

ずっと都島

みやこ

じま

Vol.

7

令和3年6月

新しいことへの一歩♪

シニア向け zoom 講習会

コロナ禍で急速に進んだ世の中のオンライン化。シニアのみなさんもお感じおられるのではないのでしょうか。昨年度、都島区社会福祉協議会（以下、都島区社協）で「シニア向けZoom講習会」を開催したところ、倍率6倍以上の大人気講習会になり、関心の高さを実感しました。「Zoomへの興味はあるけれど、難しそう」とあきらめている方も、チャレンジしてみませんか？



内容 シニア向けZoom講習会の内容

1人1台ずつパソコンを貸し出し、受講者の理解を確認しながら進めました。

講師の説明を聞きながら実際にパソコンを操作していただきました。

参加者は60歳代から80歳代。一般的にはパソコンが苦手な方が多い世代ですが、みなさん「Zoomで孫と話したい」「こんな時期だからこそ新しいことに挑戦したい」と目を輝かせながら受講されていました。

1. Zoomって何ができるの？
2. 事前チェックリスト
3. ダウンロード方法
4. Zoomを使ってみよう
5. Zoomの終わり方

復習 受講後の「おさらい会」

受講後は、受講者の中から有志メンバーを募り、実際にZoomを使って、Zoomの基本操作をはじめ、今気になるテーマでの講座で「おさらい会」を開催しました。

テーマ例

- ▶ 「チャット」「ミュート」「ビデオオフ」方法のおさらい
- ▶ 「新型コロナ勉強会」（講師：いんべ診療所院長 忌部先生）
- ▶ 「旅の思い出おしゃべり会」
- ▶ 「行きつけの美味しいお店紹介」



次回開催のお知らせ

【日程】 2021年7月12日(月)・7月20日(火)

2回連続講座

【申込方法】 QRコードを読み取り、申込フォームよりお申し込みください

【申込期間】 6月1日(火)～7月7日(水)

※申込み多数の場合は抽選とします。※社会情勢に応じて開催を見送る場合もあります。あらかじめご理解のほどよろしくお願いいたします。



Zoom申込みフォーム

「やってみたい」が「わかった!できた!」に変わる そんな都島区社協の「シニア向け zoom 講習会」 ＼ 受講された方からZoomの楽しさについてうかがいました。／



オンラインセミナーに参加でき、
とても勇気づけられました

いくこさん(60歳代)

参加した動機は、コロナ禍や加齢により出かける機会が減ったため、Zoomを活用して色々なことにかかわって知識を広めたいと思ったからです。

おかげで新聞社主催のセミナーに参加できました。

セミナーの内容は、認知症対策のひとつである「家族信託の始め方」についてでした。

セミナーに参加したことで、自分と同じような問題を抱える人たちがいるのを知り、チャットのやりとりでそれらを共有することで、私一人ではないととても勇気づけられました。



昔の仲間と
OB会を計画中です

桒井さん(70歳代)

受講したきっかけは、「テレワーク」、「オンライン会議・授業・飲み会・セミナー」などが日々報道される中で、講習会の案内を知り、“Zoom”というツールを知りたいと思ったことです。

パソコンを自ら操作する体験はとても新鮮でした。

受講後も、何度か自宅のパソコンからセミナーに参加してみました。

今後は“離れていてもみんなで話せる”という機能を活かして、OB仲間たちとの交流会を企画したいです。

岩瀬先生のコラム

{ 2 枚目の名刺 }



岩瀬亜希子さん

いわぶち・あきこ／追手門学院大学地域創造学部准教授。1976年北海道釧路市生まれ。大阪大学コミュニケーションデザイン・センターなどを経て、現職。専門分野は社会学。

シニア世代こそ、オンラインで、新しいつながりを!

シニア世代にもインターネットやスマホ、パソコンが身近なものになってきましたね。私の母も初めはスマホを怖がっていましたが、父の指導(口出し?)のもと次第に上達。シニア世代の場合「習いながら慣れる」だだと思います。ちょっとした質問を気軽にできるスマホ友・パソコン友をつくり、コミュニケーションにどんどん使ってみるのがオススメです。

実際多くの方が「やってみたら案外楽しかった!なんとかなった!」と言われます。「足が悪くて行けなかった講演会をオンラインで聞けた」「去年から介護相談にも行けなかったけれど、オンラインの介護家族交流会に参加したら相談も新しい友人もできた」と、一歩踏み出した先で新しいつながりや経験をみなさん楽しんでます。調査によると、コロナ禍でネットショッピングに初挑戦したシニアも多かったそうですよ。あなたも一緒にオンラインしてみませんか?



ある日突然、予期せぬ別れが訪れることがあります。先日、そんなお別れがありました。おそらくご本人も予期されていなかった突然の旅立ち。豊かな白髪が印象的なその方は、風のように軽やかにこの世とお別れされました。彼女と最後に笑顔を交わしたのはZoomの画面越しでした。

この別れを通じて「会いたい人とは、会っておこう。画面越しでも電話でも手紙でも」と心に刻みました。もし今この思いを彼女に伝えられたら、「うん、いいわね。今やりたいこと、やらなくちゃ」とかわいらしくほほ笑んでくれることでしょう。

(さ³)

社会福祉法人 大阪市都島区社会福祉協議会

〒534-0021 大阪市都島区都島本通3-12-31 ふれあいセンター都島

TEL 06-6929-9500 FAX 06-6929-9504



LINE

都島区社協
LINE公式アカウント

お友達登録をすると、都島区社協の
講座やイベントの情報が届きます