

男の居場所新聞

3月号

N012

市民活動



2020年3月発行

*会員2~3名募集中

「男の居場所」の会

*2020年の長岡京のひなまつり

3月になると春だなどと思い、まず雛祭りですね。長岡京市では、長岡京市立神足ふれあい町家で、2月3日(月)~3月5日(木)9:00~18:00の期間「第13回ふれあい ひなまつり」を開催しています。



市民の皆様からお借りした古今ひな人形・手作りひな人形が揃っています。春を感じていただくため皆様のお越しをお待ちしています。

ふれあいミニミニコンサートも随時開催されています。

*「男の居場所新聞」の廃刊について

2019年4月より発行いたしました「男の居場所新聞」も今月をもって丸一年が経過しました。活字情報誌として、いろいろと話題のネタの提供が出来たと自負しています。

2020年4月からは、ホームページの模様替えに伴い「男の居場所新聞」は廃刊することが決まり、3月号が最終版となりました。「男の居場所」の会の皆様及びご協力いただきました外部の方々に、編集員一同深く感謝します。

ありがとうございました

*ドローンを飛ばしてみました。-----水口氏投稿

ドローンで動画や写真を撮影して楽しむことが若い人の間で流行っていると、テレビで紹介されているのを見て、面白そうだなと思ってドローンを買ってきました。

航空法の適用外となる機体総重量200g未満、電波法で問題とならない「技適マーク」の付いたものを選びました。飛行可能時間約11分、操縦電波到達距離約60m、映像電波到達距離約30mとなっています。前方と下方を撮影する2つのカメラが付属しています。ドローンを買って一回飛ばしたら、電波の届かない所へ行ってそれっきりになったという話も聞いたので、まずは家の中で練習することにしました。

ドローンを操縦する送信機には左右2つのレバーがあり、右のレバーを前後に動かして上昇・下降、左右で左右移動、左のレバーを前後に動かして前後移動、左右で左右旋回。これをしっかり頭に入れたつもりで、離陸スイッチを押して離陸させたとたん、機体が思わぬ方向に流れます。あわてて戻そうとしますが、間違えて左右に旋回させてしまうと機体の向きが変わって方向が分からなくなり、壁にぶつけてしまいました。

ところが、説明書にあるジャイロリセットという操作をすると、離陸したあと機体は流れることなく、レバーを動かさなければ一定の位置を保ってくれるようになり、これでいっぺんに操作が楽になりました。

さらにモード変更をすると、送信機の右レバーだけで前後移動



と左右移動を行えるようになりました。おまけに、機体の向きに関係なく操縦者から見た方向に動かせるモードもありました。説明書はよく読まないといけませんね。

スマホに専用アプリをインストールすると、機体に付属のカメラで撮影した写真や動画をスマホに送信し、保存することができます。

小型無人機等飛行禁止法などの法令、自治体の公園条例などに違反しないようにするとともに、安全とプライバシーに配慮する必要がありますが、慣れれば旅行先などで空撮を楽しみたいと思います。みなさんもドローン操縦と空撮を楽しんでみてはいかがでしょうか。

*会員リレー投稿記事 【どっちも】-----伊藤 由一氏投稿

現在私は85歳ですが今も週に2or3回テニスをやっています。よく人から「その年までテニスができるのは元気だからか?」「テニスをやっているから元気なのか?」と聞かれますが、それに対して私は【どっちも】と答えています。



私がテニスを始めたのは20才のころからではや60年以上になります。その間プレー中にアキレス腱を切って半年以上休んだこともありましたが何とかここまで、やってこられたのは元気だったこともあります。性に合ったと言うのか何よりも好きで楽しかったのが一番だろうと思っています。

よく「好きこそ物の上手なれ」と言いますが私の場合は「下手の横好き」の類で、人様の迷惑にならない限り好きで楽しむことに上手下手は関係無いと割り切っています。

テ(手)ニスは「足ニス」ともいわれるくらい動きまわるスポーツですが太陽の光の中で動きまわるのは若い時は体を鍛え、年を取ってからは老化防止にも大いに役立っていると思っています。それとボールを追っかけているときは唯それだけに集中し何も他のことを考えることが出来ません。頭の中はそれ以外空っぽです。

時には頭の中を空っぽにするのも精神衛生上良いことで、現役時代仕事が忙しい時や、悩んだ時もテニスは何よりの気分転換にもなり心身の両面の健康に役立ったと思っています。

いつまで続けられるかはわかりませんが手足の動く限り一日でも永くと、願っています。それと下手なテニスに付き合ってくれる仲間がいるのが何よりで、彼らには感謝、感謝です。

*分科会紹介 「うたごえ広場」-----担当：荻野和雄

仲間と一緒に歌を歌うことは楽しいだけでなく、たくさんの健康効果が有ります。おなかの底から大きな声で歌えば、適度な緊張とリラックスで、自律神経によい影響を与え、脳の活性化、認知症の防止、高血圧の方は血圧も下がります。いつもは、第一部として、哀感や郷愁、懐かしさをそそる季節にそった抒情歌を集め、また第二部は、遠い昔、蓄音機から流れる曲、レコードを何度も聞きながら必死に歌詞をメモした当時の歌を思い出しながら、懐かしい曲を歌います。音楽家の小林先生、ピアノ講師の福島先生にお越しいだき歌唱法を指導いただき、歌にまつわるお話を聞かせていただきます。美しい日本の風土や人情を自ら歌うことによって感性をたかめます。また会員相互のつながりを強め「なかよく・楽しく」の運営に努めています。将来は、市内外の社会福祉施設などの訪問やボランティア活動につながる社会貢献をめざします。



“多くの皆様のご参加をお待ちします。おおいに歌いましょう。”