



四季報

令和2年
第16号

広報編集室 TEL : 029-879-7351 FAX : 029-879-7352 つくば市天王台1-1-1 筑波大学人間系(共同研究棟 A408)

第70回みんなラボカフェ



図書館の使いやすさ

筑波大学総合研究棟Aの110号室で筑波大学図書館情報メディア系・溝上智恵子先生の講演会が催されました。題して「変わりゆく図書館：一緒にしませんか？」という今どきの図書館の話。話に入る前に、ちょっとした問かけをしたいと思います。皆さん！どうでしょう？図書館は本を読むところ、貸すだけのところと思いませんか？これからは違うのです。それではどう違うのでしょうか。ここから講演の本論です。「これからの図書館は、様々なセミナーを開催する場所、おしゃべりもできる場所、カフェまで併設して飲食が可能な『場』としての図書館に、変わっていくようにしている」のです。



講演は「図書館情報学」という固い話から、「高齢者のニーズに対応する図書館サービス」という、私たちにとっての身近な話に至るまで、多岐にわたりました。最も興味を引いたのは最近の図書館が「場」としての図書館に変革していることと

する話です。例えば60代女性の投書に「老人いこいの家や集会場ではなく、図書館にカフェのようなコミュニケーションスペースがあって、本を通して生き方や生活にプラスになる話ができ、お互いを支えあっていることができて

ればいい」という要望があります。また70代前半の女性の意見として「図書館で回想法[※]をやっていたら利用したい」「図書館から認知症のお年寄りがいる施設に出向いて朗読や音読をしてくれるといい」という声もあります。

いま、日本は、人生100年時代の掛け声とともに、超高齢社会をさらに進みつつあります。図書館はこういった社会情勢を目の前にして、「超高齢者の生き方をサポートする」という命題と真剣に向かい合っているのです。「静かに本を読むだけではない、参加する図書館」として主体的、能動的に社会参加に取り組もうと、強い意欲を示している段階です。高齢者の一人としては、今後の図書館に大いに期待したいですね。最後に講演いただいた中であつた「ユネスコ公共図書館宣言」の一節を紹介しておきたいと思ひます。

「公共図書館は、その利用者があらゆる種類の知識と情報をたやすく入手できるようにする地域の情報センターである。」
(根岸)

※1 回想法とは高齢者を対象とした心理療法の一つで、人生の歴史や思い出を受容的、共感的に聞き手が聞く方法。

みんなラボカフェ 「図書館の使いやすさ」 内容の補足

- 筑波大学図書館では、一般の方へ向けて図書の貸し出しを行っています。是非ご利用ください!
- 筑波大学とつくば市中央図書館は11月に連携の協定を締結しますが、「相互の貸し出しは、締結後直ちに実施するものではない」そうです。

(みんなラボ事務局)

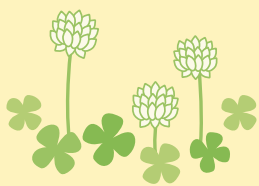
幸せの黄色いレシート 活動へご協力を

いつも「幸せの黄色いレシート」活動を応援頂きありがとうございます。この活動は、毎月11日イオンモールつくば

店舗で実施しています。2019年は5月11日、9月11日が宣伝日で、篠原の2名が参加致しました。宣伝日の時間は16時から17時迄でした。

さて四季報第15号で報告致しました、イオンモールつくば店舗より贈呈されました、35,600円の利用明細を掲載いたします。

個人的にうれしいお知らせがあります。筑波大学が第96回箱根駅伝大会に26年ぶりに参加しました。今後もぜひ頑張ってくださいと思います。
(鵜川・篠原)



記	
事務用品(コピー用紙他)	13,868円
家電・生活雑貨(マウス他)	13,172円
日用消耗品(ティッシュ他)	1,623円
飲料(インスタントコーヒー他)	7,027円
合 計	35,690円
(超過分は別予算で負担)	



新サークル みらいの会

昨年の5月より、新サークル「みらいの会」が開始しました。このサークルは「私の未来／みんなの未来を考える」ことをテーマに、私たちの未来のために、重要な取り組みを行う人やグループに話を聞いたリ、取り組みを見学したりする中で「使いやすい（＝住みやすい、生きやすい）」生活を考えることを目指しています。月に1回、みんラボの研究活動がお休みとなる土曜日に開催しています。2019年10月までに6回の活動が行われたので、その進捗をご報告します。

第1回の会合（5月）では、これからの私たちの生活の中で問題となりそうなことや、調べてみたいことについて、自由にアイデアを出しありました。その結果、介護の問題、自動車免許返納と移動手段の問題、進歩するモノについていくにはどうしたらよいかなど、多様な問題が出てきました。しかし、あまりに多様なテーマが出すぎたため、1つに絞り込むことは難しくなっていました。

そこで、あえて1つのテーマに絞るのではなく「未来の様々な問題についての情報収集をしたり、互いに話し合ったりする場所作り」ができないか、第2回の会合（6月）で話し合いました。インターネットで調べたところ、「終活カフェ」という場

所で、私たちの未来に関するさまざまな情報を集め、発信していることがわかったため、どのように場所作りを行っているか、見学に行くことに決めました。

第3回の会合（7月）では見学の計画を立て、第4回の会合（9月21日）で見学にいきました。見学に行ったのは、東京都内、住吉駅の近くにある「ブルーオーシャンカフェ」です。当日は朝早く集合し、10時頃店内に入りました。店内はブルーで統一されていて明るく、ハワイを思わせる雰囲気があり、素敵でした。

カフェに入って右の棚には、終活に関係する本がたくさん置いてありました。エンディングノートといって、自分の終末期や死後に家族がトラブルにならないための情報を書いたノートも置いてありました。トビラ（TOBIRA）カードやハッピーエンディングカードという「カー



ブルーオーシャンカフェの外観

ド」も置いてありました。トビラカードは、初めて会った人達とのコミュニケーションを盛り上げる、楽しいカードです。カードには話題（例：子供の時に叱られたこと）が書いてあり、みんなで話す話題を提供してくれます。ハッピーエンディングカードは、エンディングノートの内容をゲーム形式で楽しく考えられるモノです。カードには、将来備えるべきリスクや、調べておかなければならないことが書いてあり（例：自分が認知症になった場合に、介護を受ける場所を決めている）、カードを仕分けることで、今後考えるべきことを洗い出せます。

一見、普通のカフェのような雰囲気でしたが、自分の未来の生き方を考えたり、最後まで自分らしい人生を送る準備をしたりするためのサービスを提供してくれるカフェでした。第5回の会合（9月24日）では、見学の感想をメンバー間で共有しました。終活カフェに行つて分かったのは、置いてある様々なモノ（書籍、講演会の案内、ノート、カード等）が未来を考えるきっかけを与えてくれるということ、みんなでモノを使って未来を考えることは楽しいということでした。未来について考える場所を作るためには「みんなが話しやすく、居やすい場所と、考えるきっかけになるモノが重要である」

ことがわかってきました。



店内の様子
（席に座っているのは未来の会メンバー）

第6回（10月）では、ブルーオーシャンカフェの方が、モノを使つてどのように未来を考える活動を行っているのか、さらに調べるべく、講演会を見学に行く計画を立てました。今後、さらに活動を進めていきます！

私たちは人生100年時代の「未来に向けて」その入り口に立っているのだと思います。今、ドアを開けてちょっと中を覗き込んだところ？ 眩しくて、まだ中に何があるか、良くわからないけれど、みんなで話し合える場所があり、話題を提供しているモノがあり、そこで話し合っている私たちが見えたような気がします。さあもう一歩中へ入ってみましょう！何かざわめきが聞こえてきたみたいです。

（鵜川・田中伸・根岸・広瀬）

おもしろデザイン発見記!

以前みんなラボカフェで「花王のユニバーサルデザインの取り組み」のお話を聞きました(第38回みんなラボカフェ:2016年4月)。シャンプー・リンスの詰め替えパックは、持ちやすい、開けやすい、安定する、入れやすい、最後までムダがない等の説明がありました。その上でリンスの容器に詰め替えパックの液体を、参加者それぞれが入れるという体験をしました。

最近、前述したシャンプー・リンスの詰め替えパック専用として、『詰め替えパックホルダー』が、販売されているのを発見しました。製品はホルダーのセット口に詰め替えパックを、そのままにセットすればよいものです。ホルダーはとてもスマートで、アイデアやデザイン性に優れている商品だと思いました。前が大きく空いているので、シャンプーとリンスの区別が付きます。お風呂場に置いて場所を取らない製品です。詰め替えパックが安定して立つ底の部分の工夫、差し込み口を回すというアイデアがあるからこそ、このスマートなデザインのホルダーが、商品化されたのだと思います。

日常生活で液体の詰め替えは欠かせません。このスリムでアイデアあふれる詰め替えホルダーが、サイズ違いで販売されたら、もっと用途が広がると思います。それは詰め替えという作

業の時間短縮になり、液が漏れたりするというストレスから開放されるように思います。

(石橋・沼尻)



ホルダー



詰め替えパックを挿入



出来上がり

着任挨拶

2019年夏より、あんきゅう えりこ 安久 絵里子、たなか えみこ 田中 笑子の2名がみんなラボの研究員となりました。よろしくお願いいたします。
自己紹介を掲載しましたのでご覧ください。(田中伸)

安久 絵里子(あんきゅう えりこ)

この度、みんなラボ研究員に着任しました安久絵里子です。私は2008年に筑波大学の生物資源学類、いわゆる農学部に入りました。その後、筑波大学の大学院に進み2017年3月に農学で博士号を取得しました。これまではトラクターなどの農業機械や、地域でのエネルギーづくりに関する研究を行ってきました。農業者の高齢化や新規就農者の増加という背景をふまえて、人とモノとの関わりを学び農業に生かしていきたいと考えています。

つくばに住んで10年以上になりますが、また大好きなつくばで研究員をさせていただけて嬉しいです。今後の活動でお目にかかることがあるかと思いますが、どうぞよろしくお願いいたします。

田中 笑子(たなか えみこ)

昨年夏より、みんなラボ研究員としてお世話になっております。私は、紀伊半島で生まれ育ち、静岡県浜松市で学生時代を過ごしました。看護師、保健師として働きながら、筑波大学大学院に進学し、2013年に博士課程を修了しました。専門は生涯発達看護と社会医学です。子どもから高齢者まで、地域の中で誰もが自分らしく暮らしていける社会の在り方や仕組みづくりに関心があります。これまで、人と人、人と社会とのかかわりに着目した研究に取り組んできました。この度、みんなラボにご縁をいただき、原田先生や会員の皆様と、人とモノとの関係、使いやすさの研究をご一緒させていただける事を嬉しく思っています。どうぞよろしくお願いいたします。



四季報

が置いてあるところ

■市役所・官公庁

つくば市役所・関係部署
つくばみらい市役所
牛久市役所
土浦市役所
守谷市役所
阿見町役場

■筑波大学および病院関係

筑波大学
筑波大学附属病院
筑波メディカルセンター病院
筑波記念病院
筑波学園病院

■市・公共団体

つくば市社会福祉協議会
つくば市シルバー人材センター
みどりの風(旧つくば市民大学)
つくば市民活動センター
つくば市ふれあいサロン
阿見町中央公民館
阿見町本郷ふれあいセンター
阿見町君原公民館
阿見町かすみ公民館
阿見町舟島ふれあいセンター
牛久市社会福祉協議会
牛久市シルバー人材センター
牛久市エスカードビル
牛久市生涯学習センター
牛久市ボランティアセンター
牛久市中央図書館

編集者紹介

【みんラボ会員】

石橋、鶴川、篠原、東海林、
田内、沼尻、根岸、星、本田、
吉村

【筑波大学大学院生】

広瀬、石井

【教員スタッフ】

原田、茂呂、葛岡、須藤

【みんラボ事務局】

浜崎、松村、安久、鷹阪、
田中笑子、田中伸之輔、広瀬

事務局だより —イタリア紀行—

昨年(2019年)のお盆休みに1週間ほど、イタリアのローマ・バチカンに滞在しました。前々号(14号)では、松村さんがロシア紀行を執筆していましたので、今度は私(研究員・田中伸之輔)がイタリア紀行を執筆します！
私は高校生のころ、「世界史」の授業が一番好きでした。大学入学後も、史学の講義をたくさん受講して、高校地理歴史の教員免許を取得しました。教員免許取得にあたり、教育実習で教えていたのが、「古代ローマ史(高校1年生)」、「西洋中世史(高校2年生)」であり、どちらもローマやバチカンが舞台となっています。そんな経緯もあり、ずっと前からローマ・バチカンに行き、本物の遺跡を見たいと思っていたのです！今回は、念願叶って思う存分遺跡・博物館をめぐることができました。
まず見たのは、古代ローマ時代に政治の中核であった「フォロ・ロマーノ(写真1)」でした。様々な政治的決定が下された、元老院議事堂などを見て、



写真1

古代に思いをはせました。次に見たのは「コロッセオ」でした(写真2・コロッセオ(右)と凱旋門(左)と私)。約2000年も前に、このように大きく頑丈な建築物を建てた、古代ローマ人の技術力の高さに驚きました。
古代ローマの遺跡だけでなく、バチカンにも足を運びました。カトリック



写真2



写真3

教会の中心である「サン・ピエトロ大聖堂(写真3)」は圧倒的な大きさと豪華さでした。また、教皇を選出する会議(コンクラーベ)が行われる「システィーナ礼拝堂(写真撮影禁止)」は荘厳な雰囲気、カトリック教会の歴史の厚みを感じました。皆様も是非、ローマに足を運んでみてください！
(田中伸)

編集後記

最近、報道等を見ていますと、日本各地で想定外の自然災害(地震・台風・豪雨等)が増えており、日常生活を送ることが難しくなっているという記事を目にします。被害に遭われた皆様のご無事で、一日も早い復興を心よりお祈り申し上げますとともに、何事もなく日常生活を送れることがいかに大切で幸せな事か、私自身強く実感しています。
筑波大学のみんラボに参加すると、同年代の人達や、異世代の研究者等と楽しいコミュニケーションを取る事ができます。みんラボへ参加することは人生の張り合いになりますので、私自身継続して参加しています。皆様もぜひみんラボに参加して、人生の活力としましょう。
(星)

お問い合わせ

みんなの使いやすさラボ
第16号 4月1日発行

〒305-8572 茨城県つくば市天王台1-1-1 筑波大学人間系(共同研究棟A408)
TEL: 029-879-7351 (受付)月~金9時~17時
FAX: 029-879-7352 e-mail:mado@tsukaiyasusa.jp