

香川県高齢者生活協同組合 2015年 第174号 (11月号)

ひだまり

ひだまり生協

香川県高齢者生活協同組合

〒761-1705 高松市香川町川東下 1190-1 TEL 087-899-6311

<http://koureikyou.gr.jp/>

FAX 087-899-6312

今月のお知らせ

- 巻頭文 笠井生きがい部長・池田福祉部長
- 福祉
- 生きがい
- 地域組合員活動報告
- 理事会報告
- エッセー
- 今月の予定表

部長新任ご挨拶

生きがい事業部部长

笠井 一



笠井生きがい事業部部长

十一月一日より、池田前部長の後任として、大役を拝命致しました。香川県高齢者生活協同組合の四本柱の一翼として、楽しく、無理なく、恙なく、粛々と任務を全うできれば幸いです。

現在十四のサークルが活動中ですが、気の置けない仲間と共に「生きがい」活動による充実した人生を目指しております。

全国的にも、これほど多種に亘る活発な活動は珍しく、注目を浴びて

いるとのことですが、更に深化・発展できるよう全力を尽くしたいと思えます。

最後に、各サークルの会員は全て「生きがい事業部」の一員であり、尚且つ「香川県高齢者生活協同組合」の組合員でもあることをご自覚いただき、福祉・仕事おこし・地域活動の方々と一体となり、様々なイベントに積極的にご参画いただきますようお願い致します。

福祉事業部部长

池田亜葵子



池田福祉事業部部长

十一月一日より新しく福祉事業部部长に就任いたしました。

前任は生きがい部長で三年間何とか務めさせていただきましたが、みなさまの協力のお陰と感謝しております。生きがい部長時代には「いきいきふれあい祭り」を二度体験しておりますが、福祉や仕事おこしのみなさんと一つになってパネル展などに取り組んだことは大きな収穫でした。

今後は福祉事業部部长として、高齢協と組合員のみなさんを繋ぐ架け橋になれたらと思います。

縁あって介護の仕事をしておりますが、二級ヘルパー資格を二年前に取得した後、今年二月に介護福祉士の資格を取得することができました。

福祉と生きがい、仕事おこしの各事業部がばらばらではなく一つになつて同じ方向を目指して歩いていけたらと思います。

未熟者ですが、みなさんの力を借りてやっていきたいと思っております。

どうぞよろしく願います。

事業部 ふくし



牟礼ひだまりに勤務して

施設管理者 田渕 嘉子

私が牟礼ひだまりに勤務になり、早くも三カ月が過ぎようとしています。

牟礼の地理もわからず、利用者さんの名前と顔が合わず、自宅もなかなか覚えられませんでした。一日の積み重ねで、今は利用者さんとも余裕をもって会話ができるようになってきました。

スタッフも経験豊かで、家庭的な雰囲気があり、利用者さんたちが満足しているのを見ると、ここで働かせてもらう喜びを感じます。

利用者さんをまだまだ増やさないといけないので、活動に頑張りたいと思います。

ついこの間、ミニ運動会を開催しました。みなさん無理をせず、でも

一生懸命に動かれて笑顔いっぱいでした。みんなが一致団結して競技をしている様子を見ているところからまで楽しくなりました。また利用者さんも楽しくて仕方がないようでした。

私は、自宅がひだまりから遠いのですが、少しも苦にならずに出勤しています。

恒例の一年間の行事も利用者さんの配慮を一番に考え、いい思い出になるよう努力していきたいと思っています。



田渕管理者

◆福祉事業部から
デイサービス利用者様
紹介のお願い！

現在、左記の介護施設ではデイサービス利用人員にゆとりがあります。ぜひ、利用者様のご紹介をお願いします。

『牟礼ひだまり』『川島ひだまり』
『香川ひだまり』

まずは、お気軽にお問い合わせを！

香川県高齢協本部

TEL 087-899-6311 (宮川)



小規模多機能型居宅介護

ひだまり川島

ディサービスを中心に訪問と宿泊サービスで
「もう一つのお家」として利用しませんか

〒761-0443 高松市川島東町925
TEL087-848-2877 FAX087-848-2879



「ひだまり村」遠足行事を終えて

小谷 直弘



国営讃岐まんのう公園にて

「疲れたけどなあ、山の中を通って、あんまり見たことのない景色も見れて、気分がすーっとしたわ」「市街地の風景はよう見るけどなあ、なかなか見れん景色ばかりでまた行きたいです」など、九十六歳の利用者さ

んのお話です。

遠足の翌日も話題は公園の遠足で、よほど印象深かったようです。

遠足当日は、まんのう公園に着くと十名の利用者さん全員でお弁当を食べました。秋晴れの一日で、テントの日陰での昼食でしたが、広々とした周囲には大輪のコスモスが咲き乱れ、とても華やかで爽やかでした。

スタッフ総出で穏やかで楽しい時間が過ぎていきます。青空と澄んだ空気、みなさん秋の遠出に適度に疲労し、違う空気を吸うことができました。



まんのう公園のコスモス畑

お土産をかう人や途中で疲れて歩けなくなり車椅子に乗る人など、屋外での歩行訓練が景色に溶け込んで夢中で行えたと思います。

また、機会があればいろんなところに出かけ、思い出づくりをゆつくり楽しく重ねていけたらと思います。これからも利用者さんの思い出づくりのお手伝いと思っています。

デイサービスセンター



ふれあい
まなあい
牟礼ひだまり

昼食も手作りで、利用者の方が安心してすごせるよう、家庭的な雰囲気です。スタッフ一同お待ちしております。

〒761-0121 高松市牟礼町牟礼2540番地16 (洲崎寺近く)

TEL 087-845-7182・FAX 087-845-7189

楽しかった。面白かった！

「ひだまり村」運動会

十月五日（月）、「ひだまり村」運動会が行われました



まるでハロウィンの仮装大会？

泣いたり笑ったり運動会

小谷 直弘

あらら、利用者さんが泣いている。これだけ言うと言弊がありますが、二十七年の「ひだまり村」運動会

は感動的な楽しいものとなりました。

果たして、高齢者の運動会とはどんなものか。準備期間も短い中で、スタッフも個々の知恵と工夫を持ち寄り、風船や紙の花飾りプログラムなど、次々と準備が進みました。当日にプログラムを発表し、紙風船割りや玉入れなどで午前中は終了しました。



意地悪パン食い競争で四苦八苦するスタッフ

昼食の手作り行楽弁当を食べた後は、たこ焼きゲームやうちわリレーなど、たくさんのお客様プログラムを次々にこなしました。



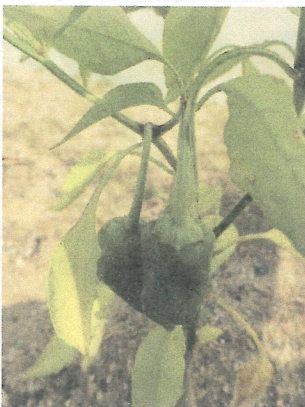
赤チームと白チームにわかれて職員も加わり予想外の大盛況

最後は職員全員（宮川専務も飛び入り参加）での意地悪パン食い競争でしたがみんなで大笑い。優勝者表彰でも笑顔満開。最後は一人一言で次々に利用者さんが長生きできてよかったなど泣いたり笑ったり。職員も大感動。思いもよらない楽しい時間があつという間に過ぎました。

盛装で記念撮影の紳士淑女たち



「ひだまり村」では今年、いろんな花が咲きましたが、野菜も実を付けました。左の写真は「小さいけどピーマン」です。





「剣山」山行記

里山ウォーク

佐々木 憲次



九月十三日、徳島の剣山に登るべく、二台の車にて出発。約二時間半で見ノ越登山口到着。ここで登山リフト利用組と徒歩組に別れ、終点駅の西島で合流した後、勇躍、山頂をめざし登山開始。登りは幾分やさしい大剣神社ルートを選択。大剣岩を

横に見て、急坂に息を切らせながら、頂上ヒュッテを過ぎ、宝蔵山を抜けて十二時には頂上三角点に到着しました。

好天にも恵まれ山頂からの三百六十度の大パノラマは、剣山(別名太郎笈)を盟主に仰ぐ次郎笈、三嶺などの山々を始め、はるか愛媛の石鎚山、鳥取の大山、さらに土佐湾をも遠望でき、雲表の樂園そのものであり、それこそ壮大な絵巻物を見るようでした。『百名山』の著者、深田久弥は剣山を、「昼寝も誘われるようなのんびりした気分がいい場所」と表現しました。まさに言い得て妙です。筆舌に尽くし難い景色を十分堪能して、登りとは異なる安徳天皇ゆかりの刀掛けの松ルートを辿り、二組に別れ、見ノ越まで一時間ほどで下ることができました。再び車に分乗、運転手に命を預け、安全運転で午後五時頃に無事帰高しました。今回の山行で嬉しかったことは、一九五四・七mの山頂で、あの素晴らしい景観を参加者全員が共有できたことです。

十一月の山歩会行事

場所 所 べふ溪谷紅葉見物(高知県香美市)

日 時 十一月十五日(日)

集合場所 JA木太駐車場七時三十分・栗林ハローワーク 七時四十分・仏生山マクドナルド七時五十分
帰着予定 午後六時JA木太駐車場
帰着予定

参加費用 六千円(スポット会員六千三百円)バス運賃・高速代・西島園芸フルーツ代・弁当代含む※べふ溪谷温泉入浴代六百二十円は別途個人払い

里山ウォーク行事

場所 「四国の道」(根来寺〜白峰寺往復)

日 時 十一月二十二日(日)

集合場所 ハローズ仏生山店 午前九時集合

帰着予定 午後三時

※車二〜三台に分乗して白峰直行
各自弁当持参(雨天中止)

【連絡先】

笠井080-2851-4342

今日の喜び先祖に感謝

香川県高齢者生活協同組合推奨店
石のトータルプランナー
石の店 yamada
株式会社石の店山田
私たちはお墓づくりのトータルプランナーです。



お気軽にお問い合わせ下さい。ヨイイシ
0120-78-4114
〒761-0130 香川県高松市庵治町丸山6390-84
TEL087-845-9333 FAX087-845-9328

事業部 仕事おこし



丸まるマルシェの人形

高齢協女性組合員の新しい職場、
丸亀町マルシェのレストラン「マ
スカレード」

多田とし子

丸亀町のまん真ん中にある丸亀
町マルシェは野菜や食料品販売の
市場とレストランが一緒になった
店舗ですが、レストランの方で高齢
協の女性組合員四、五人が交代で働
いています。

仕事は午前の部は店内の清掃と
ランチの仕込みの手伝い。午後の部
はランチの時間帯なのでもっぱら
ウエートレス。午前の部も午後の部
も結構忙しく、ご馳走という字は馬
や人が走り回ると書きまますと教え
てもらったことを、まさにその通り
だと実感しました。



いらつしやいませ！いつも

元氣な清水さん

何しろ次々にやることがあるの
で、勤務時間が終わると精も根も尽
き果てて、とにかくどこかで休みた
いと、急いで職場を飛び出してほっ
とひと息。そんな状態でした。

ひだまり村から



ひだまり農園のこと

宮川 芳幸

組合員さんの協力のお陰で「ひだ
まり村」に待望の農園ができました。
場所はホームの南側、見晴らしのよ
い場所です。第一弾の野菜として、
キャベツ、レタス、マンバなど葉物
類が植えられています。一日一日と
育っていく野菜は入居者さんや利
用者さん、そして職員の方に笑顔と
パワーを与えてくれるに違いあり
ません。大きく美味しく育ちますよ
うに！



こんなこと、困っているけれど…

- ◎庭の草抜き ◎庭木の剪定 ◎害虫の駆除
 - ◎家具の移動 ◎網戸・障子の張り替え
 - ◎カーポートの屋根の張り替え ◎お墓の掃除
- などなど、困っていること ご相談下さい。

困り事は 仕事おこし事業部にご相談を！



TEL 080-2851-4338 川西 まで お電話下さい。

地域活動



地域組合員活動委員会からのお知らせ

各地区での開催スケジュールは左記のとおりです。

- ① 高松東部地区
 - ・八月二十九日(土)「むれ源平石あかりロード支援イベント」無事開催されました。
- ② 木太地区
 - ・十一月七日(土)高齢者居場所『なごみ』開所式 午前十時～午後三時
 - ・次回開催 十一月二十日(金)
- ③ 川島地区
 - ・次回開催 十一月十日(火)午後一時半～ ひだまり川島にて
 - ・十二月四日(金)『介護セミナー』午後一時半～ 川島コミュニケーションセンター

④ 香川地区

- ・十月二十三日(金)本部会議室にて開催されました。
- ・「ひだまり村子どもプール」について
- ・十一月三日(火・祝)「第二回ひだまり村秋祭り」最終打ち合わせ
- ・次回開催は十二月五日(土)本部会議室にて

⑤ 高松中部地区

- ・毎週月・木 午後一時～四時まで「やすらぎサロン」にて開所中
- ・十一月十六日(月)「古事記を学ぼう!」午後二時～「やすらぎサロン」にて
- ・十一月十九日(木)「ヘルマンハープ」と歌おう!
- ・次回開催は十二月八日(火)午前十時～ やすらぎサロンにて



理事会



第十六回理事会報告

第十六回理事会が開催されました。

平成二十七年十月十六日(金)

本部会議室にて

以下の議題が検討、承認、報告されました。

- ① 福祉事業部・生きがい部長交代について

福祉事業部長 池田亜葵子

(現宮川芳幸)

生きがい部長 笠井 一

(現池田亜葵子)

- ② 「第二回ひだまり村秋祭り」開催について 十一月三日(火・祝) 午前十時～午後二時三十分

福祉施設「利用者増方法」検討

- ③ 福祉施設「利用者増方法」検討

引き続き理事全員が利用者情報取得に心がけ、福祉事業部に伝達する。

- ④ 二〇一六川東(本部)地区『夏祭り』参加について

- ・コミュニティ協議会へのプレゼン終了↓参加の方向で検討

- ⑤ 日本高齢者生活協同組合連合会 会議等参加について

・西日本ブロック会議 十一月十三日(金) 十四日(土)

・ガバナンス・マネージメントセミナー 十二月十二日(土)

- ⑥ 八月度月次報告

- ⑦ 施設運営状況について

ひだまり村住宅有料老人ホーム 一部屋空き有ります。

★デイサービス利用に空きがあります。

- ⑧ 地域組合員活動委員会の活動状況



あなたを守り隊手帳

風邪の季節がやってきた！

風邪の予防は「うがい」から。外出から帰ったら手洗い・うがいで風邪予防！



ブクブクとガラガラうがい

うがいにはブクブクうがいとガラガラうがいがあります。ブクブクは口に水を含んだらそのまま閉じ、頬を膨らませたり元に戻したりを数回繰り返すうがいです。

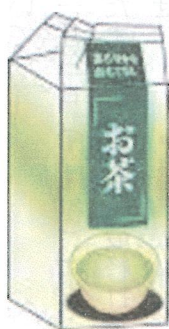
ガラガラは口に水を含んだまま口を開け、頭部を後ろに傾けて（上を向いて）ガラガラと音

を出しながら息を吐くうがいです。

うがいの語源、知っていますか？

「うがい」はまさに鵜飼です。みなさんもお存じの長良川の鵜飼のように、鵜に魚を飲み込ませ、その後吐き出させる様子が似ているところから「うがい」というようになったそうです。ちなみに日本では平安時代からうがいが行われていたとされています。

風邪の予防にうがいは有効。なかでも緑茶のうがい水よりも効果的



風邪予防、発熱予防にうがいの効果が取り上げられて久しい

のですが、浜松医大の研究グループが、緑茶でのうがいも最も効果的で、次いで食塩水、水道水の順になるという調査結果を発表しています。

ちなみにインフルエンザにはうがいの効果は期待できないそうです。

うがい薬には殺菌消毒と鎮痛・消炎の二種類が



殺菌消毒用は風邪の予防と口内炎の治療などで、鎮痛・消炎の方はのどや口腔内の粘膜の炎症を鎮めるなどの作用があります。そのときの症状に合わせて使いわけるようにしましょう。

★アロエベラで健康家族

アロエベラは食べて飲んで健康に、塗って美肌に。生活習慣病の予防など、さまざまな効能が注目される植物。

アロエベラと一緒に育ててみませんか？一緒に飲み方や食べ方を考えてみませんか？

アロエベラ同好会 会員募集！

アロエベラ農園

〒761-8082 高松市鹿角町488-3

TEL 090-4508-8487 猪熊



インタビュー

人・ひと・ヒト

高齢協には

ステキな人がいっぱい！

「今月の主役」

三宅章夫さん



三宅さんは高齢協の仕事おこし事業部の中の清掃事業部

の責任者。三年ほど前に知人から中村理事長を紹介されたのが縁で現在の仕事をしています。

理事長を始め、仕事おこし事業部のみなさんはとてもいい人ばかりなので働きやすいと思う。

「みなさん僕よりずっと年上なので父親のような、兄貴のような存在ですね。父親が四年前に亡くなったので父親みたいな気持ちで付き合ってます」とにっこり。仕事は駐車場やビルの清掃で、体力がいる仕事のようにだが、高齢協の組合員さんが頑張ってくれているので助かっているという。

奥さんとふたり暮らしなので休みの日は家でのんびりですかと尋ねると、「休みが取ればですが、仕事がかけて持ちなのでなかなか休めなくて。でも時間があればゴルフに出かけるときもあります。でも今は仕

事に追われる毎日ですね」と言いながら、「こうして仕事をさせてもらっていることを感謝しています。目の前のことをこなすのが精一杯のときもありましたが、みなさんの支えで乗り切ってきましたから」仕事おこし事業部のみなさんのことをそう付け加えた。



基本的に仕事は室内だそうなので、ではその日焼けはと聞くと、「あつ、焼けてますか。ゴルフ焼けみたいですね」と笑う。人との出会いは大事、理事長さんとの出会いあつての今です。最後の言葉が印象に残りました。

あなたのそばでお手伝いしますよ

高松訪問
香川町川東下1190-1
☎899-6314

さぬき訪問
さぬき市志度2212-7
☎814-2575

居宅支援
香川町川東下1190-1
☎899-6313

手と手を取り合い



『ひだまり』

第2回ひだまり村

秋祭り

とき： 平成27年11月3日（火・祝）

10：30～14：00

ところ： ひだまり村（多目的ホール）

香川町川東下1190-1

プログラム

- 大正琴
- 銭太鼓
- カラオケ大会
- 生きがい活動発表
- じゃんけん大会

グルメ

- かけうどん
- 稲荷すし
- 焼きそば
- ポップコーン 等



お問い合わせ

富松市香川町川東下1190-1

香川県高齢者生活協同組合

TEL：087-899-6311



ひだまり



ひだまり

エッセイ



「菊池寛通り」をめぐる

つい最近のことだが、気にかかって仕方のなかった一件が片付きかけてほっとしている。

ご存じかと思うが、高松赤十字病院から東へ、コトデン瓦町駅ビルに至る道路は「菊池寛通り」という愛称で親しまれている。途中の北側に「父帰る」の群像（銅像）が建立されており、中央通りを隔てて西側の中央公園内には菊池寛の銅像が東向きに立っている。そして中央通りから西へ五〇メートルばかり離れて、通りの南側に寛の「生家跡」の小ぶりな石碑がある。

戦前の高松市街地図と照合して、石碑の位置は生家のあった場所と一致し、ほぼ間違いないとされている。跡地の大半を所有しているのは

Dという出版社（本社は東京）で、ここに四国支社がおかれ、創業者の社長さんのご好意で道沿いに石碑が建てられた。

支社は移転して建物だけ残されていたのだが、老朽化したのでこれを取り壊し、更地にしたいとの要望がもたらされた。

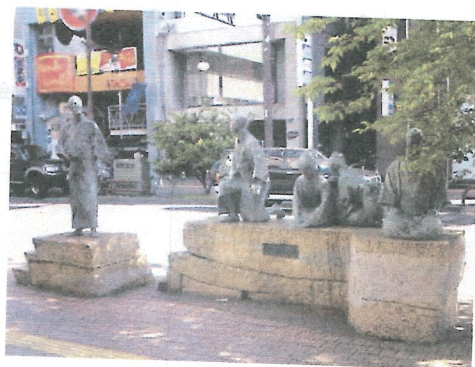
「工事中に碑に傷がついても申し訳ないので一時どこかへ疎開させて頂けないか。整地が済めば元の場所に戻して下さって結構です」とのこと。

費用はそちら（管理所有者）持ちというので、さあ困った。

菊池寛顕彰会という団体はあり、その発足当時の有志が建立費集めに各方面へ働きかけて苦心の末にやっと建った。詳しいいきさつを知っているような人はほとんどみんな物故者になっている。なにしろ昭和三十年代初めのことなのである。

結局、顕彰会としては手に余るところなので高松市に泣きついた。郷土の生んだ文豪に関連する事物をないがしろにしては、文化都市タカ

マツの名にかかわるのではないかとあって、生家跡の碑は高松市に引き受けてもらえることになった。会を立ち上げるについてもエネルギーが費やされたことであろうし、銅像の建立、そしてその維持もたいへんなことであつたに違いない。



諸先輩のご苦勞には頭が下がるばかりである。

さて、さきに触れた「父帰る」の群像（銅像）は県出身の彫刻家、池川直氏の作品で、家から居なくなっていた父親が久しぶりに我が家に

戻り、次男や娘になつかしがられて居心地よさそうに納まろうとしたのを、長男が父親の行状を非難し、出てゆけがしの冷たい扱いをする。居たたまれなくなった父が、「なら良いわ、出ていくが」と立ち上がった場面を作品化している。

長男の硬い表情、父親のすねきつた立ち姿、何度見てもこのドラマチックなムードに感じ入らせられる。この群像あつてこそその「菊池寛通り」だと心から納得している。

斑ドラ猫

中古プレハブ販売&買取
事務所・子供室・作業室・倉庫・車庫

アモウ裝飾グループ

株式会社 マルテン

高松市仏生山町甲75-10
電話：087-889-2360

一緒に楽しみませんか？



2015年 11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 ♣ 中讃コーラス ◆ 麻雀	3 ♣ エルダー ◆ パソコン教室	4 ◆ 麻雀	5 ♣ エルダー ♣ G & G	6 ◆ ダンス ◆ 麻雀	7 ◆ パソコン教室
8	9 ◆ 麻雀	10 ♣ コーラス ♣ エルダー ◆ パソコン教室 ♣ ボウリング	11 ◆ 麻雀	12 ♣ エルダー ♣ 中讃合唱団 ♣ G & G	13 ◆ ダンス ◆ 麻雀	14 ◆ パソコン教室
15 ♣ 中讃ダンス ♣ 山歩会（べふ溪谷）	16 ♣ 中讃コーラス ◆ 麻雀 ♣ G & G	17 ♣ コーラス ♣ エルダー ◆ パソコン教室	18 ◆ 麻雀	19 ♣ エルダー	20 ◆ ダンス ◆ 麻雀	21 ◆ パソコン教室
22 ♣ 里山ウォーク （四国の道 根来寺 ⇄ 白峰寺往復）	23 ◆ 麻雀	24 ♣ コーラス ♣ エルダー ◆ パソコン教室	25 ◆ 麻雀	26 ♣ エルダー ♣ 中讃合唱団 ♣ ゴルフ四木会 ♣ G & G	27 ◆ ダンス ◆ 麻雀	28 ◆ パソコン教室
29 ♣ 中讃ダンス	30 ♣ G & G					

♣ 高松教室(高齢協本部)

- ♣ 和服リフォームの会(10時～16時)(高松テルサ)
☎池内 087-841-6411
- ♣ 高齢協合唱団「それいゆ」(10時～12時)
☎田岡 087-886-1446
- ♣ 高齢協劇団「エルダーキャッツ」(18時30分～21時)
☎小西 090-1003-8568
- ♣ 山歩会・里山ウォーク ☎笠井 080-2851-4342
- ♣ ゴルフ同好会 ☎河井 090-2787-9963
(四木会) ☎山下 080-1997-8708
- ♣ 夢を見る会 ☎池田 080-2851-4341
- ♣ ボウリング同好会 ☎松崎 090-1328-2199
- ♣ グラウンド・ゴルフ(G&G)同好会
☎岡田 090-9557-8050

◎ご意見、お問い合わせは各責任者☎または高齢協

◆ 木太地域センター

- ◆ 麻雀を楽しむ会
・毎週水曜日(12時～17時)
・毎週金曜日(13時～17時) ☎河井 090-2787-9963
- ◆ ダンスを楽しむ会 毎週金曜日(19時～21時)
木太南コミュニティセンター ☎木村 090-4501-3423
- ◆ パソコン教室 毎週火・土曜日(9時～17時)
☎工藤 090-9628-4971
- ◆ 詰田川自然農園 ☎泉 080-5666-7013

♣ 中讃地域センター

- ♣ 中讃合唱団(10時～12時) ☎宮澤 090-8977-9479
- ♣ ダンス教室(13時～17時)
・艶歌十八番(琴平町) ☎日野 090-3188-1672

▲みなさまの参加お待ちしております！