

会報 第3号
 発行
 NPO活動法人
 豊齡研ITサロン会津
 福島県会津若松市柳原町1-2-34
 (郵便番号965-0857)
 編集・印刷・長谷川友仁

人生を楽しく生きる
わいわい21
 平成14年度新年号

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って交流をはかる。と、豊齡研ITサロン会津は、平成12年4月発行の「地域の高齡者福祉にも貢献しよう」と、NPO法人豊齡研ITサロン会津」としてNPO認証も受け、このたび、会発足から3年目を迎えます。「これも、われわれが協力くださった皆様のお陰であり、ここに厚く御礼を申し上げます。」



代表理事
長谷川友仁

「元気に生きる」秘訣

平成14年度を迎え、この会がますます元気であるためには、まず、会員の皆様が元気を保っていただくと、一番大切です。

医学的見地から見た「わがままのすすめ」があります。それはひとには知的機能や体力に比べたら、どうも感情機能の方が衰えるのが先で新しいことをやるという意欲がなくなるとのこと。

それは脳の機能だけで考えてみると前頭葉という場所から脳は萎縮して行くわけで、神経細胞が減ってくるのは前頭葉からだそうなんです。年を取ると神経の伝達物質も減ってくるし、動脈硬化も進んでくるという意味では、だいたい気力の低下といつのは年をとるにつれて進むわけなんです。ところが、感情を若返らせること

認知機能も上がっていくことが証明されているようです。さらに、精神免疫学という考え方があって、やっぱり「胸ときめく体験」だとか、「きれいに化粧を」だとか、そういうことをすることによって、歳をとると落ちがちな免疫機能が高まるから病気になりにくくなること。少なくとも若い頃と比べて強い刺激が必要だといふことであって、そのためには、多少なりとも世間での「アイヌ」は戦わなければいけません。



わいわいがやがや自遊楽校風景

と、このことについて、当会がパソコンとインターネットを脇役に、皆さんの元気の補助

になればと思います。発足当時の初心を忘れず、皆さんと共にわいわいがやがや「自遊楽校」をやりたいから地域にも貢献していきましょ。本年度もよろしくお願ひ申し上げます。

パソコンの上手な使い方
パソコンが動かなくなっても
すぐリセットしないで
 パソコンが動かない原因は色々あるのですが「フリーズ、画面凍り」と思ってしまうと、リセットすると壊れる原因を増やすことになってしまいます。せめてHDDのデータの消滅が止まるまでとかCtrl+Alt+Deleteを使わずにフリーズを止めてください。直接電源を切る正常な機能「コン」ボタンがでない不良状態を抱えたままです(終わる)

デスクトップのサインは
日替りしてもいいから
 デスクトップ上のアイコンも多ければそれだけ画面処理の負担が増えますので、日常的に使うものだけを登録するように心がけましょう。

カタカナや特殊記号を使わないで
保存ファイルに名前をつける場合は
 自分で作成したデータを保存するときのファイル名や、保存先のフォルダ名などに半角文字のカタカナや特殊記号を使うのはトラブルの原因になります。

安全に保存する
 パソコンで作成した個人のデータはハードディスクがドライブ(C)のみで限り、Windowsがインストールされているドライブには保存しない方がいい。ハードディスクをドライブ(C)構成にして、Dドライブ側に保存するか、ネットワーク環境などのサーバに保存するのが好ましい。そしてデータの種類別にフォルダを作り、半角英数字でファイル名を付けるのがいい。フロッピーディスクにだけ保存するのは一番危険です。(機わやま)

NPO法人豊齡研ITサロン会津
 平成14年4月6日(土)の案内
 (会場等の都合で変更あり)
 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)の自遊楽校
IT自遊楽校開催場所及び日時
 県ITセンター
 公民館
 中央公民館 4月12日(金) 4月26日(金)
 一箕公民館 5月10日(金)
 中央公民館 5月17日(金)、24日(金)、31日(金)
 中央公民館 6月7日(金)、14日(金)、21日(金)
 28日(金)

この会は皆様の会費で運営されています。
 (年会費11,000円(年途中参加月別)、他自遊楽校教材資料、運営費負担金月2千円)自遊楽校費は月1回でも参加頂ける方に協力いただいております。ご了承下さい。
 ーITPC所有の方は全部の自遊楽校に持参ください
 中央公民館の場合は全時間お使いください
 会のITPC使用希望の方は前もって使用予約申込

初心者IT講座 じゅからやってみかの方へ
 5月から、新加入初心者向け講習、開催します。
前記開催日同場所にて午前9時30分、11時30分
 ーITPC持たない方 申込み順 定員5名
 2ヶ月8回で修了(予習復習やる方)
 ーITPC持参の方定員制限なし
 参加希望の方は何方でも左記役員に申込み下さい

- 理事**
- 代表 長谷川友仁 (28-5722)
 - 副代表 国分強 (75-5089)
 - 同 馬場純 (26-4508)
 - 同 福井幸子 (22-7473)
 - 同 小林澄子 (27-9542)
 - 同 貝沼健次 (22-9830)
 - 同 佐藤美雪 (75-3702)
- 副会計 佐藤美雪 (75-3702)
 サポート 佐藤美雪 (75-3702)
- (長谷川は出歩きがまじいので)
 070-5692-3476 < >

学ぶ楽しさを知ろう



特別会員
渡辺紀士見

新しいことを学ぶことは楽しいことなのだ。「この学ぶ楽しさがすべての基本である。」
 京都大学教授の東郷雄二さんが「独学の技術」(ちくま親書:660円)の中でこう語っている。
 そうか、私たちは学ぶ楽

しきより苦痛が先行して途中で投げ出してしまふ。そして落ち込み挫折感にさいなまれる。そういう経験の持ち主は多いのではないか。女性の美を語り天下国家を論じて深酒の罠にはまって翌朝割れんばかりのアタマの痛さに「もつ絶対に酒は飲まない」と誓う「酒飲みの自己弁護」に似てはいまいか。なぜ、苦痛なのか。挫折感を味わうのか。

東郷教授の言葉を借りると「技術は分解して教えることができる。でも勉強しようという意欲そのものを人に伝えるは難しい。パソコンを勉強するにしても、技術と学ぶ楽しさが融合してこそパソコンを征服できるに違いない。楽しいか、苦痛か、それが問題だ。

パソコンのある生活
 衣食住については「コンピュータ外食産業、スーパー、百貨ショップ、お好み焼き等...更に新兵器は何と言ってもパソコン、携帯電話、キャッシュカードである。
 私にとってなんともありがたいかったのは、携帯に繋いだパソコンの「Eメール」。

距離、時間に関係なく瞬時に飛んで行くメール。友人、家族からのメールはどんなに心強かったことか。基本的な機能だけの活用であつても得られる便利さを十分に実感した日々であった。
 しかしやはり物事には裏表があるのです。いわゆる光と影。
 便利さの恩恵を受けるには活用する側が気を付けなければならぬ。マイナスマンが必ずあることも同時に知らされる出来事があった。
 それは迷惑メール。そしてあ

のこんでもないウイルス。知人からウィルスにやられていると言われた時の驚き。つつかりしている自分が悪かったのか、かなり落ち込んだ。幸い会津に戻ってからだったので早速長谷川会長さんをお願いして対処していただいた。何歳になってもつつかりしていられない世の中。ITサロンでもっとも勉強です。

