香川県高齢者生活協同組合 2022年 第215号 (5.6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 http://www.kagawa-koureikyou.org FAX

TEL 087-899-6311 FAX 087-899-6312



今月のお知らせ

- ●総代会開催のお知らせ
- ●理事長·専務理事挨拶
- ●理事会報告
- ●エルダーキャッツ小西団長近況 報告
- ●健康のページ
- ●「さんぽ会」スケジュール
- ●エッセイ
- ●5・6 月の予定



暮らせる生きがいをつくりだし②仕事おこしができる場所の所にすることが必要です。

てくれます。

高齢者の暮らしを

①生活丸ごとの相談ができる場 こと、 じて身に付けた知識で相談にあ につなぐことはできると思 もって相談に来られた方と同じ が地域福祉事業所です。介護を通 な心配ごとの相談ができる場所 あるのが生活です。こうした様 でなく、家族や家、お金や病気の います。医療や介護、年金ばか 自由を感じることが多くなっ な問題を一緒に考えていける 目線で一緒に考え、行政や専門家 せるわけではありません。勇気を 様ではないので、全てに回答が出 たることもできます。しかし、 齢者の生活はいろんな場面で不 家族や地域のあり方が変化し、 通院など、様々な心配ごとが 高齢者に限らず、 日々の食事づくりや買 地域の様 ま 神

その中で大いに力を発揮し

ま

協同組合という仕組みは、

現することが求められて

ま

その地域の人々の智恵と力で実域で必要とされている仕事は、

割りは大きくなってきます。

業を元気にするのも高齢者の役

に、

協同組合での仕事おこしを

か

をしたいと思っている方

々 何

地域の元気な高齢者で、

す。

伝

える役割が期待されて

61

③生きがい活動に取り組める場所です。

す。農林水産業を含めた地場産さや生活支援(掃除・洗濯・庭送や生活支援(掃除・洗濯・庭送や生活支援(掃除・洗濯・庭送の活動のでしょう。元気な高齢者の手を期待する地域の課題はたくさんありません。

持った場所です。

地域福祉事業所は、3つの役割り

地域福祉事業所とは2

よるとく

総代会に向けて



理事長 青梅スミ江

かがお過ごしでしょうか。ておりますが、組合員の皆さまはいで、梅雨、そして夏の足音が近付い爽やかな季節はほんのひととき

"ウィズコロナ」という言葉のも出すこともなく推移しています。組合の介護施設では一人の陽性者長期戦の様相を呈しているなか、当

することができました。に貢献し、今期は過去最高益を計上に貢献し、今期は過去最高益を計上

ていることは、代え難い財産と自負っておりますが、有益な人材が育っしたことで、純利益は昨年並みとなりたことで、純利益は昨年並みとない。

しております。

人が育つことで既存施設の拡充 や新施設の展望も開け、地域の高齢 で苦戦していた仕事おこし事業も で苦戦していた仕事おこし事業も 明るい兆しが見え始め、活動自粛を 余儀なくされていた生きがい事業 も感染対策に細心の注意を払いな も感染対策に細心の注意を払いな がら、再会の動きが加速しております。

一年にしてゆく覚悟です。代への胎動を実感できる実り多きご理解、ご協力を賜りながら、新時ご理解、ご協力を賜りながら、新時

総代会に向けて



こと、心より感謝申しあげます。齢協の運営にご尽力頂いております平素より組合員の皆様には香川高専務理事 松本静香

業部門におきましては、過去最高売上 高を出した前年事業年度に続き本事 とております事は、介護従事者の皆様 お一人一人の努力の結果だと感じて おります。 せない状況下ではありますが、介護事また現在もなおコロナの終息が見诵

難うございました。て、心より感謝申しあげます。誠に有

たいく」という高齢協の「協働労働」の 精神に立ち返り、高齢協の「協働労働」の を以う高齢協の「協働労働」の を関いて頂ける組織づくりを でいく」という高齢協の「協働労働」の でいく」という高齢協の「協働労働」の でいく」という高齢協の「協働労働」の とうぞ今後とも皆様のお知恵とお とうぞ今後とも皆様のお知恵とお とうぞ今後とも皆様のお知恵とお とうぞ今後とも皆様のお知恵とお とうぞ今後とも皆様のお知恵とお



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



◆ことでん「片原町駅」から、徒歩で約5分◆「JR 高松駅」、もしくは、ことでん「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。

あっという間に、87歳!

高齢協劇団 エルダーキャッツ団長 小西金太郎

昨年末に特別公演『白髪源内 珍説 油驚騒曲』を無事終えた高齢協劇団エルダーキャッツ団長の小西金太郎さんに、公演開催までのお話しと、公演終了から半年が経過したいま、どんな思いで毎日を過ごしておられるのか。また既に次回の公演に向けて稽古が始まっているという劇団のこれからについて綴っていただきました。

コロナ禍のため、2回も延期した歌舞音曲劇『白髪源内 珍説 油驚騒曲 (オイルショック)』は昨年の12月11日に無事公演を終えました。

当日は理事長の青梅さんをはじめ役員のみなさんに、いきいき長屋の見学客として舞

台に上っていただき、大いに盛り上げてもらいました。その上、高齢協の会報「ひだまり」(1.2 月号)になんと見開き 2 ページにわたって写真入りのレポート。本当にありがとうございました。

私たち役者にとって気になるのが観客のみなさんの感想です。入場された方が約600人、その半分の方よりアンケートが寄せられました。何点かご紹介しますと「楽しかった!元気をもらった!面白かった!」(60代女性) 「あっという間の3時間、大入り満員で大爆笑の渦でしたね」(50代男性) 「とても高齢者と思えぬ軽やかな動きに感



心」(70代女性)。このほか、私宛てのもので、「源内さん、本当にセリフを忘れたのですか?絶妙に面白かったです」(30代女性)。 真相をお伝えします。半分は本当です。 (笑)すぐ思い出したのですが、客席の反応が大受けだったので、とっさにギャグにして2回3回とアドリブを繰り返したのです。これを笑いでこたえてくれたみなさん、まさに「お客様は神様でした!」 感謝

人はなんのために生まれたか

先日、全国紙の『読売新聞』(西日本版)の取材を受けました。ライフ地域 「げんきの源」の特集「観客に希望を届けたい」の見出しで1ページにわたって紹介されました。この記事の最後に団長の言葉として、「コロナ禍で先行きは不透明だが、今年中の新たな公演を目指している。来年で劇団結成から20年。生涯現役で演劇に携わりつづけたい。観客に元気や希望を与えられる存在になれば」。その熱意は年齢を感じさせないと書いていただきました。演劇を通じて人に喜んでもらえることが自分の生きがいです。『人は人を喜ばせるために生まれた(やなせたかし)』

遺言書は家族への愛

今、稽古を始めたのが、源内さんの公演のため中断していた「岩山家の場合…お宅は 大丈夫?」(遺産相続)です。

川柳に「遺産分け ただでもらうに なぜもめる」というのがあります。「うちは家族仲がいいから大丈夫」という方が多いと思いますが、実際には遺産分割でもめて紛争化するケースが増加しているとか。(最高裁判所の司法統計より)。

また、「遺言書を書くほどの資産もないし…」と思うかもしれませんが、調停が成立した事件のうち約75%が遺産が5.000万円以下だったという統計もあります。

遺言者が亡くなることによって生ずる物語だから、暗くなりそうな題材ですが、思い切ってドタバタと笑いを取り入れました。

少し筋書を紹介しますと、ある小さな鉄工所の経営者、岩山鉄太郎が突然倒れて亡くなったのです。妻の善子に長女の銀子は泣くばかり。そこへ長男の強志が東京から単身で返ってきます。嫁から特命を受けている長男は、葬式の費用など最低に抑えて遺産の

取り分を増やそうとケチケチ作戦。

そのうえ、弟の鉄太郎のために農業を 代行していた姉の横道キンとその娘花 子は、「亡くなった鉄太郎と特定遺贈の 約束しとるから土地はわたしらのもん」 と主張。仲の良かった家族や親戚が大口 論。家族への想いが断ち切れず幽霊になった鉄太郎は、みんなに話しかけるが、 その姿も声も見えない、聞えないものだ から、仲裁に入っても弾き飛ばされる始

末。そこへ鉄太郎の娘と名乗る女と怪しげな男が、「認知してもらっとります」と押しかけてきたり、自筆証書遺言が見つかり、家庭裁判所の検認など、てんやわんやの大騒ぎ。このお芝居、年内2カ所ほど公演のお話が進んでおります。

コロナ禍の終息しないなかで三密を守りながらの稽古も大変、公演も大変ですが、が んばっております。



会場に"ありがとう!"の拍手が響き渡った「白髪源内 珍説 油驚騒曲」フィナーレ

理事会報告

第九回理事会

令和四年三月十一日(金)開催 令和四年度

口介護職員賃金改善の実施が承認 されました。 番議検討事項

り賃金アップが実施されること 基本給改定と調整手当支給によ 介護職員処遇改善補助金を申請

口四月一日より介護事業所管理者 の異動が実施されます。

□第二十四回通常総代会の役員改 とになります。 役員と総代の改選が行われるこ 選と総代選挙について今回で、

した。

《報告事項》

▽一月度月次損益状況(生協・支 りました。 援)と各事業所の現状報告があ

れました。

少し肌寒い曇り空の下、執り行わ

ひだまり倶楽部「春の法要」が、

▽いきがい事業部・地域活動委員 ▽コロナ対策の状況報告

> ▽香川高齢協の組織状況(三月末 現在) 動報告と今後の予定行事の確認 会・西讃地域センターからの活

●出資金額一六、七一四千円 ●組合員数二、七四九名。

ひだまり倶楽部



ひだまり倶楽部「春の法要」

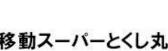
楽部「春の法要」が執り行われま 十時から、圓通寺にてひだまり倶 令和四年三月二十一日 (月) 午前

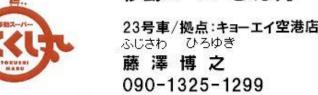
の前で厳かに行われました。 周辺の草抜きと清掃を行った後、 十時から法要催事がひだまり霊廟 開始三十分前に集合し、圓通寺

> た。 参りをお願いし、終了いたしまし 聴し、次回、「秋の法要」の日程を ありがたい野田住職のお講和を拝 びご焼香いただきました。その後、 ひだまり俱楽部会員七名の総勢十 お知らせして、たくさんの方のお 六名の参列にて営みました。 野田住職の読経の中、個人を偲 今回は、三遺族の皆さま九名と

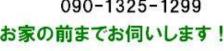
いました。 参加の皆さま、 ひだまり倶楽部会長 ありがとうござ

杉本知美













りませんか? 遺言や相続問題でお困りではあ



歌声「さつき」会員募集

ひとときを過ごす会です。 い昭和歌謡を中心に、 「さつき」は、童謡や唱歌、 伴奏はピアノの生演奏。参加者の 丸亀を拠点に活動している歌声 みんな一 懐かし 緒に

不動産・

建築問題、

その他幅広く

いる歌なども歌います。 「さつき」のいいところは、 毎回

るところ。 ワンコイン(五〇〇円)で参加でき

開催日 ぜひ一緒に歌いませんか。

每月第二·第四木曜日

リクエストに応えていま流行って

あすか総合法律事務所

ワンコイン(五〇〇円)

丸亀市中央生涯学習ク 1.000円

090-2781-04 4 8 ラブ五階 音楽室 (宮崎

> 継 約・借金・保証人・後継ぎ(事業承 離婚・男女問題・会社の経営や契 遺言・相続・遺留分、 問題 交通事故

l, 対応。 がありますが、 法令や規則上お受けできない場合 ※法律上利害が対立する場合等 一度ご相談くださ

弁護士 内町ビル七階 香川県高松市一番十三号 T760-0034 植松浩司 (高松三越斜め向か 日新

電話 https: //www.asuka-lawoffice.c 0 8 7 | 887-0836

9

「四国新聞」

四月三日より

こんな記事見つけました 高齢者が介護助手として介護老

たという。 取り組みを実施している三重県で 部屋の掃除や食事の後片付け、話相 康維持に加え、介護スタッフの負担 タッフの疲労感が低い傾向にあ つながると思っており、高齢介護助 ところ、介護スタッフは高齢介護助 周辺関係者に及ぼす影響を調べた 手といった施設の周辺業務を行う 研究グループが発表したそうです。 と東京都健康長寿医療センターの 軽減にもつながる可能性を示した、 手を多く採用する施設ほど介護ス 手の存在が自分たちの仕事軽減に 人保健施設で働くことは、 元気な高齢者が介護助手として 自身の健

えるそうです。 とって「三方良し」の社会活動とい 護スタッフ、介護サービス受給者に じていることがわかったとか。 身の健康維持に役立っていると感 また高齢介護助手も利用者や自 高齢期の福祉就労は、本人や介

支えあい

牟礼八かだま

昼食も手作りで、利用者の方が安心してすごせるよう、 庭的な雰囲気でスタッフー同お待ちしています♪

-0121高松市牟礼町牟礼2540番助16(別崎寺近く) TEL 087-845-7182 · FAX 087-845-7189



2022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、大変なご苦労をされて 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、『気と力を結んで共に前へ歩こう 香川高齢協』〜全ての人が尊厳を持って、共に生きる地域社会を〜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差し上げます。

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 1,200円

ご協力のほど、どうぞよろしくお願申し上げます。

ご不明な点がございましたら、高齢協本部までご連絡 ください。連絡先回番号は本紙表紙に記載しています。

あなたを守り

健康長寿のキーワード

フレイルって何?



フレイルとは? フレイルとは、高齢期に心身の機

す。 能が衰えた状態を現わした言葉で

性が高いといわれています。 の中間の状態で、 ただし、フレイルは早い時期に生 健康な状態と、介護が必要な状態 要介護になる可能

> に戻ることが可能です。 活習慣を見直すことで、健康な状態

フレイルチェック

②半年で体重が2~3キロ減っ ①筋力(握力)が低下した。

③体を動かすことが少なくなっ

た。 ④疲れやすくなった。

まる人はフレイル予備軍です。 3 ⑤歩くのが遅くなった。 以上のチェックで1~2、 つ以上だとフレイルになりま あては

みましょう! フレイルの予防と改善に取り組

す。

う。 散歩や階段の昇り降りなど、こまめ に体を動かすようにしましょう。 一普段から買い物や掃除、 軽い 運動をコツコツ続けましょ ペット \mathcal{O}

コ にやめないで根気よく、 11 ツ続けることが大切です。 筋トレなどを始めましょう。すぐ いつもより少し速く歩いたり、 気長にコツ 軽

発行の資料より)

上に努めましょう。 1日3食、 しっ かり食べて体力向

食事はできれば誰かと一緒に食べ もフレイル予防に大事です。 けましょう。噛む力を維持すること るようにしましょう。 半年に1度歯科医院で検診を受 また、

う。 を持つように心がけましょう。 発的に人と接したり交流する機会 ておしゃべりなどを楽しみましよ L て、 思考はポジテイブに。 1日1回以上外出しましょう。 週1回以上友人や知人と会っ 前向きで自 そ

早く気づいてあげることがフレ がフレイルのサインにできるだけ 参 **※** い場合が多いので、家族や周囲の 予防にはとても大切です。 加するようにしましょう。 また、 ささいな衰えは本人に自覚が (香川県後期高齢者医療広域連合 月1回以上、 何かの活動

1 ませんか? 1日の食事の 量が少なくなって

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 髙松市川島東町925 TEL087-848-2877 FAX087-848-2879

6~9月 さんぽ会スケジュール

「さんぽ会」スケジュール

|■小豆島バスツアー

- ★日 時 6月19日(日)
- ★高松築港発 午前9時発フェリー乗船予定
- ★行 先 エンジェルロード・宝生院シンパク・中山千枚田・ヤマロク醤油見学
- ★参加費及び集合時間等の詳細は、後日担当者より連絡予定

■ ■紫陽花観賞(善通寺「五岳の里」散策予定)

- ★日 時 7月3日(日)
- ※行き先のみの決定で詳細は後日連絡します。

■「鳴門道の駅」と「大塚美術館」観賞

- ★日 時 9月11日(日)
- ★4月29日オープンの「鳴門道の駅」訪問予定
- ※5月15日(日)実施予定の「足立美術館と松江城散策」には37名の参加申し込みをいただきました。ありがとうございます。



暮しのお困りごとは、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)



閉じこもりの身から

大きく深く変わりました。ここ数十日のうちに日本も世界もお久し振り。エッセー登場です。

もやりきれません。ています。イヤも応もないのが何とと嫁さんも鼻突き合わせて過ごしんから、軽く書いてみました。小生んから、軽く書いてみました。小生

まるところを知りません。ロシアのウクライナ侵攻はとど

でからといってその動きを許するい風土に憧れ続けてきたのです。とどれほど欲しいか想像もできまたどれほど欲しいか想像もできまかがはほど欲しいか想像もできまから前に支持してしまうのです。

ましたから、それなりに成果はあっんのいいところも見えてきたりしら明るい未来を望むばかりです。ら明ないまません。世界的な視座か



昔は耐乏生活などと言いました。 はでも心安らぐ面があります。これだいでも、 です。戦中の欲しがりません勝つる といっても、 一日三度のご飯はある といっても、 一日三度のご飯はある はある といっても、 一日三度のご飯はある はが、何か見つけて耐えるしかありません。 といっても、 です。何 といっても、 一日三度のご飯はある はある

中に眠っています。 教のないときは、こんなものでも

張って生きたいものです。りません。主役は私たちですと胸をす。悲観的になってしまう恐れはあす。

立ち上がりましょう。りました。こんな言説はごめんだと何だか修身の教科書みたいにな

老人力をバカにするのは若いものの常ですが、昔から本当に困ったときに知恵を出すのはお年寄りののの常ですが、昔から本当に困ったときに知恵というのが日本の昔ばないのの常ですが、世から本当に困った

ます。会いできることを心から願っていまた近いうちに、このコラムでお

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 全899-6314

手と手を取り合い

図着型デイサービス ひだまり村 香川ひだまり 住宅型有料老人ホーム ■899-5011 ■879-7336

居宅介護支援 (ケアマネ) ひだまり 全899-6313

『ひだまり』 香川町川東下1190-1

2022年5.6月 行事案内

2022 年度第 24 回通常総代会開催のお知らせ

第24回通常総代会を下記日程にて開催します。

日 時 2022年6月26日(日)午後2時~

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 4階

詳細は本紙3ページに掲載しています。

お問い合わせは、高齢協本部 2087-899-6311 まで。

※コロナ感染拡大のため、延期または中止の場合は追って連絡します。

ご一緒に楽しみませんか?

▲高松教室 (高齢協本部)

◆ひたまり麻雀会☆津田 090-2895-3347 ◆詰田川自然農園☆金木 090-4337-3494

・毎月水曜日の2回~3回

◆高齢協劇団「エルダーキャッツ」(18 時 30 分~21 時)

◆西讃地域センター

☎小西 090-1003-8568

♣琴平コーラス ミュゲ(10 時~12 時)

♠さんぽ会

☎山本 090-4787-4882

☎吉田 090-5809-8400

♣琴平・ダンス教室(13 時~17 時)

◆讃木会☎三宅 090-7141-7297

◆夢を見る会☆木村 090-4501-3423

☎日野 090-3188-1672

♣歌声「さつき」

◆ボウリング同好会☆嶋岡 080-3166-2342

☎宮崎 090-27810488

♠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

■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 2087-899-6311