

香川県高齢者生活協同組合 2019年 第201号 (12・1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/>

## 今月のお知らせ

- 巻頭文 高齢協とは
- 福祉事業部
- 生きがい事業部
- 仕事おこし事業部
- お知らせ
- 地域組合員活動報告
- エッセー
- 12・1月の予定表



## ともに手を取りあって、 地域の中で

高齢者生協では、たくさんの高齢者が就労しています。例えば、介護サービスや福祉移送で活躍する高齢者がいます。

清掃や草刈り、庭木の剪定などの生活支援サービスで活動する高齢者もいます。香川高齢協で、商店街の清掃や駐車場管理の仕事にたくさんの高齢者が活躍しています。

ひだまりクラブで地域の人たちのお世話をする組合員もいます。

地域によって必要なものは様々です。地域で暮らすために必要なものは何かを共に考え、それを仕事として創り、運営・利用します。

一人よりも二人、二人よりも三人といった多くの仲間づくりがその力となります。

そのために組合員を集め、仲間と協同し地域を創っていくのが高齢者生協です。元気な高齢者が地域の中で必要とされる仕事に取り組み、自分が元気になると同時に、地域がもっと生き生きしてくるでしょう。このような仕事おこしに、高齢者自身を取り組むこと、これが高齢者生協の特徴です。

## 高齢者生活協同組合への誘い



「一人ぼっちの高齢者をなくし、元気な高齢者がもっと元気で寝たきりにならない、しない」をめざして、活動を続ける香川高齢協。

私たちは「高齢者には知恵や経験、力がいっぱい。仕事も福祉も生きがいも自分たちの手で！」をモットーに活動しています。

高齢協に入って、知恵や情報を交換しませんか。

仲間と一緒に楽しいひとときを過ごしませんか。

一緒に仕事をしませんか。  
いま、高齢協ではそんな仲間を求めています。

※お問い合わせは高齢協本部まで

## 代表理事就任にあたり

青梅スミ江



理事長就任にあたり、一言ご挨拶申し上げます。

これまで、さぬき満月まつり等でお世話になっておりますので、すでにお見知りいただいている方もおありかと存じますが、今回はからずも理事の皆様のご推薦により、理事長に就任することになりました。

お前ごときに、巨大な香川県高齢者生活協同組合の長が務まるのか？その場の雰囲気の後先考ええず手を挙げたものだと私自身呆れておりますが、しかし誰かが受けなければ組合の存続が危ぶまれるという危機感から、手を挙げざるを得ま

せんでした。

しかし、引き受けた以上は、やれるだけのことはやらせていただくつもりでございます。と、申ししましても、もともと才の薄い身であり、高齢者組織にも不案内の上、運営などにつきましても今日まで皆様の後にくっついて過ごして参ったようなわけでございます。

ご承知のように、中村理事長は学識、経験ともに優れた方で、しかもご熱心に努力され、ホスピスに入院されてからも頭の中は高齢協のことと以外なかったのではないかと思えるほど、最後の最後まで高齢協のことを気にかけておられました。

中村理事長は香川高齢協の飛躍的な発展に力を注ぎ、数々の業績をお残しになりました。

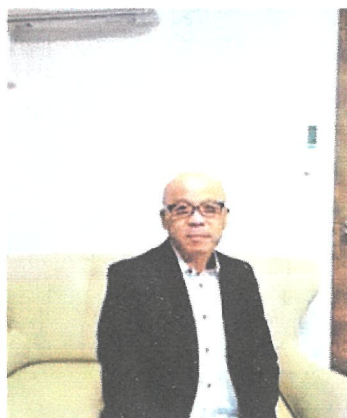
それに引き替え、私は鈍才で運営能力などございませぬが、皆様のお力をお借りして切り抜けて参るつもりでおりますので、ご指導、ご協力をいただければと思います。いずれ、近日中に皆様方のご意見やご希望などをお伺いして、事業計画、その他のことをご相談申し上げるつ

もりでございます。

理事の皆様方のご理解とご協力を得まして、香川高齢協の内容を充実させ、高齢協の一層の発展を祈って、理事長就任のご挨拶とさせていただきます。

## 専務理事就任にあたり

伊賀 昌吾



この度、兒嶋専務理事の後任として「高齢者支援協会生活支援事業部」より本部に異動して参りました。

正直なところ、気持ちの整理もつかぬ間に参りましたので、まだ息が切れているような感覚です。

このポストの重責を担っていい

るのか。「そんな力などない」ということは、この自分がよくわかってるつもりです。

しかし、引き受けたのは「何もひとりでは出来ないよ。みんなと一緒に力を合わせてやれば出来るよ！」と周りが背中をポンと押してくれただからです。

とにかく今は、与えられた試練を、そうみんなの力で乗り越えていかねばなりません。

「寝たきりにならない、しない」「元気な高齢者がもつと元気に」を共通の目標として、これからも組合員の皆様一人ひとりが、より楽しく充実した人生を歩むことができるよう、新しい理事・スタッフが一丸となって、みなさんに喜んでいただける、風通しのよい、香川高齢協をつくりあげてゆきたいと考えています。







「じゅず玉を利用して」

かぐや姫プレイパーク代表

竹森 康彦

若草色に生え茂っていたじゅず玉の葉が茶色になるころ、みどり色だった小さな玉も、白、茶、紫などいろいろな色にかわり、つぶらで美しい輝きを放つようになってくる。

じゅず玉は、イネ科の植物で、花には花びらがなく、ススキやイネの花に似ており、その実は古くから親しまれていた草の実である。

この実を使ってつくれるものに、首飾り（ネックレス）や腕輪（ブレスレット）がある。

首飾りや腕輪は、まず茶色や紫色に輝く大粒の実の芯をペンチなどで抜き取り、実のひと粒ひと粒に木綿糸を通した針でつづり合せると七色に輝く首飾りや腕輪ができる。

また、折しもツバキ、ドンダクリなどの木の実もできているころなので、その実の固い外皮部分を細いキリで穴をあけてじゅず玉つづりの間に組み入れると、おしゃれなモノができあがる。

じゅず玉遊びは、針と糸を使うことから、子どもたちの手先が器用になるよう親の願いがこめられている秋の遊びである。



ちよつと一言

お薬の飲み残しはありますか？、



飲み残しの薬があるのに、また新たに同じ薬をもらうことが医療費のムダだと、大きな問題となります。残薬を減らせば、医療費を大幅に節約することができます

処方された本人の薬なら、再利用できることもあります。手元に残薬がある場合は、まずはかかりつけのお医者さんやかかりつけ薬局の薬剤師さんに相談しましょう。手元に薬がたくさん残っていたら、薬局にまとめて持って行きましょう！  
※香川県後期高齢者医療広域連合のリーフレットより

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』





淡路島七福神めぐり



淡路島七福神めぐりの一日バス旅行（八幡神交會主催）に、丸亀町振興組合のみなさんと共に参加しました。

淡路島七福神は、それぞれが古くから淡路島の町や村の風土の中で、人々の素朴で厚い信仰を育んできたものです。

夏の日の朝、石清尾八幡宮前を出発。途中、高速バスのサービスエリアで休憩しながら、護国寺（布袋尊）を皮切りに、万

福寺（恵美酒神）、覚住寺（毘沙門天）と島を北上し、最後は長林寺（福祿寿）で結願して、めでたく吉兆「福笹」授与となりました。

梅雨の晴れ間で暑い一日でしたが、住職の祈願、とてもユニークな法話と、各寺特色のあるお接待をいただき、故郷の温かさとの安らぎを与えてもらいました。



淡路島はタマネギの産地で有名ですが、他にも線香の生産量でも全国の七割を占めているそ

うです。

今回は満月会のみなさんをはじめ、笠井さん、青梅さん、土肥さんと一緒でしたが、とても楽しい一日を過ごすことができました。



「七福神めぐり」、七回めぐるとさらに御利益があるそうです。機会があれば、組合員のみなさんも、ぜひ挑戦してみてください。

伊賀 昌吾

**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**





## 会員募集

ダンスをやれば、お腹が凹む？ダンスをやれば、姿勢がよくなる？

ダンスをやれば、心も体も健康になる？

かもしれません。

**「ダンスを楽しむ会」会員募集中です。**

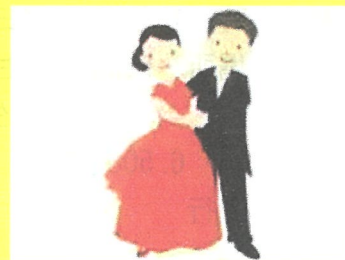
■内容 社交ダンス

■レッスン日 毎週金曜日 午後7時～9時

■場所 木太南コミュニティセンター(高松市木太町)

■講師 川原信夫先生

■連絡先 木村(会長) TEL090-4501-3423



**一緒に楽しみませんか？一緒にお食事しませんか？**

**「夢を見る会」では、参加者を募集しています。**

不定期ですが、年に3～4回、みんなで集まってカラオケや社交ダンス、バーベキュー、食事会などを楽しんでいます。

**「夢を見る会」参加者募集！**

**お申し込みいただければ、ご案内をさしあげます。ぜひ、ご参加くだ**

**さい。こんなことがしたい！と思っている方、ご相談ください。**

■連絡先 木村(会長) TEL090-4501-3423 坂口(副会長)TEL090-1328-8833





## 11～3月 さんぽ会・里山ウオーク 行事案内



### 「さんぽ会」スケジュール

#### ■忘年会

- ★日 時 12月15日(日) 午後12時～午後3時
- ★集 合 午前11時30分(送迎バス交渉中・1台or2台)
- ★場 所 トレスタ白山
- ★参加費 3,000円(会費より別途2,000円補助)

#### ■初詣(1番札所・霊山寺～4番札所・大日寺)予定

- ★日 時 1月12日(日)
- ★集合場所・時間 仏生山ハローズ 午前9時 ⇒ JA木太 午前9時30分  
(仏生山ハローズ 午後4時帰着予定)
- ★参加費 6,500円
- ★雨天決行

### 「里山ウオーク」スケジュール

#### ■愛媛 360度大展望の「大谷山」507m

- ★日 時 3月29日(日)
- ★集合場所・時間 仏生山ハローズ 午前9時出発 仏生山ハローズ 午後4時  
帰着予定
- ★参加費 2,000円(ガソリン代・高速料金)
- ★雨具持参

※「さんぽ会」は2月、「里山ウオーク」は1月・2月お休みです。





**特殊詐欺（さぎ）に気がついたら！**

**特殊詐欺撲滅キャンペーンがスタートしました。**

**高松丸亀町番街ドーム広場で、2019年特殊詐欺撲滅キャンペーンのセシモニーがありました。**



香川県警察本部と高松丸亀町振興組合古川理事長の挨拶の後、香川出身のシンガーソングライター Mimiika (ミミカ)さんが防犯ソングを歌い式典を盛り上げました。

振り込め詐欺などの特殊詐欺の被害総額は年々増加してきています。

昨年の被害総額は、なんと約1億5000万円です。

詐欺グループからの電話は突然かかってくる。

たとえば、こんな感じですよ。ブルブル・・・。

①「母さん！交通事故を起こしちゃった」

すぐに示談金を払ったら警察沙汰にしないって・・・。

②「ばあちゃん！オレ・・・会社のお金を使い込んで」

すぐに返したら会社にはバレないんだ・・・。

③「警察です。あなたの口座が詐欺グループに狙われています」今から銀行の者が行きます・・・。

などなど、詐欺の手口は年々巧妙になっています。

今後は消費税増税に関連した詐欺の発生が予想されます

みなさん、日頃からこんな電話に十分ご注意ください。

今、香川県警察本部では詐欺被害防止のため振り込め詐欺撃退装置を無料で貸し出しています。また、野田屋電機さんでおすすめの「迷惑防止機能」付電話などを取り扱っています。

このような電話を設置してから、不審電話がピタリと掛かってこなくなったケースがたくさんあります。

「お気軽にお問い合わせ下さい」とのことです。

■野田屋電機（古新町一の六）  
☎〇一二〇一四五四五九（午前十時〜午後七時）

■香川県警察本部生活安全課  
☎〇八七七八三三二〇一一〇

**怪しい電話に気がつけよう！**



**はてな？と思ったら電話を切って確認を！**

デイサービスセンター



ふれあい 支えあい

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（御蔵寺近く）

TEL 087-845-7182・FAX 087-845-7189



地域活動



令和元年十月十九日(土)・二十日(日)

「石清尾八幡宮秋季大祭」 宵行

十月十九日(土) 午後二時から  
兵庫町商店街でお祭りオーブニン  
グセレモニーがあり、子どもちよ  
うさ(神輿)や、獅子舞、日本舞踊  
山車などが中央商店街をメインに  
繰り出しました。  
一番の見せどころの壱番街ドー



丸亀町商店街を出発する子ども  
ちようさ



八幡通りの練り歩き

ム広場では、大勢の見物人の中で、  
東西両組の祭り連が合流し、阿波  
踊りや北浜ちようさなどの演舞を  
披露しました。

高齢協チームは、子どもちよう  
さを差し上げたり、華やかな舞踊  
山車を引き回しながら、田町商店  
街まで練り歩きました。

二十日は、朝から絶好の秋日和  
で、一同そろって丸亀町振興組合  
の事務所前から八幡さんに向けて  
出発。道中、国分寺太鼓チームの  
打ち鳴らす山車が街中を威勢よく  
駆け抜けました。午後一時から「神  
幸祭」、神事後に金色に輝く神輿が  
ご本宮からお旅所までの参道を練  
り歩いて、八幡通りを賑わせまし  
た。さらにさぬき満月会による「満  
月おどり」や、地元銀行の吹奏楽  
の演奏など、はなやかに渡御行列  
が奉納されました。

今年も、高齢協から二日間で三  
十三人のボランティアの方が参加  
協力してくださいました。皆さん  
ありがとうございました。

くらしのお困り事ありませんか

お庭の草刈り・剪定 網戸・障子の張替え 換気扇の掃除  
家具の移動 お墓の掃除 などなど その他お気軽に  
お問い合わせください お見積りいたします

一般社団法人香川県高齢者支援協会 仕事おこし事業部

☎080-2851-4340 伊賀(いが)または☎080-2851-4336 土肥(どい)まで

## 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  
・ 未定
- ② 木太地区  
・ 十二月定例会議 十二月九日  
(月)午前十一時〜 会場 木太中央公園会議室
- ③ 南部地区  
・ 十二月度定例会議&忘年会  
開催日時 定例会議／十二月七日(土)午後五時〜六時 会場 北駐車場会議室 忘年会／午後6時〜
- ④ 高松中部地区  
・ 毎週月・木 午後一時〜午後四時「やすらぎサロン」開所中



#### ◆香川町組合員のみなさまへ◆ 地域組合員活動委員会からのお知らせ

お家でちょっと困っている事ありませんか?  
例えば…電球の交換、棚の修理、荷物の移動 などなど

「香川町お助け隊」にご相談下さい。

1回:500円〜  
※香川町在住の方に限らせていただきます。  
※ご自宅の中の事に限らせていただきます。

ご相談、お問合せは 高齢協本部 087-899-6311 まで!



### 移動スーパーとく丸

23号車/拠点:キョーエイ空港店  
ふじさわ ひろゆき  
藤澤博之  
090-1325-1299

お家の前までお伺いします!





### 丸亀町クリニック通信③

丸亀町クリニック・豊永慎二先生



#### 【女性の骨粗鬆症】

今回は女性の骨粗鬆症についてのお話です。現在女性の平均寿命は八十七歳、健康寿命となると七十四歳で十歳以上の開きがあります。

高齢女性の約三分の二が介護を要する人だそうです。

寝たきりや自立した生活がでない要介護状態となった原因の多くは、脳血管障害や認知症です

が、関節疾患や骨折・転倒が原因となっている場合も多いようです。特に女性では、両者の合計が一位となっています。高齢者が転倒・骨折する背景には、骨粗鬆症があります。

女性は閉経後に女性ホルモンの減少により骨密度が低下し骨粗鬆症になりやすいようです。七十代の女性の三人に一人が、八十代の二人に一人が骨粗鬆症です。

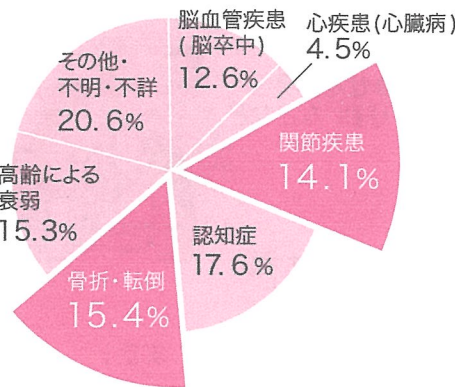
現在全国に約一千二百八十八万人の方が骨粗鬆症だそうですが、このうち治療を受けられている方は約二百万人と非常に少ないようです。

骨粗鬆症は骨折のリスクが高いのはご承知の通りですが、それだけではありません。大腿骨の根元の骨折と背骨などの椎体骨折を起すすと死亡リスクも上げてしまいます。

骨粗鬆症を調べる検査は骨密度測定が有名ですが、他に血液検査も加えて調べるとよりいっそう詳しく評価できます。

骨粗鬆症の治療となる薬は主なものでも六種類ほどありますが、骨粗鬆症を詳しく評価してそれぞれの状態に合った薬を選択して治療していくのが良さそうです。

骨粗鬆症についても、早期発見、早期治療がなによりなのではないでしょうか。



こんな準備してありますか？  
いつか必要になることですから



介護の窓口は誰にする

介護は自宅？施設？

別居家族はどう見守りをする？

る？

介護費用について

家族みんなで元気なうちに考えておきましょう

お困りのときはね高齢協まで！

# エッセイ



## 世にも不思議な絵の話

いま、高松市美術館で世界的に知られる絵本作家、安野光雅画伯の特別展が開かれている。会期は十二月二十二日までだから時間のとれるお人はぜひご覧になることをお勧めする。子供に喜ばれる絵本の原画展だから幼年にかえって楽しむと、きつと若返る気になるのでは？

第1章の「ふしぎを楽しむ」から第5章の「空想と風景」まで、展覧中の全作品が各々幼なところをそそってくる。

一三〇点という多くの作品が並んでいるので、小さな文字で書かれた説明を読んでいると時間に追われそうだが、そうした走り走りの観賞のしかたでは収まらない心持ちにさせられる会場である。

小学生時代から絵を描くのが大好きで、絵を描いているといろいろなイメージが頭の中に次々と生まれたという思い出を語っているから、絵本作家に育つ素質を早くから備えていたのであろう。



特別展開催中の美術館

日本や外国のあちこちを旅行して、その土地のいろいろを絵にしてきた。森や風景、住んでいる人の細やかな営みを実に微細に描き出して作品化している。

中でも二〇〇六年に福音館書店から刊行された『旅の絵本』はその

デリケートな観察眼を見事に生かした力作である。

自然も家々も人々の姿も緻密に描写され、この安野さんという芸術家がいかに「人間好き」な天才であつたかを雄弁に語ってくれる。

一三〇作品を細かく丁寧に歩いていて、中の一点に思わず笑いをもらってしまった。

安野作品は概してきまじめな作風が支配的だと受けとめていたのに、その一点だけには安野さんのいたずら心がちょっぴりのぞいていて、にんまりとさせられたのだ。

映画好きの人ならマリリン・モンローの出るシーンで何より忘れられない場面があるであろう。地下鉄の噴気孔の上に立っていて、アツと思わずドレスのすそを押さえてしまふ、あの場面である。新婚の亭主ジョー・デイマジオがハレンチなシーンだと憤慨して、映画会社に抗議を申し入れたとか伝えられた。

安野先生もまあ粋なことをなさると感じ入ったことだった。

で、後日、再入場して、くだんの

一点を確認しようとしたのだが、克明に見て回ったのに、このシーンが見つからない。どこに消えてしまったのか。

こうなつては更にもう一度入館して確かめたいが、いずれにしろ今回の「安野光雅・空想と風景」特別展は、世にも不思議な美術展ではあつた。

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



## 2019年12・1月 行事案内

### 石清尾八幡宮除夜祭ボランティア募集

高齢協と満月会のみなさんが共同で、参拝者のお接待のお手伝いをします。

■場所 石清尾八幡宮(高松市)

■時間 12月31日午後10時30分～

餅つきと、うどんのお接待のお手伝いをしてくださるボランティアを募集しています。  
今年最後のひとときを、一緒に過ごしませんか？  
来年はきっと、いい年になるはずです。

■お問い合わせ:高齢協本部まで ☎087-899-6311

### ご一緒に楽しみませんか？

#### ▲高松教室(高齢協本部)

▲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

▲さんぽ会・里山ウオーク

☎吉田 090-5809-8400

▲讚木会 ☎三宅 090-7141-7297

▲夢を見る会 ☎木村 090-4501-3423

▲ボウリング同好会 ☎嶋岡 080-3166-2342

▲グラウンド・ゴルフ(G&G)同好会

☎岡田 090-9557-8050

◆麻雀を楽しむ会 ☎河井 090-2787-9963

・毎週月・水・金(11時～15時)

◆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

◆詰田川自然農園 ☎和泉 080-5660-7013

#### ♣中讃地域センター

♣琴平コーラス スズラン(10時～12時)

☎山本 090-4787-4882

♣琴平・ダンス教室(13時～17時)

ダンス十八番

☎日野 090-3188-1672

♣歌声「さつき」☎宮崎 090-2781-0488

◎ ご意見・お問い合わせは各部会の代表または高齢協本部まで 高齢協本部 ☎087-899-6311