

May.10th 2021

おいしさを、シェア！

Doshisha Women's College

Wonderful 通信 51

Wonderful Aging

新茶でカンパイ！



MENU

1. 校歌

2. 10秒自己紹介 「5月と言えば・・・？」

いちご・新しいお酒・鯉のぼり・柏餅・zoomデビュー
子供の日にする焼肉・シャクヤク・ゴールデンウィークなど

3. 近本さんによるストレッチ講座

参加者全員で5種類のストレッチを行いました！
コロナ禍でもお家でストレッチが出来ると運動不足解消につながりますね(^^)

～ストレッチの条件～

- ①気持ちいいくらいの痛さで
- ②呼吸を大きく深く
- ③空いた時間で
- ④毎日1～2回継続する



4. 上坂さんによる新茶の美味しい淹れ方講座とお茶会

～新茶の美味しい淹れ方（2～3人分）～

- ①ティースプーン4～5杯分を急須に入れる（1人分が2～3杯）
- ②人肌くらいのお湯を急須に入れる
- ③お茶の葉がむっくりしてきたら美味しいお茶の出来上がりです！

テイastingシートを使用して他の参加者がどんな味のお茶を飲んでいるのか知ることが出来て楽しいお茶会になりました！



今月のワンダフル大学院・観察

新しくZOOMに参加するAさんも増え、いつももましてにぎやかだった5月のワンダフル大学院。
その様子から見えてきた重要なポイントと、今後の課題とは？

目的：新しく参加するAさんの定着 オンラインワンダフルの楽しさ（＝共同性、協調）を伝える



ZOOM接続サポート

ZOOMに慣れているAさんが困っている方に使い方を教える場面がありました。また「ZOOMに入れた！」という声に歓声が上がる場面も。こんな風にみんなでできた喜びを共有することで、新しくオンラインワンダフルに参加するAさんが次も参加しよう！というモチベーションにつながるのではないのでしょうか。

全体を通して

- ・話し役と聞き役の両方ができる人が多い
→オンラインでの会話がスムーズに！
- ・毎月違うプログラムやテーマを行うことで、オンラインでもわくわく感を演出することができる
- ・明確でわかりやすいトークテーマが良い
- ・情報提供が会話を豊かにする
- ・Aさんがオンライン体制に慣れてきた今、Pちゃんの動き方や会話への参加の仕方を工夫してゆく必要がある



ストレッチ講座

まず驚きだったのが、Aさんたちのカメラワーク！全身が映るようによくカメラを調整されていて、その技術はPちゃん顔負けでした。ストレッチ中「足が痛い！」「つかない～」 「Pちゃん画面から消えてるよ」といった一見マイナスな要素の発言も、みんなで共有している「共同性」から、盛り上がるきっかけになっていました。



新茶でお茶会

冒頭で「お茶」という1つのテーマで話したとき、ブレイクアウトルームから戻ったとき、この二つの場面では発言や反応が増えていました。このとき共通して、誰かが会話や進行をリードするのではなく、みんなで声を掛け合いながら進行していました。オンラインでの対話は、対面に比べて間をとったり発言するのが難しくなります。ですが、そのような緩いファシリテーションがあれば、各々が発言しやすい環境を作りだせるのだと感じさせられました。さらに緑茶を紅茶にしたり、お茶に合うお菓子を持ってきたりしている方が沢山いらっしゃいました！自分で工夫する姿勢＝オンラインワンダフルが個性を発揮できる場であるという表れなのではないのでしょうか？



5月のワンダフル大学院 アンケート結果



ご協力いただき
ありがとうございます
ございました！



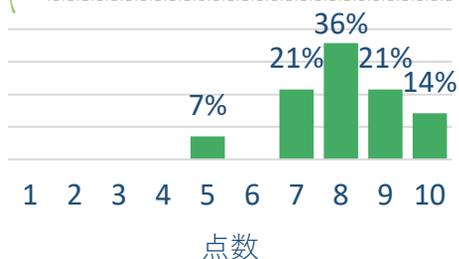
総合的な満足 度



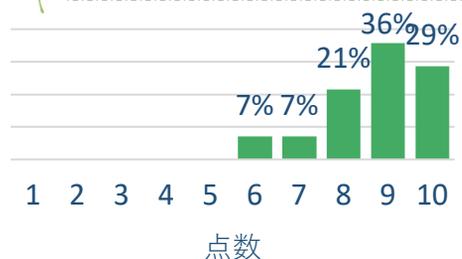
他の参加者の興味・関心を知る ことができましたか？



他の参加者との関係性を深めること ができましたか？



オンラインでも対面と同じように 楽しむことができましたか？



オンラインで、対面の時とは違う良 さをどのくらい感じていますか？



次回のワンダフル大学院に参加 したいと思いますか？



新しい機器を通して繋がる
道を体験しながら、仲間と
進めたい,,喜びを続けて行
きたい,,

感想

初めての人の参加が
あって、よかった。

はじめての参加でしたが
おもっていた通り皆さんの
繋がりを感じました。

オンラインの方が
全員がわかる。

楽しく参加させていただき
ました。色々準備が大変だ
と思います。ありがとうご
ざいました。

Aさんのお茶エピソード
が聞けて嬉しかった。

京田辺市に關係するお茶
の企画は良かった。

大変楽しく過させて
いただきました。

楽しそうにやっている姿が
印象的で見ていて楽しくな
りました。