

風の会 通信20号

<http://www.g-kaze.com/>

◆風の会事務局 〒534-0024 大阪市都島区東野田町 2-8-2 久豊二番館 株式会社ヒット内 5F
TEL:06-6356-8786(直)・06-6356-0291 FAX:06-6356-0905 E-mail :webs@g-kaze.com



友遊会からのお知らせ

◆ 友遊会7月定例会

ありがとう...
前衛!

テーマ:『映像とお話で友遊会の歴史を振り返り、
新たな交遊の場の在り方を考える』

7月19日(水) 18:00~ 会費:4,000円

会場:前衛

嬉しい、出合いの場「友遊会」は、“囲炉裏のぬくもり”
が感じられる場として多くの皆様楽しんで頂いて参
りました。このたび「前衛」が7月末をもって閉鎖され
ることとなり、一つのターニングポイントを迎えており
ます。そこで、賑やかに「21世紀・21年目のスター
ト」のテーマのもとに懇親の会を催すことにいたしまし
た。今回は例月のテーマ・ゲストはなく、盛りだくさん
な内容を全員で楽しみたいと存じます。

※お申し込み、お問い合わせは風の会事務局で
承っております。(電話:06-6356-8786)

◆ 友遊会6月定例会報告(6/21)

《新しいコミュニケーションを求めて》

【講師】小池喜四雄さん

チーフ・エグゼクティブメンターとして、大学で教鞭を
とっておられ、古くからの友遊会のメンバーでもある
小池さんが”メンタリング”という新しい切り口で、
笑いの力やコミュニケーションについてお話くださ
いました。前半は10年前にNHKで放送された懐かし
い友遊会のビデオを楽しみました。



チーフ・エグゼクティブ
メンター 小池喜四雄さん



風の会...会員募集!

★まんねん倶楽部会員(無料)・風の会会員(入会金 5,000円+
年会費 10,000円)です。皆さまのご参加を心よりお待ち申し上げ
ております

イベント報告

文化創造倶楽部 パソコン部会(6/23)

《「風の会」ホームページの作り方》

文化創造倶楽部のパソコン部会で風
の会のホームページや作り方につ
いてのご説明の機会をいただきました。



元気もりもり 笑み筋体操

<1~7を一日3~4回>

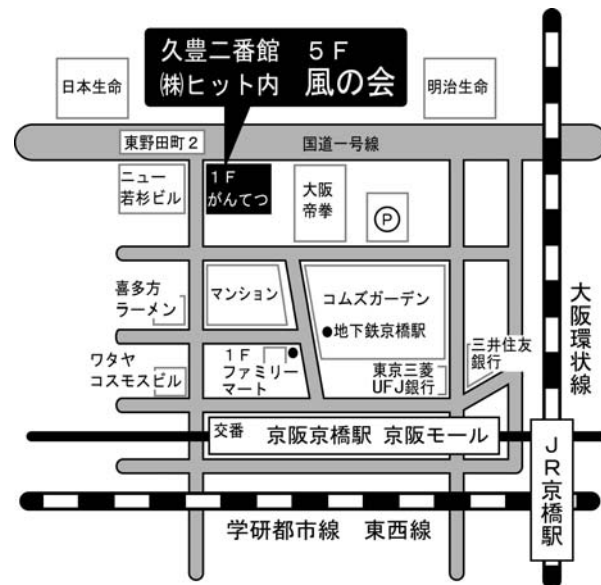
0. 始めに両手の掌を良くこすり合わせ気を入れておく
1. 指の腹でひたいのぼし
2. 指の腹で両目のまわりをのぼし
3. 頬に両手をあて斜め上につり上げる
4. 手の甲で“あごの両側”を撫で上げる
5. 親指と人差し指で輪を作り、左右の頬骨を包み
それぞれ左右に回す
6. 回し終わったら、大きな声で”いい顔、いい顔、
パツ”といい掌を一杯に広げ天井に突き出す
7. 顔全体が”輝いている”のをみんなで褒め合う



いい顔、いい顔、
パツ!

資料提供: 小池喜四雄さん

風の会事務局 通常業務時間:
月~金(祝休) 朝10時~夕6時まで
お気軽にお越しください!



水滴 花と光

写真:東田昌子さん

朝露の中の小宇宙をテーマにした作品
のひとつです。

自灯明、法灯明

風の会 河本雪夫

よく整えられし自らを灯とし、法を灯として、他をあてにしてはならない = 釈尊のことば =

最近の新聞で、前向きで楽しい記事を探そうとしても目を背けたいような記事のオンパレード。

何故こんな情けない国になってしまったのか。原因を辿ってゆけば結局、人それぞれのあり方につき当たってしま
う。敗戦後、国や隣人を愛する心を取り除き、今が楽しければそれでよしとする教育が、生きる上での基本である
感謝と宗教心を失わせてしまったせいであるように思います。

2500年も前に釈尊は自分の生きる基準を大自然の摂理である法に求め、自分の心が法に恥じないと思うことを基
準として、他のことに煩わされない生き方を説いています。

自分が当然しなければならなかったことに手抜きはなかったかと自らに問いかけながら、凡事徹底する自灯明の
教え。

年をとって少し解ってきたことは世の中には”まなること”と”まならないこと”があって、この両方とも、自分の計
らいを受け入れてくれないということである。つまり、”あるがまま”にしか生きてゆけないことです。

今ここで出来ることは我を張らず、自然体で愚痴も云わず法を灯とし、自分の掲げた灯を道しるべとして、歩いて
ゆくこと、つまり他をあてにせず、自立した自己に頼るより他はない、というのが釈尊の教えです。

これから確実にやってくる高齢化社会をいかに自尊の心で生き抜いてゆくか。

いまこそ自灯明、法灯明の心が求められている様に思います。