



第82回SLF講演会の案内

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



SLF ホームページ

「歳をとっても記憶力は落ちない！」
いつまでも脳を元気に働かせる「ツ」

講師 菱田 雅生 氏

ライフアセットコンサルティング
株式会社代表取締役
アクティブ・ブレイン・セミナー
マスター講師

形式 ZOOMを使ったオンライン講演会

内容 歳とともに記憶力が落ちていつているような気がするの、実は、気のせいです。

この講座で行う記憶法の体験を通じて、それを実感できるはず

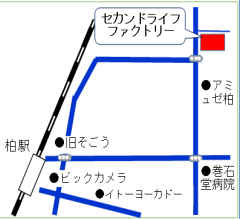
そして、いつまでも脳を元気に働かせるコツがわかると、日常生活の中で脳が若々しくなり、日々

仲間とともに切り拓く、アクティブシニア活躍の場

セカンドライフファクトリー(SLF)紹介

東大の生きがい就業研究に参加したシニアが作った法人です。地域の就労や仲間づくりの支援のために、講演会、講座、サロンなどの活動を行っています。

アクセス



柏駅東口より徒歩8分 アミューゼ柏と同じ並び市役所寄り、1階赤い看板の「はんこ屋さん21」が目印。SLFは7階住所・電話は下部青帯

日時 7月15日(金) 10時~11時30分

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。

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82回講演会申込) または WEB: セカンドライフファクトリー

申込期限 7月13日(水)

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。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。

SLF事務所のコロナ対応について

コロナ感染対策のため、セカンドライフファクトリー事務所では、入室時の検温・手指の消毒、マスク着用、ドア・窓の開放、空気清浄機の運転などを実施しています。

柏市民活動フェスタ2022が開かれました

去る5月22日、セカンドライフファクトリーは柏市民活動フェスタに参加しました。柏市の制定する「市民公益活動団体」に登録されたことを機



SLFのブースでは、農業グループや英語グループを中心に、ポスターを展示し、チラシの配布などを行いました。(次ページに続く)

に、初めて参加したものです。柏市民活動フェスタは、柏市内で活躍しているさまざまな市民活動団体を知ってもらうことにより、地域活動参加へのきっかけづくりと情報提供を目的として開催されました。柏市で活動する約70の団体が、駅前通りや駅前デツキやパレット柏などの場所で展示などを行いました。SLFはイトーヨーカドー前のブースで、活動をアピ

広告

ブチカル 柏の葉

フリー麻雀クラブ (健康麻雀)

平日 10時~13時
1回ごとの予約制
お一人から受付
1回500円
土曜はグループ利用のみ

かんたんストレッチ ヨガ

毎週水 10~11時
受講料 1回千円
※上記2事業はフレイル予防ポイント対象

柏市柏の葉 2-3-27
TEL 04-7100-8439
info@pc-kashiwa.com
駐車場あり(100円)

ブチカル 柏の葉 検索

**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！
手芸を楽しもう！
異文化交流サロン
メタバースを楽しもう

詳しくはWebで。セカンドライフファクトリーで検索。

告 白



**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

気になる「あの人」の人物像に迫る企画です。今回はSLFで広く活動さ

SLF人探訪

英語グループでは、英語グループが翻訳を始め、英語を利用した様々な活動が可能なことや、柏の葉お茶席ツアーや、桜の花見地図の英語翻訳などの過去の活動を紹介し、これらのグループの活動をアピールしました。



農業グループでは、訪れた方にカモミールの花束や苗を配布したり、黒ニンニクの販売を行うとともに、活動状況を訴えました。



SLFの会員も多数訪れました。太田市長もブースを訪れ、SLFの説明に聞き入っておられました。

れている富澤研二さんにインタビュ―しました。インタビュアーは会員の
中村治美さんです。

中村：富澤さんは、誰とでもすぐに打ち解けますよね。

その秘訣を教えてください。

富澤：打ち解けるために3点意識しています。

- 1、話相手が主人公。
- 2、相手が何に興味があるかを察知する。
- 3、その相手が興味あることについて尋ねる。

この3つです。
ちなみに相手私が私に興味がない場合、自然にフェードアウトします。

中村：相手目線の3ヶ条ですね。
富澤：実は、セカンドライフファクトリー（SLF）の矢富先生のアドバイス「退職後は過去の地位を忘れて、相手目線で話した方がいいですよ」の影響です。

具体的には、小学生と話す場合は、彼らが会話の主人公です。
ですから、話の聞き手に徹します。
小学校の現場を私は知りませんから、私が生徒のようなものです。
とはいえ、私の意見も話したくないります。そのときは小学生を「対等な人」と意識します。

すると彼らが私よりも進んでいることがわかります。

例えば、小学校では「Chrome OS」を採用しグループを使いこなしています。

私が参加している農業クラブは保育園と連携していますので、先生とともに幼児の食育のお手伝いをしています。そこから学ぶことも多いです。

中村：確かにChrome OSはウイルスに強いですし、その他の機能も優れています。使いこなしたいツールですね。

富澤：過去の地位を忘れると、若者たちとの会話が弾みます。
私の過去なんて、今とは無関係ですよ。ですから各世代に「今の話を、教えてもらう姿勢」でいます。

これからの自分の一日一日を大切に生きていきたいんです。

中村：SLF会員の方は全員、アクティブですよ。

富澤さんが、SLFに参加された経緯をお聞きしたいのです。

富澤：再任用で仕事をしていました。妻の看病で仕事を辞めました。2年余の看病と介護の末、8年前に妻が亡くなり、心が空白になりました。
ちようどそのとき、SLFのシニア

アを対象に友達づくりの分科会である「わいわいサロン」が立ち上がりました。そこには「投資を学ぼう」「パソコン・スマホについての話」などの様々なコーナーがありました。

それを知った時、私は「アクティブシニアを目指す」と決めました。今は「メタバースを楽しもう」「食の循環社会を考える会」などが開催されています。

コロナ禍の今、Zoomでの開催により活発に継続しています。お陰で私も今はZoomを使っています。
SLFなしでは今の私の一人暮らしは語れないと思います。
SLFに参加して良かったと思っております。

中村：SLFがものすごく富澤さんの人生に関与したのですね。
女性からすると「相手目線の男性」が増えてほしいな」と思っています。

富澤：生前妻は、陰ながら私を支えてくれました。ですから、私の年代の女性に敬意を持っています。
女性の感性や価値観に「すごいな」と感じるものが多々あります。

これからは、女性が主役になると思います。

中村：富澤さんの体験の感想ですね。お話、ありがとうございます。