

**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73回SLF講演会のご案内**

**「間違いだらけの「良医」の選  
び方」**

講師  
株式会社メディカル・インサイ  
ト 代表取締役

鈴木 英介 氏

**内容**  
大きな病気になった時、どう  
やって主治医を見つければ、は  
切実な問題です。多くの場合、  
「病気を見つけてくれた開業医  
に勧められたから」「親戚のお  
ばさんに勧められたから」「一  
番大きな総合病院だから」「雑  
誌に載っていたから」等の理由  
で決められています。どれも  
実は、「ツツコミどころ満載」  
です。  
本講演では、意外に知られ  
ていない「良医の選び方」の  
コツをお伝えすると共に、ウ

**セカンドライフファクトリー (SLF) 紹介**

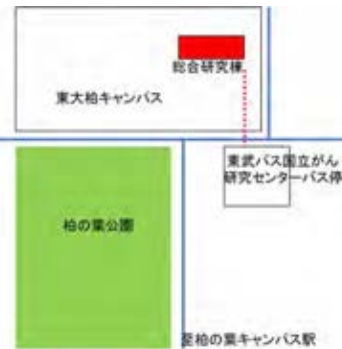
い加作 仲支援演  
が参アす。や支講口行  
きに二就のの、サを  
の研シ人就りの、活  
大の法のづくめ、の  
東就した地域間の会、な  
就した地域の会、な

**アクセス**



柏駅東口より徒歩8分 アミュゼ柏と同じ並び市役所寄り、当ビル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

柏の葉キャンパス駅からバス6分「国立がん研究センター」下車徒歩2分



**会場アクセス**

SLF講演会係宛  
はがき 〃 〒277-0005 柏市柏6-4-24 柏ビルディング7階

**日時**  
2月21日(金)  
10時~11時30分

**場所**  
東京大学柏キャンパス  
総合研究棟6階大会議室

**費用**  
500円

**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73回講  
演会申込)

**電話**: 04-7100-8023

**ファックス**: 04-7100-0158

**WEB**(セカンドライフファクトリーで検索)

エブ上で乳がんの良医を見つ  
けるデモンストラーションを  
行ないます。

**「異文化交流サロン」開催中!**

**異文化交流サロンとは何?**

グローバル化が進む現代、東南アジア、中南米を主に、日本に関心の高い世界の若者たちとインターネットを使い、日本語で会話します。このサロンを通じ、お互いの国の生活、文化、歴史を知り、異文化交流が進めば良いと考えています。

共通な関心をもった仲間が集まり、セカンドライフをよりアクティブで豊かにすることを趣旨に、昨年十月から始めました。このシステムは柏市に本社がある(株)ヘルテが開発し、同社の協力で進めています。

**自宅で日本語会話**

参加者は十名。基本はそれぞれの自宅で、パソコン・スマホを使い、週一、二回程度、時間を指定した上で海外の若者たちと、相手の顔・表情を見ながら日本語で会話します。

自己紹介から始まり、趣味、日本語を習い始めたきっかけ、日本に來たい夢などを自由に話してもらいながら、こちらからは日本の生活、文化の一端や自身の人生経験を易しい日本語で伝えます。言葉遣いのおかしな点をそ

れとなく指摘することがありますが、外国人に日本語で伝えることの難しさを再認識もします。外国の若者から見た日本の良さを教えられるという新しい発見もあります。

**毎月交流サロン開催**

毎月一回、SLF事務所に全員が集まり、それぞれの会話内容を報告し、感想、意見を述べあいま

す。日本に關心の高い外国人ばかりなので、毎回話題は尽きません。



副読本に「外国人材との付き合い方」を使い、日本人との考え方の違いを意識し、外国人と上手にコミュニケーションできるか、ということも毎回話題にしています。

今回は六か月限定で開催していますが、四月以降はさらに裾野が広がることを期待しています。興味を持たれた方は、事務局中谷までお問合せください。

**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  
半日1000円、  
一日1500円、  
水曜は女性半日半額  
土曜はグループ利用のみ

点数を自動で計算できる卓を使用できますので、点数計算が苦手な方も安心です。

・「暮らしの中に生きる禅」座禅クラブ  
第1・第3水曜 14:00  
~15:30 1回 500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

連載

セカンドライフをどう生きる  
(第20回)

人生100年時代の人生設計を考えるにあたって、健康面での個人と地域の関係を取り上げて考える第5弾。

前回は、長野県が健康長寿日本一の県になった背景には住民の健康意識を変える地域づくりを行ったことが一つの要因となったのではないかと述べた。ここでは、現代の人間関係が希薄な地域社会でどうしたら住民の意識を変え、健康長寿な地域社会を実現したらよいのだろうか、その問題について考えてみたい。



話は、多少横道にそれる。誰しも、人生の終末期に自立を失って人の世話になることを望んではいない。この自立を失っている期間は、実に10年近くに及ぶ。この期間を短くするためには、人と関わり合い社会参加しながら活発に活動していること、そして運動習慣を持つこと

が有効であることが分かっている。ちよつと哲学めくが、筆者は、社会的活動と運動を何のためにやるのか、その究極的目的を強く持たないか、それは持続しないと考えている。最も強い動機は「一人に役立っている」という感覚である。それが、「お金」に結び付いているとなお動機としては強固である。それはとりもなおさず、自分の存在理由、自分は何のために生きるのかというという問題につながっている。活動や運動の動機には、もう一つ、面白い、楽しい、という感情的な側面がある。このことがないと、理屈だけでは動機としては不完全である。たとえば、人生目的感を失って、もう迎えが欲しいと思っている高齢者に、筋肉トレーニングを勧めても何の意味もない。もし、その高齢者が「先祖の墓参りに行きたい」と思っているのであれば、お墓まで行ける体力をつけることが意味を持つてくる。

グを趣味として楽しんでいる中高年者がいる。退職して、自分が楽しむだけでなく、地域の山好きの人のために、山岳ガイドの勉強をして、トレッキングガイドの活動をしたとす。もし、このような人たちを支援するためには地域の仕組みとしてどんな仕組みを用意すればよいのだろうか？ (矢富直美)

第2回公開勉強会の案内

「AIについて」

「AIは人類の敵か味方か？」

わいわいサロンでは毎月、いろいろな勉強会を行っています。今回はAIをテーマに取り上げます。

AIは社会的に大きな影響があり私たちの生活を大幅に変えていくと思われまます。

今回はわいわいサロンに限らずに第二回公開勉強会として行います。

(第一回公開勉強会は2017年12月に「ビットコイン」を行いました。)

日時 1月26日(日)  
13時30分～15時30分

会場 SLF事務所(前ページ左枠「アクセス」参照)

参加費 無料 定員あり  
申込 SLF事務局

電話 04-7100-8023 平日 10-12時  
13-15時

「健康歌声広場」参加者募集

懐かしい唄・童謡、わらべ唄。皆で一緒に楽しく思いっきり歌って、心も身体もさわやかにしましょう。  
日時 2月7日(金)  
10時～11時30分

会場 パレット柏多目的スペースB  
柏駅東口より徒歩4分

参加費 500円 定員30名  
申込 暮らしの支援・えんがわ  
電話 04-7100-2839 平日 10-12時  
13-15時

「黒豆みそ造り」参加者募集

日時 2月9日(日) 午前または午後  
午前の部 9時30分～  
午後の部 12時00分～  
会場 柏市柏の葉2-3-27  
プチカル柏の葉

参加費 2000円  
定員 午前午後各6名

持ち物 エプロン、三角巾、マスク、持ち帰り容器(別途370円で用意できます)

申込 暮らしの支援・えんがわ  
電話 04-7100-2839 平日 10-12時  
13-15時

締切 1月31日

スマホ・パソコン  
無料相談会

スマホやパソコンに関して、どのような相談でも構いません。当日自分のパソコンを持参いただいたの相談も受け付けます。予約不要。

日時 2月14日(金)  
10:00～16:00  
場所 パレット柏  
オープンスペース

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/