

香川県高齢者生活協同組合 2022年 第214号 (3・4月号)

ひだまり



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

ホームページ



今月のお知らせ

- 総代会開催のお知らせ
- 仕事おこし事業部から
- 理事会報告
- さんぽ会初詣
- 健康のページ
- 「さんぽ会」スケジュール
- エッセイ
- 3・4月の予定



地域福祉事業所とは

地域福祉事業所は、組合員や家族、働く人や地域の方々のニーズに応えるコミュニケーションの拠点です。

高齢者生協は設立当初から「寝たきりにならない、しない」「元気な高齢者がもっと元気に」というスローガンを掲げて活動してきました。

近年、一〇〇歳以上の所在不明も大きな話題になり、核家族化や家族形態の変化もあって、高齢者の社会的孤立が課題となり「ひとりぼっちの高齢者をなくそう」というスローガンも加わりました。

更には、多くの元気な高齢者が我関せずということではなく、自らの力を発揮することの必要性から、「支えられる存在から、社会を支える存在へ」というスローガンも生まれました。この四つのスローガンに代表されるような、社会をめざしているのが私たち高齢者生協です。

そのための拠点が地域福祉事業所ですから、地域福祉事業所は高齢者生協にとっては、地域や組合員に向き合う最前線の場所となります。

つまり、地域福祉事業所には、四

つのスローガンに代表されるような社会をめざす活動が求められています。

そのために、事業経営に関する取り組み(よい仕事・健全経営・仕事拡大)や、社会保障や平和・環境問題など運動的な取り組み、組合員や地域の様々なニーズをつかみ、活動に共感する組合員を増やす取り組みなど、基本的課題が地域福祉事業所には課されています。

もちろん、私たちの小さな取り組みだけで、高齢者生協のめざす社会が実現できるわけではありません。地域に暮らす多くの組合員やその家族、様々な団体や個人の方々とのかかわりを築くことは不可欠です。

そして、そこに暮らす全ての人が、自分の力を生かしながら、生きがいをもって暮し続けることを、みんなで支え合う仕組み(コミュニケーション)が大切だと考えています。地域福祉事業所はコミュニケーションをめざす拠点と言っても良いだろうと思います。

私たち高齢者生協は、ワークスコープなど思いを共有する団体との協同で、全国一万余所の地域福祉事業所づくりに取り組んでいます。

2022 年度第 24 回通常総代会の開催について

定款第 50 条に基づき、香川県高齢者生活協同組合第 24 回通常総代会を開催いたします。

記

日 程 2022 年 6 月 26 日(日) 14 : 00～

場 所 丸亀町レッツホール

住 所 高松市丸亀町 1-1 高松丸亀町壱番街東館 4F



◆ことடன்「片原町駅」から、徒歩で約 5 分 ◆
「JR 高松駅」、もしくは、ことடன்「高松築港駅」から高松丸亀町壱番街まで、徒歩で約 15 分

※第 8 回定時社員総会はルポール讃岐にて 2022 年 6 月 17 日(金)に開催（第 12 回理事会と同日開催）といたします。

香川県高齢者生活協同組合
2022年度第24回通常総代会 総代選挙公示

2022年3月1日

香川県高齢者生活協同組合 総代選挙管理委員

定款第45条、第46条及び「総代選挙規約」にもとづき、総代選挙を下記のとおり実施します。総代に立候補される組合員は、総代選挙管理委員会（本部）まで「総代立候補届」を提出してください。

記

(1)2022年3月末在籍の組合員

(2)総代定数：100人以上120人以内

選挙区：全県1区とする

事業別：福祉事業 仕事おこし事業 生きがい事業 各事業40人以内

任 期：当選の日から2年とする

(3)立候補の受付：2022年3月1日（火）～3月31日（木）

(4)選挙日：2022年4月15日（金）

今年は、総代さんを選ぶ総代会の年です。

「総代会と総代の役割について」

高齢者生活協同組合は、組合員の皆さまに出資をしていただく組織で、組合員が「1人一票」の議決権を持って、事業運営を行っています。しかし、組合員が一堂に会することは不可能です。そこで、組合員の代表として選出された総代が、通常総代会へ出席し、1年間の事業・活動の総括と、新しい年度の事業・活動の計画など提案される議案を審議し、決定します。

総代のもう一つの役割は、決定された事業・活動計画を日常的な活動の中で実行する中心的役割です。それぞれの地域の「目と耳」として、地域の状況を反映し、組合員の求めや状況を「声」として届ける役割であり、組合の事業・活動をより豊かにする大切な存在です。

任期は2年、再選に妨げはありません。



■「ひだまり」新聞、5・6月号は、総代会議案書送付のため、通常は4月末、あるいは5月初旬発刊のところ、5月下旬の発刊になります。組合員の皆さまにはご不便をおかけいたしますが、どうぞよろしくお願い申し上げます。



ひだまり倶楽部「春の法要」

ひだまり倶楽部「春の法要」を左記日時にて執り行います。

日時 令和四年三月二十一日(月)

午前十時三十分から

場所 圓通寺

※当日はお寺周辺の清掃を済ませた後、圓通寺にて「春の法要」を執り行います。

どなた様でもご参加歓迎です。詳細は高齢協本部までお問合せを。

※電話 087-899-6311
(高齢協本部)

お詫び

「ひだまり」新聞先月号でご紹介したエルダーキャッツ特別公演の記事中、写真の氏名が間違っていましたので訂正させていただきます。



写真向って左側の方を長屋の住人お八重役の安西八重子さんご紹介しましたが、正しくはカラオケ女王人、おえい役の榮野嘉江さんでした。誤った記述をお詫び申し上げます。

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





ごあいさつ

香川ひだまり デイサービス

皆さん、香川ひだまりのデイサービスは、隣接される住宅型有料老人ホームの入居者様と、外部からの利用者様に暖かい「ひだまり村」のひとときをと、日々のサービス提供を行っております。活動面では、平行棒、滑車、自転車こぎなどのリハビリを実施しています。日々、体調の変化はありながらも自分の足で立ちあがったり、歩いたり、まだまだ出来ることの喜びを味わっています。

また、踊りの先生に来ていただいたり、三味線、フラダンスなどの屋内行事や季節毎の外出イベントなど、観たり聞いたり「五感」を活用した機能訓練も取り入れながら楽しんでいきます。「楽しく、仲良く、たくましく」をスローガンに今年も頑張っていきます。

理事会報告



令和三年度 第七回理事会

令和四年一月二十一日(金)開催

審議検討事項

□故元理事長中村大詔氏の「偲ぶ会」を二月十一日(金)に予定しておりましたが、香川県が「まん延防止等重点措置期間中」のために再び延期となりました。※ハガキにて新聞購読者の方にはお知らせしました。

□各福祉事業所の諸問題等について検討協議しました。

報告事項

▽十一月度月次損益状況(生協・支援)と各事業所報告がありました。
▽コロナ対策の状況報告がありました。

▽いきがい事業部・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、七四一名・出資金額一六、四〇〇千円(一月末現在)

生きがい



組合員のみなさんお元気ですか

新型コロナウイルスのオミクロン株の感染拡大が一日も早く収束してほしいと思います。

さて、一月十七日(月)に久しぶりに美味休心にて総会の後、食事をしました。そのときに出席者の皆さんと話し合った結果、バーベキュー大会を開催することが決定しました。

日時は四月三日(日)午前十一時三十分から、場所は高齢協本部で会費は二千円です。

※連絡先

木村 090-4501-3423
坂口 090-1328-8833



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 (洲崎寺近く)

TEL 087-845-7182・FAX 087-845-7189

3～5月 さんぽ会・里山ウォークスケジュール

「さんぽ会」スケジュール

■総会

- ★日 時 4月2日(土) 午前11時～12時予定
- ★場所・時間 午前11時 ルポール讃岐 2F大ホール
- ★参加費 2,000円(令和5年度年会費)※昼食は豪華特製弁当
- ※総会終了後は、自由参加での栗林公園花見を予定しています。

■島根県 足立美術館見学

- ★日 時 5月15日(日)
- ※行き先のみの決定で詳細は次号掲載予定。

「里山ウォーク」スケジュール

■御厩富士・六つ目山(317m)登山

- ★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
- ★参加費 近距離のため不要
- ★昼食 ぼっこやうどん

※「里山ウォーク」は今回を以って閉会とします。
永らくご愛顧を賜りありがとうございました。



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)



「さんぽ会初詣」

十河健介

令和四年一月九日、今年の一月のさんぽ会は、昨年の四国八十八ヶ所第一番霊山寺から第五番地藏寺に続いて、第六番安楽寺から、第九番法輪寺までの四ヶ寺の行

程であった。

ハローズ仏生山九時集合、九時二十分JA木太經由にて徳島に向かう。

十一時、温泉山の山号が仁王門に掲げられる安楽寺に到着する。徳島藩主の蜂須賀公から指定を受けた遍路を泊める「駅路寺」で今も宿坊として人気がある。

境内に難病に特効ありと伝わる湧き出る井戸や弘法大師手植えのさかさの松がある。

二十分程見学して、八つの苦しみを逃れ十の楽しみが得られるようにとの願いが寺号の由来になっている十楽寺に。エキゾチックな鐘楼門のある寺である。

昼食は本格的な阿波蕎麦を食べさせてくれる直心庵でいただく。この参加費用でこの食事は仲々豪華である。美味しい食事はさんぽ会の魅力の一つである。人間、食べる楽しみは何ものにも代えがたいものがある。

食事を済ませ、二時前八幡札所熊谷寺に参る。少し高台にあり、熊野修験者の修験道場である。

四国八十八ヶ所中、一番大きな仁王門があり、本堂から四十二段の石段を上ると、眼下に広がる雄大な徳島平野が一望できる。

二時半、九幡札所法輪寺に着く。本尊は八十八ヶ所中、唯一の涅槃像である。健脚祈願の寺とされている。

さんぽ会の皆さんはなかなかの健脚である。三時、道の駅土成で休憩、各自土産物を買ったり、お茶を飲んだり、思い思いの時を過ごし、三時五十分帰途に着く。

JA木太四時四十分、ハローズ仏生山五時到着。コロナ禍、企画・計画をしていたいただいた会長、幹事の皆さまに感謝します。今年も一年よろしく願います。



ちょっと一言



自転車ごと水路に転落！

高齢者が自転車に乗ったまま水路に転落。水路を流れる水が多くないにも関わらず水死するという、不幸な事故が増えているそうです。

水路に転落しないために、道路は白線の内側を走るように。夜は白線が見え難いので自転車には乗らないように。風が強い日も同様にフラついて危ないので自転車は危険。

慣れているから大丈夫の過信は禁物です。



376台収容の「くるりん駐車場」

駐車場移転・オープンの

お知らせ！

丸亀町北駐車場が「丸亀町くるりん駐車場」として新しく生まれ変わり、昨年12月から新しい場所（高松市大工町8-1）に移転し、オープンしています。



「丸亀町くるりん駐車場」は、高松市大工町と丸亀町3番街交差点の所にあります。
進上路はフェリー通りと今新町からですが、商店街のメイン通りの反対側（東）になります。



入口右は高齢者支援協会の新しい事務所です。建物の2階です。



とっても可愛い名前の駐車場。その上利用しやすいという利便性も。街中へのお出かけやお買いもの、お仕事などの際は、ぜひ利用してみてください。



駐車場内部

「丸亀町くるりん駐車場」は、以前の北駐車場に比べるとより広くなり、車が入りやすい構造になっているので、とても便利です。

利用料金は30分毎に100円、5時間以内500円まで。以降700円まで（7時～19時まで）
夜間、午後7時～翌朝7時まで60分毎100円。24時間営業
定休日なし。※身障者用3台あり



建物2階の管理入室で仕事中的伊賀さん（支援協会仕事おこし事業部）。出入口ゲートと離れているため作業は遠隔操作になります。

インタビュー

人・ひと・ヒト

「今月の主役」

訪問介護ひだまりステーションのサービス提供責任者に就任した

正木 雄晴さん



青梅理事長から辞令を受け取る
正木さん

——三月一日付で新しい部署に責任者として就任されましたが、お仕事の内容を具体的に教えてください。

正木 一般介護関係のヘルパーは今まで通りですが、それに障害者の介護、ヘルパーが加まりました。全体的に訪問介護の仕事に変わりはありません。障害者、お身体の不仕な方ですが、例えば目の見えな方や精神疾患を持っている方などが、自宅に居て生活ができるように支援するものです。日常生活の中でのお買い物や病院通い、お出かけやお散歩などのお手伝いが業務になります。

——介護関係の仕事に就かれたのはいつからですか。

正木 四年前からで、障害者支援の事業所に勤務していました。高齢協には二年前の十一月から勤務しています。仕事はデイサービスの生活相談員と管理者業務です。その後、訪問介護の部署に異動になり、三月一日付でサービス提供

責任者に就任しました。

——お仕事を続けている中で、嬉しかったことありますか。

正木 それはあります。一番嬉しいのはどのデイサービスでも一緒ですが、利用者さんから「ありがとう」と言われたときですね。「ありがとう」の言葉と笑顔が最大のプレゼントです。少しぐらい嫌なことや落ち込むようなことがあっても、「ありがとう」の言葉と笑顔を見ればパツと心が晴れますし、明日も頑張ろうと元気が湧いてきます。利用者さんの笑顔には心底励まされますし、この仕事をやっていてよかったと思う瞬間です。

——ご家族は？

正木 妻とのふたり暮らしです。妻は共稼ぎで頑張ってくれています。

——新しい春のスタートですが、お身体に気をつけて頑張ってください。

了

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！





両足のむくみ、急に増える
階段や坂道での息切れや夜
間の息苦しさに要注意！

「心不全パンデミック」



最近、「パンデミック」という言葉をよく耳にする機会が多かったと思います。そうです、新型コロナウイルス感染で使われてきました。

「パンデミック」とは感染症の世界的大流行を表す言葉です。実は十年前からこの言葉が心不全でも使われるようになりました。高齢になればなるほど、心不全の患者さんが増えることが知られています。

高齢化が進んでいく日本や先進国では、心不全の患者さんの数

がどんどん増えていくという予想がなされています。こうした危機的状况を感染症の爆発的な流行に見立てて「心不全パンデミック」と呼ばれています。

我が国の総人口はすでに減少傾向にありますが、心不全の患者さんは少なくとも二〇二〇年には一二〇万人くらいになるだろうと言われています。現在一〇〇万人ほどいると言われるがん患者さんと比べても、かなり多い数字であることがわかります。

心不全パンデミック状態になると、入院医療が必要な高齢心不全患者さんであふれ、病院が患者さんを受け止めきれなくなる事態が想定され、社会的な問題が起る可能性が考えられます。そのため、日常生活において心不全を早期に発見し治療・予防していくことが求められます。

心不全の原因となる疾患には、高血圧症、心筋症、狭心症・心筋梗塞、弁膜症、先天性心疾患など

があります。これらの疾患をお持ちの方はもちろん、あまり病院に罹られていないご高齢のかたも心不全の兆候を知っておかれた方が良いでしょう。両足のむくみ、急に増える体重（一週間で二キロ以上）、階段や坂道での息切れ、夜間の息苦しさを咳などがあります。気になる方はかかりつけ医に相談したり、主に循環器科の医療機関を受診して心臓の検査を受けましょう。

心不全は放っておくと良くないですが、予防に取り組むことで、病気の進行を防ぐことができます。心不全はどういう病気で、どういう経過で発症するのかを知り、予防方法を覚えることが大切です。それは何よりも、生活習慣の管理と改善であり、必要な場合はきちんと薬を飲むことです。そうすれば、心不全を怖がらなくても明るく生きていくことができます。

エッセイ



今は昔のものがたり

大先輩の女性がぼやいていた。同級ではないが親しくしていた人が言う。「同窓会なんて行っても還暦を過ぎると味気ないものよ。集まっても話のタネといえば年齢を巡る体調と孫のことばかり。参加する気が失せるばかりよ」そうかもしれないと共感したが、このごろになると似たり寄ったり状況ばかり。我らの同級生も昨年のうちには御年数えで八十八歳という連中ばかりになってしまった。米寿などというと、昔はどれほどの大年寄りかと受け止めていたが、いざ自分がその仲間になってしまふと、年齢のことは忘れて騒いでいたりして、イイキなものだ。

米寿といわれてさしたる感慨は

ないものの、体力的には衰えを吐露せずにはいられない。還暦といっても、「まだ歳は若いな」冷やかしたりしている。気分としてはそうのだが、体力は無理できない。日々と脚力が意外になくなってしまった。



先日少し遅くなってちよつと出かけようとしていると、ほんの近くの峠の頂上で立ち往生してしまい、近くの人にわが家まで送ってもらった。

「昔はこの近所のことをコラムに書いてもらったのになあ」

と言われた。コラムに近くの村祭りのことを取り上げていると、ローリティー豊かになり、読者から喜ばれる。その人が迷ってしまった小

生を送ってくれたのも、コラムニストとしての記憶があつたお陰というほかない。

このとき感じたのが寝時分の年齢のことだった。そうだいまや自分も米寿の仲間なのだという感慨をいまさらの如く新たにしたことだ。

この夜もとくに疲れたというのではないのに、小さな峠の頂上で息が切れてしまつていたのだった。息の強弱は心臓の働きが衰えに主因があるといわれている。いくら外装ばかり若々しさを保つていても、もういけない。耐力がついていかない。

歯もボロボロ、頭髮も弱々しさだけが表立つてくる。筆をとっているといつも辿るのは年寄りが陥る穴ばかり。もう少し元気の良いことを綴って読者を元気づけたいと思いは大きい、もう元気を奮い立たせようと頑張っても本当に息が切れている。マスクの働きも本当に効果を上げ手いるのか心もとないばかり。今回のボヤキは、これぐらいで置くところだろうか。

斑ドラ猫

あなたのそばでお手伝いします

訪問介護（ヘルパー）
ひだまりステーション
☎899-6314

地域密着型サービス
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

2022 年 3・4 月 行事案内

ひだまり倶楽部「春の法要」のお知らせ

日時 令和4年3月21日(月) 午前10時～

場所 圓通寺

※当日はお寺周辺の清掃と法要を執り行います。どなた様でもご参加歓迎です。お気軽にお問い合わせください。

お問い合わせは、高齢協本部 ☎087-899-6311 まで。

2022 年度第 24 回通常総代会を 6 月 26 日(日)午後 2 時から予定しています。場所は丸亀町レッツホールです。

詳細は本紙 2～3 ページをご覧ください。

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 ☎吉田 090-5809-8400

♣ 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