

香川県高齢者生活協同組合 2021年 第210号 (6・7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://www.kagawa-koureikyoku.org/> FAX 087-899-6312

今月のお知らせ

- 総代会に向けて
- 香川ひだまりから
- 総代会中止のお知らせ
- 人・ひと・ヒト
- 健康のページ
- 生活エッセー
- 組合員紹介
- 6・7月の予定



高齢者生協の活動に関する

特徴

高齢者生協は、「仕事・福祉・生きがい」に取り組む共同組合であることが一番の特徴です。

現在は、介護保険法や自立支援法に関係する介護サービスが全体の八割程度を占めています。

訪問介護やデイサービス、グループホームや小規模多機能型居宅介護サービス、福祉用具販売や貸与などにも取り組んでいます。

しかし、高齢者生協の設立には、高齢になっても働きたいという多くの高齢者の参加がありました。高齢者の就労する場を作る仕事おこしは、高齢者生協に期待された大きな目標です

「寝たきりにならない、しない」「元気な高齢者がますます元気に」

このスローガンの実現には、高齢になっても仕事を続けていることが一番です。



総代会に向けて



理事長 青梅スミ江

猛威を振るう新型コロナウイルスとの闘いによって、緊張感や閉塞感、また先行きの不安を拭えない日々が続いておりますが、組合員の皆さまはいかがお過ごしでしょうか。

社会全体としてはコロナに振り回されましたが、香川高齢協にあっては、理事や職員らの高い意識と使命感、情熱によって、明るい未来像が垣間見えた一年でもありました。

運営面では、一昨年の不測の赤字転落を教訓とし、強い危機感を皆で共有できたことが奏功。伊賀副理事長や松本専務理事らの陣頭指揮で福祉事業が上伸したこと、また役員報酬の見直し、交際費など経費の徹

底した圧縮効果もあって、創立以来の最高益で黒字にすることができました。

このまま黒字を維持できる見通しが立てば、後進へのバトンタッチも考えております。

一方で、二月に予定していた中村大詔元理事長の“偲ぶ会”など、コロナ終息期に実施したい企画もいろいろとございます。

皆様の倍旧のご理解ご協力を切に願っております。

.....



専務理事 松本静香

平素より組合員の皆様には、香川高齢協の運営にご尽力頂いておりますこと、心より感謝申し上げます。

また昨年よりコロナによる不安定な社会情勢が現在もなお続いており、例年のような形で総代会が今

年開催できるかどうか危ぶまれる状況下ではございますが、昨年度の組合活動を振り返りますと、業績も含め組織として大きく飛躍した一年となりました。

これも「経営にはみんなで参加し、みんなで事業を運営していく」という高齢協の「協働労働」の精神に立ち返り、高齢協の運営に関わってくださっている組合員の皆様、お一人おひとりのお力添えがあったからこそ成し得た結果だと感じております。

この場をお借りしまして、皆様に心より感謝申し上げます。誠に有難うございました。



あなたのそばでお手伝いします

地域密着型通所介護

訪問介護事業所

ひだまりステーション

☎899-6314

手と手を取り合い

香川ひだまり

☎899-5011

居宅介護支援事業所

ひだまり

☎899-6313

『ひだまり』

香川町川東下1190-1





廃れていく屋島を 活性化したい



今回はシニア部会メンバーであります青梅スミ江氏に、ご自身についてのことや地域への想いなどを執筆していただきました。

過去を振り返り

想像できないかもしれませんが、15歳から21歳、つまり青春時代の殆どを病院のベッドで過ごし、死さえ覚悟していた私の唯一の光は、車への憧れでした。昭和32年2月5日に念願の自動車運転免許を取得しました。当時女性ではまだ珍しく、少し誇らしい気持ちになったことを思い出しますが、これが私のライフワークの第一歩です。

その後はミシンの営業などをしながら入退院を繰り返すのですが、「車を運転したい」という思いは強くなるばかり。そこで一日中運転できる仕事として、タクシー運転手を目指すことを決断しました。殆ど運転の経験がない中で、苦勞して二種免許を取得。私の恩人が経営するタクシー会社への就職が決まったのはそれから3か月後でした。一日中運転できる喜びと、お客様にも恵まれて充実した日々でしたが、普通免許の個人指導をしていた同僚に誘われ、「正しい運転を教えることも大切な仕事」と思うようになり、指導員に進む道を選択しました。

教習車は中古のクラウン1台からスタートしましたが、第2次ベビーブーム世代の免許取得も

あって比較的順調に推移。その後は自前のコースも整備し、二種免許に比重を置いてプロドライバーの養成にも注力しました。

地域への想い

現在是一種の更新忘れ、取消、職業免許は全て教習しておりますが、15年ほど前から、自分の引き際を考える思いと裏腹に、心の中にある想いが沸々と湧いてくるのです。「廃れていく屋島を活性化したい」。屋島を眺める庵治町で育ち、教習で幾度となく訪れた私にとっては特別な存在であり、この活性化を目的に平成16年に「さぬき満月会」を設立。以降、毎年夏に山上で「さぬき満月祭り」を定期開催(昨年はコロナ禍により中止)、多くのボランティアの協力に助けられながら、屋島の活性化、復活に向けての胎動を実感しております。

また満月会でのご縁から、一昨年より香川県高齢者生活協同組合の理事長も拝命するなど、人生の終盤に差し掛かってもお、活躍する場所があることに感謝しております。

こうして微力ながら地域に対する恩返しやボランティア活動に勤しめるのも、人生を賭した教習所という事業活動を通じて得た収益の賜物だと感じております。負けず嫌いで、やると決めたら一萬千里。多くの方々に支えられてきたことを、この場を借りて感謝申し上げます。

(株)青梅自動車教習所 代表取締役

青梅 スミ江/記

(高松第4支部)



2021 年度 第 23 回通常総会の開催について

今年度の総代会は、6 月 27 日(日)午後 2 時から、丸亀町レッツホールにて開催を予定していましたが、新型コロナウイルス感染症拡大により全国的に緊急非常事態宣言等が出されており、香川県もかつてない感染拡大に見舞われています。

そのため、通常通りの開催は困難と判断し、書面による議決方式に変更することにいたしました。

なお、総代会自体は法律上、開催しないわけにはいきませんので、総代の皆様には、改めてご案内をさせていただきます。

※お問い合わせは本部 TEL087-899-6311 まで

**6・7月のさんぽ会・里山ウォークのスケジュールについては
未定のため、直接担当者にお問い合わせください。**



暮らしのお困りごとは、仕事おこし事業部へ

★お庭の草刈り・剪定★網戸や障子の張り替え

★換気扇の掃除★家具の移動★お墓の掃除 など

何でもご相談を！



080-2851-4336 (土肥) 080-2990-4586 (森岡)



ひだまり村の利用者さんが、

「ひだまり新聞」発送のお

手伝いをしてくれました。

お疲れさま。ありがとうございます！



スタンプ押しの作業中です

五月中旬、十二〜三人で、三日間、スタンプ押しや封筒のラベル貼りなど、新聞発送準備のお手伝いをしてくれました。
もちろん、スタッフも一緒になって奮闘でした。



昔を思い出すわあ
利用者さんのひとり言

▽昔、勤めよったときに、仕事でこんなんしてたんよ。思い出すわあ
▽「仕事をしたなあ」「社会のお役に立てたなあ」
▽また、お手伝いさしてもらいますよ。

ライオンもマスク♪



高松三越玄関横のライオン君

ライオン君もコロナには勝てないみたいですね。

特大マスクというか、まるで赤ちゃんのオムツみたいなマスクを付けられて、ちょっと苦しそうです。でもガマン、ガマン！早く、コロナが収まりますように……。



デイサービスセンター



ふれあい

知り合い

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 (彌富寺近く)

TEL 087-845-7182・FAX 087-845-7189

ひだまりステーション

私達ひだまりステーションでは、「住み慣れたご自宅でいつまでも充実した生活をお送り頂く事」をスローガンに、訪問介護サービスの提供をおこなっております。

新規開設に伴い、ヘルパーサービス対応可能時間をお知らせさせていただきます。是非、お気軽にご相談ください。



月	火	水	木	金	土	日
8:30 ~	8:30 ~	8:30 ~	8:30 ~	8:30 ~	8:30 ~	8:30 ~

他の時間帯・要相談



事業所情報

事業所所在地 〒761-1705 香川県高松市香川町川東下 1190-1
 事業署名 訪問介護事業所 ひだまりステーション
 事業所電話番号 087-899-6314
 事業所 FAX 087-899-6315
 事業所番号 3770110793（・訪問介護 ・相当サービス ・サービスA）
 サービス実施地域 高松市（島しょ部を除く）・三木町・さぬき市・東かがわ市・綾川町
 加算の体制 初回加算、処遇改善加算Ⅰ、特定処遇改善加算Ⅱ

お問合せ先 **080-3926-0965** 管理者 太田 美津穂

法人情報

運営法人 香川県高齢者生活協同組合
 代表者名 代表理事 青梅 スミ江
 法人所在地 〒761-1705 香川県高松市香川町川東下 1190-1

理事会報告



令和三年度 第十回理事会

令和三年五月二十一日（金）開催

審議検討事項

□第二十三回通常総代会の開催について

開催変更の旨と議案書（草案）の内容について最終的な検討をしました。

□定款変更の件について

生活協同組合・支援協会の定款変更（通常総代会の議事項）について協議しました。

□「所在不明組合員のみなし自由脱退手続きに関する規約」を協議しました。

□リース契約車両の見直しで車両経費の節減をいたします。

報告事項

▽三月度月次損益状況（生協・支援）と各事業所報告がありまし

た。

▽牟礼ひだまり移転の進捗報告

▽コロナ対策の状況報告がありました。

▽各事業部からの活動報告と今後の予定行事の確認をしました。

▽組合員数二、五九八名・出資金額一五、〇九二千円（三月末現在）



昔の遊び

弓矢



かぐや姫ブレイパーク代表

竹森 康彦

弓矢は、子どもたちがもて遊ぶ
だ多くのおもちゃの中でも、最も
古いおもちゃとされています。

それは、大人たちが古くから食
糧を得る手段として野鳥や獣を捕
まえるときに使われてきた道具で
あったし、最初に考えた飛び
道具として常に家庭で供えられて
いたため、子どもたちも大人の弓
矢を真似て作り遊んだと思われる
からである。

日本には古くから男の子が五
十二歳頃になると年末には弓矢が
贈られるという風習があったとい
われている。弓矢には力の強い、
上部な子どもに育って欲しいとい
う親の願いが託されており、今も
神社では正月を中心に売られてい
る「破魔弓」はその名残りだとい
える。

弓矢は、縄文時代の頃からす
に使われており、その形は今に至
るまで代わってはいないところを
見ると、弓矢には何か神秘的な、

呪いのようなものがこめられてお
り、改良すら許さなかったのでは
ないかと思われてならない。

弓矢を手に取ると子を思う親心
は今も変わらないことが伝わって
くる。

弓矢を作るには、ノコギリやナ
イフ、ナタキリなど、手の働きを
助ける道具が必要となる。

アブナイ！とばかり言っている
られない。個の成長のためには大
人が道具の使い方を子に見せ、個
はそれを真似ることが出発点とい
えよう。

終わりに

長い間投稿させていただきあり
がとうございました。

どうか高齢協の皆さまおひとり
おひとりが体験してこられた貴重
な宝物を、孫たちへ伝承されます
よう、そして、「子どもたちの指示
待ち人間化」からの脱出にお力添
えくださいますよう、お願い申し
上げます。

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」

仕事おこし事業部

森岡泰生さん



——高齢協との関わりは？

理事の真鍋さんの紹介で組合員になりました。真鍋さんは十四、五年前になりますが、職場が一緒だったんです。定年で会社を退職して一年後ぐらい

に電話があつて、働いてみないかと声をかけてくれて、それがご縁で高齢協に入り、現在の仕事おこし事業部で働くようになりました。

——以前はどんなお仕事？

大手電機メーカーの携帯電話部門で仕事をしていました。定年近くになって、故郷の四国に戻してもらい、四国で定年を迎えています。

——高齢協ではどんなことをされていますか。

仕事おこし事業部に籍を置いて、主に草刈りや庭木の剪定をしてくれる職人さんのお世話をしていますが、昨年十二月からなので、実際に動きだしたのは最近です。四月頃から徐々に依頼が入り出したので、先輩の土肥さんなどに教えてもらいながら現場を見に行ったりしています。これから暑くなると職人さんも大変だと思えます。勤務時間ですか？月曜か

ら金曜の午前九時から午後二時です。



——ご家族は。

妻と息子夫婦の四大家族です。子どもが二人いる娘がいますが、結婚して家を出ているので、大人ばかりの暮らしで、何となく静かな毎日ですね。

取材を終えて

六十一歳になったばかりなので、高齢協の仕事おこし事業部では、今のところ一番の年下だとか。たしかに、高齢協だと六十代は若者です。

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



あなたを守り隊手帳

丸亀町クリニック通信 ⑫



豊永先生(中央とクリニックのスタッフのみなさん

体内時計を整えてコロナ感染を防ぎましょう

「春眠曉を覚えず」と言われる季節を迎えました。朝が起きられず身体がだるいと言われる方もおられるのではないのでしょうか。

ヒトの頭の中には「体内時計」があり、体内時計が寝る時間と起きる時間を決めています。



この体内時計のリズムの乱れが睡眠に影響し心身の不調を引き起こします。ヒトの体内時計の周期は二十四時間より長く、朝の光で時計をリセットし調整しています。朝の食事や運動は時計を進めて身体のリズムを整えます。いわゆる「早寝早起き朝ご飯」の生活は心身を整え元気を保ちます

しかし朝食を摂らなかったり、夜にスマホやテレビなどの光を見たり、激しい運動をすると体内時計を遅らせます。

すると、不眠、感情障害、メタボリックシンドローム、免疫力低下、がんの発症などのリスクになります。

免疫と体内時計の関係について調べたマウスの実験があります。インフルエンザウイルスを、ヒトの早朝に当たる時間帯と夕方に当たる時間帯に分けて暴露した場合、早朝の方が致死率が高かったということです。早朝はウイルスの感染に対して、より気をつける必要があるようです

また、体内時計が壊れているマウスは、どの時間帯でも致死率が高かったそうです。やはり体内時計を整えることは、ウイルス感染防御にも重要です。

体内時計の乱れは、免疫力を弱めてウイルスなどの病原体に対する感染リスクを高めます。実際シフトワーカーの人は風邪にかかりやすいことが知られています



体内時計をリセットするためには、朝の光をしっかり浴びて、朝食をしっかりと摂って、できれば朝の散歩など運動をすることです

いつ体内時計をリセットすればいいのかというと、それは就寝時間から逆算すると良いでしょう。体内時計がリセットされてから、十五〜十六時間後に睡眠を促がすホルモンのメラトニンが分泌されて「眠気」が出ます。逆算すると、午前七時に体内時計をリセットすると、二十〜二十三時に眠気が出るということです

つまり、まずは早く起きることによって早く眠気がきますから、「早起き、早寝、朝ご飯」で体内時計を整えていくのが良いのではないのでしょうか。

丸亀町クリニック 豊永慎二



組合員 各位

2021年6月吉日
香川県高齢者生活協同組合
理事長 青梅 スミ江

「ひだまり」機関紙・購読申込みのご案内

謹啓 初夏の候、日頃より香川高齢協へのご協力を改めて感謝申し上げます。

皆さま方には、新型コロナウイルス感染症の影響で、大変なご苦勞をされておられることと案じています。

さて、香川高齢協もこの時期は新しい活動年度を迎えることとなります。今年度の総代会では『香川高齢協の新たな地平を切り拓く』～お互いを活かし合うための対話を深めよう～のスローガンを掲げて、組合員皆さまと共に高齢協運動を進めて参りたいと思いを新たにしております。そこで、組合員皆さまとの情報共有を図る「ひだまり」機関紙の購読申込みをご案内申し上げます。

どうか一人でも多くの皆さまからのお申込お待ちしております。

謹白

記

〈ご案内事項〉

※ひだまり機関紙・定期購読の申込みを希望される場合は、同封の

「払込取扱票」に必要事項をご記入頂きお振込をお願い申し上げます。

・年間購読料金-1,200円

(強制案内ではありません、ご自身の判断でのご協力をお願い申し上げます。)



エッセイ



古木は語らず……

どういうわけか、子供の時から大きな樹木が大好きだった。

その木が経て来た年月の長さにひかれるものがあつたのかも知れないし、全体から発する香りに魅せられたという要素も働いていたのであろう。

大阪の郊外に住んでいて、その地の学校（当時は小学校ではなく「国民学校」と称されていた）の校庭の一隅にユーカリの木が立っていて、あの特有の香りが胸の底まで入ってきて気分がせいせいしたものだつた。

その時、国民学校の学童は集団疎開の対象とされて、どこやら北陸の田舎に転校してしまい、生来虚弱だった私は母親の生家に縁故疎開し

た。

父が子供の体力からして集団生活に耐えられないと判断しての決断だった。

祖母が独り守ってきた古い家の庭には古木はなかったが、学校には一本の桜の大木があり、特有の香りを放っていたのを覚えている。



中学生に進級して通学した校庭には大した木はなかった。（後で知ったのは、大きな樹木は戦争のために供出させられたという事情があ

った）

時は下つて、高校に進むと鉄筋の校舎の脇に楠の古木があり、幾多の卒業生を長いこと見送ってきたのだつた。

更に時を下つて、社会人となった私はわが家から勤め先に通う電車の沿線に大きな池があり、池の堤に数本の桜の木が植えられていて、いずれも古に歳月を示す樹肌を見せていた。春のひとときは満開の桜花を咲かせて乗客の目を楽しました。

つい最近のことだが、これら桜の古木が伐り去られた。この春の寂しさといったらなかった。

そして更にごく最近のこと。わが町が誇る綾川町の有名な天神さまの大門脇に高々とした姿を見せていた一本のメタセコイヤの樹（珍しく上の方で二本に分かれていた）が先端部分で無残にも伐られてしまったのだ。伐るにはそれなりの理由があるのであろう。

その理由を知りたいと切に思ったが、あまりにも哀れなメタセコイヤの命運を思いやると、このままそ

つと眠らせておいてあげたいと思うのである。

こんな気持ちには人間たちの思いあがりであり、余計なセンチメンタリズムに過ぎないと、長寿の生命力を秘めたメタセコイヤは大笑いしているのかも知れない。きっとそうであらう。

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

2021年6・7月 行事案内

第23回通常総代会中止のお知らせ

第23回通常総代会・第7回社員定時総会を、

令和3年6月27日(日)に丸亀町レッツホールにて開催予定でしたが、

新型コロナウイルス感染拡大のため、中止せざるを得なくなりました。

詳細は本紙4ページに掲載していますので、ご覧ください。

お問い合わせは、

■連絡先 高齢協本部 ☎087-899-6311 休み

コロナ対策、怠りなく！今まで以上に注意しましょう！

と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 090-4785-8478

♣ 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 岩田 080-3160-0227

♣ 讃木会 ☎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

◆ ひだまり麻雀会

・毎月水曜日の2回～3回

☎津田 090-2895-3347

◆ ダンスを楽しむ会

・毎週金曜日(13時～15時)

木太コミュニティセンター

☎木村 090-4501-3423

◆ 詰田川自然農園 ☎三村 090-5915-0372

♣ 西讃地域センター

♣ 琴平コーラス ミュゲ(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