



セカンドライフファクトリー通信

発行者 矢富直美
一般社団法人
セカンドライフファクトリー

第75回「ZOOM講演会のご案内」

「人生100年時代の上手なお金の使い方・残し方」

講師 ファイナンシャルプランナー
菱田 雅生 様

形式 ZOOMを使ったテレビ会議形式

内容 ゆとりのある老後生活を送りたいと思っても、お金に関する漠然とした不安を抱えている人が多いようです。

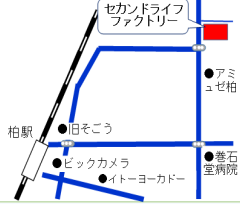
人世100年時代と言われる一方で、年金制度に対する不安も叫ばれています。

この講演会では、そのような漠然とした不安を解消する方法を知っていただき、安心してお金を使えるようになっていただきます。そして、より有意義なお金の使い方・残し方があることもお伝えします。分かりやすく解説しますので、お気軽にご

セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介

が参加する支援講座など、生活の質を向上させるための活動を行っています。

アクセス



柏駅東口より徒歩8分 アミュゼ柏と同じ並び1階赤い看板の「はんこ屋さん21」が目印
住所・電話は下部青帯

プチカル講座 参加者募集

- ・フリー麻雀クラブ (健康麻雀) 《予約制1名から》
平日 午前 10:00~13:00、午後 14:00~17:00
5月よりキャンペーン料金 半日500円
土曜はグループ利用のみ
 - ・これから始める健康麻雀教室
9/10~11/12 全10回
毎週木 14~16時
費用 5800円(テキスト込み)
 - ・かんたんストレッチヨガ
毎週水 10~11時
受講料 1回千円
- お申込みは「プチカル柏の葉」
TEL 04-7100-8439
柏市柏の葉2-3-27

プチカル柏の葉 検索

日時 8月21日(金) 10時~11時30分 ※途中5分休憩

参加方法 講演会はパソコン、スマホ、タブレットを使用したオンライン形式。生中継で行います。Web会議アプリ「ZOOM」を使用します。

開始時間になりましたら「ZOOM」で参加してください。
※より参加操作開始可能。
※SLF会員以外の方は申込時にその旨お申し出ください。

費用 無料

主催 一般社団法人セカンドライフファクトリー(SLF)

申込 メール: info-slf@jcom.home.ne.jp (件名: 第75回講演会申込)

WEB: セカンドライフファクトリー
(<https://www.secondlifefactory.org/>) の講演会の申込ページ

申込期限 8月19日(水)

定員 90名

注意事項

① ZOOM参加時の名前は本名(姓名)を漢字で入力してください。上記と異なる場合は誰が参加しているかを把握できないため、退場していただきます。

② ZOOMの操作(会議の参加方法)についてはSLFのホームページをご覧ください。(お知らせ「Zoomを使ったテレビ会議の開き方」)
<https://www.secondlifefactory.org/2020/05/07/zoom-tukaikata/>

この資料の1ページから11ページをご覧ください。12ページ以降は見るとは限りません。

③ 休憩時間にZOOM会議が中断された場合は、再度参加操作をお願いします。

④ 質疑応答について 質問時間になりましたら、質問のある方はZOOM操作「手を挙げる」を行っていただきます(実際に手を挙げるものではありません。「ZOOM」上の操作です)。操作方法は事前に左記をご覧ください。
<https://zoom-japan.net/manual/pc/zoom-handraised/>

⑤ 参加する端末はパソコン、スマホ、タブレットで可能です。デスクトップパソコンの場合は、Webカメラ、マイク、スピーカー(またはイヤホン)が必要です。

連載

セカンドライフをどう生きる (第26回)

人生100年時代の人生設計を考えるにあたって、これまで数回にわたって健康の側面について、地域とのかかわりを述べていたが、今回は、ある調査の結果からセカンドライフを健康に生き抜くためには何をすればいいのか考えてみたい。

多くの研究が、シニアが健康になるためには、シニアの社会参加とそれに加えて運動の習慣が重要であることを明らかにしている。

ところで、私事で恐縮のだが、筆者は、この30年、認知症予防や生きがい就労のテーマで、研究や実践してきた。この間にフィールドを東京都の23区・多摩地区、東京のベッドタウンである柏市、さらには、山梨県、笛吹市と移ってきた。フィールド研究をするのであれば、そこに住み、人脈を作り、そこで研究活動しないと現場での本場のところはわからないとの考えのもとで、住処を変えてきた。この経験が、地域でのシニアの健康にかかわる社会参加の有様を考察する貴重な視点を与えてくれた。
本稿では、(次ページに続く)

今年の1月に行われた笛吹市による介護予防事業のための政策を計画するための調査結果から、健康にかかわる社会参加と運動の意味を考える。

実は、厚生労働省は、介護予防事業のニーズ調査票のひな型を自治体に示し、3年ごとに事業計画を策定するように誘導している。多くの自治体ではそれに従い、そのひな型通りの調査票を用いて調査を行い、その調査結果を調査報告書にまとめる。それをもとに、例えば、「運動習慣のある人を増やします」といったように、当たり障りのない政策目標を形式的に策定するのが通例になっている。例えば「ウォーキングなどの具体的な運動種目について習慣化率が何パーセントなので、その人口を何パーセント増します」といった現実を踏まえた政策目標が立てられていないのである。そこで筆者は、ニーズ調査に具体的な社会参加と運動に係る項目として、「現在、実施している活動」および「今後やりたい活動」を設けて調査するように提唱した。その結果、様々な社会参加と運動に関する活動項目が53項目加えられることとなった。そのデータを分析した結果、意外なことが分かった。次回から、その結果を述べていこう。

(矢富直美)

新しいわいわいサロン「手芸」が発足しました

新しいわいわいサロン「手芸を楽しむ！」がスタートしました。おそろく初めて女性主導で発足したわいわいサロンです。言い出しっぺの女性Nさんにお聞きしました。

◇現在のメンバーは？

女性6人、男性2人の構成です。

◇始めたきっかけは？

コロナで時間ができて、断捨離をしようとしたときに、余りもの毛糸を捨てるのがもったいないので、再利用できないかと考えました。そこで毛糸で何か作ってどなたかに使ってもらえれば、無駄にならないと思いました。また、コロナで家にこもっている時代には、自分で作る楽しみになると考えました。さらにわずかでも対価が得られれば励みになると思います。

◇会の雰囲気は？

できる人もできない人もみんなワイワイ楽しくやっています。

◇今後の方向は？

毛糸だけでなく幅広く範囲を広げていければと思っています。

◇新たに参加はできますか？

希望する方はぜひメンバーに加わってください。

(聞き手K)

プチカル柏の葉では仕事場・勉強部屋提供サービスを始めます

プチカル柏の葉では新たに、「地域の『しごと場』・『ベンきょう部屋』・『お茶の間』」サービスを開始します。テレワークや勉強などを行う、自宅以外の空間として利用できます。

提供するスペースとしては、「共有ブース」、「個室」、「ミーティングスペース」、「お茶の間スペース」があります。

利用可能時間 10時～17時
プチカル休業日を除く平日

2020年8月17日(月)オープン
共有ブース 室内でスペースを共有します。

机上間仕切り使用可(無料、先着順)予約はできません。飲食不可。

個室 一部屋を一人で使用できます。通話、Web会議参加時などに。事前予約できます。飲食可。

ミーティングスペース 一部屋を複数人で利用できます。

会議、講習、イベントなどの開催に。事前予約が必要です。飲食可。

お茶の間スペース おしゃべりも兼ねなくできます。

持ち込みの飲食もできます。(電子レンジ使用可)

共通して利用可能なサービス

〔無料〕電源、モニター、延長コード、机上間仕切り(先着順)、電子レンジ〔有料〕モニター、プリンター・コピー、ラミネート加工、コーヒー

料金
〔共有ブース〕1ブース1時間100円。1日最大500円。中高生半額

〔3ブース限定。8月31日まで〕
〔個室〕(時間利用) 1室3時間ごと500円。1日最大1000円。

※他に定期利用もあります。キャンセル価格実施中。

〔ミーティングスペース〕1部屋1時間500円。

※料金の詳細についてはお問い合わせください。

その他

《利用可能対象者》中学生以上。事前「プチカル・SLF会員」登録が必要です。(登録料100円)

《その他》駐車場あり(1回100円)。他の部屋で行っている健康麻雀等の音が聞こえる場合があります。

来館時に体温測定・手指消毒・来館名簿記入していただきます。熱がある場合は利用をご遠慮いただきます。個室以外ではマスクをしていただきます。

問い合わせ

プチカル柏の葉までお気軽にお問い合わせください。

TEL 04・7100・8439

わいわいサロン 会員募集

趣味や学習活動を仲間と一緒に楽しむサロンです。参加費無料。

《サロン一覧》

楽しく終活を話そう！
スマホを使おう！
写真を楽しもう！
いつまでも勉強しよう！
投資を楽しもう！
先端技術を知ろう！
手芸を楽しもう！

詳しくはWebで。セカンドライフファクトリーで検索。

広告



庭木のお手入れは SLFガーデン サポートへ お見積り無料

安価で丁寧な仕事 庭木の改作を提案

TEL 04-7100-2839
http://slf-gardensupport.com/



暮らしの支援 えんがわ

生活のお手伝い

お掃除
お庭仕事
買い物代行
困りごと相談

TEL 04-7100-2839
http://kurashi-engawa.com/