

- ・第24回通常総代会のご報告 2面
- ・事業所紹介 白浜めぐもりの里 3面
- ・組合員活動拠点便り 4・5面
- ・3マスミニニュース 7面



北東西南 (NEWS) 2023年 夏・秋号

発行所 和歌山高齢者生活協同組合
住所 和歌山市直川565-7
電話 (073)488-1180

ホームページ [和歌山 高齢協](#)

人生の完成期、輝いて生きる！

組合員数 4,092名 (2023年8月31日現在)

第24回通常総代会を開催



第24回総代会に参加された総代並びに組合員のみなさま、役職員のみなさま、本当にありがとうございました。

まず、6月の大雨で被災された方々へ、心からお見舞い申し上げます。災害復旧のために活躍された方々、高齢協のお助け隊のみなさまの活動にお礼を申し上げます。

地球温暖化による自然災害だけでなく、ロシアのウクライナ侵略など紛争でグローバル経済が崩壊し、相次ぐ物価の値上がりで私たちは苦しんでいます。紛争の解決は社会の安定につながります。しかし、国は防衛費を5年で43兆円に増額し、社会保障費や震災復興予算を削って確保しようとしています。その陰でぼろ儲けしている死の商人がいます。和歌山にも煙樹ヶ浜、紀伊大島に自衛隊基地があり、日高の部隊はインド陸軍と合同演習をしています。身近な問題としてとらえる必要があります。

後期高齢者医療費の負担額は1割から2割に増え、格差は広がり、貧困問題は深刻化。ひきこもり者は146万人、不登校児は24万人にのぼり、出生数は80万人を切っています。この国はどこへ向かっているのでしょうか。

私たちの周りには問題がはつきり見えています

す。給食費無償化は全国に広がり、生活保護裁判やLGBTなど人権に関わる問題など、いろんな分野・場所で粘り強い運動が起きています。声を上げなければ認めてしまうことにつながります。

昨年、国連総会で「持続可能な開発に向けた社会連帯経済の推進」が決議されました。新自由主義経済の行き詰まりに対し、協同組合や社会的企業の広がりや貧困緩和を手伝い、社会変革のきっかけになるとして、協同組合やNPO、社会的企業(ソーシャルファーム)などに期待し、各国にその推進を求めています。

和歌山高齢者生活協同組合は自らの組織に出資し、その事業や行動を民主的に決定し展開していく手段もっています。まだ小さい組織ですが、仲間を増やし、多くの人と手をつなぎ、目の前の問題解決に挑戦していく可能性もっています。

協同組合やNPOの活動など、地域のつながりと行動は、地域の希望となります。そうした積み重ねが社会を変える力につながると確信をもち進んでいます。組合員のみなさん、役員のみなさん、高齢協を大きくし、組合員や地域の願いを少しでも実現できる組織に育ててください。いっしょに頑張っていきましょう。

和歌山高齢者生活協同組合

理事長 田中秀樹

第24回通常総代会のご報告

6月18日、JR和歌山駅前のJAビルにて、総代会を開きました。会場出席22名、書面議決書による出席66名の合計88名が2022年度の事業報告と、23年度の事業計画を審議し、第1号から7号までの全ての議案が採択されました。

【決議内容の概要】

■22年度事業報告

- ・変形労働時間制の導入で新しい働き方が進んだ
- ・組合員活動拠点が増え、運営体制も充実
- ・補聴器の取得補助を求める署名活動に参加し、和歌山市が予算計上した



■22年度決算報告

- ・コロナなどで売上減の影響を受けつつも、年間事業高は前年と同水準を維持
- ・労働裁判の敗訴などのため5年ぶりの赤字決算
- ・事業所を再編することで収益性が向上した

■23年度事業計画

- ・安定した経営基盤づくり（組合員新規加入107名、増資148万円を目指す）
- ・組合員に高齢協の様々な事業や活動を伝え広げ、ニーズを把握して応える
- ・地域で活動する組合員とつながり、地域連携の在り方を模索する

■23年度予算

- ・コロナの影響からまだ脱していない事業所があり、営業収支では赤字
- ・事業外収益で経常収支の黒字化を目指す
- ・継続して節約に努める

※議案書は高齢協ホームページでご覧いただけます

10月からは「生協強化月間」！

高齢協の組合員活動の充実と拡大のため、組合への加入と出資金の増資を積極的に進めてまいります。同封のチラシをご覧ください、みなさまのお近くにいらっしゃる方たちへの呼びかけ、ご参加、ご協力のほどよろしくお願いいたします。

お申込みは、近くに住んでいる高齢協理事、あるいは総代、あるいは本部（電話073-488-1180）までご一報ください！

事業所紹介コーナー

ケアセンターおたっしや倶楽部 白浜ぬくもりの里

事業所の概要を教えてください

定員 24 名の家庭的なデイサービスです。ご利用時間は 9:00 ~ 16:30 です。モットーはぬくもりの里をご利用された日が「楽しかった。今日も来てよかった」と思っただけの一日を提供させていただく。



どのような利用者さんが来られますか

70 代前半から最高年齢 97 歳の方です。地域は富田、白浜、旧日置川、周参見まで送迎させていただいています。軽度な認知症の方もいらっしやれば重度な方も幅広くご利用してくれています。

デイを利用するとどんなことができますか

まず、誰かとお話ができる。大事です。お家にいると話をしないとと言われる方が多いです。

次に入浴(全身の清潔の保持。皮膚のトラブルの早期発見)、体操(下肢筋力の低下を防ぐ。腰痛体操)、脳トレ(脳の活性化。算数から国語)。

事業所でこだわっている部分を教えてください

一番のこだわりは食事を手作りして提供すること。リクエストにも応じながらできるのは最高ですね。とても評判はいいです。あとはしっかり体操ができる。ハードではなくできる範囲内で皆さん頑張っておられます。



★★★事業所のキラ星★★★



井潤 貴久子さん(ぬくもりの里で働いて2年)

質問1「仕事をする中でやりがいを感じるのは」

利用者様から「ありがとう」と感謝の言葉を書いて頂いたときや「楽しかった。また来るわ。」と喜びの声を聞けたときなどにやりがいを感じます。些細なことでも「ありがとう」と何回も言っただいたときは申し訳なく思ってしまう。皆さん優しく、いろいろなお話を聞かせてくれます。日々勉強ですが楽しく仕事できています。体調が優れなかった方が元気になっていく姿を見ると凄いなあと私もうれしくなります。

質問2「介護を仕事としてする上でこだわっている部分や大切にしていることは」

自分自身が楽しくないと相手も楽しめないという事と、必ず笑顔で接するように心がけることをモットーにしています。反対に利用者様にも笑顔で一日過ごしてもらいたいと思っています。

やまぐちささえ愛センター

運営を考える会メンバー7名

和歌山市里 198-2 (高齢協が運営するデイサービス事業所れくらん隣)

開催日: 体を動かす活動 ささえ愛ピクス月4回 セラバンド体操月6回等

音楽や交流活動 らくらくピアノサークル月2回 おしゃべり会月2回

唄う会月1回

山口、川永地域の皆さんを中心に、10名~25名の参加で活動しています。駐車場が広いので地元エリア以外の皆さんも是非ご参加下さい。集まりのある日はいつも「輝く笑顔」と「活気あるおしゃべり」であふれ、80歳代の皆さんも元気!元気!その姿に後輩たちが励まされています。



10月に初バスツアーを企画したところ、40名余りの参加がありみんなでワクワク楽しみにしています。10月には「なんでも聞けるスマホ相談デー」12月に「中国の楽器二胡コンサート」を計画しています。

紀和庵~いっぷく亭

和歌山市中之島 782

(紀和駅より徒歩4分)

開催日: 火曜日・木曜日 13:30~15:00

毎回5名から多い日は20名近くが参加中。中之島地域からだけでなく、和歌浦から自転車でお越しになる女性や、今福からタクシーでお越しになる男性、家族送迎で入居施設からお越しになる女性など多彩な顔触れです。



そのようにしてまで、紀和庵に来る秘密は「世話人メンバーのあたたかさ・ユニークさ」「先生陣のあたたかさ・わかりやすさ」「参加者同士のゆるやかなつながり」、総じては「マイペースでよい雰囲気」にあるようです。

火木の定例メニュー(無料)以外には、そうめん流しや、お月見、小田川和彦の青春喫茶店など、ちょっと豪華な飲食物やゲームをして商品があたる日(有料300円)があります。

どなたもお越しください。ちょっとお手伝いしていただける方も大歓迎。

定例の活動

みんなで唄う会、頭の体操、カラオケ、紙芝居、フラダンス、ゆっくりと体操、音読教室など

組合員活動の拠点便り



お茶の間★あい愛

運営を考えるメンバー3名

和歌山市三沢町 2-23-3(元オソメ本店肉屋さんの建物です)

開催日: 毎週月曜、水曜、土曜日 12:00~16:00

活動内容: 第1第3水曜日 カンタン体操

第2第4土曜日 かんたん麻雀教室

最終水曜日 音読カフェるん

隔月最終土曜日 昭和歌謡をみんなで唄う会

皆さんが「なつかしいわ~」と言われる元オソメ本店肉屋さんの建物は今、社会福祉法人一麦会作業所のむぎピースです。



その一角のスペースや3階ホール、駐車場を使わせてもらっています。むぎピースとは別の和風玄関を入ると、そこはまさしく「お茶の間」の雰囲気。

お茶飲みながらおしゃべりしたり、それぞれの活動を楽しんだり3名~20名の皆さんが参加されています。平日は、併設するむぎピースのカフェの注文もでき美味しいコーヒーが好評です。気軽にお立ち寄りください。

パソコンサークルより

昨年夏、紀和駅前通りに新規移転。あたらしい仲間と一緒に脳の活性化とイキイキしたコミュニケーションづくりをしませんか。

パソコン操作を繰り返しゆっくり丁寧に楽しく学べます。今からでも遅くないPC生活。

開講日時: 月曜日 AM9:00~PM4:00

隔週金曜日 PM1:00~PM4:00

問合せ: 090-7107-0892 (北村)

わがらカフェ

紀の川市上野 299-1

(元打田町の旧国道沿いにある古民家)

開催日: 10月より月2回



10名~25名が参加中。紀の川市を中心に、岩出市、和歌山市からも参加されています。わがらカフェ発足(2018年4月)から、偶数月は3人組音楽グループ「さくらもち」がレギュラーで盛り上げてくれています。今年5月の奇数月からは「ギターで唄う昭和歌謡(上野元秀さん)」もスタートしました。近くに音楽を楽しむ活動がそんなに多くないという事情もあり、とても喜ばれています。

10月から月2回の開催を準備中。美しい二胡の演奏、陽が元気になる健康トーク、体力測定とニコニコ体操、クリスマス大会等が候補です。

最後に、昨年発足した「運営を考える会」で次の2つをすすめることになりました。

①活動室をお貸しします

(1時間250円×時間数)

②図書室の開設準備

(お片づけやお掃除メンバーも募集)

顔をあわす機会を増やし、組合員の日常的な居場所づくりに挑戦中です。

3つの【自立】に関して

【身体的自立】

生活をしていく為に必要な食事や排泄、入浴等を自分でできることを言います。さらに言えば、家事や買い物等を自分で出来るか、つまりは生活全般を自分で行う事が出来るかどうかということ指します。

【精神的自立】

毎日の生活やこれからの人生をどのように過ごすかを自分で考え行動や判断をする事を指します。『自分の人生は自分で決める』といった自己決定を中核としております。

【経済的自立】

自分の毎日の生活費を自身の収入や蓄えで賄うことができ、またバランスを考えながら活用していかれることを指します。

高齢者の自立においては【精神的自立】が特に重要視され、身体が不自由になって介助が必要となった場合であっても、自身の判断で他者の援助を活用し衰えに適応していくことで、自立した生活を維持していく事が出来ます。

講師プロフィール



岡 利樹 (デイサービスUUGO所長)

2016年4月から2019年3月まで和歌山高齢者生活協同組合の職員(デイサービス れくらん)として勤務し、現在は理事。2019年9月に紀の川市にデイサービスUUGOを開設。運動・栄養・社会参加に注力したサービスを実施中。また、紀の川市の65歳以上の方を対象とした配食サービスも実施中。

用具DEおたっしゃライフ

「おたっしゃ倶楽部福祉用具」の竹田です。

ノルディックウォーキングをご存じでしょうか？ ポールウォーキングとも言いますが、両手にポールを持ってスキーのように地面を突いて歩くあれです。見かけたことがある方も多いのではないのでしょうか。北欧フィンランド発祥でヨーロッパを中心に人気があり、テレビ等で紹介されると日本でも広がり、今では老若男女問わず80万人以上が楽しんでいるそうです。

個人的に運動不足解消にウォーキングを考えていたところ、このノルディックウォーキングについて知る機会があり、始めてみようと思いました。

なぜ始めてみようかと思ったのかを下記に挙げたいと思います。

- ①全身の約90%の筋肉を活用できる
- ②消費カロリーが約20%アップする
- ③身体への負担を約30%軽減できる

通常のウォーキングは主に下半身を使いますが、両手にポールを持ち地面を突くので上半身も使う全身運動となり、消費カロリーも増えます。また、身体にかかる負荷がポールに分散されるので足腰への負担が軽減されます。

ウォーキングは健康面で様々な良い効果があり、介護予防にもつながると言われていますが、ポールを持って歩けば上記の効果が追加されます。

両手で杖をついて歩くだけと思っていましたが、意味があるということが分かり、私も始めようと思ったわけです。せっかく歩くのだったら、色々効果があった方が嬉しいじゃないですか。

実際に歩いてみると本当に上記の効果が実感でき、さらに背筋が伸びる、歩幅が大きくなり歩くスピードが上がるといった効果もあるように思います。

なんとなく将来の健康に不安を感じておられる方、一緒に始めてみませんか？ これを機に外出しやすい季節にウォーキングイベントを計画していますので楽しみにしておいてください。みんなで「Let's Walking」♪



商品紹介



羽立工業 DFP プログレッシブズーム (WH1120)

定価 ¥11,990(税込) → 組合員価格 ¥10,791(税込) 10%OFF

竹田も使っています☆ おたっしゃ倶楽部福祉用具 (073-488-4581)

活動レポート

福祉用具を見て、触れて、体験♪

健康をテーマにしたイベント「健康フェスティバル」が7月17日、和歌山市直川の北コミュニティセンターで開かれ、高齢協のおたっしや倶楽部福祉用具がブースを出展しました。車いすやスロープ、杖など福祉用具の魅力を来場者に紹介しました。

県社会福祉協議会から借りた高齢者疑似体験セットも用意。手足に重りをつけたり、ゴーグルをつけたりして、高齢者が感じている身体の負担を体験してもらいました。体験された方には「まだまだ歩けるね」と健脚ぶりを発揮される方も。

このほか、高齢協の組合員活動拠点でおなじみの音楽グループ「さくらもち」が舞台に登場し、昭和歌謡や唱歌を来場者と共に歌い、高齢協のPRも行いました。



ワークショップてとてで落語



障害者就労継続支援B型事業所のワークショップてとてで7月27日、アマチュア落語グループ「わかやま楽落会」による落語会が開かれ、ご利用者約20人が楽しみました。

ぜんざいを食べようと注文するも、数々の試練が訪れる人物を演じた小学4年の福々亭マスケさん。センスを巧みに使って食べる様子や文字を書くしぐさなどを披露しました。このほか、金融亭遊呂さんによるあいさつの語源をテーマにした作品や、ミニマジックコーナーも。丸く切り取った新聞紙を広げると四角になったり、コップの中にあるボールが別のコップに移ったり消えたりするマジックでは、タネを明かそうと皆が熱心に注目していました。

小学生による落語やマジックなど、楽しいひと時を過ごした一日。てとてでは、約1カ月に1回程度、こうしたレクリエーションを行っており、オープンサンドを皆で食べたり、アートの体験などを楽しんでいます。

終活出張講座



紀の川市打田町老人会からのご依頼で「出張終活講座」を企画させていただきました。

7月10日(月) 13:30～ 打田児童館にて、17名の皆さんが参加されました。

「終活ってなに?」というテーマで、終活全般に関することと「今からでもできる終活」のポイントなどをご紹介します。皆さん、終活について関心はあったが学習されるのは初めてということで、たいへん熱心にお話を聞いて下さいました。また、「お墓のこと」や「家の片づけ」「相続や遺言」について具体的な質問やご自身の経験談なども気軽に出し合うことができました。アンケートからは「関心のある内容を学ぶことができた」「お墓のことやお葬式などのテーマでまた学びたい」などの声がありました。企画していただいた老人会役員の皆様ありがとうございました。

映画紹介「ムービーガイド」

「ロストケア」

監督：前田哲 2023年 / 114分



訪問介護事業所で、利用者が41人殺されていた。犯人とされる彼は「殺したのではなく救ったのだ」という。なぜ彼は平然と大量殺人を行ったのか。その背景を映画は、淡々と描く。確かに彼の言うように利用者を殺すことは、本人にとっても家族にとっても救いかもしれない。それほど介護の現場は過酷だ。それでも、ぼくらはそれぞれの人生のサポートをする。高齢者や障害者の生きる喜びを作ることは、ぼくらの仕事の喜びでもある。介護に携わる方は、ぜひ観てほしい。 やまぐち訪問介護事業所 島 哲也

組合員 新規加入&増資のお願い

高齢協は出資金を持ち寄って、組合員相互の助け合いの精神で活動する生協法人です。20歳以上で和歌山県内に住所（もしくは勤務地）を有する方ならどなたでもご加入いただけます。ご加入の際にお預かりした出資金は高齢協の事業に使われています。事業拡大に伴い、既組合員の方には増資（出資金を追加する）をお願いしております。ご協力をお願いします。

■新規加入・増資の方法

- ①所定の加入（増資）申込書にご記入ください。
- ②出資金（一口1000円～）と申込書を、高齢協の各事業所か本部へご持参ください。

※申込書は高齢協の各事業所・本部・活動拠点にあり、郵送も致します。

出資金振り込みの場合…紀陽銀行東和歌山支店
普通 1647037

和歌山高齢者生活協同組合 理事長 田中秀樹
お問い合わせは本部 和歌山市直川565-7
電話 073-488-1180 FAX073-488-1181

和歌山高齢者生活協同組合の姿

和歌山高齢者生活協同組合は組合員さんによる互助組織であり、互いの困りごとを助け合う集団です。生きがいづくり事業やお助け隊による生活支援など活動は多岐にわたり、介護・福祉事業にも力を入れています。

◎介護・福祉事業所（和歌山県内13ヵ所）

- ・和歌山ケアプランセンター（ケアプラン作成）
和歌山市中之島758 電話073-424-5295
- ・やまぐち おたっしや館（サ高住）
和歌山市里198-2 電話073-462-1055
- ・やまぐち訪問介護事業所（訪問介護）
和歌山市里198-2 電話073-462-1055
- ・れくらん（デイサービス）
和歌山市里198-2 電話073-462-5558
- ・シニアCOOP和歌山北ケアプランセンター（ケアプラン作成）
和歌山市直川565-7 電話073-488-4925
- ・おたっしや倶楽部福祉用具（福祉用具貸与・販売）
和歌山市直川565-7 電話073-488-4581
- ・ワークショップてとて（障害者就労継続支援B型事業所）
和歌山市里266 電話073-461-6759
- ・御坊・日高事業所（訪問介護）
御坊市蘭397-2 電話0738-23-0396
- ・かみとんだ おたっしや館（サ高住）
西牟婁郡上富田町生馬3225-19 電話0739-47-0866
- ・田辺事業所（訪問介護）
西牟婁郡上富田町生馬字救馬溪185-7 電話0739-47-0010
- ・白浜ケアプランセンター（ケアプラン作成）
西牟婁郡白浜町才野1322 電話0739-34-2672
- ・白浜めぐもりの里（デイサービス）
西牟婁郡白浜町才野1322 電話0739-34-2172

◎組合員による活動拠点（施設の使用、問い合わせなどは本部073-488-1180へ）

- ・やまぐちささえ愛センター 和歌山市里198-3
- ・和我楽の家 紀の川市上野299-1
- ・いっぶく亭～紀和庵 和歌山市中之島782
- ・お茶の間★あい愛 和歌山市三沢町2-23-3

◎組合員の活動（ご参加ください）

【お助け隊】和歌山、伊都、御坊、田辺を中心に活動。暮らしの中の困りごとの解決依頼を受け、現役時代の知識や経験を生かして有償ボランティアで活動する。

【JIAS PC（パソコンサークル）】月曜と金曜、紀和庵にて。パソコンを使ってのアルバム作成やワープロの練習、使い方の教え合いなど。
（北村さん 090-7107-0892）

【どこ竹@わかやま】竹とんぼ作りの出前教室を小学校やイベント会場で開催。（石橋さん 090-2287-9588）

このほか、ささえ愛センターや紀和庵では、健康体操や絵手紙教室、青春喫茶店など組合員による自主企画が行われています。

◎本部（〒640-8481 和歌山市直川565-7 電話073-488-1180 FAX073-488-1181）