

シャッター押しまくり
広島造幣局の桜 津田 一男



デジタルカメラは、今年で三度目で毎回夫婦で参加しています。写真は写すのも写されるのもあまり好きでなく、前回までは付き合いで少しだけカメラを構えていました。

昨年は請われるままに初めてプリントも経験し写真を提出しました。いわみーる1Fフロアで自分の写真を見た瞬間には感激し、心はもう芸術家でした。他人に作品を見せるのは、ヌードを見せるより気恥ずかしいことですが、写真は安易で安価で省力的で魅力的です。造幣局と縮景園では二人とも足腰の痛いのも忘れ、時間が足りないほどシャッターを押しました。

活動部の皆様のご心配と日頃の精進のお蔭でしょうか天候に恵まれ、桜にも裏切られず大変楽しい一日でした。

帰宅してから写真を見るとひどいものばかりでがっかりしましたが、今日から足腰を整え、カメラの勉強を少しして、来年のツアーに備えたいと考えています。



デジタルカメラ初参加！
板本 京子



デジタルカメラに初めて参加しました。バス二台六十六名 広島へ。

カメラは五年前の購入時、孫一歳の祝餅を背負った写真を撮ってから、今年一年生のランドセル姿の間、殆ど無くて…。それでも造幣局の数多い桜を写し、日々手にする硬貨の裏表の認識が反対である事に驚き、昼食は「むさし」でおにぎりとうどん、美味しく頂きました。



縮景園では大名庭園を堪能。筍が沢山生えているのを見て、昨夜ゆがいた我が家の筍を思い出す。道々先輩の方々とおふれあえた事、思いやりのある言葉を掛けて下さった事、良い思い出です。帰宅後、今日写した写真“どうしたモンじゃろのう”と。先輩はパソコンに取り込む方法を教えて下さると、いともたやすくに頼もしく言うて下さいました。道は遠し。朝は寒く曇り空で少し心配しましたが、歩くには良い天気でした。会長、活動部の皆様、参加された皆様楽しい一日を有難うございました。

ICTサロンだより

第49号 発行
シニアネットはまだ
代表：長尾康一
Tel：090-4570-5953
平成28年6月

シニアの居場所を創る

会長 長尾 康一



「わかった！」
「できた！」と思わず笑顔が生まれる

ICTサロンにしたい、と助け合っでやっているつもりだが、なかなか難しい。

これでいいの！
・テキストは見直す必要のある古いものがある。

・工夫も手直しもしない講師がいる。

・事前勉強をしないサポーターがいる。

・講師やサポーターの貼り付けが偏っている。

・中級とマスターコースにクラス分けしたが、レベルがあまり変わらない。マスターコースは人数が減ってもレベルアップすべきだ。

新しい教材を開拓する講師サポーターが育っていない。百五十人ぐらいの会になるといろいろな人がおられる。思いもさまざまである。自分の思いと違うと意見も出る。会議では黙っていても陰ではなかなかの能弁である。シニアが 愚痴を言うのも 息抜きよ 愚痴を聞いて、ガス抜きするのも会長の仕事かと思つて聞いているとそうでもない。会を良くしようとの思いからの建設的な意見である。自分たちの会を愛していることがよくわかる。だが、この熱い思いを束ねるのも容易ではない。デジタルカメラ六十六人参加 近年、イベント参加者が増えてきている。バス一台で済んでいたものが二台になった。造幣局の桜の花も



役員会風景

散らずに待つてくれた。私たちの会は仲間づくりがベースになっているので、とても喜ばしい。シニアが仲間になり、助け合っているから、パソコンも学べると、楽しいイベントもできる。シニアネットはまだの皆さんは生き生きしている、と言ってくださる人がいる。何かやってやろうという意欲を持ち役割分担をして、助け合つて、歩んできた。会員の皆さんにフィットするテキストの作成。講座の運営に悩みながら、ニーズに応えていきたい。今後とも、皆様方のご理解とご協力をお願い申し上げます。

講師・サポーターの心得 研修会 開発部 入江 洋子

☆心構え

- ① 教えることは教えていただきたいに気づくこと。
 - ② 目線を低くして、同じ目線に立ってみる。
 - ③ 教わる人の気持ちになって、恥をかかせない、誠実を心に刻むこと。
 - ④ どんな人にも得意なことがあるので、見つけ、褒めて励まし、伸ばし育てる。
 - ⑤ サポーターは講師を補充(不十分なところを補う)の立場なので、出すぎたことはしない。
 - ⑥ サポーターは一人の人に付ききらず全体の様子を見ながらサポートをする。
 - ⑦ サポーターは椅子に腰かけず目線を受講される人の高さで操作をする。
- ☆サポーターの役目と心得
- ① 講師のアシスタントであることを自覚する。
 - ② 受講者の様子をよく見る・特定の人を見続けられない。
 - ③ いつまでも初心を忘れず取り組んでまいります。

編集後記

たくさん仲間が増えて嬉しくすね。どうぞよろしくお願いたします。(総務部 H)

新入会員の紹介

- (二～五月)
- 今崎 隆三 川下 よし子
 - 中村 匡男 濱口 美也子
 - 島田 照恵 富金原 晴江
 - 山本 輝子 安永 正人
 - 山崎 玲子 綿部 いつ子
 - 引地 満男 佐々木 真知枝
 - 大弥 忠弘 大賀 美津子
 - 平本 義徳
- (敬称略)

お知らせ

☆ グラウンドゴルフの集い
日 時：6月29日(水)
会 場：風の国
参加費：2,000円

☆ 作品展示会(デジタルカメラ等)
日 時：7/5(火)～7/20(水)
会 場：いわみーる1Fロビー
締 切：6/22(水)
【活動部】



「まさか」の坂
梅村 洋

今や二人に一人はがんになり、三人に一人ががんで死ぬ、と言われる時代だそうです。

でも誰もが、確たる理由はないまま、それは、ひとごとと思っっているものです。私もご多分にもれずその一人でしたから、「悪性リンパ腫」と告げられた時は、「まさか自分が???」。ついに人生の「まさかの坂」に遭遇です。

昨年の秋の三段峡デジカメツアーが終わった六日後の十月二十九日から四十三日間、島根医大での入院生活に入る破目になりました。

いろいろな検査の後、抗がん剤の治療が始まり、副作用としてまず最初はひどい便秘が五日間、便秘が終わる頃から強い倦怠感、これが七日から十日ぐらい続き、少し治まった頃には次の抗がん剤の点滴となります。

回を重ねるごとに副作用が強くなり、これが「闘病」と云うものか、副作用の強さには閉口しました。

髪の毛は覚悟したほどは抜けなかったけど、味覚が完全に麻痺してしまい、何を食べても味が無い。従って食欲が全くなく、三度三度の食事時間がとても苦痛でした。

体重も八キロ落ち、感染症が怖いので出来るだけ部屋から出ないようにと言われているので、退屈の上もありません。

退屈しのぎは読書とパソコン。暇つぶしも兼ねて、毎日の症状を記録してみようとエクセルで表を作り、縦軸に日付、横軸には、その日の治療内容と検査数値、また、いろんな副作用と自覚症状や出来事など、十三項目に分けて記録していきましました。



不思議なことにパソコンをさわっているときは倦怠感を忘れるのです。主治医の先生も抗がん剤を打っている患者で、毎日パソコンで記録をとる元氣のある人は初めてで、とびっくりしておられました。

十二月十日に退院してからは、二〜三週間に一度の外来(日帰り)での治療となり、都度、家内の運転で出雲通いとなりました。

二月十七日のCT検査結果、先生から「寛解」を告げられた時は、これでようやく辛い副作用から解放されると思うと、ホッとするとともに生き延びた喜びが湧いてきました。

ただ、この病気には完治ということとはないそうですから、これからはがんを怒らせないうよう、末永く仲良くお付き合いをして行くことになりそうです。



登山が趣味で健康には人一倍自信があった今までの自分からみれば受け入れ難いことですが、これからの人生を、前向きに生きていく為には、受け入れ難いことも勇気を持って受け入れ、生かされたことに感謝し、笑顔で生きる強さと寛



容の心を以て、今日一日をおろそかにせず、精一杯楽しく生きていきたいと思っています。

また、病気をしたことにより、人間は、自分一人では生きていけないことなど、病気をしなければ味わうことが出来なかったことも、たくさん学ぶことが出来たように思います。

病氣療養中は、多くの方々に励ましのお言葉を頂き誠に有難うございました。これからも元氣である限り、微力ではありますが、少しでも会のお役に立つ仕事をしたいと思っています。

今後ともよろしく願っています。



市長講演を聴いて
総務部 三上 聖子

二〇一九年に「浜田開府四〇〇年」を迎えるにあたり、会員六七名の参加を得て「浜田の歴史」について浜田市長の講演が行われた。

さすが元法政大学大学院教授、講演にどンドン引き込まれた。語り口がスムーズ、時間の制約があるなか、浜田城の誕生と退城に絞って要点を抑えた内容はとても解り易く、先人の歴史に想いを深めることが出来た。

一六一九年、毛利氏の抑えと石見銀山の守りを目的に、遠路松坂より古田重治公が初代藩主として転封され浜田藩が誕生した。



その後歴代藩主の転封が繰り返され、一八六六年最後の藩主、松平武聡公は長州軍の勢いに負け、亀山城を「自焼退城」して飛び地美作に逃れたと聞いていた。

しかし、実情は天守を残し「二ノ丸」「三ノ丸」や城外の藩管理の建物のみ火を放ち、町民被害を最小限にした。また、町民にお金を配りその後の生活に配慮したことなど、非常事態でもパニックに陥らず、規律と連帯で行動した。

エジプトのシーシ大統領は、日本人は『歩くコーラン』と称賛している。ここに日本の美徳が生き続けていると強く感じた。

また、松坂から転封された初代藩主や、十二代藩主が松坂の国学者

ひと口メモ

フォントのMSとMSPの違いは？
“P”がついているものついていないものでは、**文字の横幅**が違う。

プロポーショナルフォント 体裁のよい文章が作成できる。
W,I,N, M S P 明朝

等幅フォント 全角・半角それぞれの文字の横幅が統一されている。均等割り付けなどで入力する場合使う。
W,I,N, M S 明朝
(佐々木清子さん提供)



本居宣長に贈った「歌吟」の縁で「浜田市・松阪市友好の会」が発足、連綿と続く歴史の流れの中の深い縁で、交流の輪がますます広がりに、活発な友好活動に繋がっている。

今後、浜田開府四〇〇年に向け様々な計画がある。

観光資源の発掘や観光コースの企画として、「浜田城周辺整備」、「浜田歴史館の整備」、「御便殿の活用」、また瀬戸ヶ島地区の活性化など、これからの浜田に明るさを感じた久保田章市長の講演であった。

この度、講座部のお手伝いをさせていただきました。役割分担として、講座申込み用のハガキ発送や受付等を担当させていただきます。

初めてのハガキ発送ではレイアウトがうまくいかずに慌てましたが、先輩のご指導のもと無事に発送をすることが出来ました。

講座部全体のことはまだ理解できていませんが、温かくご指導してくださる先輩を見習い頑張りたいと思います。

朝の受付では、笑顔で応対を心掛けていますが何分にも歳をかさねていきますので・・・。

この会を立ち上げてくださった先輩の方々に感謝をし、微力ではありますがお手伝いさせていただきます。よろしく願っています。

運営委員になって
江口 美佐子