



friendship force TOKYO

ニュースレター第143号

フレンドシップフォース東京

2026 年 3 月

2025 年度総会は 1 月 18 日（日）10 時より「女子栄養大学 3 号館 5 階 3505 教室」で開催された。出席者、委任状の合計が会則 12 条の条件を満たし、本総会が成立。水野幸子氏の司会で始まり、平野悦子氏議長のもとで本年度の全議案が審議され、挙手を以って承認された。

2026 年 新年のご挨拶

会長 堤由紀枝



新年あけましておめでとうございます。日頃より Friendship Force 東京クラブの活動にご理解とご協力を賜り、心より感謝申し上げます。

私たちは、世界各国・各都市の Friendship Force クラブと提携し、ホームステイを通じて心と心を結ぶ草の根の国際交流を続けてまいりました。海外からのゲストをお迎えする際には、日本の伝統文化や日常の暮らしを体験していただき、共に食卓を囲み、語り合う時間を大切にしています。その一つひとつの出会いが、相互理解と友情を深めるかけがえのない機会となっています。



昨年は千葉県、埼玉県、神奈川県、そして東京の知られざる名所をご紹介する地区懇親会が大変好評で、多くの皆さまにご参加いただきました。住み慣れた地域にも新たな発見があり、学びと親睦を深める貴重な場となりました。本年もこの取り組みを継続し、さらに充実させていきたいと考えております。

今年は 6 月に開催される関東ブロック会議の主催が東京クラブです。

近隣のクラブが集まる貴重な機会です。出来るだけ多くの会員が参加して、他のクラブの方たちと意見を交える事は FF の前進へと繋がりますので、多くの参加を期待しております。また取り上げて欲しい題材がありましたら、事務局までご連絡下さい。

午年は、しなやかさと力強さをあわせ持ち、前向きに駆ける年とも言われます。本年もその精神のもと、国内外の友情の輪を軽やかに、そして力強く広げてまいりましょう。皆さまにとりまして実り多き一年となりますよう心よりお祈り申し上げます、新年のご挨拶といたします。

2025 年度総会/懇親会

総会後に、同館の「松柏軒」へ移動し、懇親会は鎌田昭子さんの司会により開始されました。須山信明さんの乾杯から皆さんがリラックスしたところで、矢澤千津江さんによる太極拳の講習で体が温まり、最後に大貫忍生さんの一本締めで閉会しました。途中、余村さんのお孫さんが英語と日本語で自己紹介のサプライズがありました。



総会と懇親会について

唐澤まや子



「2025 年度の総会」が 2026 年 1 月 18 日(日)10 時より開催されました。事業報告、理事会報告、会計報告、数か所の会則改定あり、滞りなく承認されました。

東京クラブは当初は会員数 300 人。渡航は 1 年に 3 回、受入も 1 年に 3 回行われていました。現在は 2 回ずつ行っています。しかし、コロナ以後の会員数の減少によりホストをしていただける方が減っています。渡航と受入の回数については今後検討することになりました。また、物価の高騰により郵送による配信も一部

メール配信に変更せざるを得ないことになりました。

懇親会では、久しぶりにお会いする方々との歓談。美味しい食事。太極拳の講習がありました。正しい方法で継続して行うことが大事だと思いました。あっという間に 2 時間が過ぎ、今年も世界の人々との出会いが平和に繋がることを願い、1 年が始まりました。



2026 年度理事 ご紹介

新理事 宮井夏江(会計係-入金担当)

会員の皆様や FFT の大切なお金を管理させて頂く「金庫番」を担当させて頂く事になりました。「出来る」ベテラン理事の方々にご指南頂き尽力させて頂きます。初理事会デビューの日、建設的な有意義な意見が活発に飛び交い、その一員として協力出来る事は未知との遭遇、貴重な時間を共有させて頂き、FFT が更に充実し発展します様に願います。以前、2 度の海外生活で現地の方の親切な対応に心が温まり、今度は私が外国人にご恩返しが出来たらと、FFT に入会しました。その時の感謝を、忘れず楽しく活動出来たらと思います。「人生激しく」をポリシーとして、今後共、宜しく願います。



新理事 小林美津子(会員係)

今年度から会員係の小林美津子と申します。会員係の主な仕事は会員名簿(住所、電話番号、電子メール)取りまとめ、総会資料及びニュースレター発送等です。

私はコロナ期間中に入会し活動期間は浅いです。今迄は受入時のイベント等積極的に参加しています。今後、自分の本業(環境に配慮した農業の米作り)と調整しながら、健康で楽しくをモットーに可能な限り社会貢献を行いたいと考えています。

FF 東京の会員数は現在 50 名を切りました。時代の変化とともに、会員様の事情も変化している状況が会員減少から見えます。

会員様におかれまして、名簿情報の変更時には速やかに事務局へのご連絡をお願いします。

後列左から

広報係: 渡辺いづみ
 会議係: 野村真理子
 会長: 堤由紀枝
 会員係: 小林美津子(新)

前列左から

広報係: 高橋亜紀
 副会長(事務局): 水上恵子
 会計係(入金担当): 宮井夏江(新)
 副会長(会議係): 田中浩代
 会計監査: 神吉節子
 会計係(支払担当): 前田恵子



広報係: 増山美枝子(総会当日欠席)



退任理事

木下俊美(会計係)
 鎌田昭子(会員係)



渡 航

FF Chiang Mai(Thailand) 2 月 4 日～10 日

アンバサダー:14 名

AC堤由紀枝、AAC神吉節子、安達京子、内田敦子、柏原幸子、唐澤まや子、島田逸司/信子、平野悦子、水上浩/恵子、矢澤千津江、余村昌生/とこ

ハプニング

安達京子
Chiang(街・都市)Mai(新しい)。チェンマイ渡航は両クラブ 26 名で繋がる LINE が、親睦をより深くした。全員での活動やホストとの交流風景の写真と動画が、咲き誇る花々の様に LINE の画面を絶え間なく彩る。その歓迎の熱意は深く心に浸みた。平野さんと私のホストは Tui さん。彼女曰く「Tui は寂しがりやで小心者です」、そんな彼女は独力で美容院と数件の借家経営者だ。最終日、ベンツに初の同乗者として歓迎されるも、帰宅中スーパーの駐車場でエンジンがストップ。やむなく甥の軽トラックの荷台に肩を寄せ合い、夜道を爆笑しながら帰途。「誰も経験しない忘れられない交換です。ずっと友達でいられます」明るく光る翻訳の文字に、三人は笑いながら頷きあった。



微笑みが見つないだ心 ～チェンマイでの一週間～

内田敦子
真冬の日本から常夏の国タイ・チェンマイへの渡航は hospitality あふれるとても思い出深いものになりました。ホームステイではご家族のあたたかさにも包まれ、毎日楽しい企画と美味しいタイ料理でもてなしていただき、1 週間があっという間に感じられました。市庁舎や寺院、文化センター、温泉、市場などを訪れ、文化や歴史、習慣を学びました。フェアウェルパーティで歌った「世界中誰だって ほほえめば仲良し さ みんな輪になり手をつなごう♪」の歌詞通り、心がひとつになり、笑顔の絶えない忘れられない時間となりました。



★★★地区懇親会★★★

埼玉地区懇親会 参加者 17 名 2025/11/5

大宮盆栽美術館には盆栽の推定 500 年、1000 年ものが陳列されており、その周りは盆栽村と呼ぶにふさわしく、培った知識が周りの家々に継承され、美術館の外でも沢山の盆栽を拝見することができた。そこから徒歩数分のところにあるアットホームなお店で昼食をとった。さらにそこからすぐの場所に「歴史と民俗の博物館」があった。博物館での藍染め体験では、藍染めを通して埼玉の歴史も学び、参加者全員が担当者の説明に釘付けになった。ハンカチの藍染めは、各自の柄、色が出ており、これ



がまた楽しかった。今年の埼玉地区懇親会は岩槻にて開催されました。その様子は次回のニュースレターにてお知らせします。



東京地区懇親会 参加者 19 名 2025/12/5

「ぶらり中央区歴史散策」の中央区文化財サポーター協会主催のボランティアガイドには一昨年の日本大会のオプションでもお世話になり、これまでも日本橋、築地、佃・月島のコースをご紹介いただいた。今回の銀座コースも想像を超えた世界を味わうことができた。ガイドに案内され、華やかで人通りの多い銀座通りを横目にビルの中の路地に入った。一瞬の静けさと狭い路地にある神社に手を合わせると、昭和初期の銀座の街にタイムスリップしたような感覚に陥った。機会を作って、次回は奥野ビルの手動式エレベーターに乗ってみたいと思う。



かけはし

【渡航：トゥルグフルモス（ルーマニア） & ブルガリア（オプション）
2004 年 5 月 28 日～6 月 11 日 アンバサダー 24 名】

大貫忍生

2004 年、東欧ルーマニアへの渡航は、自身のあこがれでした。渡航募集の知らせに私は嬉々として参加を申し込みましたが、即 ED を申し付けられました。さて、ルーマニアは社会主義体制の歴史がある美しい中世の街、“思いは皆同じ？” なんと 24 名の応募者。訪問先は首都ブカレストから東北 450 km 先の街 Targu Frumos、大使館で情報を得、ここから苦難が始まった。24 名の首都から街への移動は日本でも現地と交渉しても困難、そこで受け入れに多忙なルーマニア ED、Mrs. N に相談し書面でのやり取りは電話に変わった。ED の “Trust me !” 私は “Thank you. Yes, I trust you sincerely!”

この言葉はお互い幾度か繰り返し、今も忘れない思い出。その後、ED Mrs. N が中型バスと Driver (ホストをする) の確保の報告に安堵と感謝でガッツ・ポーズ！家は ED 家族 3 人、大人 4 人の 7 人！私は Helper と ED に徹すると決めブカレストに降り立った。勿論、ED とバスドライバーがにこやかに迎えてくれた。首都ブカレスト、トゥルグフルモスに散らばる世界遺産、美しい町並みと農村の素朴さの中で、各自が色々飽きる事のない素晴らしい経験をしたと思う。無事に FF 交換後、観光バスでブルガリアに移動、有名なバラ祭りに参加、多種の最高観光ツアーに余韻を感じながら帰国の途に。

お知らせアラカルト

- ★ FR チームより毎月「FR 便り」が配信されることになりました。
- ★ FF 日本 の新しいホームページはこちらです。
Friendship force Japan - 2025ffjapan ページ！

2026 年 Calendar

5 月 15～22 日	受入:FF Long Island(USA)
6/27	関東ブロック会議(FF東京主催)
7 月上旬	納涼祭
9 月 25 日～ 10 月 1 日	受入:FF Dallas(USA)
10 月 10～16 日	渡航:FF Greater Izmir (Turkey)
10 月 24～25 日	日本大会(FF長崎主催)
11 月予定	神奈川地区懇親会

【編集後記】

3 月のニュースレターは、内容が盛り沢山で編集が大変かと思われましたが杞憂に終わりました。チェンマイ渡航前に原稿を書いていただけの方を見つけておかなかったために帰国されてからアタフタとお願いすることになりました。しかしながら、お二人とも快く引き受けてくださり充実した交換の日々が手に取るように分かる原稿を送ってくださったばかりでなくタイの明るい太陽の光が感じられる素敵な写真も送っていただきました。皆様よりひと足先に拝見できるのも広報の役得だと喜び合いました。堤会長の新年のご挨拶にもあるように、今後も皆様に「しなやかさと力強さ」が伝わるような紙面作りに励みたいと思います。

【訃報】 謹んでお悔やみ申し上げます。
田中裕海様 (2026 年 1 月)

