



# CTF通信

集う・遊ぶ  
学ぶ・働く

第126号

2013年9月

発行：CTF松阪

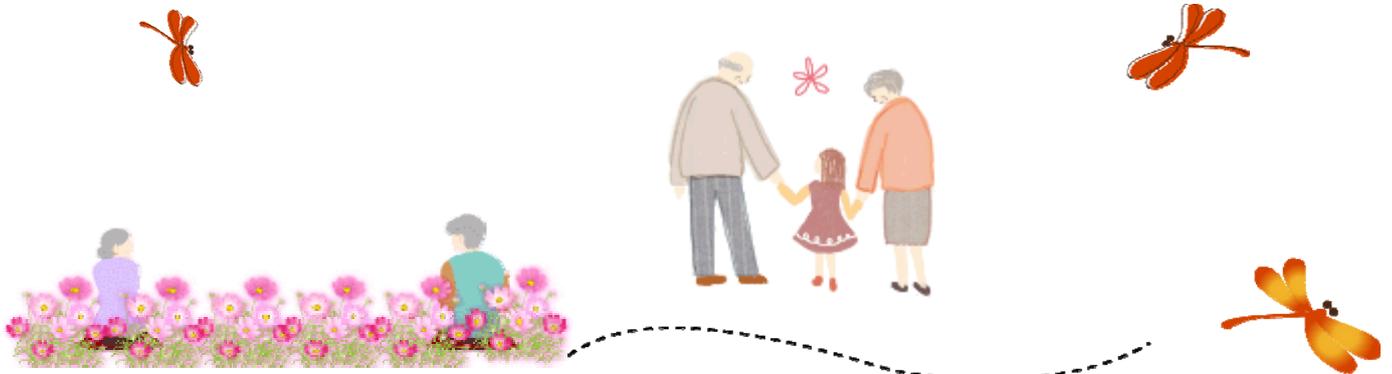
## 『作って楽しむパソコン講座』開催中

CTF 松阪では、松阪市障害者福祉センター主催の『作って楽しむパソコン講座』に講師を派遣し、障がい者の方々にパソコンを使って小物づくりの講座を開催しています。

この講座は5月から来年2月にかけて5回開催され、Tシャツにアイロンプリント、うちわ、キーホルダー・ストラップ、年賀状、カレンダーなどをパソコンを使って楽しく作るという講座で、8月には第2回の「うちわ作り」講座が終わりました。

メイン講師ならびにサブ講師の親切でいねいな指導ときめ細やかなサポートにより、受講者の皆さんそれぞれお気に入りのイラストや写真入りの「マイうちわ」を完成され、夏場の必需品を自作して満足されていました。

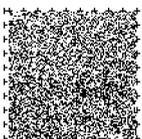
(写真は、製作中の様子と完成したうちわ)



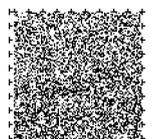
先日、「NHK のど自慢」を見ていましたら、101歳のお婆さんが出てきました。杖もつかずに、背筋をピンと伸ばしてすたすたと歩いて。それだけでもびっくりしましたが、「孫」を歌って“合格”までしてしまいました。しっかりと声が出て、とても101歳には見えませんでした。この方はカラオケが趣味で、歌うから元気なのか、元気だから歌えるのかは不明ですが。。。。このように元気なお年寄りになりたいものです。

私も高齢者の仲間入りをしましたが、心掛けていることが一つあります。家族や知り合いに日常生活で手伝ってもらったり、助けてもらうのを喜ぶ方が大勢いますが、そうではなくて、面倒であっても疲れるような仕事であっても、自分でやる、それが元気に生きる秘訣ではないでしょうか？

NY2013



今月号は文字数が多いので、第1ページと第4ページにSPコードを2個付けてあります。第1ページと第4ページでは、先に左下のSPコードを、次に右下のSPコードを読んでください。



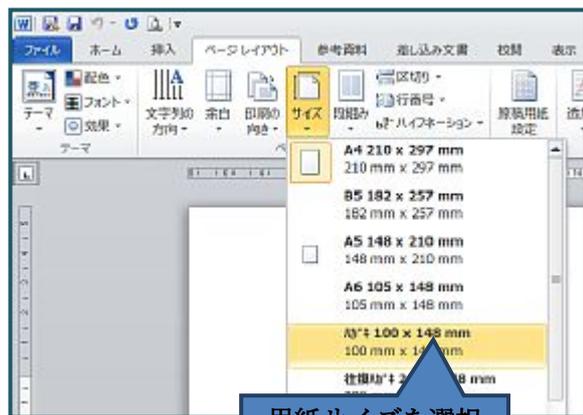
## 【Word 2010】どんな紙にも印刷できる用紙設定ワザ（1）



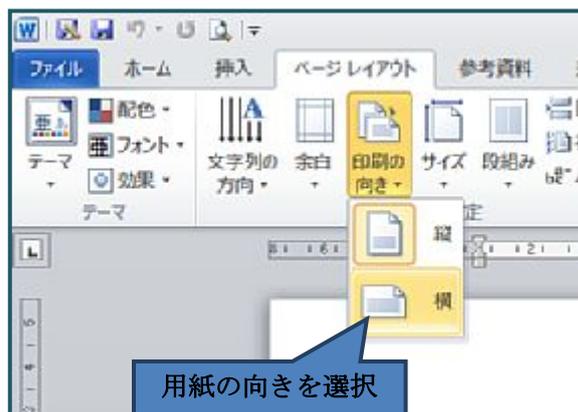
Word 2010 で A3 用紙やハガキなど A4 サイズ以外にさまざまなサイズの用紙に印刷する方法を紹介します。

### 文書作成前に用紙サイズを設定する

ポスターやハガキなどを印刷する場合には、目的の用紙サイズに変更してから文書を作ります。A4 サイズで作ってしまうと、印刷時にレイアウトが崩れたり文字がはみ出てしまうので文書作成前のサイズ変更がポイントです。

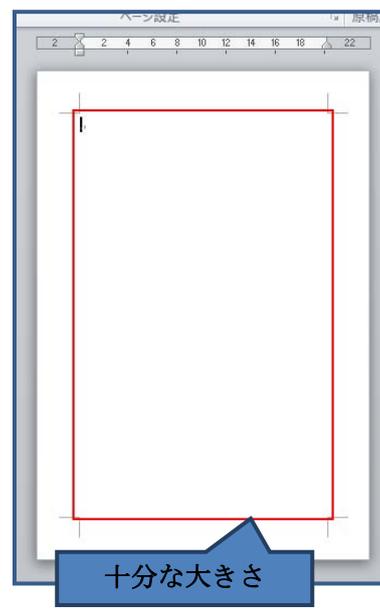
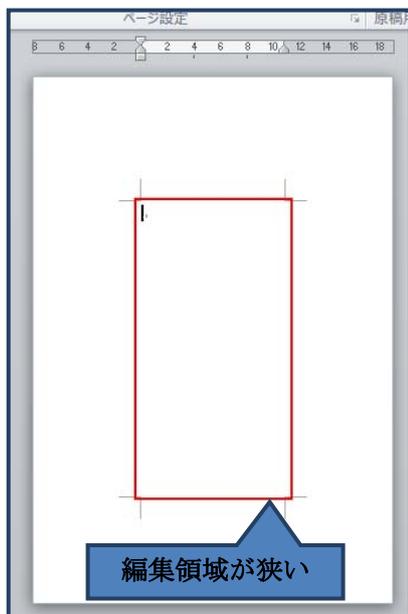


「ページレイアウト」タブをクリック。「サイズ」をクリックして、メニューから用紙サイズを選択する。

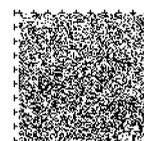
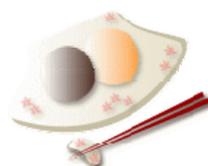


「ページレイアウト」タブをクリックし、「印刷の向き」をクリック。横向きの場合は、メニューから「横」を選択する。

用紙サイズにハガキを選択すると、余白部分が大きく取られ編集領域が極端に小さい場合があります。こんな時には用紙の余白の設定で、文章量やレイアウトに合わせて余白を調整します。



次号に続く



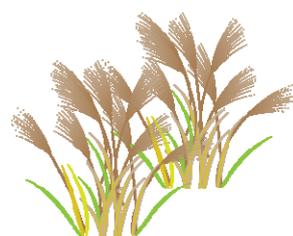
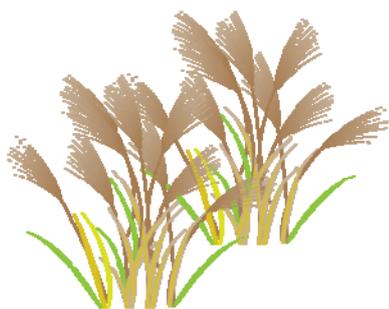
## 活動報告

【8月】

障がい者対象個人向けパソコン講座  
(6日、20日、27日)

松阪七夕まつり IT 支援  
(3日)

訪問 IT サポート  
(21日、26日)



## 活動予定

【9月】

障がい者対象個人向けパソコン講座  
3日、10日、17日、24日  
9:30~11:30  
松阪市障害者福祉センターにて

理事会 1日 18:00~18:30 事務所にて

## 続・松阪食べある記

### 洋食 BONJOUR (ボンジュール)

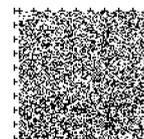
今月も少し遠出をして中道町にある「洋食 BONJOUR (ボンジュール)」さんでランチをいただきました。

このお店、昭和 45 年創業の老舗レストランで、「松阪市民で知らない人はいない」と言われているとかいないとか。

店構えも大きくどっしりと落ち着いた感じで、店内も結構広く、三つの部分に分かれています。レトロで暖か味を感じ、落ち着いて食事を楽しむことができます。外観から受けるイメージは高級レストランですが、ランチメニューなどリーズナブルなメニューもそろっています。

カレーランチ 990 円 (写真上)  
トンカツランチ 990 円 (写真中)  
和風ハンバーグ 990 円 (写真下)

所在地：松阪市中道町 537  
電話：0598-56-2301  
営業時間：11:00~22:00 (L.O. 21:00)  
定休日：月曜日 (祝日の場合は翌日)



今月は、音楽に多趣味で琴を始めヴァイオリンなど洋楽、邦楽を問わず極められている セプテンバー カオル様からご投稿をいただきました。

## オブラート

セプテンバー カオル

9月のリレー随筆をと指名され、秋とか今話題の風立ちぬなどをどうかなと考えましたが、資料不足のため、やはり古い人間（私）のフルーイお話に、落ち着きました。

CTFの会員各位も表題を拝見され、あー、昔ニガーイ薬を包み飲んだ事があるなあと思い出された方も、あるとおもいますが。

さて4～5年前になりますか私、兄より玉城町へ行きオブラートの件を調べそしてその資料を貰って来てくれ、といわれ、医・薬、まったくの素人の私が、役場に知人も居りましたので、いろいろ聞いてまいりました。以下ごく簡単に資料の要点だけお知らせします。

- ① 発明者 玉城町出生の医師小林政太郎氏 明治5年田丸に生まれ東京で勉学に励む。
- ② 製法 カンテンとデンプンを混ぜ鉄板に塗り乾かす
- ③ オブラートの語源はドイツ語、外国のものは日本とやや違うようです、私は現物はしりませんが。

以上ごくはしょり簡単に記載しました。もっと内容詳しくとの方はPCネットで現物の写真とか購入方法または製法等をごらんください。今現在のこれらの売れゆきを薬屋で聞くと漢方薬の服用者が愛用されているとの事。今一つは入れ歯の老人、すなわち歯の間に薬が入り痛いので使用されるそうです。

蛇足① これらの記入に関しいろいろ辞書も引きました、そしてこんな格言もありました、  
曰く 相手に強い刺激を与えないようにどぎつい表現を避け遠回しな言い方をする。すなわち  
「オブラートにつつま」 私も後期高齢者、こんな格言をかみしめたいと、考えております。

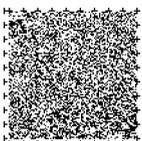
蛇足② 朝日新聞の創始者の村山龍平氏も玉城町の出身で、これは役場前に記念館があります。



### 編集後記

やっと涼しい風が吹いてきました。敬老の日・秋分の日・と2週休日が続きますね。又子供達の賑やかな声の聞こえる、運動会もありますね。猛暑の夏も過ぎ去って行きました。

9月からの、パソコン講座はキーホルダーとストラップですね。楽しく、そうして素敵な作品が出来ると良いですね。



### CTF 通信第 126 号

2013年（平成25年）9月発行

発行者 ITを活用した障がい者支援NPO法人

CTF 松阪

発行責任者 川 口 保 美

住 所 〒515-0081

松阪市本町 2181-1

電 話 0598-21-7268

U R L <http://ctf.dip.jp/>

