

雅会通信(第2号)

編集・発行 雅会 辻 博康
連絡先 東京都小平市花小金井4-10-20
電話・FAX 042-478-3700
携帯電話 090-9145-0838
e-mail soukou@jcom.home.ne.jp

雅会の皆様へ

辻 博 康

皆さん、明けましておめでとうございます。

私は退職して、本年3月で丸3年になります。4月1日の誕生日を迎えると68才になります。68才の平均余命は約16年位です。この16年を楽しく生きたい。楽しく生きるためには、健康であることと、目標を持つことだと考えます。

1. まず、健康であること。
 - ① 食事に気をつける。(朝食に自分で栽培した青汁を飲む)
 - ② 適度な運動。(朝の散歩3km、スポーツジム週2〜3回)
 - ③ ストレスを溜めない。(ゆったりと生きる)
2. 目標を持つこと。
 - ① ゴルフの目標としてエージシュート。
昨年、79が4回でした。今の体力を維持しながら技術を伸ばせば80才までにチャンスがあると信じる。
 - ② 茶道を修行と考える・
常に研究し、茶道教室参加の皆さんに「茶の道の心」を伝えたい。

○数字で見る私の1年間()内は平成19年度

「茶道」 茶道教室回数 111(64)回 稽古参加者延人数 632(355)人
内訳 自宅教室 55(35)回 延人数 205(74)人・ルネこだいら教室 23(18)回 延人数 161(111)人
中杉後援会教室 10(9)回 延人数 173(163)人・中杉生徒 23(2)回 延人数 93(7)人
お茶会1回 10月8日 みたか井心亭
「ゴルフ」
ラウンド回数 56(40)回 平均ストローク 43.8(43.8)
内訳 オープンコンペ 19(18)回 平均ストローク 43.4(43.6)
*入賞 2位1回 3位2回 5位1回 6位1回 8位1回
東京レイクス会 10(6)回 平均ストローク 44.5(43.7)
「兵庫実家(別荘)」
行った回数 5(6)回 延日数 73(85)日
「スポーツジム」に通った回数約 80(約 75)回
「海外旅行」ロシア8日間

○ 私の1週間

日曜日・・・ゴルフラウンド 月、火、水曜日・・・スポーツジム、ゴルフ練習 木、金、土曜日・・・茶道教室

○ スポーツジムメニュー

1日のメニュー・・・ヨガ60分1本、RPBかつيست&シェイプ45分1本、筋トレ1時間

以上

雅会行事記録写真(2008 年)



新年会(2008.1.13 私宅)



第3回雅会(2008.2.17 新宿プリンスホテル)



第22回雅会ゴルフコンペ(2008.6.1CC ザ・レイクス)



第5回雅庵茶会(2008.11.16.みたか井心亭)



(みたか井心亭 茶室・茶庭)



(後援会茶道教室の皆様 2008.11.16 みたか井心亭)

行事記録(2008 年)

○ 新年会

期日 1 月 13 日(日)

参加者 14 名

1 期内藤統洋・程塚良男・矢田岳夫 2 期市川利夫・岡田達夫・田上隆一・橋本史郎 6 期田中建 11 期桐生達也・山崎義久 38 期有重宏美 42 期鶴沢希美・守橋舞

○ 第3回雅会

期日 2 月 17 日(日)

会場 新宿プリンスホテル レストラン プリンズバイキング

参加者 37 名

1 期内藤統洋・程塚良男・矢田岳夫・天野裕之・嶋田和江・町田洋一 2 期 市川利夫・田上隆一・橋本史郎・篠啓至・前田研一 3 期 仁科勉 5 期 金子りつ子・鈴木万実子 6 期 田中建 7 期 竹花隆幸 9 期 保谷功・野々下徳二・廣田直子 10 期 原田邦穂・緒方修一 11 期 山崎義久 13 期 稲垣幸宏・田中優子 18 期 飯野英明 19 期 岩田康 31 期 袴田千寿子・深田ゆか・石上由貴 34 期 関麗子 37 期 中根亜衣 38 期 有重宏美・寺崎美紗・土屋祐里子・吉田純子 40 期 菅野絵理・松尾沙織

○ 第22回雅会ゴルフコンペ

期日 6 月 1 日(日)

会場 カントリークラブ・ザ・レイクス

参加者 23 名

1 期 内藤統洋・程塚良男・矢田岳夫・嶋田和江・市村嘉章・小野文夫 2 期 田上隆一・橋本史郎・高柳真忠・関和隆介・内山稔・西名牧夫・前田研一 5 期 山本順一・伊藤雅明・恒松眞喜子・中村ちさと 6 期 榎本幸徳 8 期 野崎芳宏 13 期 田中優子・田嶋久美子 :ゲスト内藤啓子・辻博康
入賞 優勝 辻 博康・準優勝 山本順一 3 位 田中優子

○ 第5回 雅庵茶会

期日 11 月 16 日(日)

会場 みたか井心亭

お客様 43 名

会員からの寄稿

1 期内藤統洋

会社引退後のその後

H.20.12.31 内藤(61 歳)

雅会の皆さんお元気ですか?2008 年はどんな年でしたか?

世界、日本は「変」という一文字に表現されるべく今までの概念では想定できないできごとが起こった大変な年でありました。

私自身、H19 年還暦を迎えてからの一年を振り返ってみると多岐にわたる変化があり、自分の今後の可能性へ少しずつ足を踏み入れ、人々との出会い、未知との関わりを持った一年でした。大学卒業後に創業した会社を 5 月に無事に引退しました。創業時 2 人でスタートした会社は従業員数 1,500 人、売上高 70 億と何とか成長し近年には上場会社への道筋まで育てることが出来ました。引退後の 12 月まで様々な面で激しく動き回っていました。

(ペース配分が分からず、誘われるまま?に動いていたため 8 月には 4 日間のダウン)

- 6月 ・タイ旅行(在タイ国にて活動中の一期生を訪ねる旅、有志14名)
- ・中杉高での土曜講座にキャリアデザインについて講演
- 8月 ・食育関係(子供達向けの交流会へ参加、千葉県白井市×福島県月舘町)
- 9月 ・日本・ロシア協会(NPO)へ会員加入
- ・杉朋会会報にタイ旅行紀行文掲載
- 10月 ・ロシア、ハバロフスク州にて開催の極東国際フォーラムに随行
- 11月 ・八ヶ岳山荘への旅(大学時代の友人達と)
- ・宮崎、熊本へのゴルフ旅行(ホームコースクラブ仲間との旅)
- 12月 ・ロシア大使館での友好親善パーティー事務局担当(日ロ協会主催)
- (ロシア人文化担当者との交渉→結構大変だった)

* 杉朋会理事会への参画

* ゴルフ内容(今年から参加コンペ)

- 地元商店街主催コンペ、友人主催コンペ、中杉オープンコンペ、雅会平日コンペ
- ラウンド56回

* 外で飲み会回数は多数あり(8月に変調きたす)

以上、従来の仕事中心領域での活動から意識的に未経験、希薄分野での関わりを地域交流、社会貢献、中杉高と持てた事は色々な発見や経験ができて良かった。これらの事柄を通じて今後の自分自身の可能性創出を楽しみながら育てて行こうと考えています。

また、静と動のバランスを考えて行動することも重要と認識した一年でした。

皆様にとって2009年は良い年に成りますようにお祈りしております。

2期 市川利夫

「気功と執筆について」

皆様お元気ですか？

私の、近況をお伝えします。

現在、千葉県の初富のカルチャーセンターで第3火曜日の午後1時30分から3時までの間、

「養生気功」という講座名で気功の指導をしています。

健康に良いということでかなりのブームになっていますが、私は約6年前からこの気功を始めまして、初級・中級・上級・インストラクター講座を終了して講師の資格を取りました。現代教えていますのは、六字訣・九陽功・元極功といったものですが、三調という調心【心をととのえること】・調息【息をととのえること】・調身【身体をととのえること】を行なって健康で長寿を目標とするものです。興味のある方は、下記のところか、私にご連絡していただければと思います。

もう一点は、現在、2冊の本を執筆中です。1冊目は「相手に値上げを説得できる標準原価表のつくり方」という管理会計の本です。もう1冊の本は、「決算の初歩が面白いほどわかる本(仮題)」で、これも会計の本です。

来年中には、いずれも「中経出版」という出版社から出されることになっています。

今までに、約20冊程度の本を書いてきましたが、下記のホームページで14冊が紹介されています。興味のある方は、ご覧になってください。

以 上

新鎌ヶ谷カルチャーセンター 講座名：養生気功 電話047-444-8511

書籍が紹介されているホームページ：<http://kas-ibs.tkcfn.com/pc/>

経営コンサルタント・公認会計士・税理士

市川利夫

2期 橋本史郎

昨年4月に60才還暦を向かえました。

07年に2度目の大病をしたこともあり、自分で定年と決めて会社を退職し一切の仕事を止めました。

4月2日生まれですので、同期の中で一番早い年金受給者となりました。

この一年間に約1ヶ月のイタリア、イギリス旅行、2回の北海道、同級生とのグアム旅行を楽しみました。

ゴルフも約60ラウンドできました。

予定の無いときには、大手町にあるスポーツジムに自転車で通い体力を付けようと頑張ってます。

また雅会の例会、2回のゴルフ(1回は嵐のため日帰り温泉に変更)、お茶の会等に参加しました。

辻先生を中心とする中杉の仲間達に会い友人達の「仕事止めたらどうするの?」との心配もよそに

結構充実した楽しい1年を過ごしました。

2人の子供たちもそれぞれ結婚しましたので、妻と2人の生活になりました。

これからは家族、友人達、特に中杉の仲間達を大切に、楽しく過ごしたいと思います。

昨年はゴルフでは先生にだいぶ負けてしまいました。今年は少しは勝たせてください。

雅会をみんなで盛り上げていきましょう。

38期 西澤砂弥香

将来は、自分で事業を興したいと思い、今は、神戸にて修行をしております。

茶道とは、離れておりますが、いずれ、再開をしたいと思っております。茶道は、私の人生のパートナーと思っております。

神戸へお越しの際は、ぜひ、声をかけてください。お待ちしております。

西澤砂弥香 himawari@rivo.mediatti.net

第3回 雅会例会のご案内

昨年は37名の参加でした。プリンスホテルの美味しい食事を友人との食事会、感覚で気軽に参加ください。

女性の方も年1回位は日曜日、子供を主人に預け参加ください。

日 時 : 平成21年2月15日(日) 11:00 集合・受付開始

終了時間予定 15:30

会 場 : 新宿プリンスホテル レストラン プリンスパイキング(B2)

〒160-8487 新宿区歌舞伎町1-30-1

電話 03-3205-1111

2階が西武新宿駅。

JR線、地下鉄線、小田急線、

京王線の新宿駅から徒歩5分

会 費 : 男性 4,000 円 女性 3,000 円

学生 2,000 円 40期生ご招待

申し込み : e-mail soukou@jcom.home.ne.jp

又は携帯電話 090-9145-0838

FAX 042-478-3700 申し込み締め切り 2月5日(木)

ズワイ蟹
揚げたて天ぷら
各種てんぷら
デザート等 30種類



第23・24回雅会ゴルフコンペのご案内

昨年より休日と平日、年に2回実施することになりました。昨年の平日コンペは豪雨の為に中止。今年は5月頃に休日コンペ、11月頃に平日コンペを予定しています。昨年参加の方にはご案内いたしますが、昨年参加されなかった方で参加を希望する場合はメールにて連絡ください。期日が近づきましたらご案内いたします。

お茶の掛軸(禅語)の言葉

茶道教室で使った掛軸の解説です。茶道教室の皆さんに配布して一緒に勉強しています。日頃、思っていた平常心の意味と異なり勉強になりました。

茶席の一行 芳賀幸四郎著 世界文化社より

びょうじょうしんこれどう 平 常 心 是 道

「無門関」第十九則に採録されている、南泉普願なんせんふがんとその弟子の趙州從諗じょうしゅうじゅうしんとの「道」に関する問答から出た、最も有名な禅語の一つである。修業がまだ未熟で若かった趙州が、道とはさぞかし高尚深遠なものであらうとの予見を抱いて、師匠の南泉に「如何なるか是れ道」と問うたところ、即座にはねかえってきたのが、この「平常心是道」の一語なのであった。平常心とはああしょう、こうしょうという作為する心や、ああすべきでない、こうすべきであるという規範の意識などをきれいに忘れ去った何ともないすなおな心のことである。「この造作ぞうさくにわたらぬなんともない心から、すなりと働きだせば、そのままの天地の道、人の道に合致する。道とは窮地なもの、高遠なもの、特別なものでない」というのが、この語の真意である。まことに千古の金言である。

インターネットより

政治家達がよく、政治課題や政治姿勢を問われて「平常心へいじょうしんです」という答えを聞く。この場合の平常心は普段のしており、格別の構えた思いもなければ、気負いもなく、淡々とした心境であるという意味で用いられることが多い。これは平常心へいじょうしんとよんで、「常に冷静沈着であれ」とか、「なにがあろうとも狼狽するな」という意味。このように考えると大変です。人生には喜怒哀楽があつて、一年中一喜一憂、悩んだり、苦しんだり、泣いたり、笑ったりしながら心が揺れ動くのが常であります。そのようななかで、気負いもなく、淡々とした平常心へいじょうしんでいるのは容易でない。禅語でいう「平常心」とは淡々として、全く心が動かないとか、動じないと言うことでない。

平常心びょうじょうしんには、広くて深い意味が含まれます。それは、1日24時間の自分に与えられた貴重な生活時間を余すことなく有効に使えるという意味であります。言い換えれば、ただ今、目の前のことに徹する、つまり、寝るときには寝る。起きるときは起きる、ご飯を頂くときは頂く、働くときは働くという具合に、ただ凡事を徹底するだけであります。日常生活に全身全霊をかたむけて、淡々と進めることを意味している。

趙州禅師は師匠に、「悟り」とはなんでしょうかとたずね、南泉禅師は、「平常心こそが悟りである。」と即答された。また、お釈迦さまは、「過去を追わず、未来を願わず」とおっしゃっている。つまり、今を大切にすること、今が大事である。平凡でもよい、今を一生懸命に生きること、言い換えると、今、すべきことに徹することが「平常心是道」である。

*無門関・・・中国宋代に無門慧開によって編集された公案集。

*南泉普願・・・中国唐代の禅僧

新入会員

2期 横澤啓二・5期 伊藤雅明、恒松眞喜子、中村ちさと・8期 野崎芳宏・13期 田嶋久美子・40期 松尾沙織

編集後記

雅会の皆様、年に1回位はメール他で連絡ください。連絡がないと、このような通信を送るのが迷惑なのか、届いていないのか、送っている私が不安になります。新雅会発足後、5年間(平成11年正月まで)連絡のない人は「音信不通」ということで、雅会名簿から削除させていただきますので、ご了承ください。(辻)

ご連絡

○ 第3回雅会の出欠を **2月5日**までに連絡ください。

先着 **50名**とします。

○ ゴルフコンペに参加希望の方は連絡ください。

後程、コンペ参加案内を送付いたします。

連絡先 辻 博康

メール soukou@jcom.home.ne.jp

FAX 042-478-3700

携帯電話 090-9145-0838

お願い

寄付の協力をお願いします。

会費を取っていません。慶弔費の実行と通信費などでお金が必要です。3年に1回程度、1口3,000円の寄付をお願いします。

振込先 三菱東京UFJ銀行 渋谷明治通支店

普通預金 3951319 ミヤビカイ イワタヤスシ

*三菱東京UFJ銀行の本支店又はコンビニのATMで振込みください。手数料は105円です。

*例会・ゴルフコンペに出席の方は当日、現金でも受付けます。

雅会ホームページ

<http://miyabikai.sakura.ne.jp>

ID members アドレス 180513

上記、連絡とお願いまで。

雅会 事務局

