

採れたて!!

わかごぼうのニュース

No.43

発行 2017年10月
八尾市パーソナルサポートセンター
大阪府八尾市本町 1-4-1-201
TEL:072-999-7900

そういう意味のパワースポット



パワースポットを巡って元気になる。確か、そんな企画だったので、場所決めですが、「家電」「パソコン」「周辺機器」が元気になるキーワードとして上がりました。いや、確かに「パソコン」上がりそうですけど。じゃあ、ヨドバシ行きますか。いつもより早い時間に集合して出発です。が、いきなり駅で切符の買い方がわかりません。そういえば最近切符買う機会が減りましたよね。習慣は恐ろしいわ。出発から一時間でヨドバシカメラに到着。さて、と、あえず最上階からぐるぐる回りますか。複数ビルになっていて各階には様々なアイテムがあり、話題が変わって会話が弾みます。食生活・スーツ・結婚式・スポーツ・旅行・女性との買い物の付き合い方など順調に盛り上がり、いよいよ家電エリアに入ります。IHとガスの違い・トースター・談義・食洗器・発酵器・高性能レンジと話題は尽きません。

そしてその場所へ足を踏み入れたのです。音響ゾーン。「ハイレゾって何?」「ハイレゾリューションオーディオっていう、より一個上の音質でええやつ。でも、正直オカルトな状況かと。何がええのかはわかってるけど耳で聞こえるのは結構アバウト。」「どういうこと?」「科学的には上なんやろうけど、耳でいうといい音質に聞こえる人もいればわかんない人もいます。見る人には見えないのと同じ。聞こえる人には聞こえる。だから、オカルト。」なるほど上手いこと言なあ。イヤホンとヘッドフォンの違いについても説明してくれました。「この辺は歌手がレコーディングで使うやつで、こっちはDJ用。」他にも様々なヘッドフォンがあり適宜わかりやすい説明が入ります。ガイドのおかげで楽しいです。「オープンとかセミオープンとかどう違うの?」「耳の部分の形が違う。重低音は密閉型の方がより響くから。」「ああ、なるほど。ところでなんでそんなに詳しいの?」「いやあ、そんなに。」「そうかなあ?」「けっこう詳しいと思うんですけど。」

眼を開けば全てが活力源は意外と近くに



わかごぼうは

失敗できる場所

家とは違う場所へ出かけた。でもいきなりは不安。お話できなくても一緒に過ごしてみよう。失敗しても構いません。そこからたくさんのことを学べるから。

あつごぼうはなりました

農園で採れたトウガンとヤマイモの赤ちゃんであるむかご、それから分けてもらった苗から採れたオクラにゆうめん、むかごぼん、オクラと水ナスの煮浸し、あと秋鮭のお刺身とホイイル焼きの全五品です。それぞれ作ったことのない人が担当したのでおっかなびっくりな進行でしたが、どうにか完成しました。自信はなかったけれど、おおむね良い評価でほっとしましたよ。



むかごって美味しいの?

...しらん

八尾市社会的居場所事業

わかごぼうに 来ませんか?

☆参加対象になる方
「自分なりの社会参加の実現を考えたい」と望まれる方で次のうちひとつでも当てはまる方
◇6ヶ月程度、就労や訓練・試験勉強等から遠ざかっている自分を変えたい方
◇少人数の会話から話すことに慣れて自信を持ちたい方
◇行動範囲を広げるきっかけや家族以外の人と接点を持ちたいと望まれる方
※また、家族・親族のことでお悩みのある方もご相談いただけます。(ご予約下さい。)



開催時間：毎週木曜日13:00-15:00
開催場所：わかごぼう
八尾市南本町7-6-23
※JR八尾駅から徒歩15分なので自転車推奨

お問い合わせ & 参加申込み
電話：072-992-6921
✉ : wakagobou@yaops.jp
電話受付時間：10:00-17:00 (祝日除く月~金)

自分のペースで参加できます。



ウニもめる

このこだわりわかりますか？

パソコンの周辺機器で何が重要？というテーマで話しました。デザイン重視派は断然ペンタブでまとまりましたが、ゲーム重視派からはマウス、ヘッドフォン、キーボードあたりが挙げられていました。

マウスが一番重要らしい（こは全員一致）のですがゲーム用のは側面にボタンがたくさんついています。このボタンはなんなの？「まんまボタン。アイテムとか割り振る奴。」押し間違えたりしないの？「やってれば感覚で覚えちゃう。」どこの職人だよ。「あとマウスパッドもかなり大事。」え？どつして？「滑り方が違うから。それでセンシ（感度）も違って来たりとか。」反応が遅れたり速すぎたりするのはよくないんだそうです。こだわりあるんだなあ。「FPSとかではヘッドフォンは必須。周りや後ろの音で判断

するから。イヤホンじゃ聴き取れないし本気でやるなら価格も高くなる。ちよつとの音で命拾いするから。」センサー機能が重要なんでしょ。うか。じゃあキーボードは？「もちろん重要。自分に合った高さとか。」「キーのタッチ性とか反応速度とかも関係しますよね。」よくわからな

い。お試しキースイッチがあったので実際に押してみる。「押し甲斐があったり、跳ね返りが強かったり、ちゃんと下まで押さないといけないかったり、静かなやつだったりするでしょ。」力チャカチャ。なるほど確かに違う。ところで、複数人でヘッドセットで喋るとどうなるの？「普通にかぶりますよ。」同時にわーっとしやべってえらい事なる。「その時は譲り合います。お先にどうぞとか。」なるほど。ゲームではみんな標準語？方言の人はいないの？「あー、あんまないかな？いたとしても関西の人。」ああ、わかるわかる。「そこは現実と同じですね。」

わかごぼうニュース編集

わかごぼうでは、毎月参加者が企画した活動内容を参加者自身でコンテンツにしたニュースを編集して発信しています。



是非次号もご覧ください

冬仕様「模様替え」しよう



先日種蒔きしたロメインレタスが無事に発芽しました。今日は冬作物へと畑を入れ替える日です。強風の中での作業になりました。まず、トウガンの撤去から始めます。根を抜いてネットの蔓を切り、棘に注意しながら一本ずつ剥がしていきます。全部取って支柱とネットをまとめて撤去完了。根と蔓は乾燥させるためフェンス横に移動させました。しかし、男子が軍手で女子が素手ってどういうことよ？



次に畝の天地返しです。上下逆さまに土をひっくり返す作業ですね。これは二人一組でチームを組んで交代しながら二畝作ります。普段使っていない筋肉を使うのでちよつとしんどそう。腰を低くすることを意識しないと余計な負担が体にかかります。このあたりベテランと新人の差がくつきり出ますね。尚、どうしたって靴は汚れるのであらかじめください。



古い畝をひっくり返して壊したら下に枯草を漉き込んで新しい畝を形作っていきます。この辺りで先発チームがへろへろです。口数は多いけど手数が減ってきてるのは気のせいでしょうか。メンバー交代を挟んでいつの間にか師弟チームが出来上がっていました。いいお手本見ながらだと動きが全然違うなあ。スコップを土に入れる時の腰の入れ方が違いますね。美的にこだわるメンバーが最後の仕上げを終えて二畝できました。

続いてカブの種蒔きです。発芽率計算をして今回は一穴に五粒ずつ時よくことにしました。風除けにひしゃくへ種を移して株間を考えながら種穴を開けていきます。浅すぎたら雨で流れるし深すぎても光が届かず発芽しないので特に深さに気をつけて種を蒔きました。他のメンバーはこの間雑草抜きと道具の手入れです。大小二種類のカブの種蒔きも終わり無事に冬作物への移行を完了できました。私はずっとと撮影係で寒かったです。みんなお疲れ様。

秋の夜長に目を労わる習慣を

最近、若者には目薬を点す習慣がないんだとか。本当かなと思いつつわかごぼうで聞いてみると確かに点したことのない人が何人かいました。自分の目を労わることは大事なことでちよつと練習してもらいましょう。開封した真新しい目薬のキャップを回し、左目の上へ目薬を掲げます。意を決して一滴「あ、外れた。もう一回。」今度はちよつとより慎重に。でも、外れます。これは慣れるしかないかなあ。頑張れ。三回目の挑戦で点す事ができました。「うぐぐぐぐぐあががが。アカン、痛てて。痛いよー。目がー、目がー。」さすが、眼精疲労。「あ、でも瞬きしたら意味ないよ。」「目薬を点したら目を瞑って。そうしたら余計効くから。」頑張って目を瞑ります。「ぐ。やっぱり痛い。清涼感いらない。」続いて二人目。「自分も点したことないんですけど。」「そういいながらちよつと二滴連続で点します。」あ、外した。あ、入った。うー……。しばらく俯いて無言が続き「あー！なんかキター。」何かが遅れて来たようです。でも、そんなに沁みるかなあ？「そんなに痛くない。」「私もそんなに。」「イけるけど少し沁みる。」まあゲーマーの皆さんはさすが慣れていましたね。結局、全員目がスッキリしたのは間違いなく適度に点した方がいけど清涼感は無くてもいいという結論になりました。

わかごぼう



これからのわかごぼうでは、待ちに待った秋野菜の収穫と調理を実施します。また、収穫後の畑を土壌改良計画に沿って整備します。更に新規参加者歓迎イベントとして「コミュニケーションゲーム大会を開催します。その他にも、ボランテニア活動や夜景撮影、行きたい時が参加時。最初の半歩がここにある。八尾市社会的居場所事業わかごぼう新規参加者募集中です。