

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 佐藤 美雪
- 理事 海野 文雄
- 理事 鏡淵 陽子
- 理事 羽生田ミツ子

NPO法人  
豊齡研ITサロン会津

# わいわい21

## 2007年新春号

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  
http://www.aizu.gr.jp

### 楽しかった新年会

大寒のさ中にもかかわらず好天に恵まれ、豊齡研ITサロンの新年会が一月二六日に開催されました。ホテルの送迎バス三台に分乗し一路「芦の牧グランドホテル」へ、参加者は五七名の大人で賑やかに盛大に行われました。



控え室での自作のオリジナル名刺の交換会から始まり和やかに歓談の輪が広がりました。



りました、名刺は皆さん

の苦心作でどれもこれも素晴らしい、個性豊かな名刺ばかりですが、参考になるものばかりでした。

宴会の前には、ゆつ



たり、のんびり温泉に入り、心も、体もリフレッシュ。本番の宴会につつり、長谷川代表のあいさつの後、新井田さんの威勢のよい音頭と、特大の大杯



による乾杯で賑やかに宴



記 安西 澄子

宴会部長の国分先生の司会で楽しい余興の数々、これまたITサロンの皆様は芸達者、尺八、民謡、舞踊、ダンス体操、おかめひよつこのユーモラスな踊り、カラオケetc、代表をはじめとして皆さんの楽しいダンスと大変な盛り上がりで時間もあつと言うまに過ぎてしまいました、事務局の方々の素晴らしい企画と参加された皆さんの笑顔で本当に楽しいひと時でした、今年も一年間楽しく、わいわいがやがやの雰囲気約束された新年会となりました、本当に有難うございました。

### 高齢者のパソコン攻略法とこれからの人生も楽しく



長谷川友仁

#### パソコンなせ解りにくい？

パソコン時代となった今でも、多少は使いやすくなつてはいるが、基本的構造はかつての計算機時代の名残をとどめ、だれでも使える機器にまでは到達してはいない。また、想像を絶した速度で動く電子によって特定の働きをするコンピュータは、私たち人間の日常生活感覚では捉えきれない構造と機能を持つている。素人が解るわけがないの

である。ただし、一見ただけでは到底わからないキーボード上のCtrl、Alt、Delete、Esc、Shift、Enter、Tabといった記号は、意味を理解してしまえば、次からは自在に使いこなせるようになる。だが、高齢者には、マニュアルを読み、入門書をひもとき・・・は、もう無理。「習うより慣れる」のとわざと通り、豊齡研ITサロンで、わいわいがやがや遊びながら時間をかけて慣れるのが一番である。

必要なのは、何をやるにも好奇心。私たちが高齢者に限らず、パソコンで楽しむために「好奇心」。

多くのことを経験済みで新しいことには関心が少なくなる高齢者にとつて、好奇心は働く場がなくなるといえる。好奇心は自分の気持ちから、外から求めることは出来ない。好奇心を呼び起こす手助けをするだけ。豊齡研ITサロンもそんな「手助け」をする場だと思つて。当会は、パソコンとインターネットを「道具」に、わいわいがやがや楽しく集うサロン形式の自遊楽校です。

パソコンに慣れ親しむまで大変時間がかかりますが、一度慣れ親しんでしまえば、この「道具」は限りなくコミュニケーションの世界と身近に仲間をもたらししてくれる道具です。これからパソコンをやってみようという人、いま挑戦中の皆さんも、これから一緒に楽しく頑張りませんか。

その結果、パソコンにはいろいろな問題が現れてきます。電源を入れてもパソコンがなかなか起動しない。ハードディスクから異音が出る。熱もあるようだ。パソコンが以前よりも遅くなった。動作も不安定だ。

最近では、技術の進展に伴い、例のような解決方法もあるようです。例(私の一年以上リカバリしてなく動きが遅くなつてたノートPC)2月13日見つけたパソコンクリーンソフトで、削除すると大きな効果が得られる不要ファイルを検索した

結果 削除できるファイル数 八六五八個 削除できるファイルサイズ 一五四MB

これからも人生を楽しく 当会に参加、わいわいがやがや楽しんでパソコンを快適な道具に、まだまだこれから好奇心を旺盛にし、貴重な第二第三の人生を閉じこまらずに楽しいものにしませんか。

- 平成19年2月現在 八十二名 (敬称略、会員番号順)
- 一 長谷川友仁
  - 二 国分 強
  - 三 星野 重道
  - 四 佐藤 美雪
  - 五 海野 文雄
  - 六 鏡淵 陽子
  - 七 羽生田ミツ子
  - 八 岩崎 輝夫
  - 九 宗像 光子
  - 一〇 馬場 純
  - 一一 大竹美枝子
  - 一二 永峯 幸子
  - 一三 竹内 勇
  - 一四 兼子千恵子
  - 一五 石井 静夫
  - 一六 室井イミ子
  - 一七 佐藤 和子
  - 一八 青木 伸夫
  - 一九 薄喜代子
  - 二〇 蓮沼 哲夫
  - 二一 増井 武次
  - 二二 山本 智子
  - 二三 半沢 勝子
  - 二四 山内 徳次
  - 二五 田崎 信也
  - 二六 斎藤 静子
  - 二七 高橋 盛久
  - 二八 天野 幸子
  - 二九 谷井かほる
  - 三〇 安西 澄子
  - 三一 鈴木 吉子
  - 三二 加藤喜代子
  - 三三 半沢小夜子
  - 三四 山口 守彦
  - 三五 片山 栄
  - 三六 山口 克子
  - 三七 佐藤 智子
  - 三八 佐々木 弘
  - 三九 渡部 新蔵
  - 四〇 梶内 秀子
  - 四一 坂内 實
  - 四二 新井田 滋雄
  - 四三 塚原 美保子
  - 四四 舟達 伸男
  - 四五 佐藤 美子
  - 四六 鈴木 美美子
  - 四七 芳賀 三子
  - 四八 林 康平
  - 四九 菊地 寧子
  - 五〇 只木 洋子
  - 五一 赤沼 夕子
  - 五二 菅野 美代子
  - 五三 長崎 紀子
  - 五四 林 保憲
  - 五五 若林 市子
  - 五六 長命 久枝
  - 五七 本多 利広
  - 五八 永田 幸芳
  - 五九 相田 洋子
  - 六〇 渡部 耐子
  - 六一 芳賀 三子
  - 六二 林 康平
  - 六三 菊地 寧子
  - 六四 只木 洋子
  - 六五 赤沼 夕子
  - 六六 菅野 美代子
  - 六七 長崎 紀子
  - 六八 林 保憲
  - 六九 若林 市子
  - 七〇 長命 久枝
  - 七一 本多 利広
  - 七二 永田 幸芳
  - 七三 相田 洋子
  - 七四 渡部 耐子
  - 七五 芳賀 三子
  - 七六 林 康平
  - 七七 菊地 寧子
  - 七八 只木 洋子
  - 七九 赤沼 夕子
  - 八〇 菅野 美代子
  - 八一 長崎 紀子



H19/1/19年前の教室風景



# ブログに挑戦



海野 文雄

必要にせまられて始めたパソコンも六年になりました。最初はメールだけ出来ればと思いましたが、

自分が流ではどうにもならず散々でした。メールが届かず送付した後で電話で確認する有様で、我ながら何の為のメールなのと笑ってしまいました。長谷川代表にもお出で頂き何度もご指導頂きました。情報化社会もどんどん進みホームページくらいはと頑張ってみたが更新もせず休業状態になってしまいました。ブログは簡単と言われそれではと軽い気持ちで始めました。一緒に始めた皆さんはどんどん先に進んで楽しんで出て来た。『来た』喜んでおられるのに私は付いていけず、とうとう落ちこぼれの落第生になってしまいました。六年前のスタート時と同じ気持ちでした。反省だけなら猿でも出来る原因はと考えてみたらなんと、何時も自分がパソコンを始める方に「PCで何をしたいの?」Cは使用回数に比例して上達しますよ、と自分には忙しすぎる理由にやっとなかった事に気づきました。つまりブログで何をしたいの(目的)、短い時間でも復習をする(使用頻度)これが駄目だった。



海野さんのブログページ

# 趣味悠々

スローライフ



鈴木 吉子

## ほっと一息 わたし流 絵手紙

へたでいい へたがいい この言葉に誘われて、絵手紙を書き始めて今年で五年目。『少しも上達しないな』私の独り言に教室中が敏感に反応し笑いの渦と化します。向かいから「のんびりゆっくりよ」後ろから「先が見えているんだから急がない、急



がいない。私も同じよ。今頃わかったの」と迷回答が続出します。『しまった!失敗した』と言えば「傑作なんだから誰かに出しちゃえ」その言葉にふわりと乗っかり書いた宛名は、我家の旦那様。差出人なし(いくら楽家の私でも他人様に出せません。)

隣の席で「本当に出すわよ」先生が、さて、さてと言いなながら切手箱をもって走ってきます。先生曰く「切手は立派なものにしよな」として結婚以

来はじめて、私の葉書が、我が家にとどくことになりました。書き損じた松かきに、出来損ないであいすみません。

四〇〇年ありがとつー! まだまだよろしくネー」の言葉添えて、切手は大きな猿の絵です

受け取る相手は申年生まれです(葉書を見てどうだった表面を見、裏面を見、首をひねって、一言「馬鹿者」だから私はストレスゼロさ

次の日買物から戻ってきたら、出来損ないは写真立てに納まってテレビの上に置かれていました。上達しなくても、素敵に描けなくとも、絵手紙は私の大事な、大事な、代弁者であり、心のオアシスです。だから肩の力を抜いてゆっくり、のんびり、マイペースで、もう少し描き続けていきたいなと思っています。

わいわいがやがや楽しみなから、パソコンインターネットにふれあう仲間の十サロを毎週金曜日に開催しています。

開催場所 会津若松市中央公民館 (空室ないとき他の公民館) 開催日 毎週金曜日(原則として月4回) 初心者コース(これからやる方) 開催時間 午前9時30分から午前11時45分 I十サロ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 この会は皆様の会費で運営。年会費二、〇〇〇円(途中参加月割)

一度目の豊齢研の入会は、平成一四年の夏だったと思います。都合でパソコンをしばらく休むことになってしまいい何となく物足りない日を通してきました。再度、はじめるきっかけとなったのは、息子、若い人達と同等につきあうには、パソコンができないと話にならないことを痛切に感じたからです。

今この時代は、世の中すべて老いも若きも、もうすっかりパソコンの時代になってしまった現状を考えると、私自身も再度パソコンに挑戦してみようという気持ちになり、平成一八年三月、二度目の挑戦というこ

一月の新年会は本当に楽しかったですね皆さんの姿はまさに豊齢です。笑いは脳を活性化して心身ともに若返らせます。十サロは、今年も長谷川代表の笑顔が先頭にわいわいがやがや楽しくパソコンで遊ばしよ。

今では、パソコンの奥の深さをいやというほど感じますし、その中でもパソコンの面白さを実感しております。今後は、少しずつパソコンの範囲をひろげ、ホームページやブログへも挑戦してみようと考えております。

海野文雄

立春もとうに過ぎたある朝、天気予報で東京にはまだ初雪が降らないと報じていました。桜のたよりならともかく初雪とはとてもしんどきません、考えられない暖冬のせい。楽しみにしていた会津の冬のイベント、絵ろうそくまつり、ゆきほたるも今年は雰囲気が出ず、雪が少なかったと感じました。Qソックの明かりも、チヨビリ肩身が狭そうに感じました。雪があるから冬なのです。でも、今年はずいぶん堂々としたアップなど素敵な企画で楽しませて頂き、準備をされた方々の苦労に感謝です。人は状況にあわせて知恵を働かせ、色いろアイディアを出せるのに、地球規模の温暖化はとうにもならないのでしょか。

一度目の豊齢研の挑戦 相田 洋子



菊池 寧子

## 豊齢研 ITサロンと私

豊齢研との出会いは息子が置いていったデスクトップのパソコン。狭い部屋に堂々と居座り、

処分するにも大きく私の手におえず、ただ場所をとらせておいてはつまらず、ボケ防止にとあちこちのパソコン教室に通い、帰宅して練習してみても機種が違つと解らずそのままに、わくわく学園の時も貝沼先生方にも教えて頂きお世話になりました。

昨年暮れも体調を壊して休んでしまい一月から久しぶりに先生方の楽しい話、皆さんの笑顔、新年会、これからの研修旅行、やっぱり続けていて良かった。

これから人生、喜んだり悲しんだり繰り返しますがやっぱり楽しいのが一番、覚えは悪いが継続していけばなんとかなるだろうと思います。これからもお世話になりますがよろしくご指導お願い致します。

## 第三の人生

人生を大きく分けると三つに分けられるといひます。

第一は自分の成長期 第二は仕事、結婚、子育て 第三は自分磨き、と聞いて

まさしく今の私は第三の人生を進んでいます。

第二は自分磨き、と聞いて

第三の人生を本当に楽しく過ごしています。

削除めがれ リカバリー いしゃない ほめられ込む わがプロ

ワープなら若いときに怖いもの知らずで覚えていったが年を重ねた今パソコンとなるとなかなか...

人生を大きく分けると三つに分けられるといひます。

第一は自分の成長期 第二は仕事、結婚、子育て 第三は自分磨き、と聞いて

まさしく今の私は第三の人生を進んでいます。

第二は自分磨き、と聞いて

第三の人生を本当に楽しく過ごしています。

一度目の豊齢研の挑戦 相田 洋子

一度目の豊齢研の入会は、平成一四年の夏だったと思います。

都合でパソコンをしばらく休むことになってしまいい何となく物足りない日を通してきました。

再度、はじめるきっかけとなったのは、息子、若い人達と同等につきあうには、パソコンができないと話にならないことを痛切に感じたからです。

今この時代は、世の中すべて老いも若きも、もうすっかりパソコンの時代になってしまった現状を考えると、私自身も再度パソコンに挑戦してみようという気持ちになり、平成一八年三月、二度目の挑戦というこ

一月の新年会は本当に楽しかったですね皆さんの姿はまさに豊齢です。笑いは脳を活性化して心身ともに若返らせます。十サロは、今年も長谷川代表の笑顔が先頭にわいわいがやがや楽しくパソコンで遊ばしよ。

海野文雄

今では、パソコンの奥の深さをいやというほど感じますし、その中でもパソコンの面白さを実感しております。今後は、少しずつパソコンの範囲をひろげ、ホームページやブログへも挑戦してみようと考えております。

立春もとうに過ぎたある朝、天気予報で東京にはまだ初雪が降らないと報じていました。桜のたよりならともかく初雪とはとてもしんどきません、考えられない暖冬のせい。楽しみにしていた会津の冬のイベント、絵ろうそくまつり、ゆきほたるも今年は雰囲気が出ず、雪が少なかったと感じました。Qソックの明かりも、チヨビリ肩身が狭そうに感じました。雪があるから冬なのです。でも、今年はずいぶん堂々としたアップなど素敵な企画で楽しませて頂き、準備をされた方々の苦労に感謝です。人は状況にあわせて知恵を働かせ、色いろアイディアを出せるのに、地球規模の温暖化はとうにもならないのでしょか。

一度目の豊齢研の挑戦 相田 洋子

一度目の豊齢研の入会は、平成一四年の夏だったと思います。

都合でパソコンをしばらく休むことになってしまいい何となく物足りない日を通してきました。

再度、はじめるきっかけとなったのは、息子、若い人達と同等につきあうには、パソコンができないと話にならないことを痛切に感じたからです。

今この時代は、世の中すべて老いも若きも、もうすっかりパソコンの時代になってしまった現状を考えると、私自身も再度パソコンに挑戦してみようという気持ちになり、平成一八年三月、二度目の挑戦というこ

一月の新年会は本当に楽しかったですね皆さんの姿はまさに豊齢です。笑いは脳を活性化して心身ともに若返らせます。十サロは、今年も長谷川代表の笑顔が先頭にわいわいがやがや楽しくパソコンで遊ばしよ。

海野文雄

編集後記

立春もとうに過ぎたある朝、天気予報で東京にはまだ初雪が降らないと報じていました。桜のたよりならともかく初雪とはとてもしんどきません、考えられない暖冬のせい。楽しみにしていた会津の冬のイベント、絵ろうそくまつり、ゆきほたるも今年は雰囲気が出ず、雪が少なかったと感じました。Qソックの明かりも、チヨビリ肩身が狭そうに感じました。雪があるから冬なのです。でも、今年はずいぶん堂々としたアップなど素敵な企画で楽しませて頂き、準備をされた方々の苦労に感謝です。人は状況にあわせて知恵を働かせ、色いろアイディアを出せるのに、地球規模の温暖化はとうにもならないのでしょか。

一度目の豊齢研の挑戦 相田 洋子

一度目の豊齢研の入会は、平成一四年の夏だったと思います。

都合でパソコンをしばらく休むことになってしまいい何となく物足りない日を通してきました。