



## 会員スキルアップ研修会はじまる

10月5日、9日、26日の3回にわけてCTF 松阪会員スキルアップ研修会が開催されます。

講座内容は以下になっておりますので皆様宜しくご出席ください。なお会費は 3 講座合わせて1,000円です。なお26日最終日には恒例になっております反省会が開催されます。



① 10月5日(月)

津市 吉岡 正之氏 M-EMS 会員

テーマ 「地球温暖化と家庭でできる温暖化対策」

② 10月19日(月)

松阪市 松田 靖子氏 学びや主宰

テーマ 「マイドリームマップ」

③ 10月26日(月)

松阪市 川崎佳代子氏

テーマ 「太極拳で心と体をリラックス」



## 新米

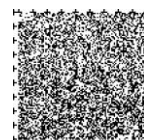
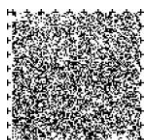
新米の季節になりました。新鮮でツヤがあり、とてもおいしいです。今年は6月下旬から7月上旬にかけて長雨でやや天候に恵まれないこともありましたが、それ以降は天候にも恵まれ作柄も昨年並みかやや良のようです。なお8月下旬以降は天候が安定せず刈入れには苦労しました。



ところで「新米」っていつまでをいうかご存知ですか！？JAS法では「新米」という表示は、収穫された年の年末(12月31日)までに精米されたものにつけることができ、収穫された次の年に精米されたものだと、「平成〇年産」のような表示になります。

精米されたお米は玄米に比べて酸化しやすいため、モチモチとした粘り気が失われて固くなり味も落ちてしまいます。このため精米後はなるべく早く食べてくださいね。 UP

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 縦書き目次でページ数を横書きにする



今月は縦書き目次の項目とページ数の間に「……」などを挿入したい場合も「リーダー」を用いて、ページ数を横書きにして、きれいに揃える方法を紹介する。

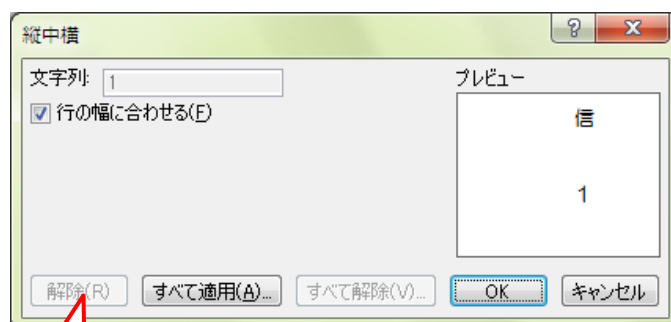
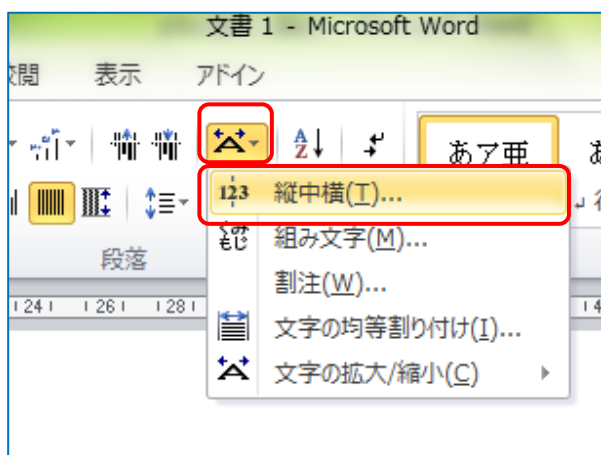
目次				
CTF通信	――	5		
四五百の森	――	11		
パソコン講座	――	13		
活動報告	――	20		
リーダー随筆	――			



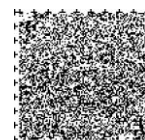
目次				
CTF通信	――	5		
四五百の森	――	11		
パソコン講座	――	13		
活動報告	――	20		
リーダー随筆	――			

1. 横書き目次と同じように縦書き目次を作成する。
2. ページ数は、半角数字で入力する。このとき、ページ数字は横向きに寝てしまうが、気にせず入力する。
3. 横書きにしたい数字をドラッグして、範囲選択する。
4. 「ホーム」タブをクリックし、「段落」グループの「拡張書式」をクリックする。
5. 表示された項目から、「縦中横」をクリックする。
5. プレビュー画面を確認し、「OK」をクリックする。

なお縦中横状態を解除するには、手順 3 以降を行い、プレビュー画面で「解除」をクリックします。



解除する場合はこの解除をクリックする





【9月】

障がい者対象個人向けパソコン講座  
(1日、8日、15日)  
ITサポート訪問  
(3日)

【10月】

障がい者対象個人向けパソコン講座  
6日、13日、20日、27日  
松阪市障がい者福祉センター 9:30~11:30  
会員スキルアップ研修会  
5日、19日、26日

## 松阪の川と橋

### 五曲橋

今回は阪内川の五曲橋に行ったよ。儂の考えじゃが、五曲橋は阪内川で一番美しくてハイカラな橋じゃ。

プレートを見ると昭和60年に竣工とあったのう。今考えても恐ろしい話じゃが昭和57年8月1日から2日にかけて台風第10号が志摩半島をかすめ、渥美半島西部に上陸したので県内中部で大雨となり、阪内川流域でも大雨が続いておったのじゃ。

8月1日の夜、おもてが騒がしいので出てみると消防車が「阪内川が氾濫するので避難して下さい」と言って居ったわ。長靴を履いて川の方に行ってみたさあ。今の小林医院の駐車場あたりから、川の水が溢れて深さは脹脛(ふくらはぎ)位まであったかのう。御厨橋では濁流が橋を越えて兩岸に流れておったわ。堤防の決壊がのうてほんまに良かったわい。鬼怒川決壊の常総市のテレビ放送と重なって身震いが出てきたんじゃ。

この事があってな阪内川は全域で大がかりな、浚渫(川底の掘り下げ)改修工事をしたんじゃ。昔の橋は橋脚の数が多く大水で流れてきた大きな木や塵が橋脚に引っかかって川を堰き止めるんじゃ。御厨橋の溢水氾濫もそうじゃった。五曲橋を始め大橋も御厨橋もそのとき新しい工法で橋脚の少ない橋に架け替えられたんじゃ。

さて、五曲橋じゃが河川敷はよく整備されておるんじゃよ。右岸は「憩いの広場」になっとって左岸は「ちびっ子広場」で桜の頃はよう賑わっておるよ。川下に向かって立ち右側が右岸、左側が左岸だそうな。

さて今日の昼餉は「更科」で「粗挽かき揚げ天ざる」を戴いた。写真のそば、かき揚げが少ないのは食べてしもてから写したからなんじゃ。満腹~満腹。



五曲橋



バルコニー風



ちびっ子ひろば

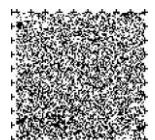


いこいの広場



粗挽かき揚げ天ざる

1,390円



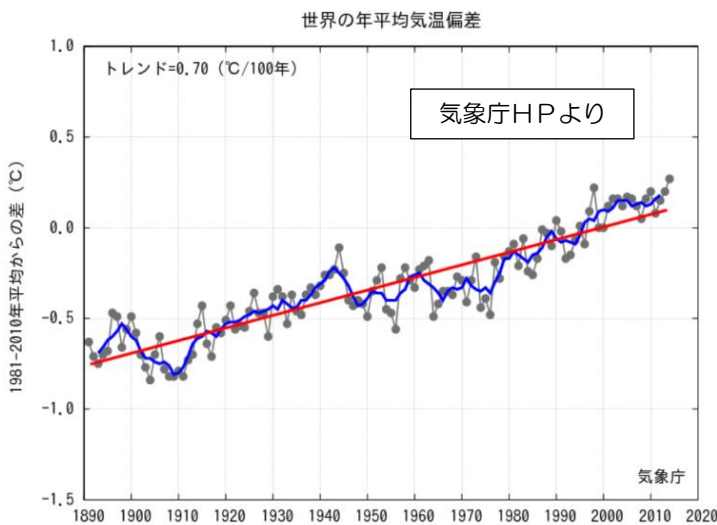
今月はCTF松阪の通常総会でいつもお世話になっていますY. I様からご投稿いただきました。

## 温暖化

今年8月25日20時から21時の飯南町粥見観測所アメダスで時間雨量 99mmが観測されました。その観測所の近くにある自宅で私はテレビを見ておりましたが、雨の音が電車の高架下の音のようでした。このまま降り続いたら櫛田川が溢れるのではと思えるぐらいでしたが、幸いにも22時以降は小康状態となり、無事床に就くことができました。私はこれほどの雨は生まれて初めての経験で、最近では時間雨量

100mmを超える雨が降ることも珍しくありません。昔と比べて気候が変わってきていることが体感される今日この頃です。

少し前にある気象予報士さんの話を聞く機会がありました。その方曰く、最近の気候は極端な事象が増加していて、一年でみると、夏は極端に暑く、冬は極端に寒くなってきており、良い塩梅（アンバイ）の春と秋の時期が短くなってきているそうです。また、雨が降るときは極端に降り、降らなくなるときは極端な干ばつとなることがあるそうです。温暖化ということは、エネルギーが地球表面により多く溜まるということですので、海水、



空気、水蒸気がより沢山のエネルギーをもち暴れるということでしょうか。

温暖化の原因として化石燃料の急激な消費によるところの温暖化ガスの排出ということが大きな一因として言われています。約4年前に亡くなったノーベル平和賞（環境）受賞者でケニアのワンガリ・マータイさんが世界に広げた日本語の「もったいない」という言葉を基本に温暖化ガスの排出が少しでも少なくなるよう私たちも日々暮らしていきたいものです。

Y. I

## 編集後記



ハロウィンってなんですか？  
本当は秋の収穫を祝い、悪霊等を追い出す宗教的な行事ですよ。でも私達が知っているハロウィンって、かぼちゃをくりぬいたお化けや仮装した魔女たちの姿をして、街を歩く姿を、テレビ等で見て楽しそうだなーと感じるぐらいです。未だこの地方では？・・・

その内この地方でもいつの日か、楽しめるかも知れませんね。



## CTF 通信第 151 号

2015年（平成27年）10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/>

