



令和6年度通常総会について

NPO 法人 CTF 松阪の令和6年度通常総会は、下記のように開催致します。4月20日に正会員の皆様へ総会資料と出欠及び欠席の場合の委任を表明して頂く返信用はがきなどをお送りしました。なお、5月3日から5月6日までゴールデンウィークとなりますので、ご多用中のところ恐れ入りますが、5月2日(木)までに返信用はがきが届くように投函をお願いします。

記

1. 日 時：令和6年(2024年) 5月11日(土曜日) 10:00 - 11:00
なお、総会終了後の懇談及び昼食を近隣のレストランで開催させていただきます。
2. 場 所：松阪市障害者福祉センター2F (松阪市殿町 1563 番地)
3. 審議事項
 - (1) 令和5年度事業報告の件
 - (2) 令和5年度活動決算の件
 - (3) 令和6年度事業計画の件
 - (4) 令和6年度活動予算の件



【歳重ね たどりし道を 振り返り】

Y. I

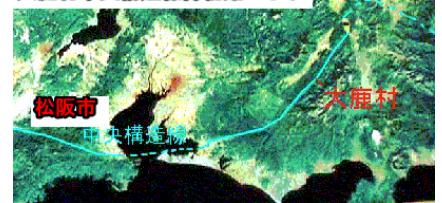
高齢になってくると、過去の行いを振り返ることが多くなってきました。そうした中で、仕事や人との関わりが何かのテーマで繋がっているのに気づくことがあります。その一つが「中央構造線」であることに少し前に気づかされました。

国指定天然記念物となった中央構造線の月出露頭の測量設計に30年程前にたずさわり、松阪市の指定記念物である田引露頭は知人が関係し、粥見の露頭等も関係もしております。この世界的に貴重な中央構造線というテーマを元に地域の過去の経緯を調べていくと、これを核(ジオパーク)として松阪が大きくなる可能性があるように思えます。

月出の露頭 松阪市HPより

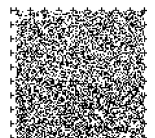
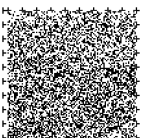


大鹿村中央構造線博物館HPより



元気な高齢者もいつかは障がい者になります。少子高齢化による急激な人口減少社会は challenged (障がい者) にとっても住みにくい地域となっていきます。この世界的な中央構造線の力を借りて急激な人口減少を少しづつ緩やかに出来れば私達が行ってきた challenged の QOL を上げる事にも繋がっていくのではないかと感じています。

Challenged To the Future 「CTF 松阪」




「Microsoft Copilot」とは



昨年の暮れに Microsoft が開発した AI アシスタント機能として「Copilot（コパイロット）」の一般提供が開始されました。

この機能は WEB ブラウザ「Edge」の拡張機能として「Bing Chat」が提供されていましたが、2023年11月に「Microsoft Copilot」へと名称が統一されたようです。なおこの機能は、本来新機能を追加しないはずだった Windows10 にも実装されるようになりました。

Windows10、11 ともタスクバーの右端に Copilot のアイコン  が追加されるようになりました。このアイコンをクリックすると画面右側にサイドバーが表示されます。また「Windows キー」+「C」でも同様に Copilot が起動します。

なお Copilot は画面右側にサイドバーを開くため、デスクトップに配置したアイコン等が移動しレイアウトが崩れてしまうので注意が必要です。

Copilot の名称について

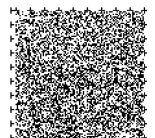
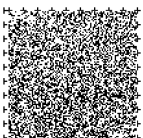
- 総称は「Microsoft Copilot」
- Windows 11 や 10 の Edge などですぐ使える個人向けの無料版は「Copilot in Windows」
- Microsoft 365 でも機能が利用可能になる有料版の「Copilot Pro」
- 「Copilot Pro」の機能を強化した主に企業向けの「Copilot for Microsoft 365」

Microsoft Copilot の主な機能について

- テキスト、音声、画像を使用してのチャット
- ドキュメントや Web ページの要約
- 文章や画像コンテンツ生成

Microsoft Copilot の注意点

- 画像生成など一部機能の使用は、マイクロソフトアカウントへのサインインが必要です。
- Copilot によって生成された回答については、不適切な表現や誤った情報が含まれる可能性があります。利用する際は、情報に誤りが無いか適切に判断する必要があります。
- 入力したデータが AI の精度向上のため使用されることがあるようです。入力しても良い情報か判断の上で利用をおすすめします。有料プランでは商用データは保護され、保存されず再利用もされないようです。
- Copilot for Microsoft 365 等で、自分が作成した過去のデータを活用したい場合は、Microsoft のクラウド「OneDrive」にデータをアップロードしておく必要があります。





活動報告

【4月】の活動報告

障がい者対象個人向けパソコン講座

(11日、18日、25日)



活動予定

【5月】の活動予定

障がい者対象個人向けパソコン講座

7日、14日、21日、28日

松阪市障がい者福祉センター 9:30~11:30

徒然なるままに

日本列島の成り立ち その2

今回は日本列島がどのようにして出来てきたのかを調べてみたいと考えて調査を始めてみたのじゃが、地質学の専門用語がぎょうさん出てきて難しいのう。そして余りにも多くの情報が溢れておって、参った!!! 悩んだ末、一つずつひも解いてゆくしかないという当たり前の結論に至ったのである!

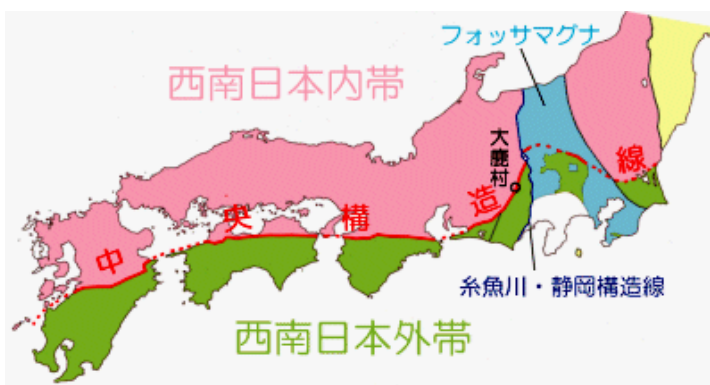
まず沖縄を含む南西諸島や北海道を除くと、関東地方から西側の西南日本と、関東地方から北側の東北地方に大きく分かれる。

関東地方から九州にかけての西南日本でまず目に入るのが、“中央構造線”じゃ。これは大きな断層で、1885年(明治18年)にドイツ人の地質学者であるハインリッヒ・エドムント・ナウマンにより発見されて命名されたそうじゃ。中央構造線を境に北側(大陸側)を西南日本の内帯 (Inner Zone)、南側(海溝側)を西南日本の外帯 (Outer Zone) と呼んで区別していて、その一部は活断層だそうじゃ。怖いものう。

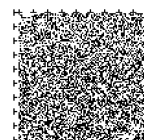
中央構造線はどこからどこまで続いているのであろうか?九州東部から長野県諏訪湖付近まではほとんど途切れずに地表でトレースできるそうじゃ。しかし糸魚川静岡構造線より東のフォッサマグナ地域(上の図の青色の部分)では、フォッサマグナの海を埋めた堆積岩に覆われているので地表に表れていないとのこと。また関東平野では後の時代の地層に覆われておる。一方、九州中部より西側でも後の時代の火山岩や阿蘇山をはじめとする火山に覆われており、地表に表れていないのでどこまでが中央構造線かよくわからないそうじゃ。

次回はどのようにして中央構造線ができたかを見て行こう。

【参考】平朝彦著：日本列島の誕生、WikiPedia、wakariyasuku-rekishi



地質学者・ナウマン





私の楽しみ

A.S

自主性がなく、高校も父の勧めてくれた学校に進み、書道か音楽か選ばないといけなくて、全く特技が無い私は、これも父の勧めで音楽を選んでいましたが、苦手そのものでした。

でも父は、娘の人生で、歌が歌えたら良いだろうと思ってくれていたんだろうと、今は思えます。まさか結婚し松阪に転居して、コミセンや文化会館の舞台に立つことになろうとは夢にも思っていませんでした。

地域の回覧板で、集会所で踊り（歌謡舞踊）の会が始まります、という募集がきっかけで、せめて盆踊りが踊れるようになりたいと思って入れて頂いた歌謡舞踊をもう 30 年近く続けています。そして歌は全く歌えなかった私ですが、1 曲でも歌える曲があったら良いなあと思っていた私に Y さんが、ご自分が習っているボイスの先生を紹介して下さいだったのできっかけです。私には凄い挑戦の連続ですが、今は少しの変化を大きく認め、やり続けていきたいと思っています。



そんな中で、4 月 14 日に、R というカラオケ喫茶の歌のつどいがコミセンで開催されました。私は、14 番で出演させて頂きました。

この日に向けて、Y さんはカラオケ喫茶に連れて行ってくださり、友がドレスを貸してくれ、当日はドレスを着る準備も手伝ってくれ、踊りの先生も応援に駆けつけてくれ、嬉しくて、ありがたくなって感謝でいっぱいでした。

私の歌は、水森かおりの「日向岬」です。歌の中盤から手が震え、収まったかと思うと今度は足が震え、思うように腹筋に力が入りません。日頃の練習の成果を出したいところですが、60~70%の出来でした。少し改善できたところは、笑顔で歌えた事、人の顔が見えた事でした。少しずつ良くなっていけるよう、これからも楽しみに歌や踊りの練習続けていきます。

出演が終わると、ホットして親しい友と肩寄せ合って、皆さんの歌を聞いていると幸せがあられます。後半、友情出演の方は、George（ジョージ）さんでライブをみているようでした。続いて東京から駆けつけてくださったゲスト・オンステージと、凄く聞きごたえ・見応えがあり最高です。そして出演者全員に、牛肉を頂き、主人が「〇〇のおかげですき焼きが食べれるなあ！」とすき焼きを作ってくれ幸せいっぱいの日でした。

編集後記



ゴールデンウィークの季節になりまとまった休みが取りやすい一方、普段より多くの人々が移動する期間でもあります。連休だからと無理をせず、

家でまったり過ごすのも良いかもしれませんね。

さて今年も連休明けに CTF 松阪の通常総会を開催しますので会員の皆様ふるってご参加ください。総会後はお待ちかねの昼食会を開催

しますので楽しみにしてください。



CTF 通信第 254 号

2024 年（令和 6 年）5 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 山 田 則 男

住 所 〒515-0083

松阪市中町 6-9-1401

電 話 0598-26-6333

<http://ctf-matsusaka.sakura.ne.jp/>

