせ且つ、公共の場でマナーを伝えたり安全管理をしたりすることがとても重要でありとても大変だった印象です。みんなで楽しく安全に活動するためには不可欠な部分なので、子どもたちとしっかり向き合って今後も伝え続けていかなければと思います。

僕は金曜水泳では、ある程度泳力がついている上級者のグループを初めてメインリーダーとして担当させていただきました。学年も上がっている子が多く、盛り上げてレッスンを進めるのは、他の学年の子どもたちやグループとは違う難しさがあると感じています。子どもたち一人一人と関係性をしっかり築くこと、子どもたちが楽しく泳いだり遊んだりできる内容を考えることなど、まだまだ自分に必要なことは多いのでこれからも頑張っていこうと思います。

来年に向けて、金曜水泳では子どもたちとの関わり方をもっと工夫して良い関係性を作っていくことが重要になると考えています。良い関係性を作ればリーダーの言葉はもっと届くようになりますし、より楽しい時間を一緒に作っていくこともしやすくなると思っています。今後も子どもたちと過ごす時間を大切にしていきたいです。

岩手大学 4年 星野太志(ゲンリーダー)



体育教室



こんにちは!びよんです!体育教室では小学1年生から小学5年生までの子どもたちと約15名のリーダーで楽しく活動しています。活動内容はマット運動、跳び箱、縄跳び、鉄棒、ボール遊びなど盛り沢山です。今年を振り返ると新しいことや成長が多かった年のような気がします。

まずは新しく第2教室ができたことです。新しく入ってくれる子も増え、体育教室がさらに盛り上がりを見せています。次にウォーミングアップをリーダーが交替わりで考えていくことです。内容は主に鬼ごっこですがリーダーそれぞれにユーモアがあり、同じ鬼ごっこでもネタは尽きません。鬼ごっこを考えるのも進めるのもリーダーが全て行うため、どれだけ準備をして子どもたちを楽しませるか回数を重ねるだけその思いは熱くなっています。

最後に子どもたちの「できた!」を増やせたことです。子どもたちの中で、苦手意識を持つ競技に対するチャレンジ精神は、前よりも高まっているように感じます。それはリーダーの応援や寄り添いが子どもたちのやる気、勇気を後押ししてきたからだだと思います。

来年は子どもたち1人1人との関わりを増やせたら良いなと考えています。子どもたちが増えたことはとても良いことですが、その分全員と関わる時間は少なくなっているようにも感じます。1人1人をよく見てちょっとした成長や表情の変化に気づき、その子の魅力をもっと引き出していけるように頑張っていきたいです。



岩手県立大学2年 小田島綾音(びよんリーダー)

welcome to

2023



サッカースクール



木曜

私はⅡ期から木曜サッカーに参加し始めました。木曜サッカーの子ども達は、サッカーを通じてコミュニケーションをとっている印象が強かったです。私自身はその雰囲気魅了され、すぐに木曜サッカーの子ども達が好きになりました。サッカーに対する熱が強い子ども達が多く、学年の壁を越えて喜びを分かち合う姿、鼓舞する姿が毎回の活動で見られ、活気ある活動であったと思います。

全体的には明るい空気が流れていましたが、サッカーを中心に広がる輪に入りきれない子ども達がいる様子も見られたため、そのような子どもたちも一緒に楽しめる環境づくりを行ってきました。一緒に楽しんだり、プレーする機会をつくりだしてあげたり、練習の合間で雑談したりと、個人々が子どもの姿を見ながらサポートしていきました。その結果、徐々にではありますが、輪が広がってきていると感じています。

また、子ども達の性格や特徴を知ったことで、一人ひとりの子どもへの関わり方が徐々にみえてきました。

Ⅲ期では更に子ども達を知るとともに、より子ども達の笑顔や会話が絶えない活動にしていきたいと思っています。そして、まだまだ魅力を引き出せていない子ども達もいるので、子ども達がお互いの魅力に気付くことができれば、チームとして木曜サッカーが向上できると思います。そのためにリーダーもできることを見つけながら、一緒にサッカーを楽しんでいきたいと思っています。

岩手大学3年 上野航大(ちゃーしゅーリーダー)

金曜

こんにちは、岩手県立大学2年の白い肌がトレンドマークのオニオンです！私から、サッカースクール金曜コースの紹介をさせていただきます。

現在金曜サッカーは、小学校1年生から6年生までの15名で活動を行っています。活動場所は、主に滝沢中央小学校グラウンドで行い、最近では、諸葛川河川公園で活動を行っています。活動では、男女や学年関係なくサッカーやボールを使った遊び、鬼ごっこなどをみんなで楽しく行っています。最近では、サッカー前にみんなでバレーボールをしており、サッカーの時よりも元気にはしゃいでいる子もいます(笑)。けんかをすることもありますが、みんな仲良く、とても明るい雰囲気です！

今期の金曜サッカーでは、サッカーの試合の際に高学年の子ども達が、相手のゴール前にいる、自分のチームの低学年の子にパスをしてゴールを決めさせてあげようと、チームのみんなで協力する姿が見られたり、荷物運びの際にリーダーや沢山荷物を持っている子の荷物を持ってあげたりと、周りの人を思いやる場面が多く見られました。自分自身リーダーとして、この1年間金曜サッカーで子供たちの成長の過程に関わることも出来てとても嬉しかったです！

Ⅲ期の金曜サッカーでは、みんなを引っ張ってくれていた6年生5人が卒業してしましますが、最後まで楽しんでもらい、今まで以上に明るく元気のあるサッカースクール、思いやりのあるサッカースクールにしたいです！

岩手県立大学2年 菊池航太(オニオンリーダー)

土曜

土曜サッカー小学生コースに参加して、あっという間に半年以上が経ちました。岩手大学1年生のいそぎんです。この土曜サッカー小学生コースの良いところは、子どもたちが伸び伸びと活動を楽しんでくれていることだと思います。また、学年が変わり新しく活動に来てくれるようになった子どもたちや、大学1年生の新しいリーダーに対して関わろうとする姿勢が見られ、活動の雰囲気が良いところも特徴です。

今年の活動では、子どもたち同士での交流が多くありました。練習や試合で名前を呼び合っってプレーをする姿が活動に参加するたびに増えました。同じ学年、同じ学校や児童クラブの子どもたちとは、リーダーを介さずとも一緒にいる場面が見られ、一方ではリーダーを経由して新しく話すようになった子どもたちもいます。私たちリーダーの存在が子どもたち同士の関わりをより活発なものにする手助けになればよいと考えています。

2023年の活動では、子どもたちにメリハリを意識してもらうための声がけと今以上に友達と仲良くなってもらえるように頑張りたいと思います。話を聞く時の姿勢や遊びと練習の切り替え等、活動をより良いものにしていくためにできることはたくさんあります。そこをどのようにして子どもたちに気づかせていくか、工夫してアドバイスをしていきたいと思っています。そして、横にできたつながりを次は縦にも伸ばしていきたいです。他学年の子どもたちと関わる機会を多く作り、今年よりも多くの子どもたちも良さを認めあえるようになってほしいと思っています。

岩手大学1年 高橋和憲(いそぎんリーダー)

幼児

今年度は、土曜サッカースクールの幼児コースで8人の子どもたちとともにサッカーを楽しみました。「ボールを使って楽しく遊ぶ」ことをテーマとし、ボールに触れながら全身を動かして楽しむこと、ボールに慣れていくことを目的として活動をしました。中にはボールを蹴ることすら初めての子がいたり、すぐにボールを手でつかんでしまう子がいたりなど、状況は様々でした。まずは、体を動かすことを楽しんでもらうこと、そして、サッカーに対しての楽しさや面白さを感じてもらうことを大切に、子どもたちと関わっていきました。

活動中は、常にみんな元気いっぱい、スクールが始まってから終わるまで全力でサッカーに取り組み楽しんでいました。ボールに慣れていなかった子も、ボールに触れることやボールを蹴ることの面白さや難しさを全身で感じ、徐々にボールをコントロールできるようになっていきました。ドリブルが上手にできたり、シュートが決まったりしたときにリーダーから思いっきり褒めてもらい嬉しそうにしている子どもたちの姿がとても印象的でした。

できなかったことができるようになり、それを認めてあげることで、子どもたちの自信につながり、「またスクールに來たい」「もっとサッカーが上手になりたい」と思ってもらえたのではないかと感じています。ゲームで点を決めると自分からリーダーに報告しに来てくれる子も増え、また、子どもたち同士の関わりもだんだんと見られるようになりました。来年度からは、もっと子どもたち同士が協力し合い、一人ひとりのみならず全体での楽しさを共有し合えるスクールになっていけばいいなと思います。

岩手大学教育学部2年 赤川由芽(リボン)



野外活動



私は今年1年間で様々な野外活動に参加しました。それぞれの活動にたくさんの思い出が詰まっており、活動が終わった後も鮮明に思い出出すことができます。そして、子ども達にとっても、私達リーダーにとってもたくさんの楽しさや喜びがあり、それを分かち合うことができました。友達と協力して取り組んだ魚釣り、みんなで走り回ったフリータイムでの鬼ごっこ、電車に乗りながら話した自分たちだけの秘密のお話。どれも子ども達にとってかけがえのない思い出になったと思います。活動の中で子どもたちが見せてくれた笑顔は、決して忘れることはありません。

私自身、1年を通して子ども達から多くのことを学ばせてもらい、参加した子ども達には心から感謝しています。

ここ数年、新型コロナウイルスにより様々なことが制限されています。感染対策の都合上、野外活動でも子ども達には窮屈な思いをさせてしまっている部分があるかもしれません。そんななかでも、少しでも子ども達がのびのびと楽しく遊ぶことができるよう、たくさん友達と関わるができるよう、プログラムや準備など私たちリーダーも精一杯頑張っていきます。そして、来年は今年以上に子ども達の元気な姿、素敵な笑顔が見られることを願っています。来年の活動もとても楽しみです。



盛岡大学文学部 3年 菅原幸之(はなこリーダー)



これから、時々、もりおかワイズメンズクラブのメンバーを紹介していきます。先頭を飾るのは、現もりおかワイズメンズクラブ会長の三田庸平さん。33歳の若きワイズメンです。三田さんは、もりおかYMCAのメンバー、リーダー、そしてワイズメンと、YMCA歴は、25年

に及びます。まさに「ミスター盛岡YMCA」。稼業の薬局のお仕事の傍ら水泳の社会人リーダーとしても盛岡YMCAの活動を支えています。こどもたちや、リーダー、スタッフからは親しみを込めてリーダー時代のニックネーム、「豆!!」と呼ばれ続けています。



思い出すのは、2011年の3月18日、当時大学3年生だった三田さんは、スタッフと共に震災直後の宮古に入り、宮古ボランティアセンターの立ち上げに尽力されました。その後、延べ1万人を超える宮古での震災ボランティアの第1号が実は、三田会長だったのです。子ども時代も今と変わらず、優しくて親切な少年でした。

写真は、岩洞湖家族旅行村での定例野外の様子。手前で、豚肉を切っている少年が三田会長です。



盛岡YMCAリーダー紹介⑩

【ジンベイ】



盛岡YMCAのポーカーフェイス担当、岩手大学2年生のジンベエです！大学では、学校の先生を目指して教育学部で学んでいます。特に力を入れているのは哲学、倫理学です。第一印象より難しくないし楽しい学問ですよ。趣味はサッカー観戦（ワールドカップ熱かった!）とお笑い番組を見ることと漫画のワンピースを読むことです。リーダー名のジンベエはワンピースのキャラクターから取ってるよ！

活動は主に土曜日のサッカースクールと夏のキャンプに参加しています。また、来年の2月に行われる日帰りスキーにも参加する予定です。僕は子ども達と関わることがとても好きです！子ども達と話していると自分の知らなかったことや、子どもたちの予想外なリアクションなどに出会えることがとても楽しいです！また、サッカーやキャンプなどで、子ども達が自分のやってみたいことに対して一生懸命取り組んでいるのを見ている時、とても幸せです。子ども達が頑張っている様子を見ていると自分も刺激を受けて子ども達と一緒に自分も成長していくような感覚になります。



ここまで2年間リーダーとして活動してきましたが、まだまだ出会ったことがない子どもたちや行ったことがない活動も多くあるので、これからたくさん参加して行きたいと思っています。まだまだ未熟ですが子どもたちの人気者になれるように頑張ります！

岩手大学教育学部2年 前川優汰(ジンベエリーダー)

最新情報はこちらでチェックできます！「盛岡YMCA」で検索ください。



ホームページ



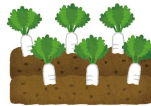
facebook



instagram

新しい年を迎えて、あっという間に1か月が経とうとしています。2月は雪が降ることも多く、1年で最も寒い時期ですが、暦の上では春になります。厳しい寒さもあと少し。暖かくして冬を乗り切りましょう。

冬にはカリフラワー、白菜、大根などの白い野菜が旬を迎えます。夏野菜は実になる物を食べ、水分が多く生食することが多いので、体を冷やす働きがあります。それに比べて、冬野菜は葉や根を食べる物が多く、体を温める働きがあるとされています。今回は親しみやすく、冬に旬を迎えた大根をピックアップしていこうと思います。



大根の原産国は地中海地方や中東です。紀元前2000年の古代エジプトではすでに食べられていました。日本には弥生時代頃に伝わりました。今ではほぼ1年中出回っている大根ですが、晩秋から冬にかけてみずみずしく甘みがある大根になります。冬の大根が甘くなる理由は、凍らないためです。気温が零下になると、大根に含まれる水分が凍ってしまいます。しかし、糖度を上げることで凝固点が下がり、凍結しにくくなるのです。大根を選ぶ時には、まっすぐに伸び、表面が白くて張りつつやがある、持った時にずしりと重みがあるものが新鮮です。また、葉付きのものは、葉がみずみずしいものを選んで下さい。

大根には風邪の予防に効果的なビタミンCや、消化を促すジアスターゼという酵素が含まれます。葉にはカロテンやビタミンC、カルシウム、鉄分などが多く含まれるので、すべて余さずに活用することができます。

大根の葉が根の水分と栄養を吸い上げてしまうので、買ってきたらまず葉を切り落として別々に保存して下さい。根は乾燥すると味が落ちるので、新聞紙に包んで冷蔵庫や冷暗所で保存して下さい。

「冬に採れる野菜だから体を温めてくれるもの」だと思い、生のまま食べてしまうと実は逆効果です。水分を多く含んだ野菜を生で多くとることは、冷たい水分を飲んでいるのと同じなので、知らず知らずのうちに体を冷やすことになってしまいます。そうは言っても、冬に食べる大根は過熱調理をして食べる人が多いですね。旬の野菜を季節に合った調理法で食べることは、体にとっても優しいことにつながります。旬のものを食べる時は、季節や気温なども気にかけて調理法を変えてみてください。



盛岡市内保育所調理師
ぷらいむ・たいむ向中野校メンバー保護者
藤原 留美

表紙の写真から



発達に課題をかかえる子どもたちを対象としたサポートプログラム「ゲルンデで遊ぼう」の下見で12/27岩手高原スノーパークに行ってきました。クリスマスが過ぎたのにサンタクロース、来年はうさぎ年なのに「犬」のコスチューム等てんでばらばらですが、とりあえず 新年おめでとうございます。

(2022年度12月新規会員) 敬称略

●2022年度 維持会員

小林明彦、山田拓路、島田茂、南原良哉