

会報編集委員

- 理事 長谷川友仁
 - 理事 国分 強
 - 理事 星野 重道
 - 理事 貝沼 健次
 - 理事 佐藤 美雪
 - 理事 海野 文雄
 - 理事 鏡淵 陽子
 - 理事 羽生田ミツ子
- (編集主任 海野文雄)

NPO法人 豊齡研ITサロン会津

わいわい21

2006年夏号

編集,印刷,発行

NPO法人 豊齡研ITサロン会津
〒965-0857
会津若松市柳原町1-2-34

発行責任者 長谷川 友仁
電話090-6786-6775
http://www.aizu.gr.jp

NPO法人豊齡研ITサロン会津 第五回通常総会開催

パソコンを友として楽しく学んでいる「NPO法人豊齡研ITサロン会津」の第五回通常総会が平成一八年四月二二日午前一時から会津若松市の中央公民館で開催された。総会には会員五八名が出席し、議長に竹内勇氏を選び議事に入りました。挨拶では長谷川友仁代表が豊齡研ITサロンは技術の習得だけを目的とするパソコン教室ではなく、高齢者の仲間作りや生きがい作りを優先してパソコンの利用技術を学ぶ場所です、お互いに体調に気を配り、あせらずにゆとり楽しみましょうと方針を話されました。議事では、平成一七年度事業報告と決算報告が満場一致で承認された。一八年度事業計画では三月に初めて実施した懇談会の内容を参考にしながら、デジカメやインターネットの活用についても力を入れるとの方針が示された。



海野文雄 記

小林澄子さんの欠員補充として羽生田ミツ子さんが選ばれ、理事、監事共に満場一致で再任され総会は正午過ぎに終了した。役員は次の通りです。
代表理事 長谷川友仁
副代表理事 国分強、星野重道
理事 貝沼健次、佐藤美雪、鏡淵洋子、海野文雄、羽生田ミツ子
監事 岩崎輝夫、宗像光子

私と日本酒



星野重道

芳醇な香り、深い味わいやコク・・・日本酒はおいしい。大好き。生家が造り酒屋であったので、産湯が日本酒だったのかな？時々、ひんやりとした蔵の中に大きな桶が並び、瓶詰めされた酒が積み重なっている。冬には酒つくりが本格化し、米を洗い、蒸すといった作業が



何日も続く。白い湯気がもつもつと立ち、忙しく働いている人々の姿が目

いつか自分で酒を造ってみたいと思っていた。数年前、喜多方市中央公民館主催の酒づくり講座の記事を見つけた。講座名が「知的のんべえのための自分酒づくり」である。遊び心満点のネーミング。のんべえだけでは駄目。知

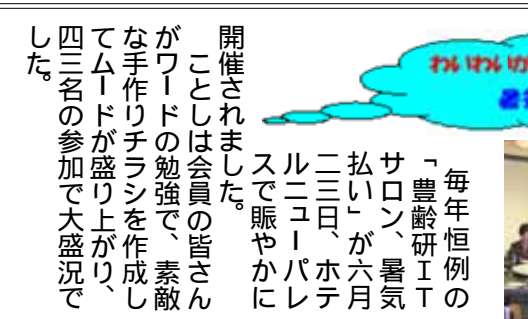
豊齡研ITサロン会津とは



長谷川友仁

主役はわれわれ、パソコンとインターネットは脇役。主役と脇役一緒になつて楽しく交流をはかろう。をテーマに豊齡研が発足したのが平成一二年。翌年、NPO法人として第五回通常総会を終えることができました。これも、発足以来ご協力いただいたきた方々及び会員皆さんのご協力の賜物と心から感謝申し上げます。豊齡研は毎週金曜日、午前中は初心者の方々がパソコンとインターネットをなんとか扱えるようになるまで繰り返し繰り返し

「わいわい21」の勉強会。毎年恒例の「豊齡研ITサロン」が六月二三日、ホテルニューパレスで賑やかに開催されました。ことしは会員の皆さんがワイドの勉強で、素敵な手作りチラシを作成してムードが盛り上がり、四三名の参加で大盛況でした。



星野さんの開会のことば、長谷川代表の笑顔とユーモアを交えた挨拶のあと、華やかにドレスアップをして参加された皆さんの中で、唯一和服で参加された半沢小夜子さんが、おしとやかに乾杯の発声をして宴会に

入りました。昼の教室とは全然違った、紳士、淑女の楽しい会話と雰囲気は最高でした。皆さんの笑顔と生き生きとした会話は、お酒のせいだけでは無かつたよです。わいわいがやがや、パソコンの勉強、開放感あふれる野外研修、お酒を酌み交わしながらの楽しいおしゃべり、豊齡研は最高ですね。これからもお互いに健康に気をつけて大いに楽しみましょう。



どりをして頂いた幹事の皆さんお疲れ様でした。又、何時も気軽にスナップ写真の撮影を引き受けて頂く渡部さん有難うございました。海野文雄



平成一八年六月現在 敬称略(会費書順)

的でなければ・・・。すぐに講座に申し込んだのが酒づくりのはじめである。最初の蔵元は「清川商店」。一九三一年創業、会津最古の蔵元。大吟醸から普通酒にいたるまで、女杜氏 佐藤浩子氏を中心に手作りを基本とした酒づくりをしている。受講生は九人であった。五〇%精白の山田錦(酒造好適米)を使つての酒づくり。その工程は、洗米、浸漬、蒸米、酒母(掛け米、麹、酵母、水)、もろみ(添、仲、留と三回に分けて仕込む) 上槽(も

るみを絞つて清酒と清酒粕にする。吟醸酒以上は機械でなく、舟かつるしで絞る) ろ過・割り水(瓶詰め(生と火入れ)ラベル貼り 完成。一月初めから二月末までの約二ヶ月。蒸米のひねりもち、麹室での作業、袋をつるしてのしぼりなど一つ一つが貴重な体験であった。オリジナルラベルを貼つた酒を二本手にした時は感動した。世界で唯一の自分酒である。これが病みつきになり、「笹正宗酒造」、「喜多の華酒造場」、「大和川酒造」の蔵元で「知的の

んべえのための自分酒づくり」を楽しんでいる。それぞれ蔵元には歴史があり、製法があり、杜氏や蔵人の人情がある。また、一緒に酒づくりをした仲間との交流もよい思い出になっている。来年はこの蔵元で酒づくりをしようかなと今から楽しみにしている。みなさんも自分酒づくりをしてみませんか。今晚も飲酒による脳細胞萎縮の恐怖に怯きながら、「和(な)み(み)す」を脇に置き、日本酒をちびりちびりやっている。日本酒はおいしい。大好き。大好き。

- 会員紹介
- 平成一八年六月現在 敬称略(会費書順)
- 一 長谷川友仁
 - 二 国分 強
 - 三 星野重道
 - 四 貝沼健次
 - 五 佐藤美雪
 - 六 海野文雄
 - 七 鏡淵陽子
 - 八 羽生田ミツ子
 - 九 岩崎輝夫
 - 一〇 宗像光子
 - 一一 馬場純
 - 一二 大竹美枝子
 - 一三 永峯幸子
 - 一四 竹内 勇
 - 一五 兼子千恵子
 - 一六 石井静夫
 - 一七 室井ミチ子
 - 一八 佐藤和子
 - 一九 石井清夫
 - 二〇 青木伸夫
 - 二一 薄嘉子
 - 二二 薄嘉子
 - 二三 薄嘉子
 - 二四 増井武次
 - 二五 山本智子
 - 二六 半沢勝子
 - 二七 山内徳次
 - 二八 田嶋信也
 - 二九 斎藤静子
 - 三〇 佐竹康雄
 - 三一 渡部 邦男
 - 三二 渡部 邦男
 - 三三 亮久利美
 - 三四 佐藤 康雄
 - 三五 佐藤 康雄
 - 三六 舟津 伸男
 - 三七 塚原優子
 - 三八 新井田滋雄
 - 三九 坂内 實
 - 四〇 梶内 季子
 - 四一 渡部 新蔵
 - 四二 佐々木弘
 - 四三 佐藤 智子
 - 四四 山口 克子
 - 四五 片山 栄
 - 四六 山口守彦
 - 四七 半沢小夜子
 - 四八 加藤 昌子
 - 四九 鈴木 亨
 - 五〇 安西 淳子
 - 五一 谷井かほる
 - 五二 天野 幸子
 - 五三 高橋 慶久
 - 五四 小野 美佐子
 - 五五 大貫 光枝
 - 五六 新開 晴雄
 - 五七 宮沢 玲子
 - 五八 長崎 紀子
 - 五九 菅野 美子
 - 六〇 赤沼 久子
 - 六一 只木 洋子
 - 六二 菊地 寧子
 - 六三 林 康平
 - 六四 若林 幸子
 - 六五 若林 幸子
 - 六六 長壽 久枝
 - 六七 永田 幸秀
 - 六八 李多 利弘
 - 六九 林 保憲
 - 七〇 鈴木 隆子
 - 七一 川島 奈子
 - 七二 清水 広通

天下の名園を散策



国分 強

春の野外研修 快晴に恵まれ「南湖公園」に



四月二十八日 (金) 晴れ、時折り吹く風がまだ肌を冷たい。それでも四二名の会員を乗せた観光バスは、順調に走り続け南湖公園に到着。南湖公園は藩主松平定信によつて一八〇一年(享和元)構築され湖畔に松、楓、桜などを植え身分の別なく領民に開設した日本最初の公園として有名である。その中にあるフワフワワールドでチュウリップや沢山の花に囲まれてお弁当を食べることは、春の日差しをいっぱい受けて汗ばみながら食べたおにぎりがとても美味しい。

NPO法人豊齡研ITサロン会津

わいわいがやがや楽しみながら、パソコンとインターネットにふれあう仲間のITサロンを毎週金曜日開催しています。

開催場所及び日時 内容

場所 会津若松市中央公民館(会津若松市)
開催日 毎週金曜日(原則として月4回)
初心者コース(これからやってみようの方)
開催時間 午前9時30分から午前11時45分
ITサロンわいわいがやがや自遊楽校
開催時間 午後1時30分から午後3時45分
IT社会は皆様の社会で運営
年会費 一、〇〇〇円
(年途中参加月割)

教材資料等その他の諸経費は、別共済組織のITサロン愛好会として月々千円を出し合っています。

当会の趣旨に賛同し、参加ご希望の方は、何方でも加入OK(五〇〇六〇才以上)。(加入申込みは毎週金曜日のITサロンに、気楽においで下さい)

詳しくは、ホームページを参照ください http://www.aizu.gr.jp



人生の後半は、様々な健康や病気の対策は欠かせませんが、最近多くの方が高い関心をもっているのが、特に「頭・脳」のこと。それは、認知症・アルツハイマーは他人事ではなく、今から予防していかうと思ふ人が増えています。脳を活性化し、老化を防止するには、「トレー

人生いかに 楽しく健康に

いつまで元気でいたい... そう思ったときに、やはり気になるのは、体と頭の健康状態。

「トレーニング」と「チャレンジ」が大切だといわれます。「トレーニング」の代表は、読み書きや計算をくり返し練習すること。「チャレンジ」としてパソコンを道具に、新しいことに挑戦する。



新しいことへの挑戦は、わくわく感、つまり関心意欲の源になり、脳の老化防止に役立つ。ただし、新しいことを始めるとなると、高齢者なるがゆいにくく、うまくいかないこともいっぱい出てくる。それを乗り越えるには、焦りや不安を共有できる人と、それを解決してくれる人の存在が重要。

豊齡研は、ただたんにパソコンを習うための教室ではなく、皆んなで楽しく高齢者の心身の健康を目指す豊齡研ITサロンとして、地域の社会福祉に貢献していきます。

パソコンに 嵌った私



大貫光枝

雑用に追われている私ですが毎週金曜日ごとでも待ちどろしく、いそいそと教室に通う自分に、こんな気持ちはまだ残っているなんて... そんなわたくしに会員相互の親睦が図れた楽しい野外研修であつたと思つています。野外研修担当として、皆様方の参加ご協力に対しあらためて感謝とお礼を申し上げます。

わたしの趣味



宮澤玲子

私はこれまで多趣味といつか、いろいろとやつて楽しんできました。紙人形、手芸、水墨画、粘土の創作人形、カラオケなどです。同じ趣味を持つ仲間と集まり、苦労しながら作品を作り上げたときの感動と嬉しさは何ともいえません。家に飾つてある作品一つ一つにも、苦労しながら作った思い出があり、世界に一つしかない私の宝物を時々眺めながら楽しんでいきます。

カラオケも風雅堂での発表会では、緊張感を何度も味わい思い出で、これも楽しい思い出です。豊齡研ITサロンに入

中国は 桂林の旅



新明 晴雄

二度目の中国への船旅である。前回は五年前、船名は「オリエントビューナス」。今回の船名は「ぱいふいっくびいなる」



二六・五一八トン。乗組員二百名含め総数八二二名、十一日間の旅が始まる。四月二十九日(土)

五月八日(金)いよいよ漓江下りが始まった。特に桂林から陽朔にかけての約八十四キロメートルの区間は、奇岩奇峰が延々と立ち並ぶ。この区間をクルーズで満喫するのが漓江下りだ。それぞれの奇峰が川面に反射し、山水一帯の風景となる。ここは自然が作り出した山水画廊なのである。以上最近旅した私の思い出を書き込んでみました。「百聞は一見にしかず」といいますが写真も添付すれば雄大さや景色がみれるんですが自分にはまだまだの為あしからず。

十六時 横浜港出航。参加者全員による船長主催のパーティだ。夕食を兼ねた立食パーティ。服装については自由とのこと。パーティは自由とのこと。帰国するまで何キロ体重が増えているか楽しみだ。翌朝はスポーツデッキにて目覚まし体操、朝食後木村政雄氏(元、やすきよのマネージャー)の講演を聴く。後は自由時間。カジノバーでも行ってみよう。出航五日目の五月三日(水)午前七時三〇分天津港着、いよいよ中国大陸だ。北京へ移動。北京見学ショッピング。五月四日(木)北京空港へ移動、昼前に桂林空港着。桂林観光ホテル(ホテル)で昼食後メインの「漓江下り」へと向かう。漓江下りの前日は「盧笛岩」と「伏波山」見学だ。「盧笛岩」は鍾乳洞であり、「伏波山」は桂林市内を見渡すことができる公園だ。又オプショナルクルーズとして西江四湖のナイトクルーズで夜景を楽しんだ。

編集後記

梅雨あけが待ち遠しいこの頃ですが、皆さん益々お元気ですね。今年の「わいわい21」夏号がタイムアウトにならずに発行出来ほつとします。

案ずるより生むが安し、皆さんに支えて頂いたお陰と感謝しております。元来、話をすることを生業(なりわい)としていたが、書くことは苦手な私が編集を担当するのは容易な事ではありませんが、今迄の会報を丹念に読みながら勉強させて頂きました。改めて気づいた事は原稿を寄せて頂いた皆さんの文章の素晴らしさでした。長い文章や短い文章など色々ありますが、自分の歩んできた道や、これからの夢やチャレンジ精神など、本当にそこそこ意気に感動しました。今回も大勢の皆さんに原稿をお願いして心よくお引き受け頂きました。素敵な文章や写真を寄せて頂きました事に心より感謝とお礼を申し上げます。有難うございました。みんなの「わいわい」がやがや、豊齡研ITサロンも、会員がどんどん増えて益々楽しい会になり、お互いの夢や趣味、すてきな写真などをメールでやりとり出来るように頑張っていきたいですね。健康に気をつけて大いに楽しみましょ、これからもよろしくお願致します。 海野文雄