

シニアのゲンキで マチが輝く!! 😊

＜＜少子高齢社会のなか、豊富な経験や技術をもつシニアの方々が、生涯を通じて仕事や地域活動、生涯学習・スポーツなど、さまざまな分野でイキイキと活躍できる社会（生涯現役社会）づくりが望まれ、今日特に「団塊世代」にスポットが当たっています。お元氣なシニア・団塊世代がたくさんいらっしゃることで、活氣にあふれる地域社会となっていくと思います。そこで、おゲンキなシニア世代の方々に、シリーズでご登場いただきます。



■パソコンに魅せられて

10年近く前、仕事でマンマーに赴任していた頃、英語で会議があるというので、翻訳ソフトを入れたパソコンを日本から持って行きましたが、たいへん役に立ったことをなつかしく思い出しますね。発言したい言葉を日本語で入力し、英語に変換した上で、それを読んで発言したのです。相手は驚いていました。

また、東京と通信するのに、電話代が月に40万円も掛かり困っていた時、バンコクのプロバイダー経由で東京とのメールができることがわかり利用しましたが、これもたいへん役立ちました。FAXソフトを利用すると、パソコンでFAXの送受信もでき、パソコンは素晴らしい道具であると感激していました。もちろん、会計処理などは朝飯前でした。たしか、Windows3.1の頃です。

今、パソコン環境は飛躍的に進化し、パソコンを使いインターネットをしている人は、多くの面で得をしています。ざっとあげても、無料で映画が見れ、カラオケができ、孫とテレビ電話を楽しみ、百科事典の代わりに也成为、写真の保存や加工ができて簡単にメールで送れ、買い物もでき、旅行の予約もできます。この便利さを使わない手はありません。インターネットをするための基本

自称『パソコンの伝道師』です

NPO法人 奈良井昌雄さん (60)
たすけあいねっとわーく会長
Masao Narai

料金はかかりますが、それ以外は買い物などを除いて無料です。パソコンを使わない理由に、インターネットは危ないと言う人がいますが、それは、道を歩くのは危ないと言っているのと同じです。多くは自分が注意していればいわけで、不幸にも事故に巻き込まれることがあっても、だから道を歩かないという人はいないでしょう。事故に会わないように学習することが大切です。

■頭と指先を使う/パソコンで

私は退職してから、この便利な道具を、特に高齢者や高齢の単身者、障害のある人など、社会的弱者の方に使ってもらいたいと思い、ボランティアでパソコンを教えています。パソコンを使えるようになった人は、自分でいろいろとおもしろい使い方を見つけて楽しんでいます。

また、NPO法人たすけあいねっとわーくを設立し、「NPOマネジメントセミナー」や「ITフェア」、「生涯現役フェア」、「青少年健全育成事業」などを開催したりして、自分のやりたいことと公益的な活動をリン

クさせながら生きています。

また、一昨年から2年間、国民文化祭に関係し、7,874人のボランティアの方たちの活躍を目の当たりにし感動しました。2011年の国体にも関係できるよう願っています。

ただ、いろいろなことに挑戦し達成するためには、ネットワークは大切です。自分1人でできることは限られています。今、私が関係している団体は、山口県アクティブシニア協会、シニアネットやまぐち、生涯現役社会づくり学会、山口県健康生きがいづくりアドバイザー連合会、山口地域社会学会、市民活動ネットなどです。これらの団体の一員として活動するのも、楽しいことです。

生涯現役、生涯元氣、そしてPPK（ぴんぴんころり）が理想…、こう言われても実践するのは難しいことです。まず適度な運動をし、その上で適度に頭を使い指先を動かすことが大切でしょうね。この、頭を使い指先を動かすのにも、パソコンは適当な道具です。ぜひ、パソコンの使い方、楽しみ方を覚えましょう。