

地域で・元気に・相返し

よりあい*ええげえし

相返し=ええげえし(秩父地方の方言です。)

第125号 2020年7月27日(月)発行
 地域交流ボランティアよりあい*ええげえし
 埼玉県坂戸市八幡1-2-19 ルミネンスやばた105
 TEL 049-282-3836
 E-mail yorai@lapis.plala.or.jp
 URL https://eegeesi.com/

東日本大震災により被災された全ての皆さまの安心安全と復興を心よりお祈り申し上げます。

お知らせ

よりあいの会は当面の間お休みします。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、よりあいの会は休止中です。再開の場合は坂戸市役所内の掲示板やHP・会報等でお知らせします。

それぞれが
 自宅からア
 クセス!
 毎週月曜日
 が楽しみ♪

◆特集◆ この夏も元気に過ごそう!

暑中お見舞い申し上げます
 暑い夏がやってきました。熱中症にも気を付けながら元氣にお過ごしください。



ZOOMによるオンラインよりあいの会 (写真は7/20の様子)

パソコンの画面越しに笑顔で交流しています。

パソコン・スマートフォン・アイパッドなどで参加できます。

興味をお持ちの方と一緒に! 連絡先が4ページにあります。

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、3月以降のよりあいの会は休止しています。5月からは、ZOOMによるオンラインよりあいの会を行っています。関心のある方のご参加もお待ちしています。

よりあい*ええげえしでは、コロナ感染防止のため、オンラインで情報交換をしています。会員の声をお届けします。

楽しい週1回の ZOOMミーティング

よりあい*ええげえし
 副代表 松本 仁

今年は、「新型コロナウイルス」の影響で人との接触や外出自粛などで世の中の暮らし方などに大きな変化が出ていますね!

もう、3〜4か月経ちますが、いまだに元の生活に戻れず、もどかしく、イライラする事の多い日が続いています。

そんな中、「よりあい*ええげえし」では、メンバーの一人からパソコンで皆さんの顔をお互い見ながら会話の出来る「ZOOMミーティング」と言うシステム

(次ページへ続く)

問い合わせ先 049-282-3836 メール yorai@lapis.plala.or.jp

◆特集◆この夏も元気に過ごそう!

会えない時期でもつながりを大切に

を教えて頂き5月の初めから楽しんで居ます。我がグループは元々パソコンサロンやパソコン倶楽部を開いて活動しておりましたので、全員パソコン経験者の為、各自、家に居ながらメンバーの皆さんの顔をパソコンの画面に見ながら会話出来、楽しんで居ます。

とは言っても、最初は画面に顔が出なかったり、声が出なかったりとトラブルもありましたが、今では皆さんマスターして、メンバー全員参加で楽しんで居ます。

毎週月曜日10時から「よりあいの会」、それに毎週水曜日の「パソコン倶楽部」もあり、週二回このZOOMミーティングを開いています。

月曜日の「オンラインよりあいの会」は現在参加者メンバーと準会員で、近

況報告や健康情報をテーマにおしゃべりしていますが、時々いろいろな先生方をお呼びして学習会などもしています。

先日は、全国マイケアプラン・ネットワーク代表の島村八重子さんに出席して頂き、お話をさせて頂きました。

また、他にも、NHKのテレビに出てラジオ体操の指導などをしておられる、鈴木大輔先生にもご出席いただき、自宅のパソコンの前で座ったままで出来る体操をご指導頂いたり、ラジオ体操もやったりして楽しんで居ます。

水曜日のパソコン倶楽部では、「ワード」と「エクセル」の両方を勉強し、今は、「表」の作り方および「計算の方法」などをメンバーの1人が先生兼ホスト役となり教えて頂いています。パソコンの画面を見ながら勉強が出来る、とても分かり易いパソコンの学習になっています。

今ではこの週二回の「ZOOMミーティング」が楽しみで、月曜日と水曜日が待ちどおしくな

っていますし、元気の源にもなっています。

これから、ホスト役も勉強し、出来る様になれば楽しみが倍加するのではないかと思っているところです。

早くお会いできますように

(H・庄司)

オンラインよりあいの会が始まる月曜10時、自宅のパソコンの前にすわる。ズームが始まり会員のみんなに会える、

声だけでなく顔が見える安心感、やっぱり出来るようになり嬉しい。

コロナ禍の今、遠方の方の参加やラジオ体操も出来たり、ズームでいろんな可能性が広がる。なんだか時代の先端を行ってるような気がする。

地域の皆さんにも早くお会い出来る日を楽しみにしています。

災い転じて

(T・西久保)

“災い転じて福と成す”とでも言えば良いのでしょうか。不気

味で不安なコロナ騒動が、もう半年も続いて、未だに終息も見えませんが、それがきっかけで始まった「ズーム」が、思いの他身近に感じられて、とても新鮮な思いです。

参加のみなさんと直に触れあっているような笑顔を見る事が出来、クリアな声もしっかりと聴きとれます。

時間が来て終わると、もう次回を心待ちにする日々です。

ZOOMで世界が広がりました

(T・岡部)

コロナを機にまた「ええげえし」の仲間に入れていただくことになりました。

いつの間にか高齢(超)になりましたが、ええげえしの皆さんのおかげでZOOMという文明の利器を体験することができて光栄に思います。家に居ながらにして皆さんと接しられるなんてすばらしいです。

増々便利になる世の中ですが、その反面コロナのような得体のしれない物が現れ、これから先

どうなるのか不安を感じます。しばらく忍耐が続くのでしょうか。

おじんのZOOM参加

(S・小池)

事務局長の須田さんからZOOMミーティングを始めるので希望者は参加してくださいとお知らせがあった。ZOOMという意味もわからず、また、どのようにすればよいのかもわからないので、しばらく様子を見ることにした。

ところが、自主活動のパソコン倶楽部もZOOMでおこなうことになった。

そこで、カメラやマイクはどうなのか、電気屋さんを確認したところ、カメラは内蔵されていないことがわかり、知り合いの技術者をお願いして設定してもらった。

ミーティングには3回ほど参加させて頂いたが、声がよく聞こえないとか、操作が思うようにいかない等の課題が見つかったが、今後がんばろうと思う。

よりあいの会をオンラインで！

ZOOMを活用中！

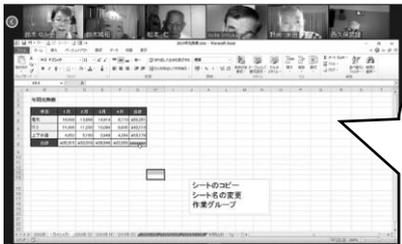
令和2年3月、新型コロナウイルス感染拡大防止のため坂戸市の公共施設がすべて閉鎖となり、ええげえし活動拠点のルミネンスやはた105号室も市に準じて使用を中止しました。

その後も感染拡大で閉鎖期間は伸びていき、活動再開の目途が立たないまま時間が過ぎました。

そこで5月には、「ウェブ会議ソフトZOOM」のテスト運用を開始し、オンラインよりあいの会の準備を始めました。これまでパソコンサロンで学んできたことを活かしながら会員同士で協力し、6月からは毎週月曜日にオンラインよりあいの会を行えるように。パソコン上で会員同士が顔を合わせながらおしゃべりや情報交換ができるようになりました。

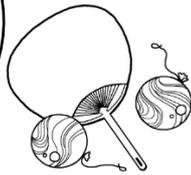
パソコン倶楽部も ZOOM で

会員の自主活動であるパソコン倶楽部も週に一度、ZOOMで勉強会をしています。「画面共有」を使って分かりやすく学び合っています。エクセルの関数で数値の合計や平均値、最大値、最小値などいろいろな課題に挑戦中です。



ZOOMの「画面共有」で分かりやすく！

オンラインよりあいの会に関心のある方はどうぞ！！ご連絡をお待ちしています。



～ZOOMでゲストとのトークも楽しく～

時には、トークゲストを招いてアドバイスや情報をいただきました。

☆：6月8日…

ゲストは、高齢期のゆるやかなつながりづくりを研究している澤岡詩野さん(ダイヤ高齢社会研究財団主任研究員)

これまでに『どんな繋がりを作ってきたか』が大事。インターネットはそれより魅力的にする手段であり「武器」・スツとできてしまうよりも上手いかわないことがある方がみんなが「主体的」に、うまくいかないことを「愉しめる」のがオトナのたしなみ：等々、「参加させて頂き沢山の気付きのタネを頂きました。」との感想をいただきました。

☆：6月15日…

坂戸市社協の職員のみなさんとZOOMの画面でごあいさつ！年間計画では6月に社協の講座があるはずでした。

(次ページへ続く←)

☆：6月22日：

全国マイケアプラン・ネットワーク代表の島村八重子さんが参加されマイケアプランについて情報交換をしました。

自分で選ぶ・自分らしい暮らしを考えるというマイケアプラン。継続してきたマイケアプラン楽習会の意義を感じました。

☆：6月29日：

NHKテレビ・ラジオ体操指導者の鈴木大輔さんがゲストにZOOMの画面越しに体操をしました。

鈴木大輔さんの颯爽とした声掛けにつられて、座ったままで体を動かし、手指や腕はもちろん上半身のあちこちをストレッチ。頭の体操にもなりました。

最後は立ち上がり、お馴染みの伴奏に乗ってラジオ体操第一で締めくくりました。ZOOM越しでも、みんなで体操をするというやる気と元気が出てきました。

ゲストのみなさま
ご協力ありがとうございました！



はるとまさこのマイケアプラン

「リモートワーク」体験中！
新型コロナウイルス感染症対策で急遽テレワークやリモートワークが盛んになりました。テレビ番組でも、出演者が離れた場所に居ながら出演する場面などが頻繁です。よりあいの会でもリアルな集まりができない状態が続きました。どうしたらつながりを継続できるだろうか、とみんなで考え、パソコンを使って自宅から参加できる方法を取り入れました。それがZOOM。個別にテストを繰り返しながら会員みんなが参加できるようになりました。自宅にいながら参加できるのは、高齢になって外出が難しくなった時にも役立つはず。それまでのつながりを保ちながら社会参加できる、そのための準備期間にもなりそう。地域のみなさまも是非ご参加くださいね！（須田）

よりあいの会 これからの予定

8月の予定

毎週月曜日（午前10時～11時30分）

ZOOMによるオンラインよりあいの会

オンラインよりあいの会は、Web 会議ツール「ZOOM」を使用します。画面を共有しながら会議（おしゃべり）ができる無料ソフトです。

パソコン・タブレット・スマートフォンで参加できます。関心のある方はご連絡ください。

《連絡先》電話：049-282-3836

メール：yoriai@lapis.plala.or.jp

編集局だより

長引く梅雨。夏空が待ち遠しいこの頃ですが、今号は暑中お見舞い特集としました。新しい生活様式に戸惑いながらの夏、ええげえしの元気をみなさんにお届けできれば嬉しいです。実は、新聞編集も新しくなりました。発足以来使っていた新聞編集用ソフトから、なじみのある「ワード」に替えました。新しい編集方法に変わった会報ですが、これからもよろしくお願いいたします。

よりあいの会はどなたでも参加出来ます。

よりあい*ええげえし案内図



問い合わせ先 049-282-3836

メール yoriai@lapis.plala.or.jp