

KSN 熊本シニアネット

2021年 活動報告集



熊本城堂々の完成

熊本シニアネット愛唱歌

(元歌「火の国旅情」・作詞むつじょう)

一 ネットで結び 信頼を

画面で一人 君想う

オフ会に集う 熊本城

桜美しや

支えあう 支えあう シニアネット

二 定年シニアの 生きがいを

求める仲間が 支え合う

胸に波打つ 感動の

ネット仲間の

溢れくる 溢れくる やさしさを

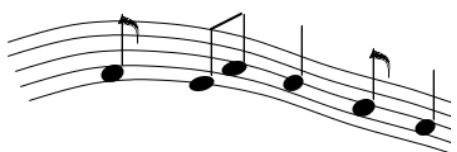
三 サロンで出会いし 喜びよ

君が生徒か 先生か

みんな気取らぬ 学び合い

今日も新たに

教え合う 教え合う シニアネット



目 次

あいさつ	2
第23回 熊本シニアネット定時総会プログラム	3
本部・支部・クラブの活動紹介グラビア	4
熊本シニアネット会則	11
熊本シニアネットの組織図	15
熊本県内に点在する熊本シニアネット	16
2020年度 熊本シニアネットの総括	17
2021年度 熊本シニアネットの展望	21
2020年度の主な活動報告と2021年度の活動計画	
本部活動報告：	
教育普及部	22
交流企画部	23
保健福祉部	24
ホームページ部	26
機器管理部	27
サーバー管理部	28
支部活動報告：	
天草支部	32
黒髪支部	33
龍田支部	34
俵山支部	35
水俣支部	36
嘉島支部	37
平成支部	38
西部支部	39
益城支部（活動休止中）	
玉名支部	40
八代支部	41
学園大支部	42
阿蘇南郷支部	43
花立支部	44
菊陽支部	45
6クラブ活動報告：	
囲碁クラブ・パークゴルフクラブ	47
デジカメクラブ・釣りクラブ	48
ゴルフクラブ・ハイキングクラブ	49
立田山散策クラブ・サークル同好会	50
県南豪雨支援関連	51
KSNと私（6名）	55
名刺広告（80件）	59
一般広告（16件）	67
2020年度予算決算及び監査報告と2021年度予算（案）	別紙

あいさつ

熊本シニアネット代表 徳留和憲

2020年5月11日に前任の長谷川博様より代表を引き継ぎました会員番号1101番の徳留です。その時もコロナ禍で集まることすらできなく、定時総会もメールにて文書添付での評議員の方々に評決を頂く形で済ませました。その後、5月24日の熊日新聞で「高齢者ズームで宴会」として大きく掲載して頂いたことが縁で、NHK総合のパイロット番組で“高齢者のIT普及”をテーマに「元湯あいであ館」に30分間の全国放送の一部にKSNのズーム活用の飲み会を取り上げてもらいました。おかげさまでその番組の視聴者の入会者も数名おられました。

「今年もコロナ禍は収束が見えない中、感染が全国的に広まり都市圏では第4波で過去最多が毎日のように更新している状態になっているようです。最近の熊本の状況では、4月17日の時点で21人上の新規感染者が発表され、これまでに熊本県内で感染が確認された人は延べ3621人となりました。変異株の割合率も高まりこれからまだまだ気を緩められない状況が続くようです。ワクチン接種も急がれているようですが、東京オリンピック、パラリンピックもどんな大会になることやら。それにしても近年災いが絶えないものです。

昨年7月の県南豪雨も大きな災害をもたらしました。地震災害との違いもありますが、九州では7月4日から7日は記録的な大雨となり熊本県、鹿児島県、福岡県、佐賀県、長崎県、に大雨特別警報を発表し、最大級の警戒をよびかけた。特に九州南部、時間降水量が観測史上1位の値を超えたそうです。この大雨により、球磨川での氾濫が相次いだほか、土砂災害、低地の浸水等により、人的被害や物的被害が多く発生した。

KSNでは保健福祉部を中心に会員からの物資の供給とカンパのお願いを呼び掛けて多大なる金品を頂戴いたしましたので芦北や八代の会員様へお届けいたしました。ありがとうございました。

今年で5年目を迎える3月20日に熊本地震の遅かりし「余震」として震度3もあった。あの日、史上初の2度の震度7を記録した熊本地震は4月14日、「前震」から5年となる。最大時に4万7800人いた仮設住宅などの入居者は400人余りと1%未満となったそうです。近年の災害としては、熊本地震、コロナ菌まん延、県南水害で疲弊しそうになる。日本と世界は果たしてコロナ禍という悪夢にピリオドを何時打てるだろうかと気にかかる。

KSN会員数状況も減少化しています。会を支える正会員を増やして頑張りましょう。

第23回 熊本シニアネット定時総会プログラム

開催日時：令和2年5月12日（水曜日）14：00開会 受付：13：00～13：50

会 場：熊本市中央公民館の7Fホール
熊本市若葉町5番1号 TEL 096-353-0151

・7階ホール最大50名 ・テレワーク（ZOOM）による参加（最大100名）

今回は新型コロナウイルス拡散防止のため総会のみ開催となります。

第一部 定時総会 14：00～15：00 司 会（ ）

- (1) 開会の辞…………… 14：00
- (2) 代表挨拶
- (3) 議長選出
- (4) 総会成立宣言
- (5) 総会書記指名

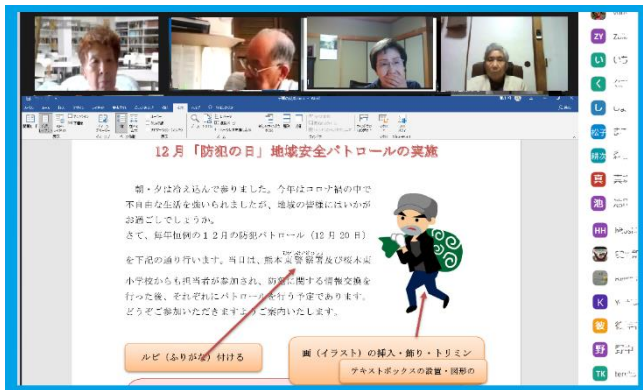
議 題

1. 2020年度活動報告
2. 2020年度収支報告
3. 2020年度会計監査報告
4. 会則の変更等について
5. 2021年度活動方針（案）
6. 2021年度予算（案）
7. 役員改選
8. 新役員及び支部長紹介
9. 閉 会…………… 15：00

本部活動紹介(1)

【活動の①学ぶ】担当:教育普及部

本部主催のパソコン教室。今年度はオンライン(ZOOM)による講習となりました。会員相互のスキルアップに貢献です。



本部講習(ワード編)

本部講習(エクセル編)



個別の課題を解決する
お助け塾

(コロナ禍以前の風景)

本部活動紹介(2)

【活動の②遊ぶ】担当:交流企画部

定期総会、懇親会、新人会員歓迎会、大観桜会等、年間さまざまな交流会を企画しています。(今年度はコロナ禍により新人歓迎交流会のみオンラインにより開催しました。54名参加)

新入会員歓迎会



【活動の③健康】担当:保健福祉部

「健康で楽しいシニア年代」を過ごすお助けをしています。



オンラインによる健康談義



県南豪雨支援活動

支部活動紹介(1)

地域に支部が点在します。皆さんの参加をお待ちしています。



花立支部

阿蘇南郷支部



黒髪支部



水俣支部

支部活動紹介(2)

歩いていける場所で、地域の人達と共に、いろいろ活動しています。



玉名支部



平成支部



俵山支部



八代支部(前年度の風景)



龍田支部

支部活動紹介(3)

各支部の活動は活発で、会員の喜びの場となっています。



西部支部 (前年度の風景)



嘉島支部



菊陽支部



学園大支部 (前年度の風景)

天草支部



クラブ活動紹介(1)

趣味で楽しもう!と 各クラブが次々に生まれています。

生甲斐創りに一役も二役も… 覗いてみませんか?

きっと気の合う仲間、趣味に出会えます。



ゴルフクラブ



デジカメクラブ



パークゴルフクラブ

クラブ活動紹介(2)



龍田山散策クラブ

立田山散策



釣りクラブ



囲碁クラブ



ハイキングクラブ



熊本シニアネット会則

(名称及び所在地)

第1. この会は、熊本シニアネット（Kumamoto Senior Net 略称 K S N）と称し、所在地を上益城郡嘉島町上島2198-1 クイーンズマンション103に置く。

(目的)

第2. この会は次の目的で創立した。

1. 高齢者の孤立をなくし、生き甲斐の創造を図るため、新たな文化的、人的交流の場を提供する。
2. 会員相互の研修により、情報技術に関する知識の向上を図る。
3. 地域の高齢者支援の行政機関等との協働を通して、会員の安全安心を確保する。
4. 世代間の交流による相互理解に努める。

(活動)

第3. この会は次の活動を行う。

1. ホームページとメーリングリストを通して、会員相互の情報交換、安心して暮らすネットワークを構築する。
2. パソコン講習会等実施し、また会員相互のパソコンに関する質問に対応する。
3. 会員がそれぞれの興味に応じて、コミュニケーションを図るクラブ活動を実施する。
4. 高齢者が安全、安心な生活を確保するための各種の施策を研究して推進する。
5. その他会の目的を達成するための活動を行う。

(会員)

第4. この会は会の目的に賛同し、事務局に申し出たものによって構成する。

1. 会員の種類と会費

- 1) 正会員は入会時に年会費を支払う。
- 2) 特別会員は年会費を免除する。特別会員はその都度、評議員会にて決定する。
- 3) メール会員は会費を無料とするが、活動範囲は原則としてメール活動に限定する。

2. 会員証の発行

正会員にのみ会員証を発行する。

3. 年会費およびパソコン教室等の参加費は、別途定める。

(役員および執行委員)

第5. この会に次の役員および執行委員を置く。

1. 代表 1名、副代表 2名、会計監査 2名、相談役 若干名
 2. 代表、副代表、会計監査及び相談役は、会員の中から会員の総意により選出する。
 3. 執行委員は、事務局長、事務局次長、会計、庶務、会員管理の各担当および各部長と副部長で構成する。
1. 役員及び執行委員の任期は1年とし、再任を妨げない。
 2. 年度途中で選出された役員及び執行委員の任期は、その年度末までとする。

(総会)

第6 この会は、年1回通常総会、必要なときに臨時総会を開催する。

1. 総会は正会員をもって構成する。
2. 総会は会員の過半数が出席したとき成立する。
なお、委任状をもって出席とみなす。
3. 総会の議事は、委任状を除く出席者の過半数で決定する。

(執行委員会)

第7 この会に執行委員を置き、会活動の執行を図る。

執行委員会の規約は別表に定める。

(評議員会)

第8 この会に評議員会をおき、活動の円滑化を図る。

評議員会の規約並びに構成は別に定める。

(財政)

第9 この会の財政は会費、活動収益および協賛者と会員のカンパにより賄う。

(年度)

第10 この会の**設立年月日は平成11年7月1日とし**、事業年度は、4月1日から翌年3月31日までとする。

(付則) この会則は平成11年11月6日から施行する。

平成13年7月29日改正

平成14年7月28日改正

平成15年7月27日改正

平成16年5月30日改正

平成17年5月19日改正

平成18年5月24日改正

平成20年5月26日改正

平成21年5月13日改正

平成22年5月10日改正

平成23年5月17日改正

平成25年5月 9日改正

この改正は令和2年5月11日に遡及して施行する。

熊本シニアネット評議員会規約

(構成)

第1 この会は次の正会員によって構成する。

1. 代表、副代表、会計監査及び相談役
2. 事務局長、事務局次長、会計、庶務、会員管理、の各担当
3. 各部長及び副部長
4. 各支部長及び副支部長
5. 各クラブ長及び副クラブ長

(会議)

第2 隔月に1回、及び必要に応じて代表が招集する。

(評議事項)

第3 この会は次の事項を評議する。

1. 総会に付議すべき事項
2. 各部、各支部、各クラブの活動に関する事項
3. その他必要な事項

(報告)

第4 この会の評議事項は、その内容を速やかに会員に知らせる。

(付則)この規約は平成17年5月19日から施行する。

平成18年5月24日 改正

平成20年5月26日 改正

平成25年5月 9日 改正

熊本シニアネット執行委員会規約

(構成)

第1 この会は次の正会員によって構成する。

1. 代表、副代表及び相談役
2. 事務局長、事務局次長、会計、庶務、会員管理、の各部担当
3. 各部長及び副部長

(会議)

第2 月1回の定例会議および必要に応じて臨時会議を開催する。

(協議事項)

第3 この会は次の事項を協議する。

1. 総会及び評議員会が議決した事項の執行に関すること

2. 企画立案及び業務の執行に関すること
3. その他必要なこと

(付則)この規約は平成17年5月19日から施行する。

平成18年5月24日 改正

平成25年5月 9日 改正

会計細則

1. 会費は毎年度3,000円とする。但し、同居の家族会員は1,000円とする。
2. 新規入会者の入会年度の年会費
年度内残月数（入会月を含む）に年会費の1/2分の1を乗じた額とする。
3. 教育普及部で実施する講習会の受講料は、正会員1回500円とする。
4. 実施する講習会の講師料は1講義(3時間以内)メイン講師2,500円、サブ講師1,000円とする。
5. 機器のメンテナンス料は1日2,500円とするがサブの場合1,000円とする。
6. 外部受託の事業は独立採算とし、剰余金が発生した場合は本部会計に納めるものとする。
7. その他特別の経費については、評議員会に諮るものとする。
8. この細則の改正は評議員会にて決定する。

(附則)この細則は平成17年5月19日から施行する。

平成23年5月17日改正

支部細則

1. 支部の創立及び廃止は、評議員会の承認を得る。
2. 支部の運営は自主運営、自主管理とする。
3. 支部独自の年会費徴収は認められない。
4. 支部長及び副支部長は評議員会のメンバーとして出席する。
5. 支部長は評議員会において支部の活動報告を行う。

(附則)この細則は平成17年7月27日から施行する。

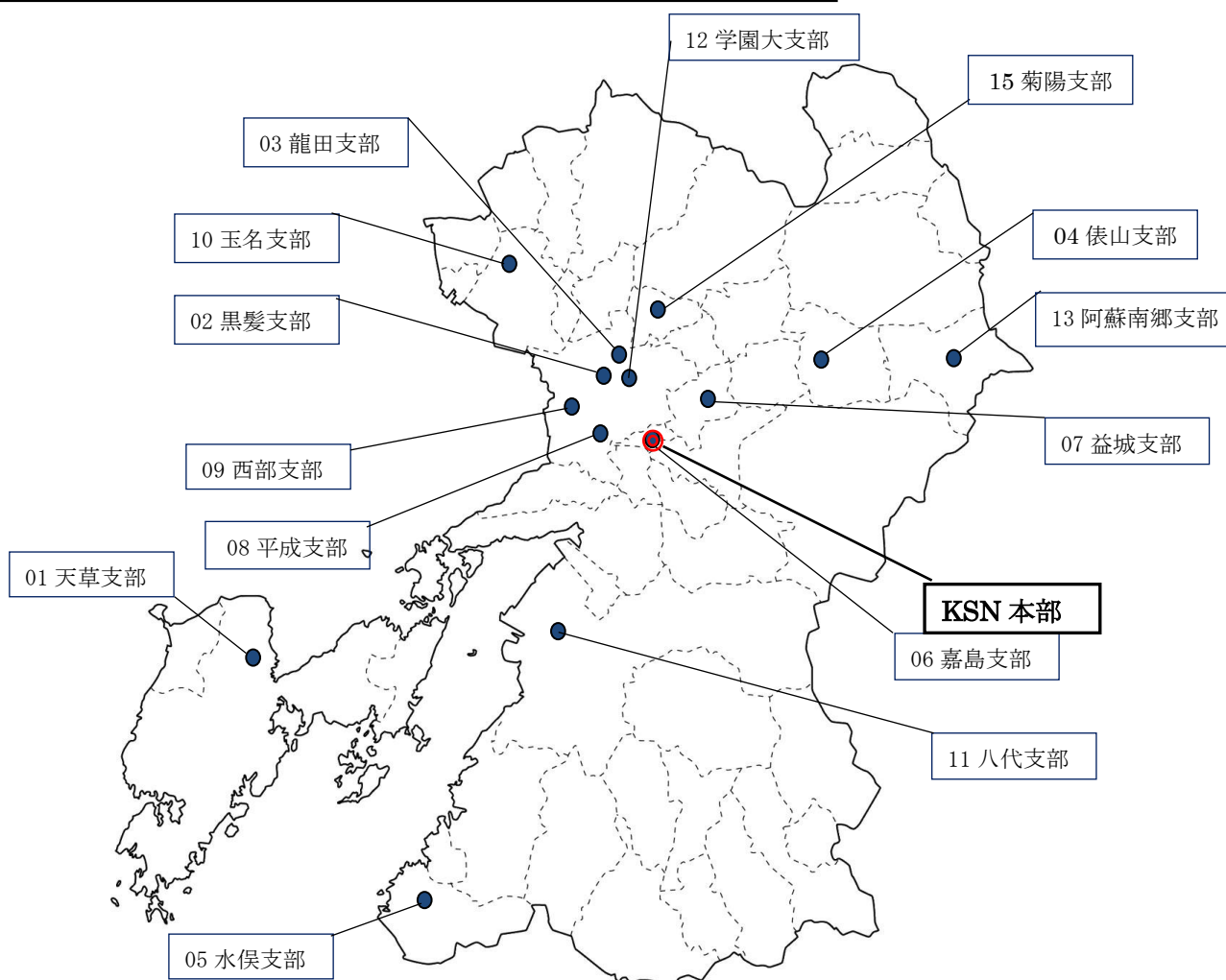
平成18年5月24日 改正

2021年度 熊本シニアネット組織図 (案)

役員	相談役		代表	副代表		会計監査
	坂崎 誠一 色見 高司 長谷川 博		徳留 和憲	大塚 司		田代みゆき 加藤 公彦
事務局長	事務局次長	会計	会員管理	書記・広報	活動報告集	シニアアドバイザー
吉田 和子	作田トキ子	益永 秀樹	實取 弘一 吉田 和子 園田 恵美子 上村 文子	田中千鶴子 園田 律子 眞田久美子	高木 正三 徳留 和憲 吉田 和子	加藤 公彦 廣井 均
本部	部長	副部長		担当		
教育普及部	廣井 均	大塚 司		情報生活アドバイザー		
交流企画部	作田トキ子	遠藤 比済子		大田 米男	石橋義雄	村田隆一 田島恒男 井上利男
保健福祉部	板井 八重子	長谷川 博		萩原 久美子	淵辺 利夫	福祉部メーリングメンバー
ホームページ部	筒井 英二			桑原 龍一		
機器管理部	加藤 公彦	尾形 邦彦		橋本 求名生		
サーバー管理部	森山 寛	長谷川 博		色見 高司		
吉田 和子						
支部	支部長	副支部長		会計	広報	HP担当
天草支部	金澤 裕敏	吉永 繁敏		赤城 隆一		
黒髪支部	實取 弘一	眞田久美子		監査：田島 恒男 加倉井まゆ子	森 久美子 林 優美 早瀬ひろみ	村上 順子 大場 百合子 宮本 朱實
龍田支部	野中 政輝	尾形 邦彦 相談役：西原繁夫		渡辺 勝也 (機器)橋本求名生	荒木 章子 米本 松子	中嶋 武雄
俵山支部	長谷川 博			長谷川 博		
水俣支部	宮本 良郎	山本 恵子		森 輝子	(岩本 敬子)	山内 誠二 (吉海 勝行) (岩本 敬子)
岡井 節子 山内よしみ (上村つや子)						
嘉島支部	安藤 實奈子	田中 一英		山田 久敬		
益城支部		田 平 忠		(古賀ツタエ)		
平成支部	古賀 豊	石橋 義雄 風間 壽子 相談役：中尾 剛		松浦 昭光		
園田 律子						
西部支部	赤澤 昇	大竹 涼子		福田 徹志 監査 井尻 小川		
福田 徹志						
玉名支部	野尻 邦生	岩瀬 清治		筒井 英二		
岩瀬 清治						
八代支部	浦口 耕也			(世話係)久保田 (小笹綾子)		
浦口 耕也						
学園大支部	徳留 和憲	山口 伸				
徳留 和憲						
阿蘇南郷支部	稲益 親義	本田 梅香		色見 信代		
稲益 親義						
花立支部	高木 正三	色見 高司, 山口 博子, 城本 恵子		廣田 邦子 安田 由美		
山口 博子 城本 恵子						
菊陽支部	田中 成美	遠藤 比済子, 前田 充彦		遠藤 比済子 田中 一好		
井上 利男						
桑原 龍一						
クラブ	部長	副部長		会計	広報	HP担当
囲碁クラブ	中村 寛	中尾 剛		永井 直敏		
中尾 剛						
デジカメクラブ	井上 昭子	緒方 哲朗		講師：内田・緒方		
井上 昭子						
釣りクラブ	松村 勝博	古賀 豊、		前田 充彦		
松村 勝博						
ハイキング	野中 政輝	西尾 信一		大嶋 和子		
大嶋 和子 吉永 キヨ子						
立田山散策クラブ	三島 俊英					
三島 俊英						
ゴルフクラブ	前田 充彦	坂本 禮子		大田 米男		
前田 充彦						
パークゴルフ	澤田日出夫	眞田 久美子		植田 早苗 宮本 朱實		
眞田 久美子						
眞田 久美子						
澤田 日出夫						
林田 多恵子						

熊本県内に点在する熊本シニアネット

(2021年4月1日現在)



KSN本部	熊本県上益城郡嘉島町上島 2198-1 (103) 096-285-7230
01 天草支部	老人福祉C、中央公民館、NTT本渡、有明、栖本、倉岳、五和町の各サロン
02 黒髪支部	熊本市中央区黒髪2丁目 済々黷前の「多士会館」内
03 龍田支部	熊本市北区龍田弓削864-1 特別養護老人ホーム「さわらび」内
04 俵山支部	熊本県阿蘇郡西原村小森1755 「ギャラリーあする」内
05 水俣支部	水俣市浜町2-10-26 「水俣市公民館」内
06 嘉島支部	上益城郡嘉島町上仲間151-1 特別養護老人ホーム「悠優かしま」ふれあい交流室
07 益城支部	上益城郡益城町木山236 益城町情報交流館（ミナテラス）、田平忠様宅
08 平成支部	熊本市南区御幸木部1丁目 医療法人「桜十字病院」さくら館内、 熊本市南区御幸笛田6丁目 御幸病院東館みゆきの里すこやかホール
09 西部支部	熊本市西区城山大塘4丁目1-15 社会福祉法人 三和荘内「まほろば館」
10 玉名支部	玉名市岩崎173-1 「玉名勤労青年ホーム」・2階会議室
11 八代支部	八代市平山新町2627 高専八代キャンパス、コミュニティーセンター
12 学園大支部	熊本市中央区大江2丁目 熊本学園大学 14号館3階C (143C教室)
13 阿蘇南郷支部	阿蘇郡高森町色見1135 色見総合センター内
14 花立支部	熊本市
14 菊陽支部	熊本県菊池郡菊陽町久保田2598 菊陽町中央公民館

2020年度 熊本シニアネットの総括

20年度の最大の出来事は「新型コロナの拡大」と「県南豪雨」がありました。

熊本地震から4年経ち、やっと復興したと思ったら7月には県南豪雨が襲い、人吉市内、八代市坂本地区、芦北田浦地域などは大変な被害でした。KSN 本部で緊急支援体制を立ち上げ、被災会員の支援を急ぎました。会員さんから沢山の支援金と支援物資が寄せられ、特に電化製品、中でも扇風機など多数を集め被災地へ送ることが出来ました。

会員の皆様のつながりと支援に感謝します。(報告は別項に)

1) コロナの影響で ZOOM を利用した工夫と活動が前進しました。

KSN では新型コロナの影響で対面交流が出来なくなり、大打撃を受けました。

「教育普及部関係」の本部講習で、少人数が本部で受講、あとは ZOOM でのオンライン学習会を数多く開催しました。昼夜開催の試みもありました。お助け塾は警戒レベルが上がって中断を余儀なくされたこともありました。

ZOOM 教育で特筆すべきは、サップさんの自主講座で助けられた会員が多数いました。この学習会で ZOOM 操作に慣れ会全体に行き渡ることが出来ました。

2) 「交流関係」では直接対面は避けた「オンライン飲み会」が盛況でした。

多くの参加で大きな飲み会を2回企画し、熊日新聞に掲載されました。それがきっかけとなって NHK の全国放送に、それを見た他県からも入会へとつながりました。又、新入会員歓迎交流会もオンラインでやりました。

3) 「保健福祉部」ではコロナ学習を中心にオンライン学習会で開催。

7月にアメリカワシントン D.C. の現地からの現況報告を企画。秋からは健康談議を6回実施しました。ホームページ部門は要求に沿ったページ作りに頑張りました。

4) 「各支部(サロン)」では開催出来ず閉じたままや、特養などが出入り不可能になって中断し他の施設を利用して活動を再開したり、ZOOM を併用した開催の努力をされたところもありました。「クラブ活動」は中断の部門もありましたが、中にはハイキングなど蜜を避けての直接集合などの工夫をされていました。立田山散策クラブや、(サークル関係では)ポールウォークやなどは外気を浴びて健康増進に励みました。このような状況下で支部、クラブ、サークルの責任者の開催調整の苦労は大変だったかと思います。

5) 前年に続きパソコンからタブレットやスマホへの移行が進み、ICT を上手に活用しお互いの持っている知恵を教え合う KSN の仲間の良い面が目立ちました。

このように20年度は様々な行事がオンラインとなりましたが、利点としては遠隔地の会員が KSN 行事に気軽に参加出来るようになったことでしょう。

2. 令和2年度末の会員の状況（2021年3月31日現在）

(1) 会員の種別状況 1,818名

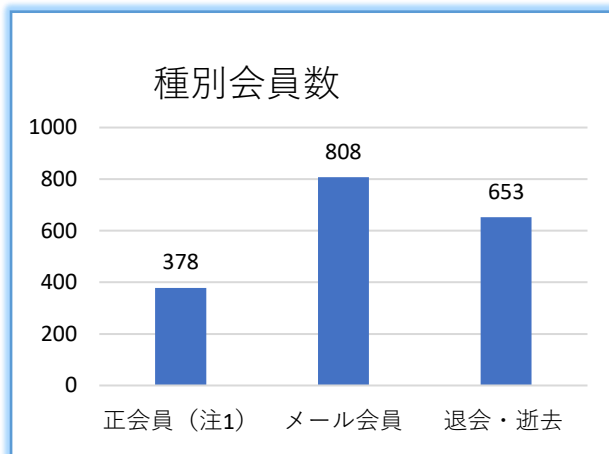
正会員（注1）	378名
メール会員	808名
退会及び逝去者※	653名
計（注2）	1,839名

【※欠番21を退会に含む】

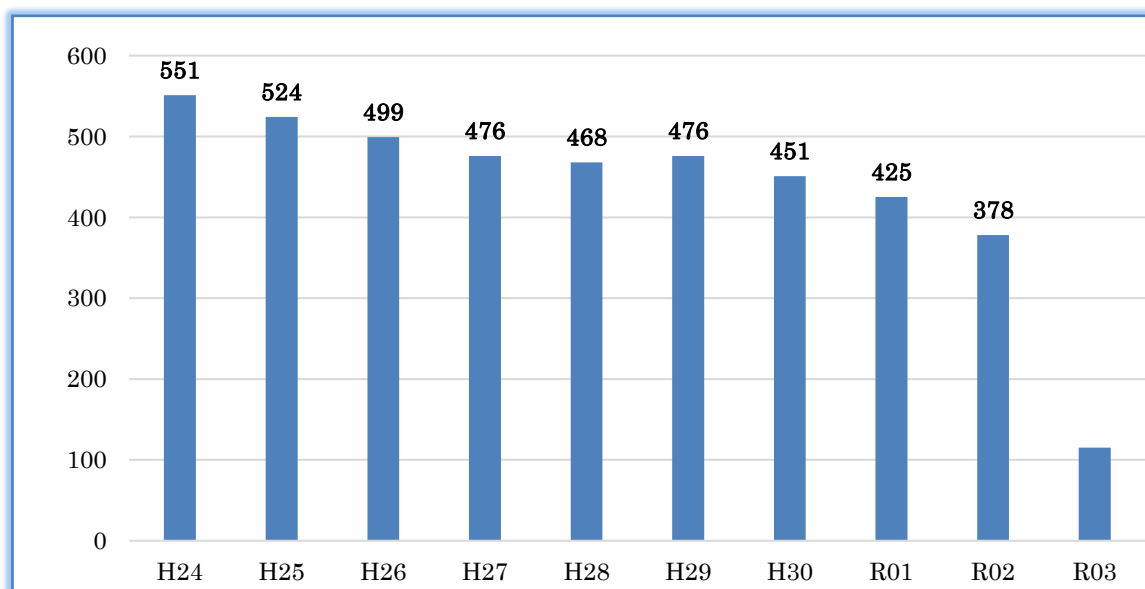
（注1）正会員数は、当該年度（令和2年4月から3年3月）に会費納入した人数です。

（注2）令和3年3月末日の最終会員番号は1839番、退会及び逝去者は、653名（含欠番21）となりました。

令和2年度末（2021年3月31日）の在籍会員は、1,186名です。



(2) 年度別正会員の推移（単位:人数）



※ 正会員数のピークは、平成23年度の562名でした。

(3) 令和2年度新規入会者の状況

今年度の新規入会者は20名と更に低調で、その内訳は、男性10名(50%)、女性10名(50%)でした。

正会員は16名(80%)、メール会員4名(20%)で居住地は、北海道・新潟・福岡と多岐に及びました。

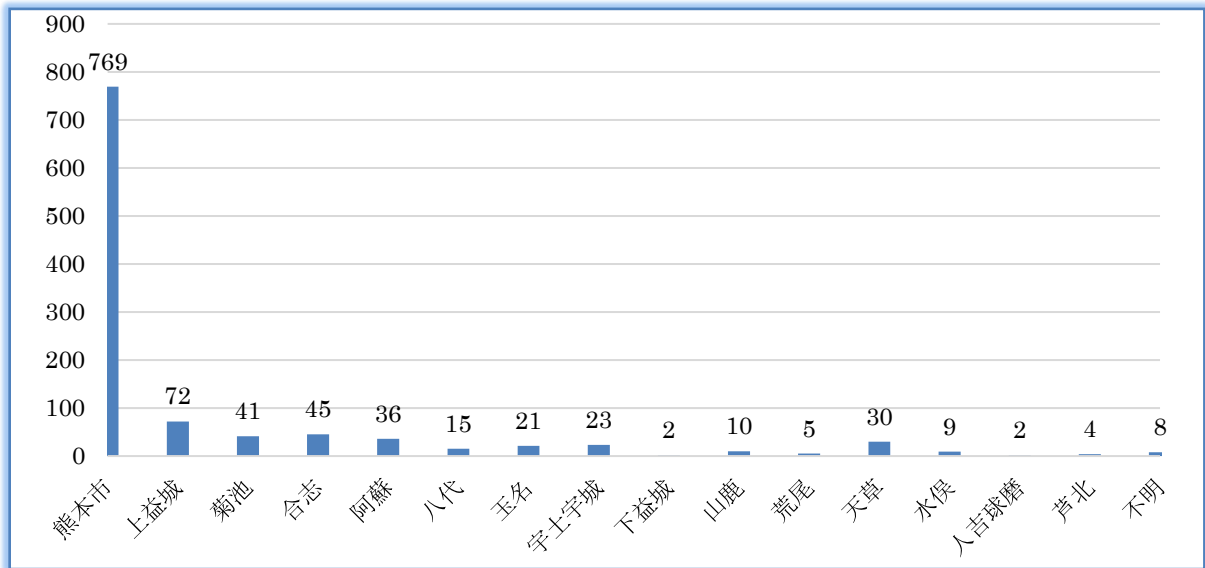
◇男女別入会者数

	令和2	令和元
男性	10名	13名
女性	10名	15名
合計	20名	28名

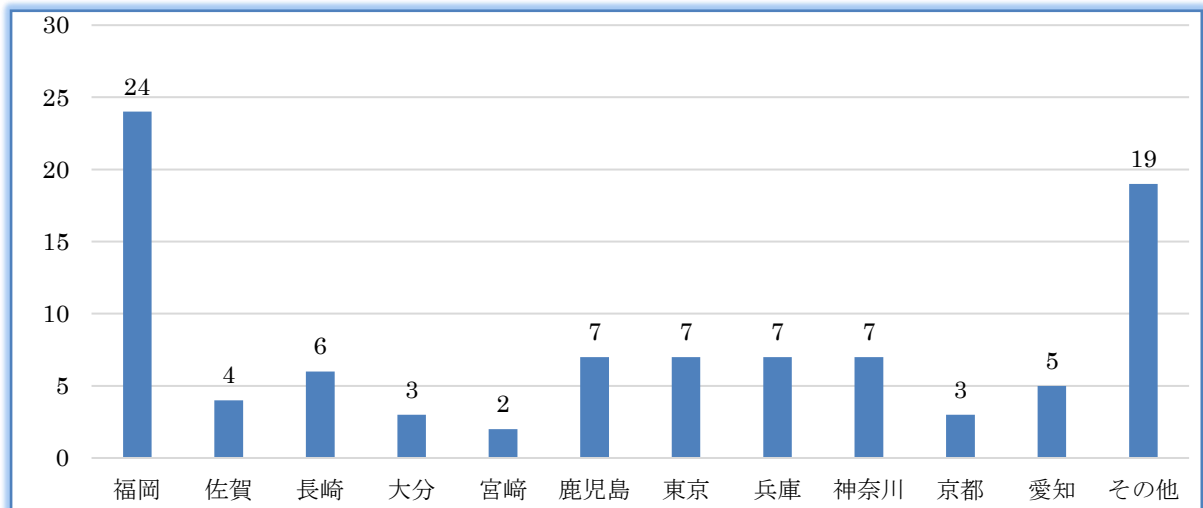
◇居住地区別

	熊本市	阿蘇	菊池郡	玉名	上益城	山鹿市	合志市	県外	合計
令和2	11	-	1	-	-	-	4	4	20
令和1	23	1	1	1	1	1	-	-	28

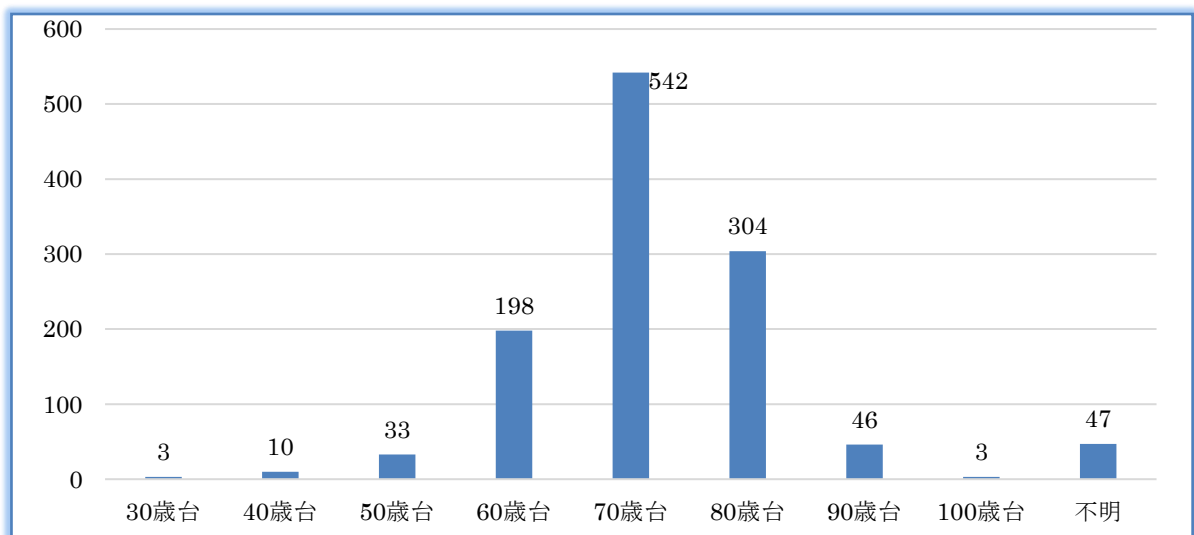
(4) 令和2年度末の会員居住地区別会員数 (熊本県内 1,092名)



(5) 令和2年度末の県外居住地区別会員の内訳 94名



(6) 会員の年齢別分布 (1,186名) (※47名は未申告)



3. その他のメーリングの運営状況

KSNの運営を支えるKSNメインメーリングは、熊本学園大学のご厚意により創立以来20年以上継続してMLサーバーを利用させて頂いています。

このメインメールの他、下記11件のメーリングがあります。その中の、2～11は有料のメーリングで、12の保健福祉医療部MLについては個人MLを利用しています。

参加MLは行事ごとに立ち上げて参加者等の把握をしています。

災害支援MLは豪雨災害を受けての急遽立上げで被災者の支援に努めました。

シニアネット運営の要となっているのは運営委員会Job-MLの80名配信です。ITリーダー講習を受講してアドバイザーとなった人々が参加するPCアドバイザーのMLは96名配信の大人数で教育普及部と連動しています。

メーリング配信状況

メーリングの名称	配信者数	メールアドレス
1. KSN メインメール	797 配信	ksn@fml.kumagaku.ac.jp
2. KSN のんびりメール	112 配信	nonbiri@ml.ksn.sub.jp
3. 執行委員メール	32 配信	shikkou@ml.ksn
4. 評議委員メール (Job)	71 配信	job@ml.ksn.sub.jp
5. アドバイザーメール (PC)	96 配信	pc@ml.ksn.sub.jp
6. 参加メール (催事)	15 配信	sanka@ml.ksn.sub.jp
7. 事務局メール (HPから問合せ)	10 配信	jimukyoku@ml.ksn.sub.jp
8. 活動報告集メール	8 配信	katu-hou@ml.ksn.sub.jp
9. 2020 災害支援メール	9 配信	2020-sien@ml.ksn.sub.jp
10. 会計連絡用メール	7 配信	ksnkaikei@ml.ksn.sub.jp
11. BHN 熊本支部メール	14 配信	bhn_kumamoto@ml.ksn.sub.jp
12. 福祉部 ML	32 配信	azul_fukusi@ml-a.sub.jp

7. サロン以外の活動組織

KSNの仲間が熊本県下でパソコン等の指導を中心に交流の場を開いています。

名称	場所等	回数	担当者
1. 山都町シニアネット交流会	山都町中央公民館	月2回	大塚司, 坂本陽子(吉永ゆう子, 山本峰夫)
2. 東部公民館パソコン入門	東部公民館	月2回	加藤公彦, 徳留和憲, 吉田和子他
3. ホームページを楽しむ会	本部・西部支部	月1回	中川和子他
4. 御船町パソコン何でも相談室	御船町カルチャーセンター	月2回	廣井 均, (吉永ゆう子), (本田三十六) 他
5. 三角パソコン教室	三角町	月6回	中村悦子
6. 合志パソコン交流会	人権ふれあいセンター	月4回	井本幸夫
7. 北部公民館パソコン教室	北部公民館東分館	随時	色見高司, 尾形邦彦, 井畠都他
8. スマホタブレット同好会	KSN本部他	月1回	スマホタブレットアドバイザー

2021年度 熊本シニアネットの展望

2020年度は7月の熊本県南豪雨水害で人吉芦北球磨方面は大打撃を受けました。又、東京五輪・パラリンピックを控える中、「新型コロナウイルス」がいまだに世界中で猛威を振るっています。何時、終息を迎えられるか混沌とした状態です。引き続き「不要不急」の外出や「3密」を避け自粛生活をして頂くこととなります。

一方、熊本地震から5年目を迎え、復興も順調に進んでいますが、仮設住宅やみなし仮設から新築された自宅や復興住宅へ移住された方もありました。しかし未だに不自由な生活をされている方も多くあります。また災害支援目的のNPO法人BHNへ参加された13名の会員によって4年後の今もICT支援が継続していることは住民を力づけています。この試練を経験してKSNでは次の災害に備える学習や準備を進めないといけません。またKSN本来の目標である「孤独な高齢者をなくす」という第一の理念を地域でのICT普及や支部の活動、クラブ活動でも基軸として進めていきたいものです。

2021年度も熊本シニアネットらしい活動をやっていきましょう。

- (1) KSNの会員の高齢化に伴い要求が変化しています。周囲の情勢や家族より車の免許の返納を迫られ、行動範囲が狭まる方が最近増えています。交通手段の確保が大切になってきました。熊本市内ではさくらカードという便利な制度があります。熊本シニアネットではこのカードの動向に気を配っていきましょう。なるべく交流会や全体学習の機会は公共交通機関がある場所で企画しましょう。
- (2) パソコンからタブレットやスマホへの移行が進んでいます。本部講習や支部の勉強会でも頻繁にタブレット・スマホの講習の機会を持ちましょう。危険なアプリや危険な場面（詐欺）サイトなどの学習も含めましょう。すぐにやってくる2020年の課題はWindows7のフォローが絶たれ、混乱が生じることで、Windows10へのバージョンアップや新機購入の相談が相次ぐかもしれません。的確な情報で、混乱なく移行できるようサポート体制を強めます。
- (3) 独居の方にとって、コミュニケーション相手が重要です。交流会やサロン、クラブ、同好会などで誘い出して話し相手になりましょう。歩いていける場所にサロンを作ろうという構想ですすんできましたが、サロン運営の大変さもあってなかなか実現出来ていません。近隣会員を大切に交流を行ってSOSが出せる関係構築や意欲低下を起こさないように会員同士の絆を深めましょう。
- (4) 多様な生き方・人生を尊重しよう。
生き方も人それぞれ、他人のためにと仕事に生きがいを感じる人生もあります。その中に就労という手段もあります。熊本県・東大主体の熊本版GBERと協働して高齢者の暮らし方の支援・GBERアプリの操作支援を視野に入れて協力していきます。
- (5) 人生を豊かに楽しいものへ
住み慣れた場所で自分らしい生き方を最期まで続けたいものです。日常生活を続けるための方法、人生の後始末をして穏やかに逝く方法なども学んでいきましょう。
- (5) パソコンやメールが出来なくなった方向けの紙媒体の「KSNだより」を、毎月発行を継続します。サロンなどで打ち出して渡して頂くとパソコンなしでもKSN全体の活動を知ることが出来ます。どうぞずっとKSNの仲間であってください。

2021年度の主な活動報告と2022年度の活動計画

【教育普及部】

シニア世代が社会と緊密な関係を作り、豊富な情報を絶えず得て自己啓発や趣味などを通じ健康で快適な生活を維持するため、教育普及部の活動を実施しております。

パソコンを使用し文書や会計書を作成したり、電子メールの交信やホームページなどで多くの仲間と情報交換したり、インターネットから情報を得てショッピングや旅行に役立ったり、あるいは様々なイベントに参加し楽しく生活する方法を、共に学び共に教え合っています。

また、スマホ・タブレットも、パソコンに準じた利用が出来ることから、その利用普及にも取り組んでおります。

なお、新型コロナ・ウィルスの感染予防のため、2020年3月から5月まで教育普及部の活動をすべて休止しました。6月からアドバイザー会議を再開。7月からZoomによるオンライン利用を開始。8月から本部講習を再開、9月からお助け塾を再開。

2021年度もZoomの利用を続け、いずれ新型コロナ・ウィルスの脅威が無くなってからも対面活動と併用し、遠隔地とオンラインで活動を共有したいと考えております。

<2020年度活動報告>

1. アドバイザー会議

毎月第二月曜日、本部事務所で開催し、Zoomによる出席者と共に活動内容を協議決定しました。

前年度3月から2020年度5月までは、新型コロナ・ウィルス対策のため休止。

2. 本部講習

7月まで休止。8月から10回開催し、受講者は延233名でした。

Zoom利用により1回あたりの受講者が約2倍に増えました。

3. お助け塾

9月初旬から1月初旬まで原則として毎月3回（10日、20日、30日）開催し、合計12回開催しました。前年度に比べ19回減少。

4. グループ勉強会

アドバイザーが次の4グループに分かれ、勉強会を毎月1回の目標で開催しました。

ウィンドウズ・メール・・・・・・・・Windows 10 およびメールの使い方

スマホ・タブレット・・・・・・・・スマホとタブレットの使い方

オフィス・・・・・・・・ワード、エクセル、パワーポイントの使い方

ブログ・ホームページ・・・・・・・・ブログとホームページの作り方

5. アドバイザー養成講習

パソコンのアドバイザー認定更新講習はコロナにより自主学習に変更。30名が更新。
スマホ・タブレットのアドバイザーおよびマスター養成講習はグループ勉強会として実施しました。

<2021年度活動計画>

1. アドバイザー会議

毎月第二月曜日に開催します。

出席率の向上が課題。

2. 本部講習

毎月1回以上の開催を計画します。

3. お助け塾

毎月3回（10日、20日、30日）開催します。

4. グループ勉強会

4グループに分かれ勉強会を毎月1回の目標で開催します。

5. アドバイザー養成講習

パソコンのアドバイザー養成講習と認定更新講習の実施を検討します。

スマホ・タブレットのアドバイザー養成講習を兼ね受講者を募集します。

6. その他の活動

熊本市東部公民館開催の講習を含め外部依頼講習にも取り組みます。

す。

【交流企画部】

第22回の総会もなく、懇親会もありませんでした。



令和2年10月20日 新入会員歓迎交流会

<2020年度活動報告>

令和2年10月20日20時より 新入会員歓迎交流会

今年はコロナ禍でZOOMにて、「KSN 新人歓迎交流会」を行いました。

チャコちゃんの名司会でスタートしまして、交流部長の挨拶に始まり、昨年の祝舞(みなちゃん、オリーブさん、ときまま)ビデオで披露、各自の飲み物で乾杯。

新人さんの自己紹介、笑いヨガ、オカリナ演奏等…

ZOOMも慣れない中、お陰様で52名の参加を頂きました。ありがとうございました～

KSN大観桜会 コロナ禍がまだまだ収束しませんので、残念ながら中止となりました。

【保健福祉部】

<活動の概要> 2020年度は新型コロナの影響で直接の交流ができなかったことが一番の困難だった。反面、ZOOMソフトを使い遠隔での飲み会や談義が増加して、普段より会話が多くなった。前年度(2019年)までは福祉部夏の交流会、忘年会と2回の直接交流に加え、秋には俵山文化祭も俵山サロンとの共催で実施したのだが、20年度はそれらの実施が不可能になった。それで、福祉部だからできることとして新型コロナの学習会を中心課題に据えることにした。さらに外出できない高齢者を一人ぼっちにしないための交流方法を遠隔利用で模索した。その結果、KSN全体を対象の遠隔飲み会を2回、談義の中も含めてコロナ関係学習会を4回実施(手始めの7月5日はアメリカのコロナ事情を現地から報告して貰った)、なお前半の7～9月は洪水被災者支援で手薄になり、10月に福祉部全体会議(オンライン)を持って後半の方針を決め、健康談議を6回行った。オンラインなので遠隔の人ともつながり、時間を共有し、これまでにない回数の勉強会や談義ができた。新型コロナで直接会えないことを逆手に取った活動実績になった。談義参加は延べ105名の方に参加してもらうことができた。

<2020年度 福祉部主催での取り組みを振り返って>

- ① 5月20日 第一回オンライン飲み会・ZOOM交流(サップさん支援)参加
・熊日新聞で掲載 (後にNHK全国放送②が本番につながった。)



<はじめに>
7月5日、熊本県青森町の翌日に開催した「コロナ禍アメリカ ワシントンD.C.からの報告」報告者 市原京子さん(翻訳家)のお話を聞いて、日本の新型コロナへの対応の違いを学びました。そのときに出された質問に答えること、最新のワシントンD.C.の変化を補修継続して頂きました。

<講演内容>
政府からこの半年のまとめが聞いたので丁度いいタイミングだったようです。まず簡単に現状を報告し、前回の質問があったところだけ調べたので、ワシントンD.C.の現状を、特にアメリカでは州によって全く対応が違うので、私の住むワシントンD.C.のことだけに言及することしか出来ないのですがそれでお答えしたい。

現在も感染者は増えていて、一日で言えば100人ぐらいです。累計では6万人の感染者がいて、亡くなった方が累計600人くらいです。あの(講演の)あとワシントンD.C.でも天候が悪くて、何カ所か洪水の被害があって、熊本と同じでコロナ禍での避難というのがありました。水害に遭った方もいらっしゃいますが、こちらの水害では人的被害は出ていません。ただこの夏は非常に暑



<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/May24kumanichi2020.pdf>

- ②6月13日 第二回オンライン飲み会実施 (KSN 全体の協力・サップさん支援)
<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/memoofksn/NHK20200626.mp4>
- ③7月5日 第1回新型コロナ学習会「ワシントンD.C.からの報告」市原さん●
- ④ 9月11日発信「健康談議をZoomでやってみよう」と提案
- ⑤10月1日：福祉部全体会議 (Zoom) 参加10名欠席届2名で、健康談議開催を決定。
- ⑥10月15日；第一回健康談議「あなたの身におきたコロナ禍で変わったこと」●
 ・ワシントンD.C.からの補講 (市原さん) +各人体験交流 18名参加
- ⑦11月14日：第二回健康談議「私の健康法紹介」14名参加
- ⑧12月12日：第三回健康談議「冬の乗り越えかた」各人の対策紹介 13名参加
- ⑨1月16日：第四回健康談議「コロナ診療 医療者の体験から」板井部長 22名参加●



- ⑩2月20日：第五回健康談議「健康に関する呼吸と笑いについて」元田さん 15名参加
- ⑪3月13日：第六回健康談議「コロナ禍 どんな気持ちですか」赤星さん 23名参加
<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/memoofksn/dangi6kokoro.mp4>
 ↑クリックされてご覧下さい (動画のみ)

- いくつかの報告 (pdf 文書や動画) は各種行事記録にあります。
 (会員のみアクセス可能ユーザー=ksn パスワード=103)
 を参照ください。↓
<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/memoofksn/index.html>

COVID-19 緊急談義 (第4回健康談議)
診療 Dr の体験談 2021年1月16日 19:30 ~ の記録



コロナ退散を願う第四回健康談議参加の皆さん

くすのきクリニック院長 板井八重子 (KSN 保健福祉部長)

<2021 年度の方針>

早期に新型コロナ騒動が収まって直接交流ができることを信じ 2021 年度は 20 年度の経験を積み重ねていきたい。オンライン交流を主体に健康談議の継続。新型コロナの最新事情の KSN 全体への情報提供、全体学習会の機会も作りながら、この新型コロナ感染収束後の対面での部員交流会や、俵山文化祭、歌う会などが復活できることを期待して、いましばらく辛抱し、今後も KSN と一体になって保健福祉部の活動をすすめていきます。

<福祉部役員体制>

現行のまま 板井部長 副部長（淵辺、萩原、長谷川） 連絡係 長谷川
（年度途中での変更もありえます）

【ホームページ部】

ホームページ部の活動は、K S N のホームページ全体の管理と、更新を行っています。

<2020 年度の活動>

当初予定していたホームページ部の部として運営の再構築を継続し、部として機能するような運用の見直しを引きつづき図ることができませんでした。

できなかった事：（2020 年度に予定して活動）

1. 本部情報の刷新
2. K S N 会員のブログ、ホームページリンクなど会員紹介ページの再募集
3. ホームページを部として再建する。

実施したこと：

- ・年度更新に伴う内容の更新
- ・不具合対応（一部未完）

課題：

2015 年から行った KSN ホームページの全面リニューアルから、5 年経過しました。随時メンテナンス行っていますが、サーバプログラム等の進化で古いプログラムとの相性が悪くてエラーを起こす等の不具合も発生することがあります。小手先の対処では不具合が解消できないこともあり、一部対応をお待たせしている部分があります。

<2021 年度の活動計画>

1. ホームページサーバ環境の整備

サーバで使用している古いプログラムをメンテナンスして、現状のサーバ環境に適合させ、ホームページの不具合を根本的に改善する。

2. 新サーバへの移行

追加費用無しに、より高性能なサーバに移行できますので、エラー対策を完了後にサーバ移設をする。サーバ移行時に 24 時間程度、ホームページの更新を制限しますのでご協力をお願いします。

3. 本部情報の刷新

古くなった本部情報を刷新して、内容を 1 から見直します。

4. KSN会員のブログ、ホームページリンクなど会員紹介ページの再募集

会員リンクを新たに募集して、リンクページを刷新します。

また、ホームページを介した会員交流の方法について試したい。

部としての再構築は、次年度以降に持ち越しとします。

【機器管理部】

機器管理部の活動は、パソコンの管理、パソコンメンテナンス方法の講習などを行っており IT 関連の技術向上のため、メンバーで日々努力を行っております。

2020年度活動報告は 新型コロナウイルス関係で、今年度の活動が出来なかったパソコンメンテナンス、方法の講習などの他、スキルアップの勉強会等々蜜に面会が出来ない為に余り行れなかった

1. KSN会員向け相談窓口について (主旨) パソコンの思いもよらないトラブルが発生し、お困りの方を支援するために機器管理部では (対象者) KSN正会員を対象に (専門店による技術サポート) KSN熊本シニアネットは 2015年から「パソコン工房熊本店」のご協力のもとに下記のような特典付きのサービスを実施しています。パソコンの調子がよくない又はパソコンについて何か心配な方は、下記のパソコン専門店にご相談ください。

「パソコン工房熊本店」

内容：会員証持参されたら特典あります、なおパソコン工房へ来店できない方は宅急便での修理対応が可能です。詳しくはパソコン工房にお問い合わせください。

営業時間：11時～19時30分

2. 機器管理部相談実績 ・Windows10 のバージョンアップの件で対応を行った。

特に Windows 7 の 2020 年 1 月 14 日、マイクロソフトサポート終了に伴い

Windows 10 にグレードアップ希望者などやパソコンの買換え相談が多かった。

それに、Windows 10 のグレート UP 今は、バージョン 202H が最新データで 1 年に 2 回のバージョン更新があり会員の相談が多かった

3. パソコン等の管理本部・支部のパソコン等の台数を備品管理台帳にて、照合を行った。

4. 機器管理部相談 (1) 新技術への対応 (2) パソコンの動作が遅い、SSD に変更

(3)その他 Windows10 のバージョンアップ (Ver1709,1803,1809,1909,2004) 20H2) 等 実施必要に応じ行った。

5. お助け塾への必要に応じての対応を行った。
6. 熊本地震後の各地の仮設住宅・復興住宅支援への対応、県内各地の仮設住宅や復興住宅の団地、集会所などに設置したパソコン、プリンター、Wi-Fi 機器の巡回点検の実施作業を行った。
7. 2020年度末の設備管理状況

パソコン (ノート) 1台 プリンター 1台 プロジェクター 3台
スクリーン 2台 無線 LAN 親機 1台

2021年度 活動目標

1. 昨年同様、充実を図ります
2. 本部講習へのZoom講習対応必要に応じ行います
3. お助け塾への対応、必要に応じ行います
4. 各地の水害仮設住宅・復興住宅集会所への対応等、引き続き実施いたします
5. 機器管理部員の勉強会の実施、引き続き部員のスキルアップのための勉強会を実施します。

【サーバー管理部】

2020年度サーバー部門総括

<サーバー管理部体制について> *ML=メーリングリストのことです

- ・メイン ML (熊本学園大学のご協力による ML サーバーに利用)
部長 森山 寛 部員 長谷川 博
- ・のんびり ML (Lolipop(有料)を利用)
部員 色見 高司 部員 吉田 和子

□登録数 メイン ML : 797 件 のんびり ML (112 件)

- ・一般的に KSN 加入時はメイン ML で登録されます。
- ・メール初心者やメール数が多過ぎると思われる場合は、事務局への申し出により **のんびり ML** へ登録変更しています。サロンやクラブの広報関係では「円滑に情報発信」するためにその両方に重複登録されています。

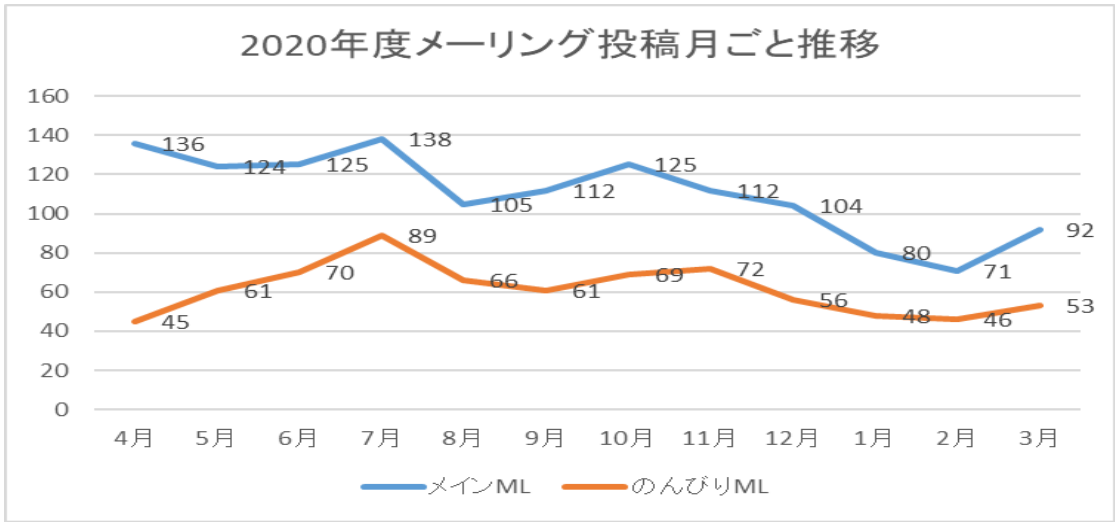
メイン ML	合計
配信中*1	710
停止中	87
合計登録	797

のんびり ML	合計
配信中	105
停止中	7
合計登録	112

*1: サーバー管理でのモニター用なども含んだ数。本人申し出のないままの無効アドレスは除外しています。

*2: メイン ML は入会時に登録される基本メーリングです。のんびり ML はメーリング参加初心者で、メールの送受信に自信が無くメールが多すぎて困るという方向けのお知らせ中心のメーリングです。(可能であればメイン ML 参加を推奨します)

<2020年度メーリング投稿数の推移について>

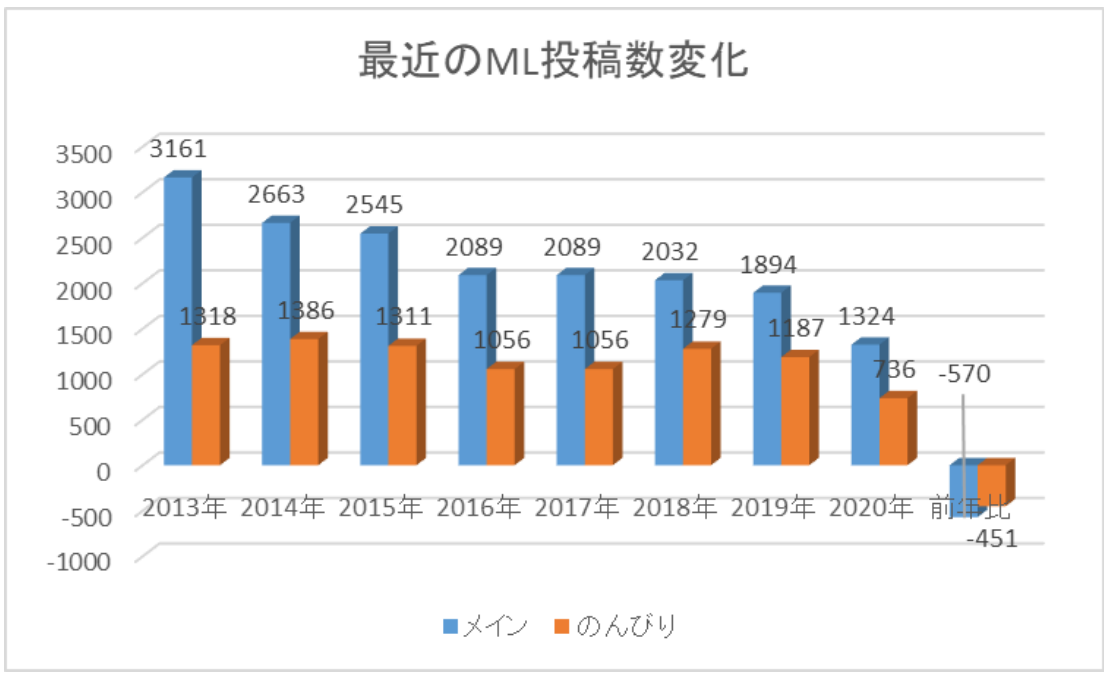


メーリング投稿数はKSNの活動のバロメーター（指標）としてみてきましたが、2020年度の年間投稿数は前年に比較してメインMLが570件減、のんびりMLが451件の減で推移しました。これには新型コロナによる影響を含め、会員のパソコン離れなど様々な影響もあるのでしょうか。

・2020年度投稿の特徴：

メインメールで投稿数が最多を記録したのは、7月の138件、次いで4月の136件でした。例年は5月は総会、そして11月は新入会員歓迎会などKSNの大きな行事のある月に重なって増加するのですが、20年度はコロナウィルスで対面行事がないために例年と異なる推移になりました。投稿が少ないのは2月で71件でした。これは昨年同月ののんびりML（19年は84件）の投稿数より少ない結果で、思わぬ低調な活動になってしまった様子です。2020年度のメインML投稿数は1日平均3.6通でした。昔はメールが多すぎるという苦情があったのですが、今昔を感じます。

<この数年の比較について>



年度	2013年	2014年	2015年	2016年	2017年	2018年	2019年	2020年	前年比
メイン	3161	2663	2545	2089	2089	2032	1894	1324	-570
のんびり	1318	1386	1311	1056	1056	1279	1187	736	-451

メイン ML で投稿数を比較すると、2013 年度以前は 3,000 通を超える投稿数で賑わっていました。それが熊本地震の起きた 2014 年度は 2,663 通と 498 通の減少があり、その後は、2,000 通前半台が続いていたのですが、2019 年度以降は、さらに 1,000 通台に減り、2000 年度は前年比 570 通 減少しています。

その原因として、パソコンでから気軽に携帯出来るスマホ・タブレットに取って変わってしまい、仲間同士の連絡手段として LINE, FACEBOOK などの SNS へ移行している傾向が見られます。一昨年のアンケートでも「メーリングがお知らせばかりになって魅力がなくなった」という結果もあり、メール離れの一因になっています。

逆にメーリングを見直す事態も起こりました。7 月の県南豪雨でも災害時の支援情報などはメーリングの有用性を確認したところでした。メーリングを見た会員さんから義援金や支援物資が被災地の会員へ送られました。

今後は、日常的には、知らないこと、楽しいことを教え合う便利ツールとしてのメール機能を復活させましょう。KSN メーリングでは、会員を気にかけて、読み手を明るくする楽しい話題の投稿に期待します。特に 4 月 1 日のエープリールフールの日メールなども楽しみたいものです。

<KSN メールに期待すること>



- ① メールアドレスの変更は、KSN のホームページからお願いします。アドレス変更には会員管理部門が会員台帳のアドレスを書き換える必要があります。それと依頼された新アドレスが有効なものかを確認する必要があります
- ② それが終わって、はじめて、メーリングサーバーのアドレスをサーバー委員が書き換えます。またアドレス変更の際は、加入 ML の区分（メイン or のんびり）を指示してく

ださい。役員の皆様は執行委員会や評議委員会の専用メーリングの変更も同時に行ってください。KSN ホームページ <https://ksnweb.org/> から
アドレス変更 <https://ksnweb.org/script/mailform/henkou-email/>

- ③ メーリングの一時停止も、ホームページの「問い合わせ」をご利用ください。
必ず参加区分（メインまたはのんびり）を伝えてください
<https://ksnweb.org/script/mailform/toiwase/>
- ④ **配信再開**についても上記同様です。
ただ②、③についてはメーリング上で件名に 「配信停止または配信再開希望」と書いて頂ければサーバー委員が気づいた時点で実行します。
- ⑤ メーリングの停止、配信は予約できません。必要な時に発信してください。
- ⑥ 投稿はテキスト形式をお願いします。添付はおやめください。
*メイン ML ではサーバーによりカットされ、通過できない設定ですが、特にのんびり ML はその防護がないので徹底してください。間違ってもウィルスでも添付されると大変な被害をもたらします。メール投稿の際はメールソフトの「書式」で「テキスト形式」にチェックを入れてお書きください。それにパソコンには市販のウィルス対策ソフトを導入し最新のアップデートをお忘れなく。
- ⑦ メーリングは参加者が楽しめるもの、有益な情報をお待ちします。
他人への誹謗中傷は周囲を不愉快にしますので、おやめください。
その他の注意事項は入会時の案内に書かれていますので時々ご覧ください。
- ⑧ メール使い方などは、初心者向け本部講習やサロンでの勉強会に期待します。

天草支部

本年度はコロナ禍の中で孤独になりがちな高齢者をできるだけ孤独にしない工夫が必要だと考えました。このような環境下でこそ、ITを活用したコミュニケーションICTの運用が大切になってきます。そこで天草支部としては従来行ってきたパソコン教室も県や市からの情報に従って、三密にならないようにしながら天草市教育委員会・本渡地区公民館などと相談しながら、対策を入れた中での開催になりました。その他では昨年報告をしました天草全島の老人会、婦人会と社会福祉協議会の協力により、みんなが助け合いながら安心安全に暮らす幸せな地域づくりを目指して『スマートカレッジ』を7月7日に故中村五木市長をお招きして開会式を行いました。市長挨拶で、「本来であれば行政が行わなければならないところをやっていただいて行政としても大いに支援をしていくつもりです」と力強く激励してくださいました。

シニア層は子どもやお孫さんから「ガラケーは間もなく使えなくなるからスマホに変えたら」といわれたので変えたとか、変えようと思っていると聞くようになりました。政府も高齢者のスマホ難民をつくらないようにとスローガンが掲げられています。吉永繁敏副支部長（兼地域の老人クラブ会長、天草市老人クラブ事務局長）をスマートカレッジ学長に、支部長の金澤裕巖が副学長で、天草のFM放送『みつばちラジオ』のパーソナリティの山口誠治さんを事務局長として運営を開始しました。こちらも密を避けるために少人数グループにしながら上天草の大矢野校、苓北町の坂瀬川校など六カ所の分校と本渡の本校を作り1回/週（2時間/回）×10回（3ヵ月単位）で開始しています。分校にはそれぞれ校長と事務局（老人会長代表や婦人会長など）がいます。講座の内容は単に講師からの一方的な教えではなく、学生同士の教え合い、助け合いが主になることによって楽しい仲間づくりを目指しています。Lineにトークルームを作り、日常での楽しい会話や情報交換を実施します。さらに大事なことは日常の小さな助け合いや災害情報の交換や非常時に活用できる位置情報などを取り入れています。また、三大キャリアとも機種選定などについて特別な条件をお願いして推薦していただいています。3月30日には終了式を『スマートカレッジの集い』と銘打って、馬場昭治市長に本校に出席していただき、7ヶ所のリモート会場で実施しました。

活動報告

★天草の各地域サロンは、地域サロン長のコロナ禍を避けながらの活動で実施されてきました。本渡南コミセンでは山口亮地域サロン長が、倉岳支所棚底コミセンでは高田尊徳地域サロン長が、本渡地区公民館では赤城隆一地域サロン長が工夫しながら活動しています。

★行政との協働活動については：講師&補助者（情報アドバイザー全員）で開催。本年度はコロナ禍で、本渡地区公民館（ケーブルテレビ、天草市HPで募集）高齢者エクセル講座20名/コース 6日間/コース（3時間/日）だけを実施しました。



黒髪支部

支部設立は・・・平成13年6月設立で、既に19周年を迎えました。

サロンの場所は・・・コロナを逃れて濟々鬘高校前の多士会館から清水公民館に移して活動しています。

日時は・・・毎月の第二水曜日、第四水曜日 いずれも13:30~16:00

駐車場は・・・清水公民館の駐車場を利用します。

コロナ騒動で、やっと見つけた公民館も活動出来たり、中止になったりの繰り返し。落ち着いたら、又多士会館に戻る予定。

KSN本部の講座を受けて理解できる方は、そちらにお任せするとして、そこまでに至らない方、もう少し突っ込んでみたい方のフォローをします。

シニア生活を ちょっとでも豊かに、便利にする為のサロンにしようと、皆で考えてゆきます。「青春とは 心の若さである」

黒髪支部のホームページ <http://kurokami-saron.jimdo.com/>

全員に役割を分担し、全員参加型のサロンにする。

支部長： 實取弘一 副支部長： 眞田久美子

会計： 森久美子 林優美 早瀬ひろみ

会計監査： 田島恒男 加倉井まゆ子

HP担当： 永廣とも子 大継容子 原田恵子

広報企画： 村上順子 大場百合子 宮本朱實

「令和2年度の活動報告」

濟々鬘高校前の多士会館は在校生が自習の場として使っており、学生へのコロナ感染を避ける為に、離れて、清水公民館を利用することにした。

サロン再開に漕ぎ着けたと思ったら、又中止の連絡。中々、腰の据わった活動が出来なかった。皆が集まった時に勉強したzoomを使ったテレワークの手法が自粛期間に活かされた。テレワークでも、サロンのメンバーの顔が見られ励みになるがテレワークで集まっても、講座を継続して進めるのは困難。

サロンでは8名前後が集合し、まずは安否確認から始まります。

●活動スケジュールを立てたものの、自粛の前に実行までには至らなかった。

●「野外授業」 海外旅行の案も中止せざるを得なかった。

秋には「みかん狩り」で、ボランティア活動をしました。

●新年会、暑気払い、忘年会 も活動中止となりました。

「令和3年度の活動方針」

- ・海外に出かけ、「大人の修学旅行」を企画し、見聞を拓める
- ・photo 自分史の作成にチャレンジし、自分の半生を見つめ直す。
- ・健康麻雀、トランプ等のGAMEingを通して、会員間の親睦を図る。
- ・野外に出て、思い出作り、ビデオ作品作りを行う。・・・皆が編集長！

「新たなOUTDOORを企画し、テニス、卓球等を交えて、楽しむ」

龍田支部

みんなが教えたり教えられたり、パソコンの勉強しながら仲間の輪を広げ、楽しく語り合う場所の龍田サロンです。

龍田サロンにはソフトにもメカにも超詳しい人が大勢いて、何を聞いてもすかさずアドバイスしてくれますし、辛抱強く指導してくれます。更にはパソコンだけでなくKSNの特徴でもあるオフ会についても頼りになるベテランがいます。

そのような龍田支部も2001年に開設して本年は20年目になります。

龍田支部は、前年度までは特別養護老人ホーム「さわらび」様のご厚意により地域交流スペースでインターネット回線を含み無償で使用させてもらっていました。ところが令和2年2月後半から新型コロナウイルスの影響で使用できなくなりましたので、6月まではサロン活動を休止しました。

7月から「パークドーム熊本」の会議室を借りて龍田サロンを復活しました。会場が借用できなかった例会日には、各自自宅からZoomミーティングに参加する方法でサロンを開催しました。

毎月第2・第3・第4木曜日を例会として活動しています。例会日には自分が習いたいこと・教えたこと・話し合いたいこと等を持ち寄って楽しく過ごします。テーマも統一しておりませんし、座席数には制限がありますが、座席も自由です。駐車場も十分あります。多数の皆さんのお越しをお待ちしています。

令和3年度 運営スタッフ

サロン長：野中 政輝、副サロン長：尾形 邦彦、副サロン長：中嶋 武雄

機器担当：橋本 求名生、広報担当：中嶋 武雄、HP担当：野中 政輝

会計担当：荒木 章子・米本 松子、相談役：西原 繁夫

細部活動状況

サロン開催：平均19人/回、

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合計
回数	0	0	0	2	2	3	2	2	2	0	0	2	15
参加者	0	0	0	36	36	64	41	39	35	0	0	30	281

Zoomミーティングによるサロン参加：平均10人/回

月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	合計
回数	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	2	0	6
参加者	0	0	0	0	0	0	0	14	10	14	23	1	62

龍田支部…ホームページ <http://tatsuda.ksnweb.org/ksn2/index.html>

ブログ（龍田サロン便り）・・・ <http://tatuda2.exblog.jp/>

俵山支部

支部設立は・・・2003年4月設立で、18年になります。特徴は自然を利用したサロン行事です。過去のサロン行事は<http://azul.sub.jp/> にあります。(参照ください)

「2020年度の活動報告」

20年度は新型コロナの影響で春夏秋の3回のサロンを秋の芋焼きサロン（11月20日）の1回にまとめました。外気に触れ、枯れ葉を集め、火をつけて疫病退散を願いながらこんがり焼けた焼き芋を皆で頬張りました。いつもは保健福祉部と共催の俵山文化祭も第9回（2019年秋）のあと第10回が開催できなかったことは大変残念でした。（会場＝西原村小森1755 ギャラリーカフェAZUL）



「2021年度の活動方針」

・コロナの状況がレベル2になるとサロンを開催します。秋の焼き芋サロンも実施予定です。文化祭も情勢を見ながら開催を検討します。今年もよろしくお願ひします。



水俣支部

コロナウイルスで行動範囲の制約を余儀なくされ、3密を避けるために、体を鍛える事も、資格を取る事もお勧めです。好奇心と情熱さえあれば、年齢に関係なく出来ます。コロナ渦で Zoom をマスターして離れた、孫・友・家族と交流も一案です。 コロナ世界でも生活の楽しみ方を学び、実践しましょう。

サロン長	宮本 良郎			
福サロン長	山本 恵子	森 輝子		
講師	山本 恵子	森 輝子	(坂本 みゆき)	
執行部	山内 誠二	岡井 節子	山内 よしみ	
	(吉海 勝行	上村 つや子	岩本 敬子)	

水俣支部の活動報告

初級班	市の公民館で開催(コロナ渦で未定)
ネット班	同じく
グランドゴルフ	毎週月曜日エコパークで練習、参加自由

水俣支部の行事

6月 総会 エコネットで 29 名参加(新入会員 8 名)

10月 親睦会 エコパークで散策とお弁当食事会(参加者 27 名)

9/29 芦北で KSN 本部から、福留会長と安藤様が
水俣サロンにお見舞いを持って来て
戴き有り難うございました。

執行部会 総会の場所の決め方。親睦会を開く
場所と日時。数度の教室の開催・延期
の話し合い。水俣サロンからも豪雨の
寄付を山本副会長と水俣市へ呈した。
忘年会の取止めと運営の持って行き方。

今回は執行部会を多く開いた。新入会部員も総会と親睦会での顔合わせだった。コロナ感染症で公民館が使用できず、使用できても人数の関係で教室を再開困難に成り、今期は

一度も開く事無く終える。来期は再開できる事を願う！

嘉島支部

新型コロナウイルス感染拡大により嘉島サロンも例に漏れず大きな影響を受けました。

ず〜っとお世話になっていた地域の施設「悠優かしま」さんがウイルス感染拡大のために前年度3月以来例会も開けずにおりました。

7月になって沈静化の兆しを受けて やっと口切り焼肉会に漕ぎつけました。皆 久々に喜々として旧歩師奇屋(アンちゃん宅)に集まりました。次回の20日にはKSN本部事務所をお借りし、新規会員さんも含めて13名の参加者で久々に賑わいました。でも本部では3密が避けられないために また例会中止をせざるを得ませんでした。

そんな中にも10月から12月までは旧歩師奇屋の広いお部屋で感染対策をしながら、無事に勉強できたことは良かったと思っています。

今年度は、暑気払い・忘年会・花見なども中止を余儀なくされました。

【嘉島サロン概況】

開催場所：上益城郡嘉島町上仲間151-1「悠優かしま」地域交流室 096-235-2301

開催日時：毎月第1, 第3月曜日午後1時半～4時

スタッフ：サロン長 ; アンちゃん (安藤)

副サロン長 ; 嘉島の元青年(田中)・Ezuya Hisayoshi (山田)

庶務・会計 ; May_Flower (吉田)

【令和2年度嘉島サロン活動報告】

『少ない人数ですがサロンに楽しく集い、パソコンの勉強などをやっています』

実施月	活 動 内 容	参加数
4月	新型コロナ感染防止の為中止	—
5月	新型コロナ感染防止の為中止	—
6月	新型コロナ感染防止の為中止	—
7月6日 20日	焼肉会(於旧不師奇屋)で サロン再開 メール一般的な利用法・留意点(送受信、連絡先登録)	8名 13名
8月	新型コロナ感染防止の為中止	—
9月	新型コロナ感染防止の為中止	—
10月5日 19日	メールの利用復習・ネット会議Zoom接続の体験 ワードで年賀状作成	8名 9名
11月2日 16日	エクセルで住所録作成など・ZOOM 接続 ワードで年賀状作成・ZOOM 接続	9名 9名
12月7日 21日 26日	年賀状作成の総まとめ 新型コロナ感染防止の為中止 餅つき会(さわやかボランティアと合同開催)	10名 — 11名
1~3月	新型コロナ感染防止の為中止	—

平成支部

令和2年3月から新型コロナウイルスの感染拡大防止で、従来の例会会場の桜十字病院・御幸病院が出入り禁止となり、現在（令和3年3月）も継続しています。そんなコロナ禍で、会員のサップ様のZoom（オンライン）講座が始まりサロン例会の参加者も多数受講されました。参加者の熱心さで多数のZoomホストが誕生しました。受講は、現在も楽しく熱心に参加されております。サロンとして嬉しいことです。

また、9月からは月2回、Zoomによる勉強会を講師の輪番制で実施しています。このサップ様の講座とサロンのZoomによる勉強会は、会員の交流と連帯感に大いに貢献していることと思っています。

今年度は、新型コロナウイルスのワクチン接種が愈々始まります。その結果によりますが新型コロナウイルスが収束に迎い、以前の例会会場の使用ができるまではZoomによる勉強会を進めて参りますし、新型コロナウイルスの早期収束を願っております。

これからも会員の皆さまが楽しく集えるサロンを目指し、スタッフ一同取り組んで参ります。皆さまもお気軽にご参加ください

〔2020年度の活動報告〕：令和2年4月～令和3年3月：Zoom勉強会と学習テーマ

- 4月～令和3年3月：会員のサップ様のZoom講座に平成サロン例会に参加の仲間も多数受講され、熱心に勉強されて多数のZoomホストが誕生した。
- 4月～6月：例会0回 桜十字病院、御幸病院はコロナウイルス感染拡大防止で出入り禁止
- 7月：Zoom勉強会1回 Zoomを楽しむ(サロンの近況、参加者の近況、Zoomの概要)
- 8月：Zoom勉強会1回 Zoom入門 (Zoomの流れを紹介)
- 9月：Zoom勉強会2回 単語登録・辞書ツール、画像編集(Jtrim&フォトスケープ)
- 10月：Zoom勉強会2回 Zoomバーチャル背景、画像編集 (Jtrim、花枠)
- 11月：Zoom勉強会2回 文書・写真を送る(Outlook)、画像編集(Jtrim、フォントに影)
- 12月：Zoom勉強会2回 ページ設定&ダミー文挿入、画像編集(Jtrim、模様枠)
- 1月：Zoom勉強会2回 リスト設定&関数、画像編集(Jtrim、フォントに影を付ける)
- 2月：Zoom勉強会2回 お花見ご案内状作成、画像編集(Jrim,五輪マーク作成)
- 3月：Zoom勉強会2回 関数の基礎、 画像編集(フォトスケープ)

令和3年度スタッフ

支部長：古賀 豊、副支部長：石橋義雄・風間壽子、会計：松浦昭光
広報：園田律子、HP担当、風間壽子、顧問：中尾 剛

西部支部

支部開設 14 年目になりますが、令和 2 年に入り全国的に広まった新型コロナウイルスの脅威は熊本も例外ではなく、宿泊施設・県北の工場関係などから、飲食業関係・老健施設へとクラスターも発生、特に高齢者の死亡率が高く、西部サロンに施設利用の提供を頂いている三和荘様からも、暫くサロンとしての利用をご遠慮頂きたいとの申し出があり、3 月からサロンの開催場所がなくなり、そのまま、令和 3 年となって今日まで活動が殆どできませんでした。

その中でパソコン操作で困ったり、トラブル発生時などは 3~4 人で近くの白坪コミュニティセンターをお借りして、互いに知識を出し合って解決して来ました。

近年はハーモニカの練習会が西部支部のメイン的な活動でありましたが、口呼吸で演奏することで、カラオケ、コーラスなどと同様に公民館などの公共施設などからも敬遠されて練習会場を無くしてしまいました。

高齢者が 1 年間のブランクがあることは普通の人の数倍のリスクに値するようで、仲間にはこの 1 年間に車の免許返上した人、また病気がちになった人もいます。

そのような人を一人でも少なくできるような KSN にすることが今後の私達の使命ではないでしょうか。

そんな仲間づくりを西部支部（サロン）は目指しています。

益城支部…活動休止中

玉名支部

新型コロナウイルス感染拡大は荒尾玉名地区にも影響し例会中止を余儀なくされ、花見や暑気払い・忘年会などが出来ず鬱憤の溜まる1年でした。

コロナ禍3密が避けられるよう会場も変更し感染対策をしながら下記活動を行ってきました。Zoomでのテレワーク等コロナ禍でないと多分経験できなかったこともあり悪いことばかりではなかったと感じています。

【玉名サロン概況】

開催場所；玉名市文化センター3階視聴覚室 毎月第2, 4木曜日開催

支部ホームページ；<https://tamasalon.org/>

サロン長；野尻邦生・・・全体お世話焼き

副サロン長；岩瀬清治・・・ご意見番&渉外&会計担当

副サロン長；筒井英二・・・メカ師範&サロンホームページ担当

サロン補佐；宮本千代治・・・広報担当

【令和2年度玉名サロン活動報告】

『覚えなくても良いですよ。集まっておしゃべりから始めましょう』 <R3/3/20作成>

実施月	活動内容	延参加人員
4月	新型コロナウイルス感染防止対策の為中止	0名
5月	新型コロナウイルス感染防止対策の為中止	0名
6月	新型コロナウイルス感染防止対策の為中止	0名
7月	手書き地図の作成（昨年からのテーマ続き） ネット会議Zoomの実演	29名
8月	新型コロナウイルス感染防止対策の為中止 暑気払いも中止	0名
9月	Zoomの繋ぎ方 PCデスクトップ画面の操作&データ管理の仕方	29名
10月	各人自宅からZoom接続 ワードで議事録作成（表作成の仕方等）	30名
11月	エクセルで議事録作成や貼り付けなど インターネットの仕組み	35名
12月	年賀状作成&総復習	24名
1月	最新のパソコンの基本（タスクバー・フォルダー・更新）	37名
2月	データ管理の仕方 携帯電話写真の取り込み・通販の仕方	39名
3月	色々な設定について	18名+α

八代支部

コロナに邪魔された1年で、活動記録が残っていないので。

毎回の講座に持ち込む、機器の運び込みに耐えかねて、講座用の機器運送キャリアカーを作製。

階段の上り下りに対応させる為、片側の車輪が、3個付いたキャリアカーに、百均で購入した金網に、同じく、百均で購入したビニタイで組み合わせ、出来た上がった箱を、キャリアカーに、ビニタイで取り付け物。

この箱に、下の段にPC、ACアダプター、WiFiルータ、他を乗せ、上の段にプロジェクターと、予備のPCが有り、このまま講座の部屋に移動させ、講師用の台として利用。

この、キャリアカー作製で、雨の日も苦痛なく動ける様になりました。



八代支部ホームページ <https://yatsushiro.salon.kna.jp>

4月	コロナ対策で、コミュニティセンターの利用できず、中止
5月	コロナ対策で、コミュニティセンターの利用できず、中止
6月	八代サロン、総会
7月	コミュニティセンターが、災害避難所とされた為、中止
8月	コロナ予防対策で、中止
9月	参加者のPCの点検
10月	WiFi設置、操作方法説明
11月	Zoomの勉強会実施
12月	ペイント3D画像の操作
1月	コロナ予防対策で、中止
2月	緊急事態宣言が延長の為、コロナ予防対策で、中止
3月	参加者のPCの点検、WindowsUpdateの確認

学園大支部

開設日：2010年1月7日

学園大支部設立から無事11年目を迎えられる事を参加者方に感謝致します。
サロン会場は専ら熊本学園大学正門横14号館3階の「143E」教室を利用中です。
無線ラン、プロジェクター利用、空調設備もあり、綺麗で静かな教室です。

現在サロンは原則、第二、第四木曜日の13:30~16:00に開催しております。

都市バスなら学園大前バス停でOK、また熊本駅から通町経由の学園大専用のバスも利用できます。車なら学園大東側の託麻本通り第四駐車場があります。
また正門前に大きな駐車場があるゆめタウン、ケーズデンキ、熊本銀行、焼肉なべしま学園大通り店等が、出来ていますので、お買い物などがてらに是非学園大サロンにお立ち寄りください。今年度のオフ会は12月の「焼肉忘年会」のみとなり、3月予定の「そば打ち体験」は、残念ながら新型コロナウイルスの騒ぎで見送りになりました。学園大サロンは場所柄、若くて元気な学生さんも周辺りに沢山いて元気をもらえます。休憩の茶話会時は、孫みたいなその学生さん達との会話が弾むこともあります。新入会員さんはもとより、PC初心者の方、スマホ、タブレット初心者も大歓迎です。

学園大サロンのHP⇒ <http://gakuendai.ksnweb.org/ksn2/>（只今休眠中）

<2020年度の活動報告>

令和2度は残念乍らコロナ禍により学園大の会場の利用を止められ全てのサロン開催ができませんでした。

2020年度のサロン参加者数

スタッフ（2021年度）

支部長：徳留 和憲（愛 飢男）

副支部長：山口 伸（のび～しゃん）

阿蘇南郷支部

阿蘇南郷支部は、少人数ながら気心の知れた仲間が“いつも楽しく和やかに”・・・をモットーに学習を続けています。

早いもので、阿蘇南郷支部を立ち上げてから5年が経過しました。パソコン初心者ばかりの集まりで悪戦苦闘しながらすすめてきましたが、回を重ねるうちに、KSN 本来の姿でもある、相互に“教えたり、教わったり”する姿も見られるようになりました。

新型コロナ対策で、熊本県にも緊急事態宣言が発せられたりした本年度は、例会の会場としている高森町の施設が閉鎖されたりして、例会も中止に追い込まれたりしたこともたびたびありましたが、阿蘇の仙人さんのご指導で、ZOOM を用いたオンラインで学習したり、交流を深めたりすることができました。

例会は第1月曜日と第3月曜日の月2回とし、共通課題を設けることはしないで、各自の課題について“教えたり、教わったり”の個別学習という形で進めています。

*持ち寄られた学習内容例

- ・Zoom ミーティング (共通)
 - ・Excel の活用 (文書、日記)
 - ・画像のトリミング
 - ・文書や画像の整理 (フォルダとファイル)
 - ・年賀状作成と印刷
- など

活動報告

月	例会実施日と参加者数		太字はオンライン	
4～5	新型コロナ感染防止のため休止			
6	1 (9)	8 (8)		
7	6 (10)	20 (9)		
8	1 (10)	3 (9)	3 (10)	17 (10)
9	7 (8)	14 (11)	28 (7)	
10	5 (9)	19 (8)		
11	2 (8)	9 (8)		
12	7 (9)			
1	15 (9) 昼食会			
2	15 (9)			
3	1 (9)	15 (11)	花見と昼食会	

花立支部

～場所を見つけて放浪の旅～

2020年KSN本部が熊本市東区から上益城郡嘉島町に移転したため、本部事務所を利用していた花立支部は会場を見つけるため放浪の旅へ

旅へ出ようとした途端、世間はコロナウイルス騒動。自粛生活で世間が縮こまっている時は、根を地下に伸ばそうと充電・充電！月に2回の役員だけの勉強会開催。もちろんZOOMを使ったオンライン勉強会。昨年は「笑顔の自宅、笑顔で参加」の花立支部であった。

【2020の実績】…すべてオンラインによる役員勉強会

- ZOOMを始めよう
- ミーティングに参加しよう
- ミーティングを主催しよう
- 画面共有を使いこなそう
- バーチャル背景を使ってみよう
- ZOOMでエクセル勉強（VLOOKUP関数の復習）

【2021年の目標】

- 1, 定例勉強会会場の確保
- 2, コロナ終息まではオンラインによる勉強会

【役員】

支部長：色見高司

副部長：ら・ふらんす、彼岸花、
花立のター坊

会 計：くにちゃん、瑞花

HP担当：花立のター坊



菊陽支部 (ゆるサロン)

皆さまの温かい御支援のもと、無事に2周年を迎えることができた「ゆるサロン」でございます。昨年は3月、4月とコロナ禍のためお休みせざるを得ませんでした。

しかし、いち早く ZOOM を取り入れ、5月からは休まずにサロン活動を続けることができましたことは、高い評価をいただいております。

今後も「生活感に沿っている」、「生活の質向上に役立つ」、「ユニークで楽しい」・・・そのようなテーマを大事に、スタッフも楽しみながら活動できるサロンを目指したいと思っております！

活動テーマ



IT 学習
スマホ・パソコン 学習



セミナー
旬なテーマの講演会



お出かけ
遺跡散策や人参収穫など

2020年度の活動報告		参加人数
5月	「フィッシングメールにご用心！」 ●詐欺メールの見分け方や身の守り方などについて	33名
6月	「食品ロスと社会貢献サイト」 ●SDGsの観点から食品ロスを見直し、ロスを社会に還元する活動等を紹介	32名
7月	「マイナポイント5000をゲット！」 ●マイナンバー取得促進のための5000ポイントを取得するやり方等について	35名
8月	「教育に付度はいらない」 ●自費出版された三島氏をゲストに迎え、高校教育の経験談などを聞く	30名
9月	「PCメールをもっと安全に&便利に！」 ●迷惑メール設定や振り分け設定のやり方等について	41名
10月	「1.5周年オンライン祝賀会」 ●サロン設立1.5周年をオンラインパーティで祝う	44名
11月	「はなぐり井出&馬場楠の堰 散策」 ●久しぶりの野外活動を楽しむ	28名
12月	「写真整理と家族史作成の体験談」 ●写真のデジタル保存&整理、そして家族史編集の仕方などについて	22名
2月	「ワインを学んで楽しもう！」 ●世界のワインの特徴やおいしい飲み方等についてお話を聞く	22名
3月	「パソコンが突然壊れた→その時役立つもの」 ●複数メールの一元化の方法を Gmail を使って学習	29名

囲碁クラブ

【活動報告】

昨年1月頃から世界中に広がった新型コロナウイルスは、未だに収束の兆しも見えません。東京五輪も1年延期、「KSN 囲碁クラブ」もその為何度か中止せざるを得ませんでした。3月になって、県内のコロナの感染者も減って来たので4カ月ぶりに例会（対局試合）をマスクかけて、実施する事が出来ました。マスク無しでの対局、新型コロナウイルスの早い終息を願うばかりです。

第150回	コロナの為中止	第153回	6名 10/25	優勝	中尾三段
第150回	コロナの為中止	第154回	コロナの為中止		
第150回	5名 6/28	優勝	中村七段	第154回	コロナの為中止
第151回	5名 7/26	優勝	福岡三段	第154回	コロナの為中止
第152回	5名 8/23	優勝	山口三段	第154回	コロナの為中止
第153回	コロナの為中止	第154回	6名 3/28	優勝	中村七段

【令和3年度役員】 部長 中村寛 副部長 中尾剛 会計 井直敏 HP担当 中尾剛

パークゴルフクラブ

本クラブは、会員の健康づくりと親睦を目的に、原則として練習会及び月例コンペを毎月一回実施しております。初めての方には、練習会を通して競技のルールとマナーのお手伝いをし、その後のプレーに役立てています。

【2020年度の活動状況】

項目	回数	参加者(延べ)	男性	女性
練習	7	67人	21人	46人
月例コンペ	9	106人	35人	71人
合計	16	173人	56人	117人

2020年度は新型コロナウイルス感染症拡大防止対策の観点から、4月16日、国から緊急事態宣言が全都道府県に拡大され、密閉・密集・密接を避けるため不要不急の外出自粛要請が出されたことに伴って、多くのイベントやスポーツ活動が延期や中止せざるを得ない状況に陥りました。練習会やコンペを行うパークゴルフ施設も一時休業の措置が採られ、その影響で開催回数や参加人数が前年に比べて減少する要因となりました。

2021年度は新型コロナウイルス感染が収束し、あたりまえの活動ができパークゴルフを楽しみにされている会員の方々にとって、パークゴルフクラブの目的とする健康づくりや親睦が図れることを願っています。

これからも多くの会員の方のご参加をお待ちしています。

部長：澤田日出夫

副部長：眞田久美子（会計）、植田早苗、宮本朱實 HP担当：林田多恵子

デジカメクラブ

開催日	参加者	内容・イベント等
4月		・コロナ禍で「さわらび」を使えず中止
5月		・コロナ禍で「さわらび」を使えず中止
6月17日(水)	9	・デジタルカメラの基礎(尾形邦彦先生)・持参作品の合評・撮影情報の伝達
7月15日(水)	10	・デジタルカメラの基礎(尾形邦彦先生)・持参作品の合評・撮影情報の伝達 ・第22回 KSN デジカメクラブ写真展は中止(8日~14日)
8月19日(水)	9	・デジタルカメラの基礎(尾形邦彦先先生)・持参作品の合評・撮影情報の伝達
9月16日(水)	9	・今後の講師について ・今後の会の運営について・持参作品の合評・撮影情報の伝達
10月14日(水)	13	・内田眞治先生を講師に迎える ・持参作品の合評・撮影情報の伝達
11月11日(水)	10	・講師は緒方哲朗さん・デジタルカメラについて・持参作品の合評・撮影情報の伝達
12月9日(水)	12	・内田眞治先生・持参作品の合評・撮影情報の伝達
1月13日(水)	8	・講師は緒方哲朗さん・デジタルカメラについて・持参作品の合評・撮影情報の伝達
2月10日(水)	10	・内田眞治先生・持参作品の合評・撮影情報の伝達
3月10日(水)	11	・講師は緒方哲朗さん 「絞り」について・持参作品の合評・撮影情報の伝達

部長：井上昭子 副部長：緒方哲朗
 会計：大山修子 広報：井上昭子
 HP担当：大山修子 講師：内田眞治、緒方哲朗

釣りクラブ

『昔はよく釣りに行ったが、最近は随分と行っていないな〜』

『いつも一緒に行く相手が、ケガで行けなくなった』

一人では危険です！みなさん 誘い合わせて釣行しましょう。

昨年度は企画・準備と努力しましたが、止むなく活動を自粛。今年こそは !!

釣り倶楽部は 参加自由です。

会費は有りません！（餌などの実費は各自持ちです）

初心者もベテランも楽しめる釣行を企画します。

部長 匠伯（しょうはく）松村 勝博

副部長 こがダンちゃん 古賀 豊

副部長 そらジー 前田 充彦

ホームページ

<http://turi.ksnweb.org/>

ブログ（担当こがダンちゃん）

<https://ksnturi.exblog.jp/>

ゴルフクラブ (KSNG)

我がクラブは年間 12 回を目途に開催してきましたが、コロナ危機で 2020/4・5 月と 2021/1・2 月を中止しました。

2020 年 6 月からは役員の変更があり、前田が部長に、大田・オリーブ両名が副部長に、HP 担当をときママの新体制で運営しています。

開催回	開催日時	開催場所	参加者	優勝者
177	6/17	阿蘇大津 GC	17	田島恒男
178	7/20	南阿蘇 CC	20	陣内行敏
179	8/24	阿蘇ハイランド GC	16	山口博子
180	9/9	熊本阿蘇 CC	19	西本英政
181	10/19	阿蘇グリーンヒル CC	21	園田健治
182	11/20	くまもと城南 CC	15	住永信雄
183	12/23	肥後 CC	16	作田トキ子
184	3/24	阿蘇大津 GC	23	住永信雄

【役員】 部長:前田充彦 副部長:大田米男・坂本禮子 HP 担当:作田トキ子

ハイキングクラブ

ハイキングクラブは、平成 14 年 2 月に結成して以来 18 年を経過いたしました。ハイキングを通じて、健康を維持増進し仲間と交流を深めることを目的として現在に至り、18 年間に 180 回のハイキング活動を継続実施しております。

令和 2 年度は、天候に恵まれ、新型コロナウイルス対策に配慮しながらも中止することなく 12 回の登山を実施しました。参加者延 222 名、1 回平均 19 名の参加がありました。(令和元年度は、登山 11 回、参加者延 182 名、1 回平均 17 名)

令和 3 年度は、前年度の実績を上回る活動を推進してまいります。

【令和 2 度活動実施表】

月	日	曜	登った山名	県	参加者	月	日	曜	登った山名	県	参加者
4	15	水	金峰山北回	熊	13 名	10	21	水	奥豊後	大	19 名
5	20	水	小山山ほか	熊	24 名	11	18	水	扇が鼻	大	19 名
6	17	水	雁回山	熊	17 名	12	16	水	天草松島	熊	20 名
7	22	水	菊池溪谷	熊	20 名	1	20	水	観音岳	熊	17 名
8	21	水	三国山	熊	18 名	2	17	水	三池山	福	19 名
9	16	水	鞍岳	熊	17 名	3	17	水	甲佐岳	熊	19 名

令和 3 年度役員 部長:野中政輝、副部長:西尾信一・大嶋和子、HP:野中政輝

KSNG ハイキングクラブの HP <http://hiking.ksnweb.org/ksn2/index.html/>

立田山散策クラブ

毎週月曜日 9 時、立田山のお祭り広場駐車場に集合し準備体操の後、毎回コースを変えて散策を行います。体力に合わせて①通常コース班、②のんびりコース班がありますが、両方とも休憩数回を含め 2 時間程立田山、乗越ヶ丘を和気あいあいとゆっくり楽しく歩きます。なお、7 月 8 月はサマータイムとして 7 時集合です。休憩の時は有酸素運動を取り入れて幅広いジャンルで合唱しています。

自分の健康保持、シニア仲間との交流ができる「立田山散策」に気軽に参加してみませんか？

【令和 3 年度役員】 散策部長：三島俊英

立田山散策倶楽部ホームページ <http://tatudasansaku.ksnweb.org>.

KSN サークル同好会活動

・ポールウォーキング ・太極拳 ・ハーモニカ倶楽部 ・卓球 ・スマホ同好会
・ハム同好会などがあります。 新たなサークル大歓迎です。

* 同好会はこの指とまれ方式で発足できます。支部や正式クラブについては評議員会での承認が必要です。(正式クラブは KSN ホームページからリンクされています)

KSN のアーカイブスの活用方法

1999 年 7 月 1 日以来の主な出来事（行事、新聞記事・動画・出版物など）KSN に関する記録がアーカイブされて保存しています。「KSN だより」は 2018 年 6 月号より保存しています。その月に起こった主な出来事などを読むことができます。会員文芸欄もあります。このアーカイブスへは **「KSN ホームページ表紙」のアーカイブリンクをチェックしてください。**但し会員のみがアクセス可能です。ユーザー名とパスワードの入力が必要です。定期的にパスワードを変更しています。時々のメーリングでのアナウンスでお知らせしています。

KSN 県南豪雨支援 2020年7月～11月の記録

保健福祉部 長谷川博

2020年7月4日 人吉市・球磨郡、八代坂本・芦北郡（芦北町、田浦町、津奈木町）など広域で洪水・崖崩れなどによる被害が出てたくさんの犠牲者が出ました。私たち熊本シニアネット（KSN）の仲間も被災地において支援活動を開始することにしました。さっそく支援専用のメーリングリストを開設。ZOOM利用での遠隔会議を即座に立ち上げ、徳留代表を陣頭指揮者とし各担当を決めました。

受援者のニーズ調査を行うと「電化製品がすべてやられた」「当面乾燥用に扇風機が沢山欲しい」と情報が寄せられ、それをKSNメーリングにて会員にお知らせすると同時に、KSNで義援金を募るための銀行口座も設置しました。

KSNでは7月25日作田事務局次長が扇風機4台。掃除機、電気ポット、ドライヤー、鍋、綿毛布、シーツ、タオルセット。小物などを車に詰め込んで行きました。



その後、7月27日第二弾の被災者支援を現地へ4名（徳留代用、あんちゃん、阿蘇の仙人さん、長谷川）のKSN支援者を組織して出発しました。



せっかく軽トラ運転予定でお出でになったアチョさんたちでしたが、途中の道路が険しいそうなので、ボランティアに慣れた阿蘇の仙人さんにバトタッチ！ここでも支援の善意を頂きました。

午前中は次から次に本部玄関前に車が横付けされ支援物資が届けられ、すぐに全ての寄せられた品物を台帳に記載するのは困難なほど。なかには



は出せる品がないからと募金を持参される方もあって被災者への善意がたくさんKSNメンバーから寄せられました。

そうして午後1時から被災地へ3台の車に分乗し、支援物資を乗せて出発しました。途中は大雨でしたが、ちゃんと芦北まで皆様に託された支援物資を運びました。受け入れ先となった湯の浦のYさん宅に荷物を下ろし、復旧中の家を見学水が引いたあとの一室で被災時のお話を聞ききしました。被災された会員さんへ義援金が徳留代表から手渡されました。元会員さん宅へもお見舞いに行きました。この方はその後会員に復帰されました。

佐敷駅近くのYさんの店舗にも水が押し寄せてたいへんだったとの



ことでした。近所の方の支援もあって、すっかり片付いて、既にお店を再開されていました。ここでも KSN 徳留代表からお見舞いをお渡ししました。普段は住みやすい風光明媚な地域ですが、この度の水害で山肌は壊れて所々崖崩れをおこしていて、大雨の怖さがあちこちに残っていました。田浦で会員登録されている方がありましたので確認したら、既に市内に転居済みということで親族がお住まいでした。こちらの家屋には被害はなかったようです) (詳細 <http://azul.sub.jp/sien727/index.html>)

8月8日は人吉、球磨郡のメンバー支援に重きを移していきました。

<球磨郡・人吉市支援の記録 2020年8月5日/17日>球磨郡 多良木町・あさぎり町へ球磨郡では名簿にあった3名宅を吉田事務局長と長谷川の2名で訪問。

お会い出来たのは多良木町のお一人、お元気そうでした。お見舞いを渡そうとしましたが、全然被害がないからと辞退されました。残りのあさぎり町のお一人は家族と面会出来まし



たが施設入所中とのこと。お会いしたい希望を伝えたが叶いませんでした。もう一人の方は軽トラで震災復興の手伝いに熊本まで支援においでになった方で元気な一人暮らしのはずでしたが、ブザーを押しても反応がなく、お隣に最近の様子をお聞きしたら、病院に入院されているというお話。その病院はどこかと聞いたが分からないとのことでした。

その後、人吉市の2名のお宅を訪問したら、幸運なことに命からがら2階に逃げて助かったSさんにお会い出来ました。皆さん避難所暮らしの様子なので自宅でお会いできたのは成果でした。支援物資の中の新品の扇風機とお見舞いを渡して喜ばれました。その後ご近所のTさん方へ、名刺を入れて帰

宅したら翌日に電話があって、午前中2時間避難所から帰宅して後片付けをされているとのこと、17日の人吉支援日の午前中に行き片付けを手伝おうかと決意しましたが・・・

8月17日 人吉市支援 2日目

この日は37度を超える暑さの中、新型コロナの感染予防の面から、少数2名2台(阿蘇の仙人さんと北北東)での支援となり、KSN会員の皆様から寄せられた物資運搬を無事に届けることが出来ました。募金と支援物資は被災地でしっかり役立っています。KSNの皆さんの心のこもった支援が各地で感謝されています。



人吉市内の水害跡は大変な状況で泥を被った商店街の復旧作業が高温の中、少しずつ続いており泥だしなどが終わりつつあるようです。人吉の活気が元へ戻るにはさらに多くの支援が必要です。

避難所から帰宅されるかと期待して訪問した T さん宅だったが会えずに残念でした。電話も通じないので お見舞いと最近の KSN の話題を書いてメールボックスへ投函しました。翌日お礼のメールがありました。なんとか避難所から足が伸ばせる公的住宅が当選することを心より祈りながら帰路につきました。

<芦北冬前支援>KSN 県南豪雨被災地冬支度支援の記録 2020 年 9 月 29 日

夏と違い秋になると段々寒くなります。それで夏支援では除外した暖房機などを含めた支援物資と義援金で冬支度をと 2 回目の支援を行いました。いつも支援では沢山の物資を寄せて頂き感謝です。支援日当日もグラスなど、KSN 本部玄関に置いてありました。(かさこ地蔵の物語のような KSN のメンバーに感謝)

「芦北・湯浦にて」芦北では復旧された一部屋を地域に開放されるということで集うための折りたたみ椅子をほしいとの要望に、さっそく応えて調達して持参できました。部屋を暖めるストーブも提供頂きました。これからの活躍を祈ります。同時に「芦北・佐敷にて」参加されている水俣サロンへは今後とも被災地会員支援に協力頂くための義援金を贈りました。



<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/memoofksn/sien2020Sep29.html>

「人吉冬前支援」被害の酷かった球磨川沿いの会員さん宅は工事中のため、9 月や 10 月は、まだ物資が搬入できる状況にありませんでした。

<2020 年県南豪雨支援 人吉最終支援日 11 月 19 日>

人吉の会員さんの家は工事の目処がたってやっと大物荷物が送れる日になりました。KSN の皆様には ご支援ありがとうございました。これでやっと県南豪雨支援の冬物支援を終了できました。本部に荷物を持参頂いた皆様、提供して頂いた皆様に感謝します。

<http://azul.sub.jp/allKSNarchives/memoofksn/sien2020Nov/sien11g19n.html>

会員の皆様、協力事業社に感謝します。

・この KSN の県南支援には朝日新聞厚生文化事業団によって支援者支援に 176800 を計上頂きました。実際の支援では述べ 20 名の支援者の交通費並びに弁当代、梱包配送料で 93050 円を使用しました。明細報告済み。

・KSN の仲間からの**義援金は 51 名の個人 10 のサロン 3 つのクラブ・サークルから合計 433669 円の募金**をいただきました。また**各回の支援物資**もありがとうございました。

・「KSN だより」に毎回支援情報などの紹介があります。2020 年 8 月号 1 p、6 p、9 月号 1 p、5 p、10 月号 1P、11 月号 2P、12 月号 6P： KSN アーカイブスから「KSN だより」よりご覧ください (会員専用 ID, パスワードをご利用ください)

【令和2年7月豪雨災害を振り返り想うこと】



～支えられて生きる ありがとう！～

KSN 1 1 7 4 湯治 清

昨年7月3日の昼間は、小雨と大粒の大雨が交合に降ったりやんだりの雨足だった。夕方からきれ目無く雨足はひどくなり、時にはバケツの水を流すかのような激しい豪雨が地面をたたきつけていた。少し心配になって来た。

避難の準備と浸水に備えて主な家財の棚上げをして家の中で落ち着かない。「普通の雨と違うなあ」と思いながら仮眠していたら、深夜、“避難せんでよかね？”近くに住む娘から電話が鳴った。すぐ起きて近くの湯浦川を確認したらまだ90cmくらい余裕があったので“まだ大丈夫だよ。”と電話した直後、“危ないですよ～！”という叫び声に、慌てて玄関の扉を開けたら、あっという間に濁流が中に流れ込んできた。ふたつある川の小さな川がもう氾濫していたのだ。

慌てて何も持たずに妹とふたりで家を飛び出し、前庭に止めていた軽トラックに飛び乗り濁流の中を避難所めがけて走った。600m余行ったら車は止まった。濁流の水位はみるみる内に増し、腰まで浸かった車内から扉を開けて命からがら脱出できた。偶然にも娘の家の近くだったので、ずぶ濡れで家に入ったら家の中も床上まで浸水していた。娘は階段から手を差し出し迎えてくれた。そして3人共2階へ駆けのぼり一夜を過ごした。

アパートの住人が危険を告知してくれて本当に助かったと感謝しています。朝起きて2階から周囲を見たら景色は一変していた。黄色く濁った泥水の湖面？は、田畑も道路も覆いつくし、駐車場の車は折重なり合っていた。腰まで浸かり歩いて家路に着いたら、前夜途中で止まった私の軽トラックは自宅の前まで流されてきていた。家の中を見て一瞬啞然とした。全ての家財がひっくりかえり汚泥で目も当てられない光景だった。何から手を付けたらよいのか分らず失望していた。

途方に暮れていた時、熊本シニアネットの皆さまの温かいお見舞、沢山な支援物資を頂き本当に助かりました。お見舞いや激励のメールや電話、そしてテレビ、扇風機、冷蔵庫、椅子、日用品、数多くの品々を遠路わざわざ何回となく届けて頂きました。熊本シニアネットの皆さまの温かい御厚意に深く感謝致します。

この場を借りて皆さまに心からお礼申し上げます。本当にありがとうございました。

忘れた頃にやってくる自然災害の怖さを体験し、多くを学びました。「今、生かされている自分は多くの人に支えられて生きている」ということです。

人様に助けられ、支えられた命、これからは、少しでも人様の為になる生き方を心がけたいと思います。

私は熊本シニアネットの仲間の皆さまに支えられたことに大変嬉しく、また、熊本シニアネットを誇りに思っております。

「コロナ禍の法事について」

前田充彦

家族が旅立って1月24日で1年が過ぎる。時は緊急事態宣言下の非常事態！一周忌をどのように行うか思案した。

家族も、孫を外し、兄弟と子供夫婦だけで、娘夫婦孫達はタブレットを通じて参加する。

そこでふと考えた。お寺さんをどうしよう？

お寺さんはいろんな檀家を回ってらっしゃる。感染の危険はないだろうか？

今回は緊急事態だから、お寺さん抜きでやるか、あるいはリモートで参加してもらう方法は取れないだろうか？と。

息子にお寺と相談してもらった。「お布施は同じ。機器はこちらで用意する」と伝えたが突然のことなので、当然断られた。

今回はお寺抜きの法要をすることにした。

お寺さんにあげてもらおうお経は、ユーチューブにある「浄土真宗・本願寺派（西本願寺）の仏説阿弥陀経」を流すこととした。

携帯電話でユーチューブにつなぎ、Bluetoothで携帯スピーカーに接続してお経を流した。読経の時間は15分38秒である。その間参列者が個々にお祈りを済ませ、一周忌の法要を終えた。ここで考えた。法事は仏壇の前で読経してもらおう行事ではないか？ならば今の時代、オンラインでやるのも選択肢としてあっていいのではないか？法事もユーチューブの読経ならいつでも簡単にできる！

これからは月命日にはこの読経を流してお参りすることにした。

KSNと私

会員番号：887 西原繁夫



退社したら旅行に行ったり山歩きにゴルフでもして過ごそうと思っていた頃 大分シニアネットの友人から熊本にも KSN というパソコンでつながってる組織があるよと教えがありました。

当時パソコンを買ったばかりで操作も手探りで KSN 加入申し込みも二日かかりでした。趣味と言えば音楽を聞いたり山登りゴルフ、ビデオカメラ位でした パソコン操作は買ったばかりで不安でした。

入会后初めて龍田サロンに参加したその時のみなさんが旧知の間柄みたいに接してくれました 当時ノートパソコンお持ちの方は殆どなく サロン備え付けのデスクトップパソコンで習い事でした サロンで習い 家で復習しますが、習ったことが思い出せず苦勞したことを思い出します。

龍田サロン以外ではハイキング、立田山散策ほか、クラブに愛好会とお誘い受ける所にビデオカメラを持参して 参加していました。入会して KSN の生い立ちや主旨などのお話しをお聞きしました 縦のつながり社会で過ごしてきた僕には KSN 入会は新鮮な感動でした。

新しい友人も広がり遊びの楽しさも増えだし 1 年過ぎたころ 初代散策部長のあとを福岡先生から「散策部長をあなたやりなさい」と仰せつかりお引き受けしました。その年 半年後に龍田支部長をお引き受けいたしました。

散策部長を 2 年務めた後 益永部長にお願いしました。平成 26 年に 8 年弱 務めた龍田支部長を交代いたしました。その後は名ばかりでしたが、本部の支部支援部長、交流企画副部長等もお手伝いさせていただきました。

永年務められた散策部長がお辞めになり候補者がいないため 再度 3 年の間 散策部長を務めてさせていただきました。KSN を創立された長谷川前代表や先輩の方々に感謝しながら 現在は入会当時のように気軽に支部、クラブに参加させていただき楽しく過ごしています。

KSNと私

会員番号：967号 大塚 正彦 (HN 游雲)



私は、転勤族で、全国20カ所の本支店を3～5年で転勤し、約10年の単身赴任生活も経験しました。1972年2月札幌冬季オリンピックが開催された時には、札幌在勤でした。2002年5月に定年退職し、故郷の熊本に帰ってきましたが、今の町内に親しい友人がいる訳でもなく、佛像彫刻、絵手紙、木工芸ほか趣味に没頭する毎日でした。

そんな時、熊日新聞で、KSNの記事を読み、2005年8月にKSNに入会しました。

当時、人気ブロガーで、ブログの女王と称された「眞鍋かをり」が、話題になっており、「眞鍋かをりのココだけの話」と云う本も発売され、ブログ本としては、異例の20万部を突破するベストセラーになったようです。眞鍋かをりのブログを訪問したこともあります。

「ブログって！どんなもの？」と、思っていたこともあり、KSNに入会してから、直ぐ、本部講習会を受講して、桜さんから「ブログの基礎」を受講し、2006年2月に「おじさん日記」のブログを開設しました。

KSNの方から熊本さわやか長寿財団「さわやか大学校」を勧められ、2006年4月に入学(15期生)し、1年間。多岐に亘る講師の方々から、いろいろなお話を伺い、更に、同期の皆さんとのボランティア活動・旅行などを通して、親交を深めました。卒業して14年も経過しますが、今でも、OB会「いちご会」として、総会・懇親会を開いています。KSNに入会していなければ「さわやか大学校」とも、ご縁が無かった気がします。

KSNからの勧めがあり、シニア情報生活アドバイザー講習会を受講し、2006年12月にアドバイザーの認定証を頂きました。

ブログについて、もっと勉強したいと思い、本部講習を行う「ブロググループ」に入れて貰いました。グループのメンバーには、詳しい方々が多くて、沢山の事を教わりました。

2008年4月から、大大抜擢で桜さんに替わり、ブロググループのリーダーになりましたが、ブログを立ち上げてから、僅か2年しかならない私で良かったのでしょうか？

それからは、本部講習会「ブログ基礎講座」をメイン講師として、そのテキストを作成し、受講生20余名の方をサブ講師4名の方と一緒に、講習会を開きました。

2010年12月からは、本部講習「ブログステップアップ講座」のメイン講師を務めました。今、振り返ってみますと、この頃が、カレンダーに予定が一杯で、校区・町内のお世話もしておりましたので、充実した日常生活を送っていたような気がします。

2012年7月には、Facebookを本名で開設しました。当時、個人情報保護法(2005年4月1日施行)もありましたが、偽名(ハンドルネーム)にした方が良かったのか？今では、チョコッと反省しています。

2013年4月からは、KSN教育普及部副部長として参画し、当時、KSN本部事務所が無かったので、アドバイザー会議や本部講習会などは、場所を変えながら実施されました。使用場所としては、イリス、市現代美術館、中央公民館、森都心プラザ、パレア、アイポートなどを転々としましたが、その会議室の予約担当をしました。

今後ともご指導ご鞭撻の程、宜しく願いいたします。

KSNと私

会員番号：1207 阪野 進 (バンエー)



早いもので、私が「熊本シニアネット」に入会して5月で数年になる。

これまで 釣り大会・餅つき大会・各サロンの勉強会などに誘われて楽しい思い出も多くあつたが、特に深く印象として心に残っているのは、益城町の木山弾正祭の花見(初参加)でサロン長だった“故なごみ様”(高橋津代美)より温かく歓迎されたこと、そして その直後熊本地震の発生で感謝の再訪ならず交流できず仕舞いのまま、なごみ様の他界を知り、今なお心残りになっている。

各種の催事やサロン報告は、その都度ネットで詳しく報告なされるが、やはり直接に参加して親交を深めることが一番だし、色々な発見もある。

日頃 シニアネットの皆さんとの集まりや、大会・サロンへの参加で楽しく老後生活を送っている処に、思わぬ「新型コロナウイルス」の蔓延でストップがかかり、閉じこもりの日々が続いているが、「コロナ禍」が下火になれば、許される範囲でお世話になりたく思っている。

今更乍らではあるが、「何事も無く普段の当たり前の生活の有難さが身に滲みる。」

今はボケ防止にと中国語教室・英会話教室・そしてパソコン・スマホの教室など挑戦中である。在職中に少しでもパソコンと向かい取り扱いにも慣れた方は、いとも簡単に操作をなされる様だが、全く初めてで、記憶力も乏しくなった高齢者の私には、幾度と教わっても上手く出来ない。子供たちや孫達に教わる事がしばしばであり、自分の能力のなさが情けなく悔しい思いである。

このパソコンとやらは、外国から導入された計算機・ワープロ?と聞くが、ここまでやるか…とばかりのアプリの配慮と精度の確実さには正直感心する。日本人向けに作り直した技術も素晴らしいし、事務・会計の簡略化・正確さで それを纏める書類づくり(報告書など)には大いに貢献しているであろう。

私もこの利点に預かろうと、機会あるごとに受講・挑戦するが、理解力が無く講師の先生にはご面倒かけて申し訳なく思うばかりである。

先の Zoom の勉強会にも積極的に参加したが、思う様にならず大変ご迷惑をお掛けした。でも有難い事にいつも何時も、講師の先生や会員の皆様より温かく優しく教えて頂き感謝の限りである。

文明の進歩は留まる事を知らず改良されて、益々便利な世の中になって来る。若い頃に出来たらいいなあ・・・と望んでいたテレビ対話も今日ではコンパクトに可能な時代となっている。

残念乍ら 世の中のスピードに付いて行けない高齢者の私のゴールは、矢張り「黙って去るのみ」であろうか? 否 そうはなりたくないと思っている処である。

K S N と私

会員番号 1496 井上 昭子 (HN;どくだみ)



私がK S Nに入会したのは9年ほど前、還暦記念で私のやりたいイベントの準備の為にパソコン教室に通っていました。夫の定年を間近に控え、今までのように月謝を払って習うことを不安に感じていた時期に、K S N会員の高田正實さんに勧められての入会でした。

龍田サロンにて先ず手掛けたのは写真の整理、それからDVD作成、ブログ作成等、また色んなクラブ活動があり何処にでも参加できるとのことで、健康のために立田山散策とデジカメクラブに参加する事にしました。現在は写真撮影が忙しくなり、デジカメクラブのみにりましたが、デジカメクラブに入部したのは、夫の退職後に東北旅行をした時に初めてコンパクトカメラを買ったのがきっかけで、写真が少し上手になりたいとの単純な動機でした。

コンパクトカメラから2年後には初めて一眼レフを購入して、折角ならば写真の勉強をちゃんとしたいと他の教室にも通いながら今は、コンテスト等にも応募したりしています。写真の腕はまだまだですが、こんなにも夢中になれたのはK S Nに入会したおかげだと思っています。

K S Nへの入会后、私は我が家で仲間と月1回の個人的なサロン、“小さな庭カフェ”を立ち上げました。パソコンで案内状を作り、ブログで宣伝して、色んな方のコンサートやギャラリーや勉強会をしてK S Nの方にも沢山の方に来て頂きました。家庭の事情等もあり丸5年で終わりましたが、また機会があれば不定期にコンサートや写真展などを計画したいと思っています。もちろん仲間の協力があって出来た事ですが、今もその仲間との交流があり、サロンをきっかけに新しい仲間が出来たことも私の人生の喜びに変わりました。

身体は間違いなく年々老いてますが、K S Nに入会したら「今日行く所がある私」、まさかこんなセカンドライフがあるとは思いませんでした。

おかげ様でパソコンやスマホも何とか使えるようになり、他の同級生よりはずっとハイカラな老人になれたのは、K S Nの仲間や写真の仲間と一緒に学び、大声で笑い、前向きに生きてゆけることに喜びを感じているからだと思います。

皆さん 一緒に青春を謳歌しましょう!!

K S N と私

会員番号 1504 富田多美子 (HN: ポンちゃん)



私が KSN に入会したのは、2012 年でした。

Kさんから会への入会を勧められてはいましたが、今一つ踏み出せないでいました。契機となったのは、所属する会の名簿作成でした。それまでは手書きで済ませていましたが、面倒だし見にくいしでここはパソコン以外にはないと、パソコン教室を調べてみました。でも、カリキュラムに沿っての学習のようで 名簿作成までたどり着くまでに半年～1 年後。そこで思い切って KSN のサロンに行きました。

龍田サロンでは 全く初心者の私にゆっくり丁寧に指導してくださり何とか名簿を完成することが出来ました。また立田山散策をはじめいろいろなクラブ、催しにも参加させていただき楽しい時を過ごしています。

去年は菊陽ゆるサロンから絵の取材を受け動画が流されました。ぼつぼつ趣味で描いてきた油絵がやっと評価されて日展に連続入選した事で、皆様の目にもとまるようになったのだと思います。ちょっと気恥ずかしい気持ちと さらに精進しなくちゃ～！との思いが募った事でした。現在まもなく搬入する東光展に向け最後の仕上げ中です。その東光展は 4 月 26 日～5 月 10 日に東京都美術館で、9 月 14 日～20 日には県立美術館分館で「東光展巡回展」が開催されます。また 7 月 6 日～11 日には「銀光展」も美術館分館で開催されます。去年はコロナで中止されましたが、今年は開催決定し少しずつですが元に戻ってきている事が嬉しく思われます。

KSN に入会して感じたことは、他人を思いやる精神が満ち溢れていると思います。ある人は自分には不必要かもしれない重い荷物を担いでのハイキング。聞けば「ひょっとしたら誰かの役に立つかも…」と涼しい顔。ある人は他人の分まで釣り道具一式を準備。やはり皆の喜ぶ顔が嬉しいとの事。

さりげなく他人を気遣う気持ちってステキですね！ いままで対価を払うのを当たり前としてきた私にとってはショッキングな事で見習いたいなと思いました。

これって先ず自分の保身第一と考える政治家にもお裾分けしたいですよ。

そうなればもっともっと住みやすい日本になると思いませんか？

今 KSN に入会して良かったと心から思います。気の合う友、仲間がたくさん出来、今まで一人では気付かなかった事に目を向けることが出来、やれなかった事ができるようになり、私の世界が一気に何倍も広がりました。支え合いの気持ち ボランティア精神を皆が共有しているのもステキ！ KSN は最高の会です。

皆様 これからもよろしくお願ひします。ありがとうございます。

K S N と私



会員番号：1 6 7 4 楠本 邦昭 (HN：池田のハチ公)

私がかねてから、パソコンの必要性を強く感じており、何度かパソコン教室に通っているうちに「熊本シニアネット」の存在を知り、即入会しました。この間にお助け塾、パソコン教室、講演会等々に参加させて頂き先生方の見識に驚き、自分の至らなさを痛感し自身の発奮の材料とさせて頂きました。まだまだ発展途上でありますので、皆様方のご指導ご鞭撻をよろしく申し上げます。

ご存知のように 昨年 7 月人吉球磨、芦北地方を中心とする大災害があり多数の被害が発生しました。私の出身地芦北町も例外にもれず大きな被害を受けました。何かをお手伝い出来ないものかと模索していたところ色見様から「BHN」のボランティア活動のお誘いがありました。


現在コロナ禍で具体的な活動は出来ませんが、4 月頃には具体的な活動計画があり地元へ貢献できるものと期待している所であります。

私はまた、立田山散策クラブに所属しています。週 1 度、2 時間程度の散策「自然と仲間とのふれあい」をモットーに散策を楽しんでいます。健康管理はまず自分からの発想で多くの散策仲間と共に進んで行きたいと思っています。

県庁退職後、これまで温めていた絶滅の危機にある「日本みつばち」の保護育成活動に努めています。平成 26 年に「日本みつばちを守る熊本の会」を立ち上げまして、巣箱作り等各種イベントに参加させて頂き環境保全の大切さを訴えています。

現在 1 0 0 名を越す会員となり 月 1 回の例会には常時 3 0 名程度の仲間が課題を持ち寄り自由に議論しています。

興味のある方はぜひご入会をお待ちしています。

 会員名刺でご挨拶

今年も多くの皆様のご協力をいただきました
有り難く感謝申し上げます (会員番号順)

名刺担当一同



熊本シニアネット会員番号15

福岡 寿夫

熊本市北区龍田弓削 1-18-64
Tel&Fax 096-339-5926
hfukuoka@hyu.bbiq.jp

 熊本シニアネット KSN ハム同好会
No 19 **JA6ONQ**

好きなことを追いかける人生を！
長谷川 博 (北北東)

<http://azul.daa.jp/>
E-mail: shiro@ac.mbn.or.jp

熊本シニアネット会員 No.91

常にプラス指向で人生に挑戦する百姓



坂本 龍虹

867-0032 水俣市江添 1072-11
Tel: 090 - 2395 - 8023
E-mail: sakamoto.ryuukou@rouge.plala.or.jp

熊本シニアネット会員 No 128
シニア情報生活アドバイザー

安藤 實奈子 (アンちゃん)

〒861-3107 上益城郡嘉島町上仲間 63
Tel・Fax 096-237-0845
E-Mail andou375@agate.plala.or.jp

 135  シニア情報生活アドバイザー

58sakura@kbf.biglobe.ne.jp
運営ブログ・気ままにデジカメ散歩
<http://sakura6012.exblog.jp/>




〒861-4173
熊本市南区御幸木部3丁目

ようこそかえるワールドへ
白川のカエル

たゆまず学び 夢と希望を

カエルのメール
gmkaeru@gmail.com
mekaeru5@icloud.com
カエルのブログ 青空カエル3
<http://sinkaeru3.exblog.jp/>

KSN 会員No.197 HN:白川のカエル

 No 271・628

むつごろう & かおる
(蓮尾 誠助)

E-mail: mutu83@sgr.bbiq.jp
kaoruko@sgr.bbiq.jp
携帯: 090-5287-2125


熊本シニアネット No.274



リンドウ



Mail: sonoda-f@nth.biglobe.ne.jp
URL: <http://rindou.exblog.jp/>

 熊本シニアネット No.293
シニア情報生活アドバイザー

相談役 坂崎 誠一

〒861-8084 熊本市北区清水志倉 2-1-11
Tel 096-343-7967 携帯 090-7982-7648
Email sakatyan1@gmail.com

KSN No 314

KSNゴルフ副部長

オリーブ

携帯：090-9072-1991

E-mail：olive.nori1218@gmail.com



photoshop - 7559441

熊本シニアネット 会員 No.378

シニア情報生活アドバイザー

くー子



e-mail：tiger-kumi-38@jcom.zaq.ne.jp



熊本シニアネット会員 No.462

阿蘇南郷サロン長

阿蘇望亭

Mail inamasu7@oregano.ocn.ne.jp

URL <http://asobotei.sakura.ne.jp/index.htm>



熊本シニアネット 会員 NO 666

シニア情報生活アドバイザー

古賀 豊
(HN:こがダンちゃん)



e-mail sktygk7442@gem.bbiq.jp

ブログ <http://kdantyan.exblog.jp>

熊本シニアネット会員番号 752

シニア情報生活アドバイザー

色見 高司

〒862-0954 熊本市中央区神水 1 丁目 16

TEL : 096-386-0335

E-mail：shikimi@bronze.ocn.ne.jp

熊本シニアネット 会員No.763

シニア情報生活アドバイザー

田中 保而 (のらのら)

E-mail: yasush6@cap.bbiq.jp

〒860-0054 熊本市西区八島

イングリッシュ ビレッジ
新 ENGLISH VILLAGE

英語で開く、人生の新ページ！

(KSN852、菊陽ゆるサロン長)

田中成美 (ミルク)

✉milkworld2008@gmail.com



熊本シニアネット 会員番号 887

龍田支部スタッフ

西原 繁夫

〒860-0862 熊本市中央区黒髪 7 丁目

TEL : 096-338-7880

E-mail: sgo-kmkr@sky.plala.or.jp



熊本シニアネット会員番号 891

シニア情報生活アドバイザー・機器管理部

尾形 邦彦

〒869-1102 菊池郡菊陽町大字原水

TEL 090-7445-8222

E-mail kfckr404@yahoo.co.jp



会員番号 895

シニア情報生活アドバイザー

メロウ・マイスター

加藤 公彦

熊本市東区湖東 3 丁目

TEL (096) 367-2279

E-mail: kkkato@forest.ocn.ne.jp

熊本シニアネット 会員 No.928
シニア情報生活アドバイザー
機器管理部

橋本 求名生

〒861-8003 熊本市北区楠 1-17-5
TEL・FAX 096-338-2241
E-Mail : k_hashijp@ybb.ne.jp

熊本シニアネット (会員 No.939)

シニア情報生活アドバイザー

中村 悦子

E-mail : naka-e@xd5.so-net.ne.jp



KSN 熊本シニアネット(No.967)←
シニア情報生活アドバイザー←

大塚 正彦←

ハンドルネーム← ゆうらん←
游雲←

Eメール← masa1753@hotmail.com←
ブログ← http://mako1753.exblog.jp←

KSN 熊本シニアネットNo.1029

近峰あるこう会
日本おもちゃ病院協会ドクター
熊日フォトサークル会員

益 永 秀 樹 (Massさん)



Mail : dekimasu_h@yahoo.co.jp
Phone : 070-3987-3271

KSN 熊本シニアネット
No.1033



ローズマリー 田上 信子

E-mail:
tanoue.nobuko022@gmail.com

KSN 熊本シニアネット NO 1057
シニア情報生活アドバイザー
ハーモニカ演奏ボランティア



福田 徹志 (HN ふくちゃん)

860-0066 ☎080-6452-6348
熊本市西区新土河原 1-8-25
E-mail tetu9813@yahoo.co.jp

熊本シニアネット 会員番号 1063
シニア情報生活アドバイザー

中尾 剛

〒862-0942 熊本市東区江津 2-25-13
TEL : 096-363-4078
E-mail : t-nakao@jcom.zaq.ne.jp



熊本シニアネットNo.1069
釣りクラブ部長

匠 伯 ショウハク (松村勝博)

☎: 090-4340-8906

Eメール: fge931165@ser.bbia.jp
ホームページ: http://turi.ksnweb.org/
ブログ: https://kuwamizu.exblog.jp/

熊本シニアネット 会員No.1074
シニア情報生活アドバイザー
龍田サロン長・ハイキングクラブ部長

野中 政輝 (中ちゃん)

〒861-1102 合志市須屋 1500
Tel & Fax : 096-242-2862
Email: masateru-nonaka@msi.biglobe.ne.jp
Blog: http://nakathan.exblog.jp

KSN : 1084

シニア情報生活アドバイザー

鶴田 久穂

HN : ドリーム

869-5563 葦北郡芦北町湯浦
TEL : 0966-86-0065
E-mail : hs8665@world.ocn.ne.jp



KSN No. 1095
シニア情報生活アドバイザー

スマホアドバイザー

ときまま

作田 トキ子



携帯：090-9305-5955
E-mail: tokimama38@gmail.com
ブログ：ときままのひとりごと

熊本シニアネット 会員No.1101
シニア情報生活アドバイザー
☆繁忙な日々が冥途の土産花☆

徳留 和憲 (愛 飢男)

〒862-0913 熊本市東区尾ノ上1丁目
Phone: 090-4981-0541
E-mail: aiueo33@sky.plala.or.jp

KSN 熊本シニアネット会員番号1165
シニア情報生活アドバイザー
玉名サロン

岩瀬 清治

〒865-0005 玉名市玉名
Tel: 0968-72-2878
Email: kiyo1208@lime.ocn.ne.jp

KSN : 1174

シニア情報生活アドバイザー



湯治 清 ゆうちゃん

869-5563 葦北郡芦北町湯浦
TEL: 0966-86-0268
msopi73657@yahoo.co.jp

熊本シニアネット 会員 No.1182

渡辺 健二

〒860-0073 熊本市西区島崎6丁目
TEL: 096-356-5708
E-MAIL: k.wtnb89@jcom.zaq.ne.jp

KSN 熊本シニアネット NO 1187
シニア情報生活アドバイザー

田中千鶴子
(カサブラシカ)



E-mail: feliz-tanaka@nifty.com
<http://kasa878732.exblog.jp/>

熊本シニアネット・会員No.1196
シニア情報生活アドバイザー
キッズプログラミング普及委員会会員

井 宮 都

携帯 090-9406-2807
E-mail: imiyakopc@yahoo.co.jp

KSN 熊本シニアネット No.1207

ボケ防止と健康維持の為 大いに
クラブ活動に参加しましょう!



阪野 進 (バンエー)

熊本市中央区黒髪5丁目
携帯 090-5480-8868
Email ssm_sakano@ybb.ne.jp

KSN 熊本シニアネット NO.1226



加倉井 まゆ子
(HN ゆうすげ)

Email mayu1818@gem.bbiq.jp

KSN 熊本シニアネット: 1474・1229



☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆
K&H.YAMAGUCHI
山口 浩一&博子 <彼岸花>
higanbana@ant.bbiq.jp
080-6445-8123

☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆☆

KSN No 1241

H.N **わ 二**
(内田 和子)



携帯 : 090-9490-0258

E-mail: wako.happyness@i.softbank.jp

KSN 熊本シニアネット会員

会員番号 1258

ま る べ



Email: shak15147113@icloud.com

熊本シニアネット No.1278

シニア情報生活アドバイザー

廣 井 均

HIROI HITOSI

〒861-3201 上益城郡御船町陣

TEL・096-282-3695

E-Mail : hitoshih@pop16.odn.ne.jp

KSN No 1297

シニア情報生活アドバイザー

花立のター坊



携帯 : 090-6897-8572

E-mail: takaki-masami@outlook.jp

ブログ : ター坊の愉快的な農的生活

KSN

熊本シニアネット 会員No.1309

シニア情報生活アドバイザー

ヨーク



E-mail : spb725d9@guitar.ocn.ne.jp

KSN

No 1338



H.N **白 い 猫**

(城 萬里子)

E-mail : shiroi_neko2010@yahoo.co.jp

KSN

熊本シニアネット

会員番号 1390

♪ ハワイアン之歌とダンスで
ボランティア〜♪

遠藤 比済子

H.N チャコちゃん

hisako-1124@orion.ocn.ne.jp



熊本シニアネット

会員番号 1426

澤田 日出夫

(HN:ジュリー)



ご参加を待っています

パークゴルフクラブ : 自然の中で交流&健康増進

E-mail : rsc85963@nifty.com

KSN

熊本シニアネット会員 No.1437

富 田 豊 喜

〒862-092 熊本市中央区帯山 4

Tel : 096-387-3351

熊本シニアネット 会員No.1449

シニア情報生活アドバイザー

小 松 功

〒861-2232 上益城郡益城町馬水 856-8

TEL : 080-5247-4832

E-mail : ksn.aquarius@jcom.zaq.ne.jp



熊本シニアネット

会員番号 1454



冬 董 (ふゆすみれ)

Email: rsr35706@nifty.com

純手打ち10割蕎麦 石臼挽き自家製粉

『そば処ひらやま』 & 『革工芸品』

営業日: 第2・4土・日曜日のみ
11:30~14:30頃 要予約!!

店主: 田島恒男
146 ライオンマン

☎ 861-0556

熊本県山鹿市平山 3900-20 (湯の葉山別荘内)

携帯 090-8919-0179

http://lionman2.jimdo.com



熊本シニアネット 会員 No.1477



浦河 緋佐子

熊本市中央区中央区十禅寺1丁目

Email: hurakawa@jcom.zaq.ne.jp



Ksn: 1496 デジカメクラブ

どくだみ

参加者募集中!

井上 昭子

dokudami1950-9@tau.bbiq.jp

合志市豊岡

☎ 090-4516-8070

ブログ 私の人生 dokudami5



熊本シニアネット No: 1504



富田 多美子

HN: ポンちゃん

E-mail: nzspo68417@yahoo.co.jp

熊本シニアネット 会員番号 1519番

赤星 香世子

HN まーゆ



Mail: akahosi.kayoko@white-plala.or.jp



熊本シニアネット

会員 No.1526

廣田 邦子

(くにちゃん)

メール

pkuni_kuma_6_4_28@yahoo.co.jp



熊本シニアネット No.1527

山田 久敬

HN: ezuya.hisayoshi

熊本市南区画図町下無田

Tel 090-2711-4478

E-mail: ezuya77ymd@outlook.jp



熊本シニアネット

会員番号 1534

阿蘇南郷サロン

うめちゃん

Email:

umeka0412@yahoo.co.jp



熊本シニアネット会員: 1535

阿蘇南郷サロン

のぶちゃん



Email:

hanashinobu777@yahoo.co.jp

KSN 会員番号 1550

嘉島サロン副支部長



嘉島の元青年です！

田中 一英

☎861-3107 上益城郡嘉島町上仲間
E-mail:kazuhide@ark.ocn.ne.jp

KSN 熊本シニアネット会員

会員番号 1570



そらジ

前田 充彦



maeda.mitsuhiko@amail.plala.or.jp
861-8002 熊本市北区龍田町弓削



熊本シニアネット・No1596

ヒーロー

伊藤 博子



E-Mail :

hirotyann8510@yahoo.co.jp



熊本シニアネット

会員番号 1641



瑞花



Zuika.yumi_0221@jcom.zaq.ne.jp



熊本シニアネット

No 1670

キャンカーでシニアライフを
エンジョイしています。

自遊人倶楽部

大田 米男



TEL : 090-5924-1730

E-mail : yoneo0511abcde@yahoo.co.jp



熊本シニアネット No.1682

Miyamoto Kaneo

宮本 金生 (HN : きんせいさん)

〒861-8006

熊本市北区龍田

TEL : 096-337-2285

E-mail kh-miya@sweet.ocn.ne.jp

熊本シニアネット 会員番号 1706



工藤たか子 (HN : 真珠)

Eメール takako0276@ezweb.ne.jp

熊本シニアネット

会員番号 1713

有田 恵美子

(HN えみちゃん)



Email : coroco.yellowcat.706@ezweb.ne.jp



No: 1717

アンパースルーム代表

今村 幸生

携帯 : 080-5263-3363

E-mail : happ@lib.bbiq.jp



熊本シニアネット

No,1718

ミクミク

本田 滋子



E-mail:

mik78mik7878@gmail.com



No 1720

大和印刷代表取締役会長

島田 修二

携帯：090-3192-3343

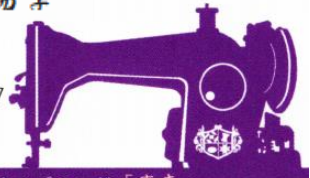
E-mail
shimacyan1720@gmail.com

LADY'S TOTAL FASHION
オートクチュール

セリーヌ

KSN No:1723 **花瑞季**
大石 和子

〒862-0924熊本市中央区帯山3-18-17
Tel:096-382-1960
携帯：090-9568-1960



お仕立・お直し・オリジナルブランド「嘉寿」
洋裁教室「華サークル」帯山・水前寺・大津
着付教室「花瑞季」ハナミズキ



会員番号 1729

石橋 義雄



〒862-0947
熊本市東区画図町重富706-
☎ 090-2125-8914
Yoshio_220103@yahoo.co.jp



熊本シニアネット

No,1757

木 瓜 寺岡真佐子



E-mail:
teraoka.aoi@wine.plala.or.jp

県知事許可(般-22)第9985号

Su Mi Ken **住 建**
住 永 信 雄

〒861-2102 熊本市東区沼山津1丁目16-3
TEL・FAX(096)369-6700
E-mail:sumiken.p-h@rainbow.plala.or.jp
090-3736-5629
E-mail:sumiken55@ezweb.ne.jp



熊本シニアネット

会員番号 1788

まこちゃん



E-mail:
matsuko.19520428@gmail.com



No.1819 **川 浪 統**

HN: **OK**



趣味: 内外のミステリ・古典の読書・海
今年の目標:ドローン

E-mail: kosamu2011@jcom.home.ne.jp



熊本シニアネット

会員番号 1836

前田 裕一



HN: maedayuichi

E-mail: yuichimaeda32@gmail.com



会員番号 1837

国府の夕二さん
谷村 真



E-mail: mkt.t05@docomo.ne.jp

他に 匿名ご希望

2名さま

昨年からお会いすることが
難しい日々が続いています
いつときも早くコロナの終息が
来ることを願ってお元気で！！





2017年4月から再開
しました。

ギャラリーカフェ

AZUL (あすーる)

金・土・日・祭日週末営業

金は11時半～ 土日・祭日は10時～17時まで

珈琲・軽食・ランチあります。

<http://azul-cafe.site/>

[paypay 利用できません]

所在地 熊本県阿蘇郡西原村小森 1755

電話 (金土日) 096-279-1560

メール shiro@ac.mbn.or.jp

携帯 090-8405-7125

◎新道で塩井社湧水へ登って・・農家民宿「ひろせ」様上の三叉路を山側へ 300m

◎時々 熊本シニアネット俵山サロンとして利用 (責任者: 会員 No19 長谷川博)



夢咲き案内人 行政書士・マンション管理士

村上法務事務所

業務内容

遺産相続手続き代行、遺言公正証書作成支援、成年後見（任意）支援、離婚相談、高齢者施設探し支援、見守りサービス、散骨や墓じまい、不動産に関する相談・手続き、各種契約書作成、老い支度、終活、その他法的問題など。

とくに、相続人の所在が不明などで遺産分割協議が難航している場合や、永年解決されないままの遺産相続など、困難事例はお任せください。



村上泰幸

熊本シニアネット正会員 No1489、NPO法人成年後見安心サポートネット熊本理事、一般社団法人熊本県精神障がい者福祉会連合会理事、成年後見人、マンション管理士、マンション管理業務主任者、宅地建物取引士、行政書士

【熊本市東区戸島西1丁目31番15号】

☎ 368-4891

出張相談
無料!!

Email: u2p2jn@bma.biglobe.ne.jp (相談無料)

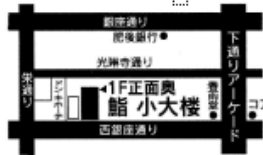
魚とあじ

昼のお献立(税別)		夜のお献立(税別)	
上にぎり	¥2,500	上にぎり	¥4,500
特上にぎり	¥4,000	特上にぎり	¥6,000
鯨会席(肥後菊)	¥3,500	鯨会席(肥後椿)	¥8,000
鯨会席(肥後菖蒲)	¥5,500	鯨会席(肥後六花)	¥10,000

(税抜き表示です)

■営業時間/昼 11:30~14:00 (水曜日のみお休みさせていただきます)
 夜 18: ~22:00(ラストオーダー)
 ※御来店の前に電話でのご予約をお願い致します。

■定休日/日曜日 (会席はご予約のみ)



鯨小大楼

こたろう

〒860-0807 熊本市中央区下通1-11-21 ロフティ西銀座ビル1F正面奥
 TEL096-355-8668
<http://sushikotarou.com>



(No.926 HN .ヨソさま)



まろやか特製ソースが命！
 幅広い層に愛される味



—Shop data—

- ◆ 東区花立 4-1-1 ☎096 (367) 8208
- ◆ 営業: 11時~14時 OS、18時~23時 (OS22時)
- ◆ 店休: 木曜 ※ 席 60席 駐車場 3台

Ksn 会員 No 1794 藤本博 (HN: なにわや)
 会員 No 1817 光代



蘇州ビル 3 階に移転しました。



音懐かしカラオケ BAR
まめ輔

アルコール飲み放題！
カラオケ歌い放題！
おつまみ付き！

3 時間 3000円 <small>(税込)</small> <small>テーブルチャージ0円</small>	1 時間 1500円 <small>(税込)</small> <small>テーブルチャージ0円</small>
---	---



音懐かしカラオケ BAR
まめ輔

カラオケ歌い放題！
14時～18時

ソフトドリンク 飲み放題 1500円	アルコール 飲み放題 2000円
---	---

※税込 生ビール500円

まめ輔 (各種カード払い可)
〒860-0807
熊本市下通 1-5-1 蘇州ビル 3 階
Tel 090-5736-7538
Sakutaaaisuke0425.summon.jp/

昼間も始めました。
前日までご予約下さい。

Ksn 1095 **ときまま**
Tel 090-9305-5955



商業空間デザインルーム
商業施設設計・施工・監理
Proposal プロポーサル

白濱實

〒869-1112

熊本県菊池郡菊陽町武蔵ヶ丘北 1 丁目 11 番 7 号

TEL/FAX096-342-7002

H.P:090-4513-0867

e-mail:sirahama@hi.enjoy.ne.jp

Ksn 会員No.1738 HN : HAMA



Sun
Printing

各種印刷・企画・制作
サンプリント

代表 **中 鶴 辰 雄**
NAKATSURU TASTUO

小ロットから
承ります

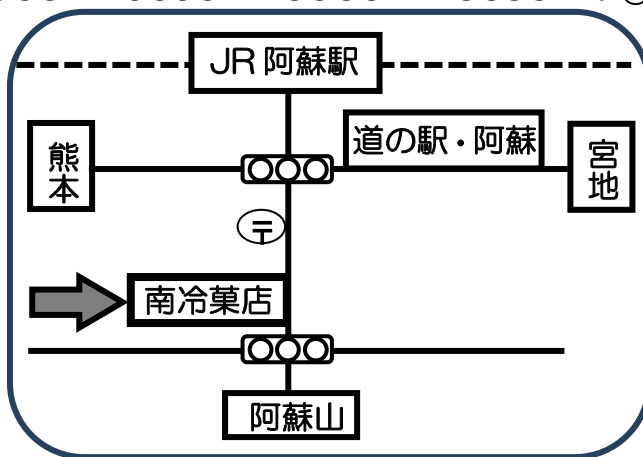
〒861-2402
阿蘇郡西原村小森3584-22
TEL/FAX : 096-279-1538
携 帯 : 090-9402-7509
Eメール : hkr.aso@gmail.com

営 業 品 目

- ・ チラシ ・ 封筒 ・ 伝票 ・ 名刺 ・ シール
- ・ フォーム伝票 ・ 冊子 ・ 看板 ・ のぼり
- ・ ハガキ ・ 新聞 ・ 包装紙 ・ カレンダー ・ 袋

KSN 会員 No.936
シニア情報生活アドバイザー

冷 夏 (園田 恵美子)
southerncross@aso.ne.jp



角氷各種・昔なつかしアイスポンポンを作っています

阿蘇登山の折はご賞味ください

東登山道路(旧坊中線)

南 冷 菓 店
Reika

〒869-2225 熊本県阿蘇市黒川 1519
TEL 0967-34-0956



介護付有料老人ホーム

ホスピタルメント 桜十字

いまが、いちばん。

ホスピタルメントで過ごす「今」が、
ここで暮らすお一人おひとりにとって
自分らしく、しあわせな時間でありませう、
心からサポートいたします。



在宅介護をされている方

退院後をお考えの方

高齢者住宅をお探しの方



24時間365日、
看護師と介護士が常駐します



医師が定期的に
訪問します



体調に合わせて
お食事をご用意します



介護度が変わっても
お住まいいただけます



下記の状態の方もご相談ください。

在宅酸素呼吸が必要な方 褥瘡(床ずれ)処置が必要な方

胃ろう(PEG)の方 膀胱ろうの方

気管切開の方 認知症の方

尿管カテーテル留置の方 透析を受けている方

桜十字病院がサポートします 痰の吸引が必要な方 自己注射(インスリン等)が必要な方 他

どうぞお気軽にお電話ください。 **0120-206-233**



社会福祉法人 熊本菊寿会

《事業案内》

● 特別養護老人ホーム さわらび

食事や排せつなどで、常時介護が必要で自宅では介護が困難な高齢者が入居します。介護保険の施設サービス計画にもとづく食事、入浴、排せつなどの介助、日常生活上の支援、機能訓練、健康管理などを受けることができます。

事業所番号 4370103113

● ショートステイ さわらび

一時的に在宅での日常生活がお困りな高齢者などが、短期間宿泊しながら介護や機能訓練を受けることができます。〔食事、入浴、排せつの介助、機能訓練、送迎〕

● 居宅介護支援事業所 さわらび

事業所番号 4370103097

介護保険サービスを受けるための要介護・要支援認定の申請のお手伝い(申請代行)を行って、介護を受けるためのご相談を受けることができます。介護を受けるための介護計画(ケアプラン)を本人や家族に代わって作成します。安心して楽しく生活ができるようご支援致します。

● デイサービスセンター さわらび

事業所番号 4370103105

利用者のご希望に沿ったイベントを取り入れた四季折々ドライブに出かけたり、広い中庭で散歩したりゆっくりお茶を飲んだり会話の弾む明るいところです。職員も一緒に楽しみ思い出をたくさん作れるようにします。

● さわらびⅡ 介護付有料老人ホーム

契約金0円、入居一時金0円、全室個室 20.4㎡、安心サポート体制、医師の24時間対応、介護5まで入居可

居室料	35,000
管理費	30,000
食事料	56,100 30日計算税抜き
敷金・違約金	なし
介護費用	自己負担1割.2割.3割

KSN 龍田サロンがお世話になっています

〒861-8002 熊本市北区弓削4丁目8番地1号

TEL(096)386-3855 FAX(096)386-3837

基本理念-三つの和
「利用者との和」
「地域との和」
「職員の和」



 社会福祉法人 真光会

ksn 西部支部（サロン）がお世話になっています。

高齢者総合福祉施設

三和荘

熊本市西區城山大塘4丁目1番15号
TEL：096-329-6500（代表）
FAX：096-329-6710
<http://sanwaso.jp/>



- ◆特別養護老人ホーム三和荘
- ◆三和荘短期入所生活介護事業所
- ◆三和荘通所介護事業所
- ◆三和荘ケアハウス
- ◆グループホーム三和の邑
- ◆三和荘訪問介護事業所
- ◆三和荘居宅介護支援事業所



高齢者福祉事業所 三和苑

- ◆グループホーム三和苑
 - ◆三和苑デイサービスセンター
- TEL：096-329-3317 TEL：096-329-2411
熊本市西區城山下代3丁目6番2号 熊本市西區城山下代3丁目6番5号



高齢者福祉事業所 出水

- 熊本市中央区国府2丁目6番91号
- ◆グループホーム出水
 - ◆デイサービスセンター出水
- TEL：096-375-3009 TEL：096-375-3040



熊本市高齢者支援センター
 ささえりあ三和
(熊本市西1地域包括支援センター)
TEL：096-329-6743
熊本市西區城山下代4丁目
10番16号B室

※城山・高橋・池上校区を
担当しています。

社会福祉法人 千寿会

ゆう ゆう

悠優かしま



上益城郡嘉島町上仲間字皆本 151-1

- 特別養護老人ホーム
- デイサービスセンター
- ショートステイ
- 居宅介護支援事業所
- 介護付有料老人ホーム

特別養護老人ホーム悠優かしま



〈地域密着型介護老人福祉施設〉 TEL 235-2301

コミュニティハウス悠優かしま



〈介護付有料老人ホーム〉 TEL 234-8101

自宅ではないけれど、ここに自分の居場所がある。
自分のペースで毎日を過ごせる。
そんな「自宅ではない我が家」を目指しています。

法人名 : 社会福祉法人 千寿会

所在地 : 熊本県上益城郡嘉島町上仲間 1 5 1 - 1

ホームページ : youkouen.com

事業所 : 特別養護老人ホーム悠優かしま (29床)

悠優かしま短期入所生活介護 (10床)

コミュニティハウス悠優かしま (30床)

デイサービスセンター悠優かしま (各30名)

悠優かしま居宅介護支援事業所

※特別養護老人ホーム悠優かしまは嘉島町に住所がある方が対象となっています。



プリザーブドフラワー



生花



渡す人、受け取る人、双方に至福の瞬間を。
その思い出を FLOLUV で作ってみませんか？



FLOLUV

〒860-0807

熊本県熊本市中央区下通1丁目4-15


TEL : 096-273-7373

FAX : 096-273-7375

営業時間/月～木 14:00-21:00

金・土 14:00-23:00

日曜定休日

 Instagram @floiu—

ムサシさんのお孫さんのお店です。



社会医療法人ましき会

益城病院

MASHIKI HOSPITAL

〔日本医療機能評価機構認定病院〕

益城病院は、心の専門病室とスタッフの自立を
益城を合せて、病気の患者さんやご家族の安心
心をサポートし、大切な支えを分らなくして暮
らすよう支援していきます。

診療科目 〔精神科・心療内科
小児科（児童思春期）・歯科〕

理事長：犬飼 邦明 院長：渡邊 信夫

〒861 - 2232

熊本県上益城郡益城町馬水123

TEL 096 - 286 - 3611

電話受付 9:00 - 12:00/13:30 - 17:00

診療受付 9:30 - 13:30



社会医療法人ましき会

ひろやすクリニック

ひろやすクリニックは、地域の一次医療の担
い手として内科全般の初期治療および慢性疾
患の管理並びに皆様の健康管理に努めます。

診療科目 〔内科・消化器内科・循環器内科〕
〔呼吸器内科・糖尿病内科〕

院長：永田 美与

〒861 - 2233

熊本県上益城郡益城町惣領1530

TEL 096 - 286 - 3636



社会福祉法人 ましき苑

花へんろ

花へんろには、特別養護老人ホーム、ショートステ
イ、デイサービス、居宅サービス支援事業所、養護
老人ホームの5つの施設があります。
お気軽にご相談ください。



〈特別養護老人ホーム花へんろ〉

〒861 - 2233

熊本県上益城郡益城町惣領1670

TEL 096 - 287 - 8706

〈養護老人ホーム花へんろ〉

〒861 - 2221

熊本県上益城郡益城町赤井1800

TEL 096 - 286 - 2075

パソコン工房 熊本店

店舗情報

郵便番号	〒862-0968
住所	熊本県熊本市南区馬渡2-13-7
電話番号	096-334-0780
ファックス	096-334-0781
メール	kumamoto@pc-koubou.co.jp
営業時間	11:00-19:30
駐車場	あり
定休日	年中無休



パソコン(PC)・ハードディスク(故障・トラブル) 解決!

熊本でパソコン(PC)の・ハードディスク(故障・トラブル) 解決! 専門店ならではのリーズナブルで高品質、安心のサポート対応 パソコン工房にお任せください。 NEC・富士通・DELL・SONY・Panasonic・HP・Lenovo・東芝・Acer・Asus・MSI・mousecomputer・iiyama・FRONTIER・HITACHI・TSUKUMO・ドスパラ製パソコンのお持込による修理を承っております。他店購入品、保証期限内・外問わずご相談を承ります。また、故障修理だけでなく様々なトラブル解決からメモリの増設・HDD(ハードディスク)の交換・データ復旧・ウイルス対策からウイルス駆除・フィッシングサイト対策などのセキュリティ対策はもちろん、ノートパソコンのバッテリーリフレッシュ、液晶リフレッシュまでパソコンのアップグレードも受付しております! マイクロソフト認定プロフェッショナル技術資格(MCP)を取得した150名以上のスタッフをはじめとする、全国のプロスタッフがお客様のパソコントラブルを的確に修理サポート! アップグレード・修理・サポートまで「専門ショップならではの」リーズナブルで安心・高品質なサービスと、トラブル・修理・故障対応でパソコン初心者の方でも安心してご利用頂けます。熊本でパソコン(PC)の修理(故障・トラブル)のことならパソコン工房 熊本店が安心です。ご来店お待ちしております。

「パソコンの調子が悪い・・・」「ウイルスに感染してるかも・・・」「インターネットに接続できなくなった。」「パソコンの外装をきれいにしたい」など、パソコンで困ったことがあったら、悩む前にご相談ください。パソコン工房でご購入のパソコンはもちろん、他社製のパソコン、メーカーパソコンなどお客様がお持ちのパソコンを500円ワンコインでクイック診断致します。パソコンの修理は、パソコン工房にお任せください。



熊本シニアネット機器管理部 推薦店

会員証ご持参ください

流通団地 けやき通り

パソコン工房 熊本店

高齢者・障がい者の 安心 を追求する NPO 法人 成年後見安心サポートネット熊本



「終活」の一つとして「任意後見制度」の利用をお勧めします。
今は元気。でも、10年先はどうでしょう。
病気・認知症・葬儀・お墓などの老後の不安に備えて、
支援をしてくれる人との間で支援してほしい内容を
あらかじめ決めておく制度が成年後見制度の任意後見制度です。

成年後見無料相談会

《相談事項》 ※ 成年後見制度(法廷後見・任意後見)
※ 相続 (財産分割)、遺言、財産管理
※ 葬儀・納骨等の死後事務

日 時／ 令和3年4月27日(火)・5月25日(火)
午前10時～午後3時
場 所／ 『ウェルパルクまもと』(熊本市交通局跡)
1階 あいぽーと(熊本市中央区大江5-1-1)
相 談 員／ 安心サポートネット理事長、正会員
主 催／ NPO 法人 成年後見安心サポートネット熊本
お問合せ先 / 当法人 事務所まで
電 話 : 096-288-3292
FAX : 096-288-3293
熊本市中央区上林町1番28号

上通センタービル305号
(上記NPO法人事務所では、毎日無料相談を受け付けております
ので、お問合せ下さい。ただし、土日、祭日除く。)



KSNの毎日の活動をHPに掲載しています
「ksn」で検索 アクセスしてご覧下さい。

URL = <https://ksnweb.org/>

HPの内容

- シニア情報室から知って得する情報の案内
- 入会&退会&アドレス変更の受付
- 行事予定カレンダー（本部、支部、クラブ）
- 本部事務所利用カレンダー
- 教育普及部パソコン教室(本部講習)の案内と実施状況
- 保健、福祉、医療のおしらせ
- シニアネット会員のホームページ及びブログの紹介
- その他いろいろ

メールリングリスト

- KSNメールリング ksn@fml.kumagaku.ac.jp 登録制
(会員相互のコミュニケーションに活用しています)
- のんびりメールリング nonbiri@ml.ksn.sub.jp 登録制
(メール数が少な目の、のんびりタイプです)



熊本シニアネット

本部事務所 〒861-3106

上益城郡嘉島町上島2198-1 クイーンズマンション103

事務局メールアドレス jimukyoku@ml.ksn.sub.jp

電話番号 096-285-7230