

香川県高齢者生活協同組合 2022年 第213号 (1・2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-koureikyou.org> FAX 087-899-6312

今月のお知らせ

- 巻頭文 理事長挨拶
- 役員新年の挨拶
- 理事会報告
- 劇団エルダーキャッツ公演特集
- 健康のページ
- 「さんぽ会」スケジュール
- エッセイ
- 1・2月の予定



新しい年を迎えて

理事長 青梅スミ江



皆さま、あけましておめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症との闘いは、長期戦の様相を呈していますが、それでも新年の幕開けというのは何か心が浮き立つものです。

当組合は、「福祉」「仕事おこし」「生きがい」の三本柱を掲げ、今年も地域福祉の向上に真摯に取り組んでいく覚悟は変わりません。

私も就任から二期目になりましたが、素晴らしい仲間たちに支えられているという実感は日々強まるばかりで、その結果として経営基盤も回復からさらに上伸の気配をみせております。

仕事おこしも警備事業が増加してきており、生きがいも活動の再開で正常化に向かって加速しそうです。

今年のトピックは「牟礼ひだまり」の新築移転です。要介護者だけでなく、一人暮らしの健常者も利用できる全国初の取り組みも計画するなど、話題豊富なものとなりそうです。

最後になりましたが、志を同じくする組合員の皆さまにとりまして、素晴らしい一年となりますことを心よりお祈り申し上げます。

組合員のみなさまが、今年も恙なくお元気でありますよう。





専務理事 松本静香

新年明けましておめでとうござい
ます。

今年の干支は「壬寅」（みずのえ
とら）。そして「壬寅」は厳しい冬
を越えて、芽吹き始め。新しい成長
の礎となるイメージを持つ干支だ
そうです。

香川高齢協においても、厳しい経
営環境を乗り越えて、業績が躍進的
に伸びている今こそ、壬寅のごとく
利用者の皆さまや、仕事に従事して
いただいている皆さま方はもちろ
んのこと、香川高齢協に関わる全て
の皆さまが明るい未来を描けるよ
うな組織となるべく、礎を築いてい
く一年にしたいと思っております。

この目標実現に向け、どうぞ皆さ
ま方のお知恵とお力を引き続きお
貸しいただけますよう、改めてお願
い申し上げます。

皆さまにとって良い年となりま
すよう、お祈り申し上げます。



福祉部長 池田章子

新年明けましておめでとうござい
ます。

皆さまにおかれましては、お元氣
で新春をお迎えになられたことと
お慶び申し上げます。

福祉事業は五カ所の拠点におい
て、管理者を中心として事業所活動
を行っておりますが、毎月福祉部会
において情報共有を行い、訪問介
護・訪問看護・医療・居宅サービ
スなど、多職種連携をはかっており
ます。

そして香川高齢協らしきである
〃学校でも病院でもなく、利用者様
には心穏やかに過ごしていただ
ける場〃として、『楽しく、仲良く、
たくましく』をモットーに日々邁進
いたしております。

ぜひ、お近くにお越しの際は遊び
にいらしてください。

皆さまと利用者さんの笑顔に出
会えることが私の願いです。

あなたのそばでお手伝いします

地域密着型デイサービス

訪問介護（ヘルパー）
ひだまりステーション
☎899-6314

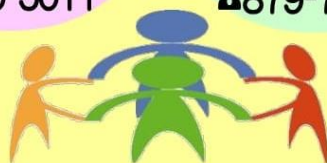
香川ひだまり
☎899-5011

ひだまり村

住宅型有料老人ホーム
☎879-7336

居宅介護支援（ケアマネ）
ひだまり
☎899-6313

手と手を取り合い



『ひだまり』
香川町川東下1190-1



仕事おこし事業部部长 土肥世樹

今年もよろしく願います。

一昨年に引き続き昨年もコロナ禍で組合員の皆さまには大変な年であったと思われませんが、香川高齢協の仕事おこしも同様で、庭の草刈りや剪定を始め、警備の仕事が減り大変な年でした。ただ、幸いなことに昨年の夏ごろから警備の仕事が徐々に復活してきました。とくに、中・西讃地域からの依頼が多く、有り難いことに人手が足りないほど仕事が入ってきています。

また、昨年十二月二十二日に丸亀町に「くるりん駐車場」がオープンしました。北駐車場は無くなりまして、新しい駐車場は規模が大きいので、売り上げが期待できそうです。清掃の方は、今は駐車場の丸い亀さんですが、どの事業も人材不足が悩みの種です。何とか頑張っていきたいと思っています。

牟礼ひだまり

新年おめでとうございます。

牟礼ひだまりは、民家を改修した施設で、家庭的な雰囲気の中、利用者様一人一人に寄り添い、それぞれの方の目標達成のための支援を行っています。

ご利用者様がご自身で出来ることは励ましながら見守り、少し難しいことはお手伝いをするというスタンスで、プログラムに様々な体操を取り入れ、機能低下を防げるように支援しています。

また、美味しい手づくりの食事を提供し、ひだまりでの一日が楽しく、笑顔で過ごせるように、職員も常に笑顔を忘れずに対応するよう、心がけています。

今年も一年、どうぞよろしくお願い申し上げます。



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た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

謹賀新年

ひだまり川島 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうござ
います。

皆さまのお陰で無事に新しい年
を迎えることが出来ました。

今後利用者様のため、我々ので
きることを何でも実行していく所
存です。

今後とも、皆さまのご指導を賜る
ことをお願い申し上げます。

未筆ながら、皆さまのご健康とご
多幸をお祈り申し上げます。



ひだまりステーション

ありがとうございます

明けましておめでとうございま
す。

旧年中は皆さまのお力添えによ
り、多くの利用者様にご利用いた
くことができました。

私どもスタッフは、利用者様から
いただく、「ありがとう」の言葉が
聞きたくて頑張っております。

今年もスタッフ一丸となり頑張
ってまいりますので、よろしくお願
いいたします。

福祉事業部から

こんな準備してますか？

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？

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

お困りのときは高齢協まで！



理事会報告



令和三年度 第六回理事会

令和三年十二月十七日（金）開催

審議検討事項

□ 牟礼ひだまりの移転計画（その後）

桜設備設計事務所・藤井建設との設計見積もり金額の交渉結果
□ 故元理事長中村大詔氏を「偲ぶ会」の日程・令和四年二月十一日（金）午後二時～丸亀町レッツホールにて執り行います。

報告事項

▽ 十月度月次損益状況（生協・支援）と各事業所報告がありました。

▽ 中間監査終了の報告

▽ コロナ対策の状況報告がありました。

▽ いきが事業部・地域活動委員

会・西讃地域センターからの活動報告と今後の予定行事の確認。
▽ 組合員数二、六五三名・出資金額一五、四三二、千円（十一月末現在）



組合員のみなさん、一緒にコーラスや山歩きを楽しみませんか？

高齢になればなるほど、「いきがい」が大事になってくると、よく言われます。ふと気がつくと、「そういえば、ここ数日誰とも会っていないわ」とか、「外出してないな」などなど、そんなことありませんか？

香川高齢協のいきがい事業部では、山歩きやコーラス、マージャン、社交ダンス、ゴルフ等々、同じ趣味を持つ人たちがグループで活動しています。

週に一度か二度、いつものメンバーが集まって歌ったり、踊ったりするだけでなく、たわいもない会話に参加してお茶を飲んだり笑ったり、そんな時間を持ちませんか？

外出の機会は自分でつくらないとなかなかできないものです。とくに、高齢者は「うーん、外出といえど病院通いぐらいかな」。そんなことになりかねません。

今年こそは、思い切って心と身体を動かしましょう！

本誌裏表紙に「高松教室」と「西讃地域センター」の各教室の名称と連絡先電話番号、担当者氏名が記載されていますので、ぜひご連絡を。



移動スーパーとくし丸



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！



感動と元気をありがとう！

**平賀源内 珍説「油驚騒曲」を
観覧して 伊賀昌吾**

高齢協劇団「エルダーキャッツ」のレクザムホールでの七年ぶりの特別公演を観覧しました。

時空を超えて令和の時代に甦った源内とミュージカル風な仕上がりが見事にコラボして素晴らしいステージでした。

現代のAIとコロナ禍での世相風刺がところどころにテンポ良く出て、しかも出演者全員が実は「狸」だったという落ちも奇想天外な展開でした。

長屋の「善坊和尚」のお説教も見逃しできない内容であって「人間の大切なものは何か」を問いかけた物語でした。

度重なる苦難を乗り越えての上演までのご苦労は団長団員・関係者の並々ならぬ努力あつてのこと、エルダーキャッツの皆さま、お疲れ様でした。感動と元気をいただきました。

長屋の坊さん／善坊役の善林功さん



長屋の住人／おやえ役の安西八重子さん・カラオケ女主人／おえい役の榮野嘉江さん

長屋の住人の善坊（お坊さん）を演じるのは、いきがい事業部の善林さん。

お人柄そのままの、温厚で真面目な役柄で、電気のある暮らしに浮かれています。住民には流されず、いままです通りの自然な暮らしを続けるというストーリー。

コツコツと地道に暮らすことを説くお坊さんですが、とうとう最後に尻尾を出して、実は私も狸なんですと、ドンデン返しがありました。

善坊主さんの娘、おはなは実は長屋の近くのお稲荷さんに捨てられていた小狸でしたが、善坊さんが拾ってわが子にして育てた女の子。

その子が成長して同じ長屋に住む白髪源内さんの息子と恋仲に。

いろいろあったのですが、最後はハッピーエンドのめでたしめでたし。

お嬢さんは、ニューヨークに行つて弁護士試験に再度挑戦。今度こそは受かってみせますと、どこかで聞いたような話に、会場は大爆笑！



三匹のカワイイ豆狸ちゃんの登場で、「ウワァ〜カワイイ」と、観客席に大きな拍手が。

観客は、まるで予期せぬ出来事に遭遇したというか、狸にでも化かされたというか、そんな感じでしょうか。高齢協の組合員さんには丁度孫世代の子狸なので、よけいに親しみと可愛さが大きかったのかもしれない。

最初と最後の登場でしたが、いつまでも温かさが残りました。



女目明し／おしゅん役の山口順子さん・百姓／岩さん役の立岩幸則さん



長屋の大家／利兵衛役の新名利勝さん・利兵衛の女房／およし役の國宗芳子さん



白髪源内役の小西金太郎さん・源内の息子／光之丞役の赤澤英海さん

**令和三年十二月十一日（土）
レクザムホールにて
高齢協劇団エルダーキャッツ特
別公演
「平賀源内珍説油驚騒曲」開催**

エルダーキャッツの劇団員のみなさんは、久し振りの晴れの舞台でワクワクドキドキだったようですが、観客も、もちろんワクワクドキドキ！幕が開くのを今か今かと待ちました。

そして、いよいよ開幕のベルが鳴り、緞帳がすーっと上がると、いきなり可愛い豆狸が登場！

あれあれ、何だ？シルバーではなく子狸とは？ということ、お芝居のはじまり、はじまり！

白髪源内役の小西金太郎さんは、劇団の団長さん。跳んだり跳ねたりの大舞台に少々疲れ気味ではと思ったのですが、最後まで素敵な源内さんでした。

途中、台詞忘れ？のハプニングもありましたがそれもご愛嬌。高齢協の理事長以下役員のみなさんのゲスト出演もあり、彩り豊かな舞台となりました。

舞台のかぶりつきで、脚色をされた蓮井先生が台本を目の前に置いて、つきっきりで台詞をしゃべって

いたというか、役者さんたちが台詞を忘れて困ったりしないように、一生懸命教えておられた姿がとても印象的でした。

「いいなあ」、これって高齢協劇団ならではの光景だろうなと、ちょっと胸が熱くなりました。

最後に全員が舞台上がり、蓮井先生を真ん中に舞台を支えたプロデューサーさんや音響さんなどの紹介と挨拶がありました。小西団長の晴れやかな笑顔の後に漂っていた哀愁とほんの少しの涙目、いつまでもここに残りました。

大きな舞台はこれが最後になるかもしれないのですが、どうぞこれから演じ続けていただきたいと思っています。

劇団員のみなさん、明るくて素敵なお芝居、ありがとうございました。

やる気と元気をいっぱいもらって帰りました。

令和三年最後のとても嬉しい贈りものをありがと。



「夢を見る会」

総会と新年会のお

知らせ

元理事長を「偲ぶ

会」開催のお知らせ

お誘いあわせの上、ご参加ください。



「夢を見る会」

「総会」と「新年会」

日時 令和四年一月十七日(月)

午前十一時三十分から

午後一時

場所 美味休心(高松市木太町

六区二六八七の一

電話 087-834-4177

会費 千円

連絡先 木村・090-4501-

3423(会長)

坂口・090-1328-

8833(副会長)

※新しい年を迎えて初めての集まりです。みなさんと顔を合わせて親睦をはかりたいと思っています。今年もどうぞよろしくお願います。



故元理事長中村大詔氏を

「偲ぶ会」を執り行います。

令和四年二月十一日(金)

午後二時から

丸亀町レッツホールにて

執り行います。

※当日は、献花台を設け、茶話会などを予定しておりますので、ぜひご参加ください。

※お問合せは、高齢協本部まで。

電話:087-899-6311



ちょっと一言

「フレイル」って言葉知っていますか？

「フレイル」は、健康と要介護の中間状態で、要介護となる危険性が高まり、健康で活動的に暮らせる健康寿命を伸ばすことができません。

しかし、より早く気づき、自分ができることを継続的に取組めば、機能を快復し、維持できる可能性が高くなります。

なかでも問題なのが「オーラルフレイル」です。これは、歯や口に関するささいな衰えのことで、これを放置すると、口の機能低下、食べる機能の障害、さらには心身の機能低下につながり、負の連鎖を起す可能性があります。

そこで、まずは自分の口に関心を持ち、適切な予防をすることが大切です。

歯科検診で自分の健康状態を知りましょう！



上腕の血圧、左右差が大きいと心血管疾患の発症リスク上昇



両腕の血圧を比べたこと、ありますか？

皆さんは、両腕の血圧を測定して、比べられたことはありますか？

上腕収縮期血圧の左右差は、全死亡、心血管死亡および狭心症や心筋梗塞などの心血管疾患を起すリスクと関連することが医学論文「Hypertension」(2021年2月号)で明らかにされました。血圧差が5mmHg以上の差があるリスクが上昇し、少なくとも左右差10mmHg以上で死亡や心血管疾患を発症する危険因子となるそうです。

上腕における血圧の左右差は

高血圧症患者などで大きくなる
とされ、その差が10mmHg以上であつた割合は高血圧患者さんで11%、一般人口で4%との報告があります。

しかし実際に日常診療で左右上腕の血圧を測定して比較している先生はあまりいらっしゃらないと思います。

左右の腕でカフを巻き直している間に血圧が大きく変動してしまうことがあり、測定結果の良し悪しの判断が難しいです。特に高齢者では動脈硬化が進展している患者さんほど血圧の変動が大きいです。そこである先生は、左腕↓右腕↓左腕↓右腕といった手順で測定し、血圧の変動が少なくないと思われる2回目の血圧測定値で左右差を評価されているそうです。

一度、両腕の血圧を測定してみてください？

また、多くの医療機関には両腕、

両足の血圧を同時に測定できる血管機能検査(CAVI、PWV)があります。これは動脈硬化の程度を調べる検査ですので一石二鳥です。皆さんも一度両腕の血圧を測定して比較してみてくださいいかがでしょうか。



補足ですが家庭血圧を測るときは、収縮期血圧の左右差が5mmHg以上ある場合、血圧が高い方の腕で測定していくのが良いとされています。

丸亀町クリニック 豊永慎二

1～3月 さんぽ会・里山ウオークスケジュール

「さんぽ会」スケジュール

■初詣 6番札所・安楽寺～9番札所・法輪寺巡り

- ★日 時 1月9日(日) 午前9時～午後5時予定
- ★集合場所・時間 仏生山ハローズ 午前9時⇒J A木太 午前9時20分
- ★参加費 5,000円(バス代・昼食代込) 昼食は豪華天鴨せいろそばセット(石井町直心庵)

※2月の「さんぽ会」はお休みです。

※3月は観梅または花見散策の予定です。(検討中)

「里山ウオーク」スケジュール

■三木富士・白山(202m)登山

- ★日 時 1月16日(日)
- ★集 合 仏生山ハローズ 午前10時(帰着予定 午後3時30分)
- ★参加費 500円(ガソリン代)

■羽床富士・堤山(つつまやま)登山(202m)

- ★日 時 2月6日(日)
- ★集 合 仏生山ハローズ 午前9時30分(帰着予定 午後3時30分)
- ★会 費 500円(ガソリン代)
- ★昼 食 羽床うどん

■御厩富士・六つ目山(317m)

- ★日 時 2月7日(日)
- ★集 合 仏生山ハローズ 午前9時30分(帰着予定 午後3時)
- ★会 費 500円(ガソリン代)
- ★昼 食 ぼっこやうどん

■陶富士・十瓶山(216m)

- ★日 時 3月13日(日)
- ★集 合 仏生山ハローズ 午前9時30分(帰着予定 午後3時30分)
- ★会 費 500円(ガソリン代)
- ★昼 食 綾瀬(別途会費2,000円で解散式を実施予定)

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)

エッセイ



私はなりたひ」という部分を披露したことで「デク」が仇名となったのだ。

この仇名は新聞記者になった後日も「デクノボー」はついて回った。

双つ名をめぐって（その二）

デクさんからデンスケへ

学生時代の小生のニックネームはずっと「デクさん」だった。

新人歓迎会での自己紹介の中で東北出身の人気詩人、宮沢賢治の詩編の一句「人からげでくの坊と呼ばれ、そういう者に

RNCの蓮井孝夫アナウンサーとコンビを組んで「スクリーン」を制作した頃、デンスケを肩にかけて映画館のロビーをうろうろとする姿を見かけた映ファンもいたはずなので、それがデンスケの根拠になったと受けとめる人もいたのだっただろうか。

新聞社に伝わったのは「デンスケ」か」の方だった。母などは「デクさん」という仇名をきらっていた。デコさんやいうのはイヤやわとこぼしていた。

阿波のキタガタは米の産出量が少なかったために、間食にサトイモの親を火であぶって味噌をまぶしたのを食べ、その

行為を「デコ回し」と称し、近くの人を「デコ舞わさんでか」と誘ったりしたのだった。



母が嫌がった裏にはこうし
た思いがあったようだ。

デコ舞わしというのは、正月などに門付けをして村々を回ってきた旅芸人のことだった。

「スクリーンプロムナード」は、若い人たちにかなりの人気番組だったらしく、多くの人から、

「あ、スクリーンプロムナードのクサカさん」

と呼ばけられるようになっていた。声で記憶してくれていたのだ。

こうした経歴から、デンスケはやがて自称「映画記者」となり、一年以上にわたって新聞紙上にハコものを載せてもらったこともあった。

いずれにしろ、ありがたいことと思っている。

ずっと後年、小説に手を染めるにいたって、筆名がもう一つ加わった。この筆名の方は何十年も変わることなく用いている。これも執念か。

斑ドラ猫

2022 年 1・2 月 行事案内

故元理事長中村大詔氏を「偲ぶ会」を執り行います。

日時 令和4年2月11日(金) 午後2時～

場所 丸亀町レッツホール

※当日は献花台を設け、茶話会なども予定しています。

お問い合わせは、高齢協本部 ☎087-899-6311 まで。

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 ☎津田 090-2895-3347

・毎月水曜日の 2 回～3 回

◆ 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