



**シニア
CO-OP
わかやま**

北東西南 (NEWS)

人生の完成期、輝いて生きる！

発行所 和歌山高齢者生活協同組合
住 所 和歌山市里198-1
TEL (073)488-1180

ホームページ [和歌山 高齢協](#)

[検索](#)

**2019年
夏号**

組合員数 4,170名 (2019年6月30日現在)



今年の総代会は20周年を成功させようという
意気込みにあふれていました。特別報告では、
新たに設立する一般社団法人の意義や活動紹介、
チームゴンパチの今後の方向性がわかりやすい
映像とともに語られました。2部企画は、ハッ
ピーバンドの元気いっぱい演奏からはじまり
ました。理事長が飛び入りで踊るサプライズに
会場が湧きました。さらに、実に20名以上の方
が前に立ち、日々の活動の紹介や新企画への呼
びかけを行ったのです。いづく亭名曲喫茶の
マスター広瀬さんの臨場感いっぱいのお話に、
皆が息をのんで聞き入りました。ほぼ全てのお
たっしや倶楽部の所長達が、新しいパンフレッ
トをつくり、普段見えない現場での汗いっぱい
の取り組みや工夫を語りました。ですが、これ
はスタートラインです。組合員さんのさらなる
対話と参加があつて、はじめて成功です。

各地で取り組む事業と活動に、手をのばして、
みなで一緒に取り組んでいきたいと願っていま
す。

ホームページを随時更新し新しい情報を
掲載しています。こちらもご覧ください。

<http://www.s-co-op.or.jp/>

事業計画 (抜粋)

共生型総合福祉拠点の整備

- ① 白浜エリア サービス付き高齢者向け住宅と、障害者就労継続支援事業所
- ② 御坊・日高エリア 日高川町での障害者グループホームと、併設作業所
- ③ 伊都・橋本エリア 橋本市での障害者就労継続支援事業所

安心して暮らせる地域づくり

- ① 認知症カフェの開催 (新しく、白浜パンダカフェ・わがらカフェ)、「もしものための話し合い」職員出張
- ② チームゴンパチによる耕作放棄地の活用と、高齢者や障害者の就労
- ③ 事業所を拠点とした防災力の向上と災害時の連絡体制の整備



気軽なつどい場「わがらカフェ」
スタートしました！

2019年4月より始まった紀の川市つどいの場事業、高齢協は紀の川市より事業を受託して「わがらカフェ」を実施することになりました。場所は紀の川市上野にある古民家「和我楽の家」です。今のところ、毎月1回の計画に沿って実施していますが、今後は地域や組合員の皆様のご意見を伺いながら、健康や生きがいに繋がる交流や活動の場として、楽しく集える居場所づくりをしていきたいと考えています。

ここで既に実施しました4回の内容をお伝えたいと思います。

■第1回 4月27日(土) 13時〜14時

「認知症について語ろう」

紀の川市貴志川町の坂口健太郎医師より、認知症をテーマにご講演頂きました。

認知症の基礎知識、看取りや老いについてユーモアたっぷりのお話に、頷いたり大笑いしたり、1時間があっという間でした。



認知症は自然の摂理と受け止め、認知行動があったとしても個人で対応するのではなく、地域全体で見守る事ができるようにになれば、本人も周りも安心できると思えました。

■第2回 5月25日(土) 13時30分〜15時00分

「脳トレを楽しくやりましょう!」

高齢協の理事でもある神谷治良さん御夫婦から、手作りでオリジナルな企画を披露して頂きました。かあ君人形の腹話術はまるで親子の会話さながらでした。

そのあとの文字を使ったゲームでは、参加者の皆さんが真剣に漢字を考え、正解の答えに鼻高々。身近なものでこのようなゲームができることに感心するとともに、人が集まってする事の面白さを感じました。



■第3回 6月20日(木) 13時30分〜15時

「みんなで唄ってげんきになりましょう!」

歌う事健康効果は内臓の働きや嚥下などに良いと検証されていますが、懐かしい歌と一緒に歌うことで脳の活性化、認知症の防止にも繋がるそうです。

今回来て頂いた「さくらもち」というグループは、高齢者施設でも、歌声活動をされています。その優

しい歌声と語り口に誘われて、自然にみんなが一緒に歌っています。カラオケボックスとはまた違う楽しさがここでも広がればいいと思えました。

■第4回 6月29日(土) 13時〜15時

映画上映会

認知症になった母を介護する息子と孫、辛いテーマになりがちな母の認知行動を、ふたりが気負うことなく介護する日常生活を描いた映画でした。シリアスで暗くなる場面が「笑い」になって描かれていて、気持ちが温かくなる作品です。上映後も、参加者の方がすぐに退席することなく、感想や思いを共有できた上映会でした。



7月以降もわがらカフェは楽しい企画を予定していますので、紀の川市にお住いの方は勿論、紀の川市外の方も気軽に参加してください。お待ちしております。(坂口圭子)



第1回全介護・福祉部職員研修

去る7月7日(日) 和歌山市南コミュニティセンターにおいて、「第1回全介護・福祉部職員研修」が開催されました。この取り組みは5年ほど前より実施しており、キーワードを『学ぶ文化を創出する』として、恒例のものとなっています。

■午前中は「介護サービス情報の公表対応研修」です。「認知症及び認知症ケア」の項目では、認知症の原因となる病気などについて学びました。また、「身体拘束の禁止」では、どのような介護が身体拘束に当たるのかなどを興味深く勉強しました。講義の後は「ミニクイズ」で理解度を確かめ、全問正解者の中から3名の方が豪華賞品をゲットしています。

■午後は一麦会理事長 山本耕平先生より、「高齢者生協と麦の郷の協力・相互発展を目指してーいまこそ、協同的関係性をー」と題した講義がありました。「協同労働」の思想や



そのあり方を学び、今後の私たちの勤務や取り組みを展望することが出来ました。



山本耕平氏

■最後に、「高齢協・

おたつしや倶楽部でのわたしの自慢・伝えたい事」とのテーマでワールドカフェ形式のグループセッションが行われました。事業所を横断したグループに分かれて議論し合い、日頃の『わが事業所自慢』を披露しあったり、時には少々『いやごと』も飛び出したりしました。良いところはもっと伸ばし、不備なことは解消するような取り組みが必要だと確認して、今回の研修会を終えることが出来ました。



■アンケートより
・クイズでは途中で間違えましたが、楽しく勉強になりました。

・他事業所の方とも話ができて、良いところ、ダメなところも聞けて良かったです。

・山本先生のお話はとても親近感を感じ、具体例での麦の郷の仲間の男性のお話などに心に響くものがありました。

・初めて出席させてもらって楽しく勉強することができました。また明日から利用者様に喜ばれるようにがんばります。ありがとうございます！



左 小長谷恭史 (介護・福祉部長)

右 手話通訳の皆さん

伊都・橋本 夕涼み夏まつり

梅雨、真っ只中の7月12日(金)、伊都橋本事業所及びケアプランセンターでは、地域に密着ということにて、夏まつりをしようという計画し、何もかも初めて、手さぐり状態で準備、開催となりました。カレー、お好み焼き、ポテト、からあげ、焼きそば、冷やしきゅうり、フランクフルト、飲料と8種の出店をお助け隊の力も借り、大盛況となりました。準備段階では、卵いくついる?ソースは?キャベツは?どの店が安い?今日特売?などと、何日も前から買い出し等、サービスの間を使って職員全員でんやわんやの大きわざ。

当日は手が腱鞘炎になるくらい野菜を刻み、油酔いするほどあげものをし、気づけばまわりはお客様でいっぱいでした。延べ人数ではありませんが、子どもを含め、100人位は来ていたのだと思います。白浜の所



長、横畑さん油のお手伝いありがとうございました。伊都橋本のヘルパーの子どもさん、近隣住民の方々も最後は焼きそばを焼いてくれたり、鍋を洗ってくれたり、楽しみに来てくれたり

ののか、お手伝いなのかわからないくらいでした。また、イベントとして、ギター&ウクレレでの唄、マジックショーも来ていただき楽しんでもらいました。しかしながら、梅雨空で薄曇り続きで肌寒い日が続いていた中、何故かこの日にかぎり晴天酷暑になり、熱い出店ばかりで熱中症になるヘルパーさんもあり、終了した時点ではヘトヘトでした。このスタッフでこそ、できたイベントだと思います。ヘルパーさんもケアマネさんもお助け隊も総出でがんばりました。次は伊都橋本恒例行事ゆの里温泉イベントがまっています。こちら18回をむかえることとなりますので、次にむかっ伊都橋本は、スタッフと力をあわせ事業所を守っていきます。



しかし……あつかった……

(道上和代)

白浜ぬくもの里 一周年新たな取り組み

6月30日に白浜ぬくもの里の1周年記念行事を無事執り行うことが出来ました。

あいにくの雨でしたが大勢の地域の方が来て下さり大賑わいでした。当初はご利用者様も来て頂きイベントは山のように考えていたのですが、何分スタッフに限りがあり今回は地域をメインと考えチラシをポスティングし、子供向けのゲーム、かき氷、焼きそば、ちらし寿司。メインは餅まき!!! 雨のことは殆ど考えていなかった為大変でした……子供さんも多く来てくれたので餅まき・お菓子まきは大人と分けて行いました。餅まきはすごい人気なんです!

室内で1000個!まきました。……事故もなく終われたこと、それから地域の若い方にも『白浜ぬくもの里』を知ってもらえたこと、とてもうれしく良かった。と思いました。



それから白浜町の包括支援センターより依頼を受け認知症カフェを行うことになりました。白浜のパンダにちなんで『ぬくもりパンダカフェ』と命名しました。

7月10日に第1回目の認知症カフェを開催しました。呼びかけも不十分だった為包括の方も入り12名程度でした。

今回は一人一人が元気になっていただけたようにラフターヨガ(笑いヨガ)を取り入れました。いつもとは違う笑いに戸惑いながらも楽しくリフレッシュできたように思いました。

専門職、家族、認知症の人だけの集まりではなく、皆が同じ立場で場所や時間を共有し緩やかなカフェをつくっていききたいと思っています。

認知症になっても安心して暮らせる地域作り、認知症の人の思いを社会に発信していければいいですね。

これからも白浜ぬくもり
の里が地域になくてはならないものになっ
ていけるように頑張りたいと思いま
す。

(畠山穂美)



高齢期運動連絡会

まちから村からの連帯で ひとりぼっちの高齢者をなくそう!

■第26回和歌山県高齢者大会 in 有田

◎とき 2019年10月6日(日)

12時30分〜15時50分 ※受付12時〜

◎ところ きびドーム(有田川町役場吉備庁舎のすぐ東側)

有田郡有田川町下津野2021番地

電話:073715218002

○オープニング:金屋清流太鼓 12時30分〜

○開会行事:挨拶、紹介、祝電・メッセージ披露、基調報告 13時

◆第1部 記念講演 13時40分〜

・テーマ「和歌山県の健康指標」

健やかに長生きするために

・講師 松本政信氏(湯浅保健所所長 医学博士)

◆第2部 文化行事 15時〜

○いきいき百歳体操(有田川町地域包括支援センター)

○コーラス

○みんなで歌おう

○閉会挨拶

主催:和歌山県高齢期運動連絡会

有田地方実行委員会

■第31回和歌山市高齢期運動学習会

『カジノ問題 見学について』

◎とき 2019年9月13日(金)

13時30分〜15時

◎ところ 和歌山市中央コミュニティセンター会議室でいったん集合。県議からミニレクチャーを行っていただき、乗り合せてカジノ予定地を見学します。

(海南市カジノを考える会 チラシより抜粋)

2024年、開業予定の和歌山マリーナカジノ

いよいよカジノ誘致が現実的になってきました。名前こそ「統合型リゾート(IRS)」ですが、中身はカジノII

賭博場なのです。

カジノはこれまで日本では絶対に認められることがなかった民間賭博です。カジノ法によって、民間の事業者が

賭博を開帳する自由を与えたのです。これによって、海外

のカジノ資本が日本に乗り込む道を開きました。和歌山では

フランスのカジノ大手「バリエール」が名乗りをあげ、

現地事務所を開設しました。いよいよ動き出しました。人の

不幸の上に富を築くカジノを造らせてはいけません。阪南

大学の桜田照雄教授は「人間社会をむしばみ、人間がいち

ばん大切にすべきものをないがしろにするのがカジノ」と

強調しています。カジノ誘致を諦めさせ、歴史と文化・伝

統の町を子どもたちに残そうではありませんか。

■日本高齢者大会 in 福島については、次号で参加報告します。

組合員さんへの情報について

組合員にもっと有益な情報をお届けしたい。例えば、高齢協の新しい事業活動を直接お知らせし、ご利用いただく。設立した一般社団法人からのお知らせも届けたい。緊急性のある災害時の対応を強化する、などの可能性をひろげるために、個人情報取り扱いを見直すことにしました。(もちろん個人情報適切な管理をおこない、第三者への提供はおこないません)

現在は、高齢協が実施する事業やサービスに関する組合員へのご案内、諸活動のご紹介(ニュースなどのお届け)が主な用途です。

これを、今後は、

●職員や支部や班の組合員が、高齢協の諸活動・行事へのお誘いや増資のご協力をお願いする

●一般社団法人和歌山LOGシニアコープが実施する事業やサービスに関する組合員へのご案内、諸活動のご紹介(ニュースなどのお届け)

●大規模災害発生時に、専門機関等に、組合員の安全と安否を確認する

ために個人情報や支店メンバーや、LOG活動に提供し、いっそう情報が手元にとどいたり、災害時

のネットワーク的な対応にも取り組みやすくいたします。

ホームページ更新中

一時、更新がとまっていたホームページですが、更新を再開しています。

毎月のわがらカフェのチラシや、20周年でおこなうイベントの最新チラシなどが、掲載されています。

月1回くらい、ご覧いただければとお願いいたします。



注意！高齢者をねらう詐欺

- ① 裁判所からとするハガキ
- ② 電気代安く、無料点検
- ③ 還付金受け取れる

「お金が返ってくる！」電話は「サギ」です

電話での撃退法!!

- ① るす番電話にする
- ② 電話番号が表示される電話機にかえる
- ③ 「この通話は録音されています！」のメッセージを発する電話機にかえる



こんな時は

・消費者生活センター

県消費者生活センター相談ダイヤル

073-433-1551 平日9~17時/土日10~16時

紀南支所相談ダイヤル

0739-24-0999 平日9時~17時

・和歌山高齢者生活協同組合

073-488-1180

「助け合えるまちづくりをすすめます。」
設立の熱い想い
一般社団法人和歌山LOGシニアコープ
代表理事 市野弘

第20回通常総代会で、20周年を記念した事業のひとつとして、一般社団法人和歌山LOGシニアコープの事業の設立の概要(図-1)について、報告をしました。

LOG略称は、ロジスティク (LOGISTICS) CS) 物流の意味で、活動事業として、モノの流れについて、捉えた課題を考えています。

この事業の担う目的は、一つは、「生きがいづくり」ひとりぼっちの高齢者をなくして、元気な高齢者をもっと元気になるようにサポート。また、二つ目は、「暮らしの応援」高齢者や障がい者の暮らしを守る活動、三つ目は、「共生」これらの事業を一般の住民にも広げて、組合員との共生を図り、組合員活動の理解を一緒に担ってもらいたい思いからです。「たすけ愛」と「ささえ愛」と「ふれ愛」の「みつめ愛」の活動をこの事業を通して、しっかりと進めて行きたいと思っています。

さて、具体的に現在進めているものを紹介します。

(1) サロン拠点活動(マルシェ・マーケット)
(図-2)
場所：むぎわらぼうし地域活動センターの敷地内
麦わらマルシェ(マーケット) 偶数月

6月23日(日) 開催 「絆」
8月25日(日) 開催 「縁」
10月27日(日) 開催 「寿」
地元住民の応援もあり、色々な出店ブースも賑やかに楽しい拠点活動の実施

(2) 人材バンク機能(生きがい就労)
場所：麦わらLOG食堂で作業
8月下旬よりスタート
野菜系の洗浄前処理作業の受託、約5名の生きがい就労(として作業所含む) 活動

(3) 学び第2の義務教育(100歳大学)
100歳大学の設立推進委員会を設立
7月11日 和歌山県、和歌山市及び県社会福祉協議会に説明し協力を依頼

(4) 日常生活支援事業(暮らし応援)
まずは、現在、主に生活支援整備事業支援の活動を行っています
県内市町村23カ所をサポート、和歌山県からコーディネートを受託



図-2 サロン拠点活動 (マルシェ・マーケット)

図-1

【事業予定】
和歌山高齢者生活協同組合員サポート
1. ネット通販事業
2. サロン拠点活動 (マルシェ等)
3. 人材バンク機能 (生きがい就労)
4. 学び第2の義務教育(100歳大学等)
5. 日常生活支援事業 (暮らし応援)

【体制】 代表理事：市野 弘
理事(事務局)高林 稔・理事：梶村 進
理事：下向俊夫・理事：志場久起
団体：和歌山高齢者生活協同組合
監事：内田嘉高

【連携団体】
社会福祉法人一麦会(麦の郷)
NPO法人和歌山保健科学センター
認定NPO法人わかやまNPOセンター
一般財団法人健康・生きがい開発財団
公益財団法人さわやか福祉財団 等

図-1

禁煙道場なるものを(コラム)



世の中、嫌煙ムードが明確だ。昭和41年は『男性喫煙率83%』だった。平成30年では『男性喫煙率27%』『女性喫煙率8%』と激減している。それでも1400万人がタバコを吸っている。1400万人の多くは、肩身の狭い思いを余儀なくされているはずだ。公共交通機関・公共スペースはもちろん、レストランや自宅(ホタル族)は言うに及ばず、居酒屋・バーですら完全禁煙が登場している。

嫌煙ムードが蔓延する中に、がんばっている喫煙者は、なんらかのポリシーをお持ちだろう。何度も周囲からの「やめないの?」洗礼をこえてきているはずだ。しかし、もし吸いたい気持ちを何とか置き換えて、タバコをやめられるとしたら、どうだろうか。「それならやめたい」と考える余地のある方は、読み進めていただきたい。とてもタバコのない人生は考えられない方は、そのまま買われたい。

余地のある方に提案するのは「禁煙道場」だ。いかめしいネーミングだが、タバコを没収し一室に閉じ込め、ニコチンが抜けるまで監禁なんていう恐ろしいものではない。禁煙をしたいが一人で失敗した方やモチベーションが維持できずに再開

した方に「仲間づくり」「居場所づくり」の観点から、いわばファミリー道場のような雰囲気でごんばつてみませんか、というものだ。

具体的には、同じような志を持つ人が集まり交流をすすめる。失敗談や聞いたことのある他人の成功談を語り合う。ホントはやめたいんだという気持ちを口にしてみる。それをちゃんと聞き合いつタバコを止めたい気持ちがUPしたら、タバコを置いて一時間だけ一緒に散歩する。二時間だけ一緒に作業をする、半日だけ、ちよつと人の役にたつことをやってみる。例えば、草刈りの要望はあちこちにある。そんなことに取り組む場を、禁煙道場と名付けたい。

実は、この提案を20年前に組合員の浜田重昌さんが「和我楽の家で禁煙道場」やろうと、もってきた。タバコを貰きたい僕は、聞かないふりをしてきたが、4年前にタバコをやめ禁煙にはモチベーションが重要と体で理解した。タバコを勧めてくれる方ももういなくなった。今年、改めて浜田さんの再提案をもらった。浜田さんも、ホントはやめたいらしい。そうなんだ。4月から和我楽の家が、組合員サロンとして再開した。これは、ただの偶然だろうか。

どこかのフィットネスのように結果保証はないが、数人そういう方が集まるなら、道場開きをしたい。折しも世の中は、空前の健康ブーム。禁煙は脳にもいいらしいよ。ぜひ一報を。(内田嘉高)

シニアCO-OPわかやまの主な事業所・活動

- ◆本部事務局 ☎073-488-1180 ◆やまぐち ささえ愛センター ☎073-462-0023
- ◆介護・福祉 ケアセンターおたっしゃ倶楽部
- わかやま訪問介護事業所 ☎073-455-7979 伊都・橋本ケアプランセンター ☎0736-44-2330
- 和歌山カワラセンター ☎073-424-5295 御坊・日高事業所 ☎0738-23-0396
- やまぐち おたっしゃ館 ☎073-462-1055 田辺事業所
- れくらん ☎073-462-5558 かみとんだおたっしゃ館 ☎0739-47-0866
- ワークショップてとて ☎073-461-6756 白浜ケアプランセンター ☎0739-34-2672
- 伊都・橋本事業所 ☎0736-43-1546 白浜ぬくもりの里 ☎0739-34-2172

◆健康・生きがい事業部

JIAS PC(パソコン)/ハイキング友の会/ほっとけやん倶楽部/送迎事業部/市民農園/どこ竹@わかやま/旅行倶楽部/舞送事業部/いっぶく亭~紀和庵~/御坊おたっしゃタイム

◆田辺支部 ◆新宮支部

※本部事務局が移転しました。新住所、電話番号は

〒649-6311 和歌山市里198-1 ☎073-488-1180 Fax073-488-1181 やまぐちおたっしゃ館の北側になります。