

栃木言友会会報

交流会報告 No. 228

2022年2月1日

発行責任者：古川 元一

編集責任者：古川 元一

TEL:090-3138-1507

【目次】

表紙	「黄金の大きなフクロウ」(N町)	T T P 1
巻頭言		S S P 2
オンライン交流会報告・近況報告	栃木言友会の皆さん	P 3~8
次回交流会案内		F T P 9



この栃木言友会会報は、赤い羽根共同募金会の助成金により発行しています。

栃木言友会は皆さんが自主的に主体的、

楽しく活動できるセルフ・ヘルプ・グループです

巻頭言

悪縁に引っかからないために

S S

「はい」

「お忙しい所、申し訳ございません。こちらSHリサーチと申します。ただ今コンピュータ電話で、7月に行われる予定のSSについての電話アンケートをお願いしております。内容は、」

「ちょっと失礼いたします。忙しいので。」

この通話は20秒間で、こちらから切りました。切るあいさつ中も自動音声がかめどもなく流れていました。非通知という設定の電話に出てみるのは初めてでした。これは変だなと思いながらも「電話を切る」という行動がなかなかできない人の場合は、ずるずると相手のペースに乗るか、電話を聞いている間に逆探知機を利用して、住所を割り出されて、詐欺や強奪や語りやSNS拡散や拉致等いろいろなことに悪用される可能性があるなと思いました。

スマホで「SHリサーチ」を調べてみると、それに該当する会社はなくNHKや日経や内閣府で調査する場合も非通知で来ることはなく、当該の所に電話をすれば、似せ物かどうか分かるそうです。

また自動音声にするアンケートは極めてまれとのこと。(親切に、あるいは暇げに電話に出るのは止めた方がいい。特に非通知は。非通知とは、悪意とセットと考えた方がよい。)と思いました。

ところで、今年の6月にKS監督のオリンピック2020の映画が楽しみです。反対のプロも出るかもしれません。

オンライン交流会報告

参加者：G、F、古川、FT、H（敬称略） 合計5名

栃木言友会オンライン交流会 1月23日（日）14時～15時30分 近況報告とゲーム

15時35分～17時頃 懇親会（オンライン）

～～当日の流れ～～

1. 近況報告（1人3分位）
「副題：正月どのように過ごしましたか。今年の抱負」
2. ゲームⅠ「S人のジレンマ」
3. ゲームⅡ「無人島に行く時に持っていきたいもの」
4. 事務局からの連絡
5. その他（参加者から連絡）
6. 15時30分頃から懇親会 参加は任意（退出場自由）

交流会の感想・参加者の近況（正月どのように過ごしましたか。今年の抱負）

G F

お久しぶりです。今年もよろしくお願いします。

今回は、Hさんご尽力によりZOOM交流会を開催することができました。

堀本さんありがとうございました。今回は男性3名、女性2名の参加でした。

ZOOMのお陰で東京の自宅に居ながら、全国の皆さんと楽しく交流会ができる。時間と交通費がかからず素晴らしいことだと思います。今後とも継続、拡大を期待します。私もできる範囲で協力したいと思います。

ところで、今回の交流会の内容は、かなり高度でとても楽しかったです。

- 1 司法取引を二人のS人にもちかけ、S人に自白、黙秘の選択を迫る。
- 2 無人島で行かなければいけない。二つだけ持っていけると、何をもっていか

今回の課題には特に正解はないと思います。世間一般で通じる正解を求めるより、自分の頭で考えることが大事であると思います。最近スマホ、パソコンが身近にあり、わからないことがあるとすぐにインターネットでGoogle検索に頼ってしまいます。自分の頭で考えるより、楽に早く答えを欲しがります。辞書をひいたり、図書館に行って調べたりすることがほとんどなくなってきています。これは大きな問題だと思います。頭を使わないと人間の機能が退化し認知症になる危険性が多分にあります。

今回の例会を通じて、感じたことは、世の中がいかに進歩しても人間の本質は昔から変

わっていない。人間として大事で基本的なこと。歩くこと、話すこと、頭で考えることは常日頃から励行すべきだと思いました。

古川 元一

1月23日(日) 14時からHさんのご尽力にて、オンライン交流会、ズーム飲み会を開催することができました。Hさんと数名の方、古川の参加により楽しい時間を過ごすことができました。

近況です。昨年末から寒い日が続き、本年度も電力の逼迫状態だと報道機関で聞いておりましたので、昨年に続きエアコンでの暖房は控えてファンヒーターを活用することとしましたが、昨年より気温が低く小型のファンヒーターでは温まらず、初売りの広告で出ておりました能力の大きいファンヒーターをホームセンターで購入してきました。本体から出てくる温風も力強く、とても暖かく快適です。石油タンクも大きく3日に1回給油するだけなので助かります。さらに、石油ストーブも使用しており、上にやかんを乗せておきますと湯気が出て加湿器の役割をしますので節電と暖房を一石二鳥です。

手帳を購入してきました。現役の頃は末尾に多岐にわたる資料を記載した手帳を製造元も決めて購入しておりましたが、退職してしばらく経ちますので、詳細な資料、単位や用語、年表に地図などのデータもそんなに必要としなくなってきましたので、100円ショップで見えておりましたら結構使いやすい手帳がいくつもありその中からファッション性も考慮して一つ選んで買ってきました。100円には機能性も良く満足しております。

今回の感想です。本日のオンライン交流会参加された皆さんお疲れ様でした。Hさんは今回もホスト役を引き受けて下さりありがとうございます。事前に何回か我が家とも通信のご確認をして下さり、ご準備をされ本日のオンライン交流会を成功して下さったことに感謝します。

参加された皆さんも大いに盛り上げて下さったことにより楽しく、また充実した時間にして頂いてありがとうございました。

H

コロナになって在宅勤務が増えるとともに、夕方から飲む酒の量が増え、心身ともに不健康な状態が続いています。その一方、出勤する日は7~8キロ歩いています。今年の目標は、健康を回復することです。よかったことは、正月のH駅伝で母校が10位に入り(10位までがシード権獲得)、ぎりぎりシード権を確保できたことです。最終の10区は、11位でタスキを繋いだ時は、10位と32秒差あり、残り7キロで50秒差まで広がり、半ば諦め

ていましたが、8位だった大学の選手が低血糖を起こし、残り1キロで逆転しました。他人の不幸を喜ぶ訳にはいきませんが、来年予選会を経なくて出場できます。世の中、何があるか分からないので、人間諦めないこと、また、無理しないで自分のペースを守る（H駅伝で母校の10区の選手も前半飛ばし過ぎずにペース配分ができた）ことが大切だと感じました。

今回3回目のズーム担当でしたが、久々で上手くいくか心配でした。また、ゲームの2つ目は、直前に思いつきました。皆様の考えを知ることができ、楽しかったです。また、懇親会にも全員参加していただき、5時過ぎまで盛り上がってよかったです。その時出た話が、1人で無人島に行くのではなく、例えば今日参加のメンバーなど何人かで行くと心強いという意見も出ました。参加して下さった皆様のご協力で無地終了でき、有難うございました。

F T

8月に引き続き、私は2回目のオンライン試験運用に参加しました。当日は開始20分前にPC立ち上げ、PCのカメラ、部屋の照明の具合など確認しました。7名の方が申込んでおりましたが、止むを得ない事情で5人の参加になりました。

2時過ぎに開始し、Hさんの進行で始まり、近況報告を1人ずつ話し、ゲームを2つ「S人のジレンマ」「無人島へ持っていくもの」を行いました。どちらのゲームも時間を忘れて真剣になって楽しめたゲームだったと思います。Hさんが2つのゲームの説明文を画面に文書（Word）で詳しく映してくださって、把握に時間がかかる自分には助かりました。

「S人のジレンマ」は事前にUDで見たのにも関わらず、他の参加者全員が内容を解っておられるのに内容が解らず自分の理解力の無さが嫌になりました。

夫の助言を貰いながら参加出来ました。懇親会では1時間半くらい4人で歓談しました。私は缶酎ハイを準備しました。画面越しに話して、Gさん、Fさんとは久しぶりにお会いしたのですが、あまり距離を感じなくてZoomという手段はあらためてとても素晴らしいものだと感じました。

次は、近況報告で私が話した内容です。

「あけましておめでとうございます。今年も皆様と共に明るい1年になりますように。先日、Tで大きな噴火が起きて、農地に火山灰が降り積もり、特産のカボチャが被害を受けるおそれがあるとの事で、Tで栽培されてるのは日本から渡った品種だそうで、T産のカボチャを買い応援しようという動きがSNSで出ていて、私も買って応援したいと思っています。今年の抱負ですが、Power Pointを勉強したいです。」

F K

1/23日にオンライン交流会に参加しました。Hさんより数日前にメール連絡を頂き、入室の確認が出来たのでほっとしました。副題の「今年の抱負」は健康に過ごす事です。運動不足なのに糖質の摂り過ぎやビールをよく飲むようになるなど反省点が多いです。1日1万歩くらい歩くことを目標にしていますが、携帯の歩数アプリで確認すると5千~7千歩程しか歩いていないのもっと努力しようと思います。交流会の「ゲームの理論・S人のジレンマ」ではとても悩みました。自分だけの事なら自白か…昔からの友人を思うと黙秘か…選択肢から2人黙秘に決めましたが、皆さんの話をお聞きすると考えが変わったりもややした気持ちでしたが「考える事が大切なゲーム」とお聞きしてすっきりしました。多くの都道府県にまん延防止措置が発令される中、オンライン交流会を開催して頂きありがとうございました。オンラインで会話することに慣れていなく緊張もありましたが、無人島での生活を想像したりとても楽しい時間を過ごさせていただきました。Hさんには事前準備から当日の進行など大変お世話になりました。皆さまありがとうございました。

ゲームⅡ 「無人島に行く時に持っていきたいもの」

「前提条件」無人島に1人で1週間暮らす。島には空き家があり風雨はしのげる。9月、日本の南の島で、寒くはない。ただ、水、電気、ガスはない。猛獣はいない。

出発時、ポケットには帰りの交通費などの現金、ハンカチ、自宅の鍵以外一切持てない。

・そこで、先ず2つ持って行ける場合は？

〇〇と回答すれば1週間分の物資は確保できます。

2つの場合（考える時間2分）

Hの回答

飲料水、食料

- ・参加者が、2つ持って行く物を紹介した後、
- ・プラス10の場合（考える時間4分）を紹介した。
- ・Hの回答は、

1. スマホ
2. パソコン
3. 蚊取り線香
4. ランタン（懐中電灯）
5. ティッシュ
6. せっけん
7. 紙コップ
8. 割りばし
9. ガスコンロ
10. 酒

後で考えると、パソコンを持っていても電源もないし、薬を挙げるべきでした。

【報告：Hさん】

Fさんの回答

2品だけなら 水・米(サトウのごはんに変更)10品持っていけるなら

1. 水
2. 食料
3. 携帯電話
4. カセットコンロ
5. 鍋
6. はし
7. スプーン
8. 皿

9. 薬 10. 枕

10品を選びましたが、携帯電話は充電が切れて1日ももたない、スプーンは必要なかったと後から分かりました。皆さんの持っていく物では蚊取り線香、ティッシュペーパー、タオルなど自分では思いつかなかった品が沢山あったのでとても参考になりました。災害時の備えにもつながると思い、必要なものを再確認出来ました。

古川の回答

離島に持って行くものを10個考えて下さいのタイトルです。

1. 酒
2. テレビ
3. 発電機
4. 燃料
5. カセットコンロ
6. ボンベ
7. はし
8. 鍋
9. 布団
10. 筆記用具

FTの回答

最初に2個

ミネラルウォーター、ライター後から10個

1. カセットコンロ
2. ガスボンベ
3. 鍋
4. 食糧品
5. 着替え
6. 石けん
7. 剃刀
8. 時計
9. 漫画本
10. ティッシュペーパー

割とすぐに思い浮かびました。皆さんの挙げた品が「サンダル」「枕」「布団」「スマホ」「お箸」「軍手」等、なる程…と目からうろこでした。時計は不要だったと思いました。

近況報告

Kさん、Sさんより近況報告をいただきました。

K M

K在住のKです。

Kの感染者がまた増えてきました。私が住んでいるK市でもかなり多くの感染者が出ています。会社でも毎日のように感染者が出たというメールが届きます。知り合いが感染したり、濃厚接触者になったりしてKが身近に迫っている感じがします。

会社では1日中パソコンを見ながら仕事をしています。間違えると大変なことになってしまうことも多いので、張り詰めた気持ちで仕事をしています。そういうこともあって休日1日中部屋の中にいると気がめいってしまうので、土日のうち1日は気分転換に外へ出るようにしています。

最近Kによく行きます。KはKから30分少しと近い場所にあります。寺社仏閣をまわったり、海沿いを歩いたりしています。すごく気持ちよく気分転換になります。野外ですし、シ

ーズンオフですいているので感染リスクも低いのかと思っています。

小町通りというよくテレビで出てくる通りがあるのですがそこだけは人が多いので、なるべく避けるようにしています。

食事は事前においしい店を調べて混でいる時間をさけ、入るようにしています。Kはしらすなど海の幸やK野菜を使った食べ物が有名です。あとハンバーガーショップやカレー屋もたくさんあります。先日KいったときはKウェイという店でカレーを食べました。かなりの量がありながら良心的な価格で、しかもおいしかったです。

店員の感じもすごくよかったです。食事の時間帯は行列になるのがよくわかりました。

これからも感染には気を付けながら疲れてしまわないようにやっていきたいと思います。

S S

コロナ流行などで、皆様とお会いできなくなることもありましたが、お陰様で皆様の近況を会報で知ることができ、有難いと思っているSです。今年もどうぞ宜しくお願いします。

今年は、2022年、令和4年と、私の一番好きな数字と二番目に好きな数字が並ぶ、私にとってはラッキーな年である予感があります。その証拠に、もう何回もラッキーな事がありました。まず、元朝、実家近くで、初日の出を拝し、その足で両親や関家ご先祖様の墓参ができました。それができたのも夫の車が借りられたことと、早朝気持ち良く起きられたお陰様です。T山を望む初日の出までの暁の空は浮世絵の空のように雲一つない赤、朱、橙（だいだい）、黄、水色などの間にトキ色やアサギ色など日本古来の色がグラデーションを織りなすステキな一期一会の景色でした。そのような美しい一期一会の景色が朝も夕も、何度も出会えたことに幸せを感じています。

また、年末に日本製のスマホを1円で購入できたお陰で、Dの無料スマホ教室に通う事ができているのでラッキーです。13日には、「Sぐらし」の映画の最終日最終上映を一人貸し切りで視聴できたのもラッキーです。それぞれの夢がいかにか大事かというほのぼのとした内容で、虫の声なども聞こえました。

さて、今年の日あてを漢字一文字（ひともじ）にすると「正」に決まりました。まず「正月」とはいろいろと考えてみました。今の自宅には神棚がありませんが、実家にいた頃には、父が神棚にしめ縄を飾り、お供え餅も新しい榊（さかき）も供えて、ランプを点（とも）し、おみきも供えて、歳神様をお迎えしていました。おせちも歳神様へのお供えで、お下がりをいただいていたました。

お正月とは神様に感謝と祈りをささげ心を新たにすることだと思えます。

そして、「正直は一生の宝」や、正しく物事を見る・正しく思うなど八正道（しょうどう）を楽しく頑張っています。

次回交流会は3月27(土) 14時00分より交流会を開催します 会場はとちぎ福祉プラザ会議室です

2月交流会は栃木県にも「まん延防止等重点措置」が2月20日まで適用されておりますので、中止とさせていただきます。

栃木言友会会報3月号は発行しますので、皆様の近況報告を作成出来る方は、メール・郵送で3月5日(土)までに事務局までお送り頂ければと思います。

3月交流会はSさんが担当です。ご期待ください。
マスクの着用されての交流会ご参加をお願いします。

4月24日(第4日曜日 403 とちぎ福祉プラザ会議室)

5月22日(第4日曜日 小山市生涯学習センター 和室)

次回交流会のお知らせ

日時・開催場所：3月26日(土) とちぎ福祉プラザ 403 会議室

14時00分～16時30分 栃木言友会交流会

〒320-8508 宇都宮市若草1-10-6 TEL028-621-2940

1階の案内は栃木言友会交流会になっています

交流会内容：近況報告 副題：「今年1年の目あてを漢字一文字に書くと？

または日本製のオススメ商品」

交流会Ⅰ：「吃音改善研究会」 担当：T

交流会Ⅱ：『感謝や有難うを声に出して伝えよう。』 担当：S

- 自分の体の細胞1つ1つに。
- 自分を生かすために、犠牲になってくださったもの、人…。
- 毎日お世話になっている人や物や生き物に。

連絡先 〒329-4425 栃木県栃木市大平町新 1385-33 古川元一

携帯 090-3138-1507 E-mail:genyut@mocha.ocn.ne.jp

栃木言友会ホームページ <http://tochigi.sakkt.net/index.html>