

あはれ 秋風よ
情(こころ)あはれ伝えてよ
——男あつて
今日の夕餉(ゆづげ)にひとり
さんまを食(くら)ひて
思ひにふける と・・・

(佐藤春夫「秋刀魚の歌」より)

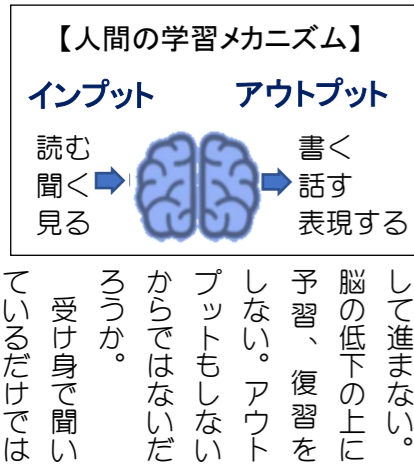
秋風が吹くとセンチメンタルな気分にもなる。それにつけても、今年はサンマが獲れなくて値が高く、大衆魚でなくなりそつだ。猛暑であったり、ゲリラ豪雨が降ったり、今までの常識が常識でなくなってきたようなこともある。

買い物にしても服部タイヨールで買入るが、入金には自分で機械が導入された。人手不足対策の先取りかと思っていたら、ゆめタウンで

ICT
サロンだより

第62号
令和元(2019)年9月
発行
シニアネットはまだ
代表 長尾 康一
Tel 090-4570-5953

アウトプット
会長 長尾 康一



は全部買った人がするコーナーがある。ニコロもすべて自分で会計処理するようになっていた。キャッシュレス化も進み財布なし社会も間近になった感がある。変化に対応するための学習は、インターネット検索が効率が良い。私たちがICTを活用して豊かな高齢社会を目指すゆえんだ。しかし、高齢者の学習は遅々と

アウトプット
(output)

意味：①出力する
②生み出す
③発信する

そのことにより笑顔でありがとと言うてもらえればやる気までもらえる。

すぐ忘れてしまう。取り入れた知識はアウトプットすることによって確かなものになる。何かを表現する・口にする・文章にする・講師サポーターをする・役立てるといった行為は、頭の中にある情報や考えをいったん整理し、確かな知識として定着する役割を果たす。

高齢者が自ら引込むと人が相手にしなくなり、どんどん孤立していく羽目になる。これからは支え合って生きていく世の中になる。活力ある高齢者であるために、積極的にアウトプットして、世界を広げることが大切だと思う。



電子紙芝居事情
佐藤 敦

紙芝居の演目には歌やクイズ、防犯等がありますが主体は物語。現在の演目数は51本です。

内容は、「日本昔話」が17本で、後は外国の童話、民話、現代の読物等です。保・幼稚園で昔話をすると、普段から絵本で読み聞かせをされているためか、この後どうなるようになるという声が必ず出ます。当部では、勉強会を開きながら昔話などの紙芝居づくりを進めています。

猿蟹合戦では、登場する「日」の作成に悪戦苦闘しました。

簡単なようでも、その手順に工夫が必要でした。画像は、ペイントを使いますが本会の講座では中級・マスターとも年一回です。

会員の方々がワード、エクセルだけでなくパワーポイントやペイントにも面白さを見つけてくれればと願っています。これからは高齢社会を豊かにするために、ボランティア活動を続けます。

猿蟹合戦

私の楽しみ
気ままに作品展

「散る桜 残る桜も 散る桜」
教材としても使わせていただきましたが、これは良寛和尚の辞世の句とされています。この句のような心境にまではいきませんが、毎日を精一杯楽しもうと頑張っています。

山本 千代子

新入会員説明会の開催

7月10日、新入会員11名の参加を得て「新入会員説明会」が開催されました。

会長、各部長から、当会の目的



地域貢献活動
シルバーパソコン同好会
(浜田市シルバー人材センター)

平成17年に、シルバー人材センター登録会員で結成されたパソコン同好会。現在会員数は21名で、月2回(第一、第二土曜日、13時30分~16時)開催されています。

講師は、シニアネットはまだの会員でもある宮崎正臣さん、松尾俊和さん、栗原宏治さん、吉川久美子さん、清水一恵さんの5名が、交代で務めておられます。

取材した日は、浜っ子夏祭りの当日で人数は少なかったのですが参加した皆さんは「気心の知れた者同士で、原則として一ヶ月間は同じテキストを使うため、休んでも安心。「ゆっくり、徹底して勉強ができるのが嬉しい。」などと話しておられました。

会員の皆様の、益々の活躍をお祈りします。(取材班)

講習風景

ハウステンボスへ行く
【参加者募集中】 活動部

新入会員のご紹介
(5~8月)

田中 那穂美
前田 幸子
井上 澄江
金子 和子
(順不同・敬称略)

や活動方針などを説明。その後の意見交換では、参加者から「色々学んで、地域での活動等に活かしたい」などといった意見が出されました。

世界最大1,300万球
光の王国 さあ 一緒に
ファンタジーの世界へ
10.5 Sat. ~ 2020.5.6 Wed.
10月10日(木) ~ 11日(金)
長崎ハウステンボス

6月7日(金)グラウンドゴルフ大会が、益田市内「ひだまりパークみとさくらドーム」で開催されました。参加者数 38 名。

グラウンドゴルフ大会(6月)



入賞された皆さん

- 三位 山本 徹介さん
- 二位 佐藤 敦さん
- 一位 栗原 宏治さん

グラウンドゴルフ二位

佐藤 敦

長い人生では、予期せぬことに出会います。「一位」にはここまで、過去を思い出しても縁がありませんでした。それが、グラウンドゴルフ大会で起こりました。

前日の雨で「さくらドーム」に場所を変えて試合が始まり、会員一同和気あいあいの下で進みました。会員の親睦のため、一戦ごとに組合せも替わりました。

大会終了後、成績発表で最初に名前を呼ばれた時は、青天の霹靂でした。我が人生も捨てたもんではない。

余生を、大いに頑張りますのでよろしく！

軽スポーツ大会(7月)

7月31日(水)、軽スポーツ大会が開催されました。53名の参加者が、赤白二組に分かれて対抗戦の結果、176点対170点の僅差で、紅組が優勝しました。

優勝 赤組



準優勝 白組



運動する機会を

「ありがとう!!」

三浦 洋子



7月31日(水)第14回軽スポーツの集いに参加しました。

初めて参加するので、当日が近づくと、少し不安気味になる自分でしたが、会場に着くと、少し前まで同じクラスだった友達の顔が見えて「ほっ

としました。始まってみると、いつの間にか夢中になっていました。特に、初めて体験した「けつ庄測定」で、風船が「パン!!」と大きな音を立ててくれた時はうれしかったです。とても楽しい時間を過ごさせていただきました。これもお世話してくださった役員の皆様のお陰と感謝しています。これからも宜しくお願ひ致します。

シニアの生活を支える ICTの活用事例と今後の展望
—金野和弘先生の講演会より—



7月24日(水) 金野和弘先生の講演会が、開催されました。参加者数59名。

【講演要旨】

- ① シニアのICT活用目的は「生活に潤いと楽しみ」「日々の生活の支援」「社会で活躍する手助け」ICTを学ぶことが目的ではなく、目的達成の「手段」。
- ② ICTは、継続的な発展を続けていくが、最新技術を次々に取り入れる必要もない。ほどよく賢く、取り入れられることをお勧めします。
- ③ 世界最高齢のプログラマーと言われる「若宮正子」さんは、昭和10年生れ。60歳でパソコンを覚え、80歳を過ぎてプログラミングを学び、現在も活躍中。「興味があることに挑戦しただけ」と話しておられます。
- ④ ICTの活用例
◇ 紛失防止タグ



◇ 見守りホットライン
◇ TEPCOスマートホーム
◇ 時間、技能等のシェア
◇ 技能・家事・車(相乗り)
⑤ ICTの今後はどうなるのか
◇ ネットワークは速く、プログラミングは簡単になる
◇ 簡単、反復作業はAI化
◇ スマホ、パソコンの進化は頭打ちになる
◇ 自動化、省力化が進む
◇ 人間の身体機能の回復や、健康管理への利用が進む
(文責・田中)

パソコンで豊かなシニア生活を 講座部長 梅村 洋



年賀状や簡単な案内チラシまたは家計簿、住所録などをパソコンで作るためには、ワードとエクセルを学ばねばなりません。また、インターネットを使うにも、ある程度のワードの知識が必要です。基礎講座と中級コースでは、ワードとエクセルに特化して、カリキュラムが組まれており、

中級コースまで終了すれば私たちシニアが日常的に必要なワードとエクセルは、ほぼ習得できると思います。

しかし、パソコンの機能はワードとエクセルだけではありません。インターネットを使って居ながらにしてできるネットショッピングや情報の収集などは、私たちシニアにとって、これから嫌でも頼らざるを得ないものになってくると思われれます。またSNS(ライン、フェイスブック)の交流サイトのフェイスタックやLINE、ブログを学ぶことにより、居ながらにして離れた家族、友人さらに世間とのつながりを保つこともできます。このようにインターネットを使いこなすことによって、最後の生活をより豊かなものに出来そうです。ブロードバンド教室では、インターネットを安心して使うための、まずインターネットの安全な使い方から始まります。最後のマスターコースでは、パソコンのトラブル対処法や、パソコンの各機能を調整する



コントローラパネルの使い方を学び、ちょっとしたパソコンの不具合にも自力で対処できることを目指します。さらにここでは、デジタル写真の加工や、ビデオ作成、WINDOWS10の新機能の使い方などのパソコンに備わっているいろいろな機能の勉強もできます。是非マスターコースまで進み、パソコンが、豊かなシニア生活の一助になることを願っています。

特待生制度について

基礎講座と中級コースに特待生制度を設けています。これは、前もってテキストをお渡しすることによって、予習をして頂くことが教室での理解を容易にするのではないかと考えて始めました。是非、特待生に応募して頂き、少しでも早く、基礎講座の方は中級コースへ、中級コースの方はブロードバンド教室かマスターコースに進み、パソコンの色々な面日さや、活用の仕方を身につけて、パソコン生活を楽しくいただきたいと思います。

「ご希望の方は、講座部までお申し出ください。いつでも受け付けています。」