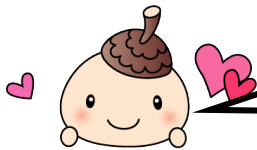


社会福祉協議会 代沢地区事務局です。

緊急事態宣言は解除されたものの、まだまだ感染防止の注意が欠かせません。
心と体の元気をなくさないようにしながら「新しい日常」を考えていきましょう。

ラジオ活用のおススメ

「外出自粛が続いて気楽におしゃべりもできないし、なんだか元気が出ない」
「テレビも長時間見ていると目が疲れるし、どのチャンネルも同じような内容ばかり・・・」



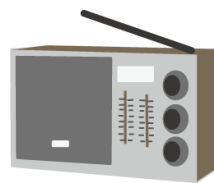
こんな時だからこそ ラジオを聴いてみませんか？

普段の生活で、ラジオを聴かれますか？
ラジオの魅力って何でしょう？

10年以上前のアンケートですが、

- ・別のことをしながら聴ける
- ・好きな音楽・懐かしい音楽を聴ける
- ・頭の中で情景を思い浮かべることができる
- ・元気な気分になれる、気分転換できる
- ・自分だけに話しかけているように感じられる

などの答が上がっています。（「ラジオに関する世論調査」放送研究と調査2006/9）
ぜひ、ご自分のお気に入りの番組を探してみたいはいかがでしょうか？



世田谷区社協キャラクター

ココロ

ラジオといえば、ラジオ体操♪

公園で大勢と一緒に体操するのも良いですが、
できない時はご自宅でもラジオを聴きながら
一人でもできますね！

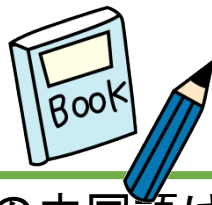
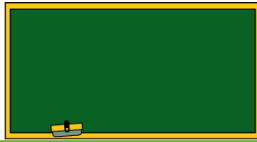
ラジオ	放送曜日	放送時間
NHK第1	毎日	6:30～ 6:40
NHK第2	月～土曜日	8:40～ 8:50
		12:00～ 12:10
		15:00～ 15:10

周波数	AM放送局
594kHz	NHK第1
693kHz	NHK第2
810kHz	AFN Tokyo
954kHz	TBSラジオ
1134kHz	文化放送
1242kHz	ニッポン放送

周波数	FM放送局
77.1MHz	放送大学
79.5MHz	NACK5 (ナックファイブ)
80.0MHz	TOKYO FM (東京エフエム)
81.3MHz	J-WAVE (ジェイウエイブ)
82.5MHz	NHK-FM
83.4MHz	エフエムせたがや



裏面もご覧
ください！



中国語にはカタカナがありません。次の中国語はどういう意味でしょう？（中国にしかない漢字は日本の漢字に変えています。）

1、国名

- ①新加坡（アジアの国 マーライオンが有名）
- ②葡萄牙（スペインのお隣）
- ③新西蘭（南半球の島国）
- ④不丹（世界一、幸福な国）
- ⑤丁抹（北欧4国の一つ）



2、道具、機械

- ①電腦（色々調べたり手続きしたり、支払いもできます）
- ②手机（机は中国語で機械のこと。手に持つ機械とは...?）

3、飲食物

- ①可口可樂（スカッとさわやか!）
- ②快餐（マクドナルドやケンタッキー・フライド・チキンなど）

～事務局のつぶやき～



木村 直子



正木 美季

ラジオの魅力について、歌手の福山雅治さんは「・・・全く知らない東京という街と繋がっているような感覚。・・・自分だけがその番組をきいていて自分だけに話しかけてくれているようなそんな感じだったんですよ。」と昔を振りかえっています。

また、芸人・映画監督のビートたけしさんは「・・・テレビばかり見るよりはラジオの放送を聞くといろいろ想像できたり考えられるから、意外に優れているのかなと思う」と言われています。ステイホームのこの時期、ラジオは良い相棒になってくれるかもしれません。

お読みになった感想や日常のご心配事など
何でもお気軽にご連絡ください！