



Vol.30 No.1  
Dec.2019

ITC-J カウンシルNo8

# Newsletter

小さい労力で、美しい花を咲かせ、その実を味わいましょう。

*Let's enjoy the beautiful flower and its fruit with the least labor and manpower.*



第30期 会長  
佐野千賀子



今期のカウンセル No8 第1回会合は、初めての会場でしたが、皆様のおかげで、たいへん盛況に開催することができました。63名の会員のカウンセルですが、ゲストも入れて53名の参加者があり、CMTも、会合でのプログラムも 全員参加型でしたので、皆様がとても活発に参加してくださり、盛り上がった会になりました。ゲストの方々からもお褒め言葉をいただいています。皆様に感謝申し上げます。

さて、現在のカウンセルNo8の問題は小さいクラブが多いことです。会員を増やすには魅力的なプログラムを実施することが一番大事かと思えます。ですからどのクラブも例会でのプログラム充実に力を注いでいただくために、カウンセルレベルからの労力提供のお願いを最低限にしたいと思い、会合準備委員会の係は、①コーディネーターとコ・コーディネーター②登録担当、③受付・案内担当、④会場・備品・小道具担当の計4つだけにし、会合会計は、カウンセル会計が担当することにいたしました。去年のやり方を踏襲し、順番にあたったクラブから担当者を出していただくこととなります。会合当日の人手不足のところは、案内の手伝いをクラブ会長に、プログラムやスピコンの当日の不足は、双方の委員が手伝い合うようにするなど、協力し合って、できるだけ負担が少なくなるようにしたいと思います。カウンセルからお願いする報告書提出などは最低限にしたいと考えていますし、役員会の回数を減らしたり、カウンセルメールは会合開催のためのご案内、ウェブ会報で会合報告と広報をするというようにはっきりと担当を分担するなど、できるだけ負担をかけないような運営を心がけております。でも、カウンセルの手助けがクラブに必要な時はどうぞご連絡ください。健康寿命を長くするために必要なコミュニケーションの勉強は意義を持っていますから、お一人お一人が友人や知人にお声掛けして、ご自分のクラブの会員だけでなく、他のクラブの会員も増えるよう、頑張っていきましょう。皆様のご協力をお願いいたします。

ITC-J テーマ : 心機一転 Guiding the Way

## 役員紹介



- 1) 至福の時はどんな時？
- 2) 目下、最大の悩みは？
- 3) 健康面で留意していることは？

### 佐野千賀子 会長

- 1) 少し熱めのお風呂のお湯に浸かった瞬間。いい音楽を聴いたとき。美味しいものを食べている時。あらゆるときに至福を感じています。
- 2) 時間が足りないこと。普段からしている仕事、趣味、家族とのかかわり、に加えてカウンスルの仕事があり時間が足りません。
- 3) 蛋白質と野菜を主にした料理を食べ整体に行きサプリを飲み元気を保っています。加えて運動をしなければいけないのですが時間がなくというか嫌いな事は避けています。

### 烏谷まゆみ 第一副会長

- 1) 和太鼓をやっています。結構売れっ子で、高齢者施設で頼まれ演奏しています。鼓童や DRUMTAO とは比ぶべくもありませんが、皆さんが涙を流してくれたり笑ってくれたりする姿を見るのが至福の時です。
- 2) 過密スケジュールで、あっちが立てばこっちが立たないこと。
- 3) 寝るは、極楽、金入らず。

### 饗場嗣祈子 第二副会長

- 1) その日やるべき事柄をやり終え、好きなテレビ番組(刑事シリーズ・サスペンス)を見ている時。
- 2) 年々年老いていくこと。
- 3) できるだけ歩き、駅などでは階段を使用し毎日可能な限りストレッチ体操をするよう心掛けている。

### 山内昌子 書記

- 1) 温泉(お風呂)の湯舟に浸かっている時。
- 2) 10年前に比べて体形が変わったこと。
- 3) 週2回は運動するように気を付けている。

### 小林裕子 会計

- 1) 一日が滞りなく終わり日に干した布団に入った時。
- 2) 母の介護と本業の仕事と自分の趣味と。三すくみ。
- 3) お腹の調子をよくすること。ストレスがあっても、不摂生しても、身体からのお便りがスッキリならば大丈夫。

### 関 稔子 議会議長

- 1) 朝のひととき、スッキリと目覚め朝日を浴びてストレッチ。朝食はトーストに卵かハムとトマト、ヨーグルトにバナナとオリゴ糖を入れて、丁寧に淹れたコーヒーを飲みながらのんびり夫とおしゃべり。毎朝おなじ繰り返しなのに、この朝のひと時がこの上ない幸せと思うこの頃です。
- 2) ITC-J のメールが多すぎて目が疲れること。
- 3) 塩分控えめと、姿勢をよくすること、笑うこと。

## 「報告」

- ◇ 指名委員選挙が実施され、関稔子さん(東京)、藤原雅子さん(東葛) 櫻井をさみさん(荏崎)が選出され関稔子さんが委員長に決まりました。
- ◇ 第2回会合は、2020年4月11日(土)会場は、山崎製パン企業年金会館  
コーディネーターは横浜クラブが担当



## 「開けてビックリ！ 奇想天外おとぎ話」 どんなお話が飛び出すでしょうか！

### 鳥谷プログラム委員長

昔、ある所にITC - J国という国があった。その一つの領地に「エイト」という領地があり、ある日、領主様が、余興係の一人にこう言った。「近々、我々の王様がわが領地にお越しになる。ついては、全員が楽しめるパーティの余興を考えよ。」

余興係達は、頭を捻ったり、叩いたり、悩ませたりしながら、ようやく思いついた。国に古くから伝わるおとぎ話の番外編をお客様や民に考えてもらい、テーブル毎に語ってもらうのはどうだろう。ルールはただ一つ、主人公以外の人物や動物を使って、物語を進めていくこと。どうなるかは後のお楽しみ！

パーティ当日は、次世代のエースが進行役を務めた。初めのうちは、蜂の巣をつついたような騒ぎだったが、彼女の見事な手綱さばきで、どのテーブルも愉快的な話を披露した。

余興係達は、お客様も民も賑やかに楽しそうに話しているのを見て、とても幸せだった。

### プログラムの感想

E 「桃太郎」 何と云っても、シンキングタイムの最初にテーブルリーダーの齊木さんのご提案で、簡単な自己紹介をしたことで、ギョツとチームワークが整い、順番に話すリズムもできたように思います。会合が終わってから、他のテーブルの方とお話したのですが、一人が纏めての1分ではなく、一言ずつでぐるぐるとバトンタッチしていく発想に驚いたと同時に、一般ゲストの方が最初と最後を締めくられ、とても新鮮で良かったとのご感想を頂きました。

私は、トップバッターになった時点でどうしよう一瞬慌てましたが、直前のバトン回しのリズムができていましたから、齊木さんの仰る通り『メンバーの一人一人が大変ユニークで面白いアイデアを出され、他のメンバーがそれを支え、認め合い、とてもいいグループ作り』ができたと思います。

カウンスルNo.6 平安クラブ 言の葉クラブ Y.K

F 「シンデレラ」の主人公を、イケメンから、見た目の悪い王子様に変え。その容姿から婚活するもできず、けれど心根の優しいゆえに幸せにつながる話となりました。発想の豊かさや、ストーリーを作る難しさも感じつつ、短い検討時間の中で最近のことも反映されたものになりました。それぞれのキャラクターがでた、楽しい発表となりゲストさんと共に楽しみました。 Y.K

おとぎ話はグループの誰でも知っている共通のお話で、それを基軸としたことは、とても良かったと思います。しかし、そこに出て来る主人公以外の人又は物のお話をつくる課題とは、驚きの発想で難しいと思いました。

なぜかと考えるとお伽話なので主人公以外の情報が少ないから。そのため、お話は、どのようにも考えられますが、一人でなく連帯でつくるのがとても難しく感じました。

何とかお話の流れをつくらねばと必死でしたが 現代の問題が見え隠れした話となり、不思議と同じような方向となり、妙に幸せに締めくられたときは本当にうれしく思いましたし、ほっとしました。

その瞬間、皆様との連帯感を感じ、感謝の気持ちで溢れました。 Y.N

### プログラム委員会がめざしたもの

プログラム委員会がめざしたものは、まさにメンバーが協力して一つの物語を作ることであったので、短時間でそれを実現した全てのテーブルに拍手！です。無理難題をおしつけられたにもかかわらず、冷静に進行してくださいました。PLの浜上さん、素晴らしい小名は詩を組み立てて下さった全てのテーブルの皆様にご感謝申し上げます。

### CMT:第1回会合を終えて

横浜クラブ 会長 藤原真人

横浜クラブに入会して5年目を迎えました。

クラブの役員として、会計を2期、第一副会長を1期経験させて頂き、今年には会長を任せて頂いております。ITC-Jの取組みは、幅が広く且つ奥の深いもので、5年間の経験ではITC-J全体を理解・把握する事が出来ていないのが現状であります。

第1回会合を終え、かなり理解度が高まったとの実感があります。

午前中のCMTでは、重要事項の通達と、各レベルでの役割の再確認作業が実施された事は、理解度が高まる要因の一つとして上げられます。

「議事法 de ビンゴ」では、ゲーム感覚で議事法を学ぶ良い手法で、この手法はさまざまなケースに応用ができます。

CMTと第1回会合に参加できた事は、クラブ運営の改善に繋がる良い機会となりました。

### クラブ訪問 東京クラブ

カウンスル第二副会長 饗場嗣祈子

梶谷真司著「考えるとはどういうことか」という課題図書に従い、「哲学対話」を実践するという企画の東京クラブ9月例会に参加しました。1グループ7人が輪になって座り、我々のグループはテーマ「普通って何？」について著書に書かれているルールに従い、自由に話し合いながら皆で楽しく考えました。

ルールの一つである“話がまとまらなくてもいい”、“発言せず、ただ聞いているだけでもいい”という気楽さから反って活発な発言が飛び交い、約50分の話し合いの終わりには、テーマに関して自分なりの考えが纏っているのに気づきました。楽しく仲間と対話しながら考えるという充実感が味わえ、ストレス発散ができたようなすがすがしさを感じながら帰途に着きました。

「前向きに」 堀江祐子 第1期会長(1990～1991)

1990年の秋、カウンスル No.8 は今まで属していた No.1 から独立して、新しいカウンスルとしての第1歩を踏み出しました。

それまではカウンスル会合を筆頭に全ての活動を No.1 に委ねていましたので、新しく始まったカウンスルの運営は未経験の私達には当惑することばかりでした。

ただ、役員全員は何もやらずに手をこまねいているより、失敗を恐れず良いと思われる事は何でも前向きに挑戦しよう、と言う気持ちで一致していました。新しいカウンスルを立ち上げる、と言う強い思いが私たちを動かしていたのだと思います。色々な苦勞の末に迎えられた第1回会合の感激は今でもはっきりと覚えています。

あれから No.8 はここに30年を迎えようとしています。チャーターの時からずっと在籍している会員も今は僅かになりましたが、カウンスル No.8 の更なる発展を願う気持ちは今も昔も少しも変わりはない、と思っています。

「明日への架け橋」 藤原雅子 第9期会長(1998～1999)

ITCに入会して30年以上たちました。当時私は専業主婦でPTAの集まりしか経験しておりませんでしたので、ここでの活動はとても新鮮で、魅力的でした。カウンスル会長をさせていただいたときには、議会法規役員の星野佐登さんにご指導いただきながら役員の方々と議事法の勉強をしたのがよい思い出です。議事法は物事を公平に、かつ合理的に進めるためにはとても大切な規則だと実感し、興味を持つようになりました。

当時はクラブ数が増え、13クラブになり、会員委員会や、増設委員会が大活躍していました。クラブでもカウンスルでもプログラムが大変充実していて、学ぶことがたくさんあります。

ITCのすばらしさをもっと多くの人に知っていただきたいと思っています。今はフルタイムで働く方が増え、世の中全体が忙しくなり、会員数が減少していますが、あたらしい会員を増やすには時代のニーズに合った活動を模索していかなければならないと思います。

## 「素晴らしきかな人生」 関 稔子 第11期会長 (2000～2001)

第11期はミレニアム。皇太子ご成婚があり、No.8では小寺恵子さんがスピーチコンテスト国際大会日本人初優勝の快挙をあげ、活力がありました。ニュースレター編集は盛岡クラブ。発行日が迫ると夜中までTel・Faxで打ち合わせを、年3回、A4版で発行しました。岩手の偉人・宮沢賢治、新渡戸稲造の特集などローカルカラー豊かな記事はユニークで、11期の活動が形に残るピンク色の会報には、アナログ時代ののどかさと懐かしい思い出が詰まっています。この頃すでに会員減少。役員候補者難の苦勞がありました。23名増員し目標の240名を達成した時の喜び！よく頑張ったと思います。会員減は多様性を失いマンネリ化します。小規模な現在も250人の規模の時と同じ運営でいいのでしょうか？30周年を機に足元から見直し、持続可能なカウンスルを考える大事な時かもしれません。さあ、ご一緒に考えましょう！。テーマには、“素晴らしい人生を歩むためのITCでありたい”との思いを込めました。どんな状況においても、知性と品性を備えた魅力的なNo.8であるよう願っています。

## 「改革にチャレンジ」 永井眞澄 第13期会長 (2002～2003)

第13期のテーマは「改革にチャレンジ」でした。スタート前に皆様からアンケートを頂き、80%の方々が「単純化」と「IT化」でした。この結果に後押しされて、長年続いてきました高額印刷によるカウンスルNo.8の「ニュースレター」をITによる編集に切り替えるチャレンジを致しました。「ニュースレター」を掲載のカウンスルNo.8のホームページは、現在のウェブサイト・会報に引き継がれています。

世の中が段々とIT化される時代の要請に応じて、ITCもお忙しい役員のために夜に時間を決めてパソコンで何度か役員会を行いました。私自身17年前、会長のお役を頂いてからのパソコンにチャレンジでしたが、その便利さ、時間と経費の節約、メール交換によるコミュニケーションなど再認識致しました。方針の「単純化の実現」もPREM活動も、この年にチャレンジ出来たのではないのでしょうか？



## 「地域社会への発信」 ” Extend POWERtalk to our Community”

### 小菅あけみ 第21期会長 (2010～2011)

約10年前のカウンシル活動を振り返ると、たくさんのことを学ばせていただき、感謝です。20周年記念をお祝いした翌年で、トレーナーを中心に会員増強のワークショップに力を入れていました。10月には国際のITW (International Training Weekend) が神戸で初めて開かれ、FITCとして準備委員だった私は、神戸と柏を往復したことを思い出します。

11月の第1回会合は、国立オリンピック青少年総合センターを新しい会場にして日・英をできるだけ使った会合を試みました。

第2回会合の準備中、3.11東日本大震災が発生し、盛岡クラブからは深刻な報告が届きました。それでも、1か月後に何とかスピーチコンテストを行い、盛岡クラブからも参加しました。リージョン大会では山口さんが優勝、英語では宮崎さんが世界大会に出場を果たしました。私はその後、東北のクラブの応援に通うようになりました。



### 「つなぐ Ties」 山内昌子 第25期会長 (2014～2015)

第25期は、11クラブ、123名でスタートし、クラブ運営研修会には61名の参加がありました。歴史、地域、組織、心と心がつながることを目指して、テーマは「つなぐ」としました。会合会場については、会場設営に会員負担がないこと、交流の為に会場での飲食が可能なこと、1年前から予約ができることから、第2回会合はシーサイドホテル芝弥生会館での開催としました。会場費不足を補う為、第1回会合では、会場費負担金を計上した予算案を、今後の為に、年会費を4,500円に値上げする動議を提出し、採択されました。大幅な値上げに反対の意見もありましたが、皆様の理解を得たことは、時代の流れと感じました。

第1回会合プログラム、ワークショップ「今につなぐ常磐津」では、大勢の会員が積極的に舞台上で発表したこと、浄瑠璃と三味線の常磐津を、浄瑠璃とチェロとの初共演という形で鑑賞したこと、舞台には豪華なお花を寄付していただいたことが懐かしい思い出です。



## 「みんなの笑顔」 山口久美子 第26期会長 (2015～2016)

この年、突如通達された「日本リージョンの3分割」はすべての会員に激震が走りました。

3分割については、当面この2年間は実施されず、その間に日本リージョンが分割を望むのか否かを考えることになりました。

カウンスル内でもいったい何が起きているのか分からないといった状態でした。クラブ運営研修会の後、クラブに持ち帰ってすぐに学べる「準備のいないワークショップ」を取り入れたミニ講座を開催しました。回転寿司がチラシ寿司となりましたが話す内容は、もちろん一番関心の高い「リージョン3分割のメリット、デメリット」としました。

カウンスルの会合は、ビジネスとプログラムの両輪で成り立っています。

プログラムは、「2言語プログラムとしての試み」と「楽しく学べて、みんなが参加すること」といった目標を定め、参加した会員たちが笑顔で楽しみながら学んでいる様子に、今期のテーマ「みんなの笑顔」は、成功したと思いました。



## 「毎日が即興劇」 鳥谷まゆみ 第27期会長 (2016～2017)

田舎の支店長が突然本社の社長になったように就任し、年月だけはベテランで、毎日が即興劇を地で行くようなスタートでした。

第1回会合は東京ウィメンズプラザで、日本尊厳死協会の丹沢太良氏に『その瞬間まで私らしくーリビングウィルー』と題して講演をしていただきました。自分らしい死を迎えるにも、コミュニケーションが必要であることを学びました。

第2回は、お馴染みの弥生会館がオリンピックの開発で使えなくなり、柏の葉カンファレンスセンターで行いました。第一副会長の西村郷子さんにご苦勞をかけたことがまざまざと思い出されます。会場は柏の葉キャンパス駅にも近く、天井が高くスピーチコンテスト会場として、相応しい会場であったと思います。

26期に勃発した「日本リージョン3分割」問題は、最終的にITC国際が解散することになり、No.8に3クラブあった英語クラブ(筑波、柏、サンデー)が離脱しました。本当に残念な出来事でした。



## 「学びほぐし」 八尾和子 第28期会長 (2017～2018)

28期は、何と言ってもITC国際解散を受けての3英語クラブの離脱による40名近くの会員の減少というカウンシル始まって以来の激震に襲われ、8クラブ78名での寂しいスタートとなりました。そこで活動力の低下としっかり向き合うため期のテーマを、今まで当たり前と思っていたことを疑ってみることに、カウンシル活動においても凝り固まった過去のしこりはほぐして、無理なく無駄なく身の丈に合った活動をしていきたいと思いますという思いを込めて、「学びほぐし」といたしました。

変換期に当たり、上部からの「カウンシル再編」「新名称募集」等たくさんのアンケートに回答して意見を上申し、期半ばにして新名称ITC-Jが決まり新会則が採択され新しい一歩を踏みだしました。No.8では会合におけるボランティア募集、資料の事前配信、ゲスト・役職用のリボン廃止、横断幕・テーマ幕の投影等極力労力削減に努めました。まだまだ道半ばですので、無理なく活動を続けるために組織のさらなる簡素化と各役職の任務の軽減に工夫が必要と思われまます



## 「不易流行」 山口久美子 第29期会長 (2018～2019)

ITC-Jと名称を改め新組織としてスタートしましたが、相次ぐ英語クラブの離脱、アクア千葉クラブの解散等が続き、29期は7クラブ68名でスタートしました。少人数となってもカウンシル運営を元気に進めていくために、準備委員会とクラブ運営研修会(CMT)の負担軽減に取り組みました。準備委員会は従来の担当クラブ制ではなくて、全部のクラブに担当を割り当てることで、いつ誰がどんな担当になっても、一人一人が何らかの形で会合に関わりながら自分自身を成長させ、スムーズな運営ができるようなシステム作りを考えました。

また、CMTはメールで伝達する紙上会議とし、第1回会合終了後に全部の部門を会員一同で研修を受けたり、ニュースレターも2回発行としたりして負担軽減を図りました。会合プログラムは一人でも多くの会員が関わることで交流に繋がるプログラムにしたいと考え、No.8会員によるパネルディスカッションやスマホ操作のワークショップを行いました。



カウンスルNo.8 30周年に寄せて

歴代カウンスルNo.8 会長名及びテーマ：現会員のみ

期	年度	氏名（クラブ名）	テーマ
1	1990～1991	堀江 祐子（東京）	前向きに
9	1998～1999	藤原 雅子（東葛）	明日への架け橋
11	2000～2001	関 稔子（東京）	素晴らしきかな人生
13	2002～2003	永井 眞澄（彩玉）	改革にチャレンジ
19	2008～2009	川崎洋子（無所属）	出会い
21	2010～2011	小菅あけみ（花巻）	地域社会への発信
25	2014～2015	山内 昌子（東京）	つなぐ“Ties”
26	2015～2016	山口久美子（菫崎）	みんなの笑顔
27	2016～2017	烏谷まゆみ（菫崎）	毎日が即興劇
28	2017～2018	八尾 和子（東京）	学びほぐし
29	2018～2019	山口久美子（菫崎）	不易流行
30	2019～2020	佐野千賀子（東京）	小さい労力で、美しい花を咲かせてその実を味わいましょう

\*19期会長の川崎洋子さんは体調不良のため原稿は書けませんとのことでした。  
快復をお祈りいたします。

**編集後記：**

原稿依頼に快くご協力いただきありがとうございました。  
会員をつなぐ会報誌をめざし、読みやすい紙面の編集を心掛けました。ここに、30期 会報1号をお届けいたします。

Web.会報委員長：林 栄子 水野玲子 彩玉クラブ会員