

# 一 步 一 步 前 進

～助け合いと思いやりを～

〒730-0013

広島市中区八丁堀 13-15 八丁堀ビル

TEL/FAX 082-222-2246

発行責任者 理事長 神垣和美

● NPO 法人中国 SLA 協会 ●

ご あ い さ つ

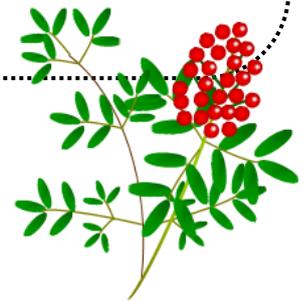
理事長 神垣和美

寒気ますます身にしみる今日この頃、SLA協会々員の皆様お変わりございませんか。  
昨年は東日本大震災という自然災害がありました。

今年はその災害からの復興を着実に前進させ、さらに発展を図る年にしなければなりません。  
SLA会員の皆様には、各地域の方々のために尽力されていることと思います。

今現在、事務所を曜日指定で解放いたしており、会員の皆様の意見交換、憩いの場所としてお待ち致しております。

この試みは、SLA会員全員がお互いに助け合い、これからの社会を少しでも進歩させようとするのがねらいです。これからますます超高齢社会へ向かう中、SLA（シニアライフアドバイザー）の社会活動の質を高め、社会の進歩に貢献していかなくてはならないと感じています。そのためにも会員皆様からの変わらぬ参加、協力をお願いいたします。



## 第 3 2 回 全国一斉特設電話相談「シニアの悩み 110 番」

開設日：平成 24 年 3 月 24 日（土）・25 日（日）10 時～17 時  
電話相談 SLA 参加のお願い

全国一斉特設電話相談は今回で 32 回目を迎えます。平成 6 年に始まり、当初は年に 1 回、3 月に開設していましたが、平成 11 年から 9 月を加え、現在（年に 2 回）に至っております。今回の電話相談へのご参加をお願いします。

1. 開設日時：平成 24 年 3 月 24 日（土曜日）・25 日（日曜日）  
午前 10 時～午後 5 時

2. 相談電話番号&窓口担当者連絡先

中国 SLA 協会 : 082-224-3005

あなたのご参加をお待ちしています。FAX・E-mail でご連絡ください

NPO 法人中国 SLA 協会 電話相談担当：藤咲

【連絡先】FAX：082-222-2246 携帯：080-5623-5558

E-mail/sla.hiroshima@gmail.com



## 「目指せ パソコンの達人！」

～SLAパソコン研修に参加して（H23/11/26）～

4 期生 角崎 多恵



日々、仕事でパソコンと格闘している私ですが、情けないくらい使えていません。何かあるたびに、人に聞いたり、息子に聞いたり…それでも仕事仲間は親切に教えてくれますが、息子は「いい加減に自分で勉強しろ！」と鬼のような言葉が返ってきます。「あれだけ一生懸命育ててやったのに！ よーし、見ておれ！ 私だって「パソコンの達人」になって、ブログを作って、ホームページとやらを作るぞ。それから映画のチケットや飛行機、新幹線のチケットだってパソコンでゲットしてやる！ まずは息子を見返すために来年の年賀状はパソコンで作るぞ！」と思っていた矢先「SLAパソコン教室 年賀状を作ろう」のお知らせがありました。なんとタイムリー、まるで私のために開いてくれたような教室。すぐに参加しました。

講師の方々がとても丁寧に、親切にゆっくりと教えてくださいました。持参したデジカメの写真の取り入れ方も教えて貰い、思ったよりも簡単に素敵な素敵な年賀状が出来ました。プリントされた年賀状を見て感激し、家に帰って家族に（特に息子に）見せて鼻高々でした。本当に嬉しかったです。

パソコンはなかなか壊れません。出てきたメッセージの通りに進んでいけばいい。間違っていたら教えてくれます。パソコンってなんて賢いのでしょうか。

息子たちがパソコンを楽々使いこなして、生活の幅を広げていて羨ましいと思っていました。私の知り合いは、海外の人とメールを楽しんでいて「家に居ながら世界の生の文化に触れているようだ」と言っていたし。ワインソムリエを目指している友達は、ホームページを作って美味しいワインや料理の情報を載せているし…私もこれからは、もっともっと使いこなして生活を楽しまう。今までは傍観者でしかなかった私でしたが、SLAのパソコン教室に参加して本当に良かったです。「パソコンの達人になる！」夢に一步近づきました。

## 映画「エンディングノート」

6 期生 吉野幸夫

■と き/H24 年 1 月 14 日(土)

横川シネマにて、エンディングノートを見てきました。

その感想です。高度経済成長期に熱血営業マンとして駆け抜けたサラリーマン。癌（がん）という、ふいに訪れた人生の誤算をきっかけに、彼が手がけた最後のプロジェクトは「自らの死の段取り」だった。父の遺した“エンディングノート”が開かれる、その時まで。

人間味あふれる父とその姿を見守る家族を娘が描いた感動のドキュメンタリー作品でした。

## 「ストーリーで感動したこと」

孫と遊ぶ、葬式をシミュレーション、最後の家族旅行  
式場の下見、孫にあいさつ、母に電話、息子に引き継ぎ  
妻に初めて愛していると言う

私自身も、家族に（妻に）感謝して死にたいと思っています。



ベトナム研修旅行に参加して

5 期生 武井美智子

以前一度ベトナムへ行く予定を立て、準備をしたことがある。鳥のインフルエンザの件があり断念した。それ以来もベトナムへの思いはずっ〜とあり、今回は是非との思いで参加した。

台風に見送られての出発であったが、その心配をよそに順調なそれでいて内容の濃いとても素晴らしい研修であった。

今回で 7～8 回くらいの研修参加であったが、まとまりも良く、団長、事務局の気配りもあり、快適で一日一日が大変楽しく有意義であった。

8 日間の感想を思いつくままに――。

何より驚いたことは、バイクに水牛を乗せて運んでいたこと。それも胴体をバイクに巻きつけて、その上、人も二人乗って。想像も考えもしなかったことで目が点になってしまった。人がバイクに 2～3 人乗りは当たりまえ、「あれには 5 人乗っているよ」にはまさか？と何度か人数を数えてみて、エ！え！？となった。右も左も前、後ろとバイク、バイクの波。テレビなどで見ていたが、すごさと多さに圧倒された。ベトナムの勢い、発展途上国のエネルギーのようなものを強く感じた。

JICA 関係の訪問で、日本の若い女性が現地の先端に立って頑張っている姿にも感動し、日本で



同じ年頃の女性に知ってもらいたい思いに駆られた。

ドンラム村の小学校では、先生がまず教師の誇りと自信をもち、生徒たちの目が生き生き輝いていた。何人かの生徒のノートを見せてもらうと、どの子も本当にきちんときれいに整理して書いており感心してしました。けん玉、糸電話、ハーモニカ、折り紙など日本の物を紹介すると大変喜び、興味を示してくれた。落ちこぼれや、不登校の生徒など考えられなく戦後 30

年 40 年代の日本を感じた。戦争証跡博物館では、平和の有難さを痛感した。

今回は学生や若い方が多く、意識が変わったとか。ひろしま国際センターの国際塾の関係で、良い研修に参加できて感謝。

### 電話相談 の初めて の体験

私は、「シニアの悩み 110 番」の電話が鳴る前、内心おだやかではありませんでした。初めての相談依頼者は、60 代後半の女性でした。相談内容を聞き洩らさないようにするのが精一杯で、うまくメモをまとめていくことができません。”気持ちで受けて、気持ちで返していく”という余裕はありませんでした。そんな私の隣で、先輩が適宜メモを送って下さり、その冷静なアドバイスに助かりました。依頼者と対峙した約 30 分は長くもあり、短くもありました。

最後に、女性から「話を聞いてもらって、楽になり、もう満足しました」と言ってもらい、少しでも役立ったのだと、安堵しました。手には汗をかいていましたが、今後「この初心」を大事にしていきたいものです。 (7 期生 中元 巖) \*お詫び：会報 10 号に掲載予定でした。(幸田)

NEWS

★SLA 養成講座で講師としてお世話になっています小田清和氏が、広島弁護士会会長に選ばれました。任期は 2012 年 4 月 1 日より 1 年間です。

★1 月 22 日(日) 14:00~16:20 中国新聞 7 階ホールで開催の市民公開講座に、武井美智子理事がパネリストとして発表されました。

★SLA サロン→2・3 月の火・水曜日に協会事務所をオープンにしています。



\*開催日/2 月 1 日~3 月 28 日の毎週火・水曜日 10 時~16 時(出入り自由)  
\*場所/NPO 法人中国 SLA 協会事務所  
\*内容/〇〇の活動がやってみたい、事務所の維持に賛成・反対、△△が気になる、平日の電話相談を復活したい、地域で●●のボランティア活動をしている、役員に立候補したい、など何でも自由におしゃべりしましょう。



11 月 26 日パソコン研修

講座終了後に、受講者の皆様から頂きましたアンケートを拝見し、皆様がパソコンに大変興味を持たれていることを知りました。

私どもは、パソコンを使ってのいろいろな講座を準備しており、今後も中国 SLA 協会様の活動の一助になればとの思いがいっぱいです。これを機に、SLA の皆様との交流が一層深まることを祈念しております。

シニアパソコンサロン絆  
代表 川西 幸雄

エンディングノート編集会議 2 月 11 日



2 月 11 日研修

「遺言の書き方」武井直宏 弁護士



\*SLA 協会への連絡方法\*

- ☛電話相談 申込み・問い合わせ⇒
  - ①メール sla.hiroshima@gmail.com
  - ②電話 080-5623-5558(藤咲携帯)
- ☛エンディングノート関連その他⇒
  - ①メール sla.hiroshima@gmail.com
  - ②事務所 Fax 082-222-2246
  - ③電話 090-4146-0282(幸田携帯)

昨年から広島県の里山に登っています。瀬戸内の山は、丸みをおびたたおやかな山が多い。登った山は、極楽寺山、鈴ヶ峰、宗箇山、武田山、古鷹山、日浦山、黒滝山、白滝山。空中散歩を楽しんでいます。

総会の予定は、5 月 27 日です。今回は在宅医療についてのセミナーを計画中。ぜひ、ご出席ください。 (事務局 幸田洋子)

