

かがやき ニュース

「前事不忘、後事之師

- 前事を忘れず、後事の教訓とする -



第2次安部政権の発足後、これからの集団的自衛権の行使により憲法9条をなし崩し的になくして行こうとする動きが急速に進んでいます。このままでは日本が再び戦争する国になっていく危険が目前に迫っています。

国民に多大な犠牲を強いた先の戦争と一体的に進められた満蒙開拓についていま真実を見つめ、不戦の誓いをしたいと思います。(満蒙開拓平和記念館にて)

本部・北信地域センター
長野県長野市南長池 761-3
(本部) TEL 026-263-2386
(北信) TEL 026-217-3601

中信地域センター
松本市本庄 2-3-18
TEL 0263-31-8200

東信地域センター
佐久市下越 612-1
TEL 0267-78-5070

南信地域センター
飯田市知久町 4 丁目 1203-2
高田ビル 2 階
TEL 0265-23-1109

長野県高齢者生協「協同墓地」完成、まるで公園のような環境です。

みなさん霊園と聞くと「暗い・怖い・寂しい」とイメージされませんか？そんなイメージを全く感じさせない、上田市に誕生した「公園墓地 エンゼルパーク」をご紹介します。

エンゼルパークは、いつも花と緑に囲まれた癒しの空間で、ヨーロッパの霊園のように、みなさんが散歩コースとして立ち寄る公園のような環境です。

「エンゼルパーク」は、専属のガーデナーさん4名が、8月24日協同墓地見学会の様子毎日園内の掃除やお花の手入れをしてくれています。従来の墓地のイメージとは全く違い、長時間そこで過ごしたくなる空間です。

さて、なぜ「エンゼルパーク」を紹介したかという、これまでにエンディングセミナーを各地で開催し、ともに学ぶ中で、多くの方が抱えている問題をお聞きすることができました。

特にお墓の問題では「お墓を建設しても守ってもらえない」「子どもはいるが背負わせるわけにはいかない」等、継承者の問題が多く寄せられ、解決策がない状態です。

そこで、前段でご紹介しました「公園墓地 エンゼルパーク」に「安価で、永代にわたってみんなで守りあう」協同墓地の建設をすすめ、着工から2か月ほどたった8月12日に引き渡しになりました。



完成した協同墓地

「協同墓地、検討してみませんか」

◆契約条件

- 1、長野県高齢者生活協同組合の理念に賛同され、満65歳以上の方。
- 2、「やすらぎ友の会」に入会していただきます。(年会費1,000円)

◆永代使用契約

- 1、永代使用料 300,000円
- 2、納骨時 50,000円(文字堀・納骨袋代)＜消費税別＞

◆詳細については

長野県高齢者生活協同組合 やすらぎサポート
事業担当 前島 TEL 026-217-3601



8月24日(土) 協同墓地見学会を開催しました。

お盆を過ぎた8月24日長野県高齢者生協の「協同墓地」見学会を開催いたしました。長野市からは、マイクロバス等で現地に向かい、東信地域からも参加されました。(約20名)

到着した途端、素晴らしい環境に驚き「墓地ではない、公園だ」との声が上がりました。

長野県高齢者生協の「協同墓地」は三区画を使用し、正面に浅間山と千曲川が見え、大変景色の良いところに建設しました。納骨場所は7か所あり、長野県の県花である「りんどう」をはじめ、全てお花の名前を付けることにしました。お墓を訪ねた家族は、それぞれの花の前で手を合わせることができるよう配慮したと説明した後、しばらく自由に園内を見学していただきました。みなさんも尋ねてみては！お墓のイメージが変わります。



エンゼルパークパンフレット

7月27日・28日第2回理事会が初めて南信で開催されました。役員改選後初の理事会で合宿形式となりました。初日は高齢者生協の理念、行動指針、高齢者の役割について5時間に及ぶグループ討議を行い、今後の計画作りの基礎としました。2日目には理事の役割分担や仲間づくり月間の進め方等が議論されました。終了後は11月解設予定の「みんなの家下條」、阿智村「満蒙開拓平和記念館」の見学を行いました。



开拓団の住居を一部再現した模型を正面に配し、各开拓団が入植した地点を表示した地図を大きくパネル展示しています。

中国東北地方にかつて13年間だけ存在した幻の国「満州国」。ここに日本から約270,000人（内長野県は最高の32,000人）の農業移民が渡って行きました。「満蒙開拓団」です。20町歩の地主になれる。満州は日本の生命線―夢を抱いて渡った新天地でしたが、1945年8月9日、突然のソ連侵攻で満州は戦場と化し、開拓団の人達は広野を逃げ惑います。終戦後も祖国に帰ることができず、難民収容所では飢えと寒さで大勢亡くなりました。日中双方に多くの犠牲を出した「満蒙開拓」とはいったい何だったのか。私たちはこの歴史を風化させることなく後世に伝えるため、その拠点として阿智村に記念館ができました。戦争に導かれていく道筋を学び、人々の体験に耳を傾け、平和な社会とは何かを皆さんと一緒に考えていきたいと思っています。

○満蒙開拓平和記念館
（下伊那郡阿智村駒場711番地10）
電話・0265-4315580



「日本人の1人として 無念さに涙」

長野県高齢者生協理事会を飯田地域センターで行い、2日目の最後の研修先として、阿智村にある「満蒙開拓平和記念館」を見学しました。全国で最も多くの開拓団（送出数32,992人）を送出したこの地域に、全国で唯一となる満蒙開拓に特化した記念館が今年4月にオープンしました。館内は事実に基づいた悲惨な体験談が映像・パネル・文章で切々と紹介されており、戦争の悲惨さ、平和の尊さを強烈に訴えかけていました。旧満州国のスローガンとされていた「五族協和」を掲げ、この五族が理想の新国家を作り上げようというものでした。実際には、日本人は一等国民、その他の民族は二等・三等国民として他民族を蔑視する差別社会でした。日本人の一人として、若くして大陸に渡った人々の無念さを想うと涙が自然と滲んできました。同時に、差別の対象となった大陸の人々の惨劇は歴史の事実として存在しているのです。二度と戦争はおこさない！と強く強く思いまいた。

理事 根本健一

「開拓団員の 『逃避行』を想うと…」

7月28日（日）、飯田市で行われた理事会合宿終了後、この4月に阿智村に開館したばかりの記念館を見学しました。

この記念館は、「戦争や「満州」を知らない世代も写真や資料、映像であの時代、彼の地にいざなう工夫をしています。」とのこと。

満蒙開拓体験者の証言も顔写真とともに展示されており、録音された証言の声も流れていました。「開拓団の生死を分けたのは、やはり指導者だ。『みんな生きて帰ろう』という指導者と『もうだめだ、みんな死のう』という指導者…」という内容の証言もありました。無残で過酷な「逃避行」があつたのです。

翌日の報道で知りましたが、その日は丁度入館者が1万人に達した日で、4月の開館から僅か4か月足らずでということに驚きました。前事不忘、後事之師―前事を忘れず後事の教訓とする―（記念館パンフより）

理事 宮澤 昭一

想 い

「使いづらくなる介護保険 これでいいのか？」

社会保障制度を持続可能な制度とするため政府は「社会保障制度改革国民会議」で論議を重ね、参院選が終わってまもなくの8月5日に改革案の最終報告書をまとめ、6日に内閣総理大臣に提出。

社会保障は医療・年金・介護など多岐に渡りますが、介護保障のうち介護保険制度では「要支援1・2、要介護1・5」の認定を受けた方たちがサービスを利用しています。要介護状態にならないように介護予防サービスを利用している「要支援1・2」の方たちのサービスを介護保険制度から切り離し、市町村の事業とする方向性が示されました。また費用負担について現在は、利用したサービスにかかった費用の約1割を利用者が負担する仕組みですが、高所得者については費用負担額を引き上げることも具体的になってきました。介護保険料を支払ってもサービスを利用できない被保険者が一層増え、サービスを利用するのに今より費用負担が多

くなる人が増えることになります。

また「介護予防サービス」が財政難に喘ぐ市町村の事業となった場合、サービス内容やかける費用も縮小され現状からの後退は明らかです。「介護予防」をきちんと行わないと5年10年先には、かえって要介護状態の方たちが増え、結果として介護保険財政も膨らむことになります。

国民会議では「国民へのメッセージ」の中で「社会保障制度の持続可能性を高め、その機能がさらに高度に発揮されるようにする。……社会保障がそれを真に必要としている人たちにしっかりと給付されるような改革を行う必要があります。」と訴えています。要支援の方たちは「真に必要としている人たち」ではないということでしょうか。

2015年度からの実施に向けて今秋の臨時国会に法案が提出されます。

先の参院選ではこのことが大きな争点にならず与党の圧勝となりました。またこのような報道がされるとすでに決まったと思い、黙って受け入れてしまいう最近の日本人ですが、今一度、介護保険制度の意義を考え、それに見合った制度が持続可能となるように一緒に考え、声を上げましょう。（内田）

読者からの投稿

皆さんから寄せられた投稿を、紹介します。

○いつも「かがやきニュース」をありがとうございます。クロスワードパズルは大好きです。できないともどかしいですが、次の日に改めてみると「ナーンダ」と思うくらい簡単な事で迷っていたなと思ひスッキリします。（Kさん）

○7・8月号の総代会の概要よく分かりました。いつしか総代として参加し、運動方針を論じてみたいと思ひます。（Sさん）

○玄関の引き戸の上にツバメの巣があります。今年はツバメの来るのが早く4月中旬でした。去年の2羽です。6月に5羽のひながかえつたのに、スズメに何度も巢から落とされ助け上げました。が、ある日畑から帰ると小さな頭をつつかれ、全員間に合いませんでした。怒ったツバメの両親がスズメをツツいて追っていました。7月20日2度目のひなが5羽無事巣立ち、みんな居なくなりました。7月24日2羽だけ戻って来ました。3度目の子育てが始まりそうです。（Tさん）

○高齢（81歳）のため、認知症予防にあちこちの「クイズ」に挑戦

しています。（Iさん）

○友人に高齢者生協の話をすると「あなたは『高齢者』と言われるにはまだちょっと早いよ」と笑われます。何故加入したのかな？先日高齢協から来たはがきの「組合員特典」を読んで、「趣味・仲間作りの活動に…」そうだ、そうだ、これだったよ！と再確認。自分のボケ具合に少々あざれていました。（笑）仲間と共にまだまだ楽しめること沢山あるし、つくっていききたいと思った気持ちで大切にしていきたいものです。（Kさん）

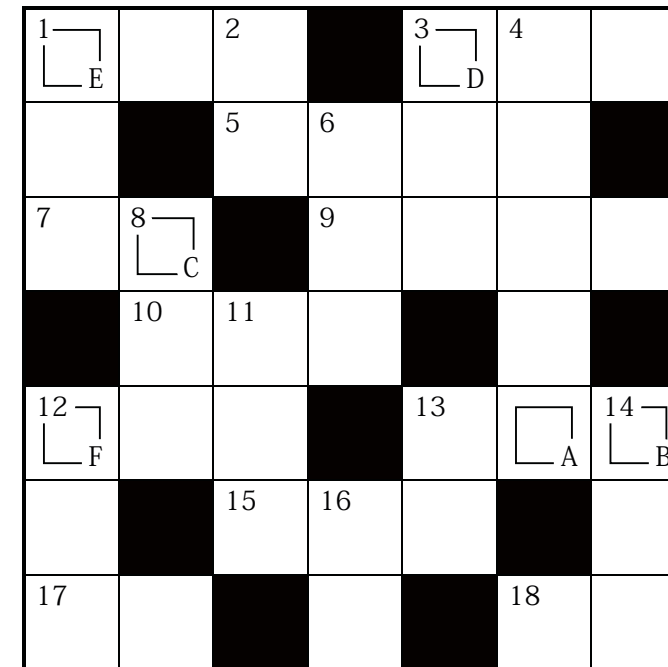
○原発のこと、TPPのこと、消費税のこと、どれをとっても心配なこの頃。でも最も心配なのは、憲法のこと。生活の全てに係わってくる大切な問題だ。広島や長崎での原爆投下という悲惨な敗戦からまだ68年しか経っていないのに、なぜだれのために、世界に誇れる日本国憲法を変えようとするのか、本来なら最も憲法を守るべきは国会議員や公務員のはず。もつと私たちも声をあげてゆかなければ！（Iさん）

前号のクロスワード正解「タナバタマツリ」でした。

正解者：6名

当選者：井出由美子さん、川嶋弘美さん、木内とめ子さん

おめでとうございます。クオカード500円をお送りします。



〈前号の答え合わせ〉

1 ヤ	2 キ	3 ニ	4 ク	5 カ	6 バ
7 マ	8 ヨ	9 リ	10 セ	11 ツ	12 ト
13 ノ	14 ク	15 タ	16 ー	17 ン	18 ン
19 ボ	20 イ	21 ン	22 タ	23 イ	24
25 リ	26 ツ	27 カ	28 ク	29 ジ	30 ラ
31	32 ツ	33 イ	34 ナ	35 ワ	36 ン
37 ナ	38 ミ	39	40 ワ	41 イ	42 ル
43	44	45	46	47	48

〈タテのカギ〉

- ①授業には教科書とこれは欠かせません。
- ②シンデレラとガラスの〇〇。
- ③世間から見捨てられた人。〇〇〇木。
- ④白い小さな食用きのこ。
- ⑥ようかん、もなか、まんじゅうなど。
- ⑧学校で走って注意された所。
- ⑪高齢者に最適な「〇〇〇の里」のお弁当はいかが？
- ⑫核兵器廃絶！唯一の戦争〇〇〇国として。
- ⑬前もってその結果を期待する事。
- ⑭〇〇〇一会。
- ⑯〇〇の敵を長崎で討つ。

〈ヨコのカギ〉

- ①合図にドアをたたくこと。
- ③井沢八郎のヒット曲「あゝ〇〇〇駅」。
- ⑤夏草や〇〇〇〇どもが夢のあと。(芭蕉)
- ⑦自分の心の中にあるものを隠さないで述べる事。
- ⑨値打ちのないもの、役に立たないもの。〇〇〇〇山。
- ⑩コピー。
- ⑫今や〇〇〇三原則も怪しいぞ。
- ⑬うっかり言ってしまう〇〇〇なひと言。
- ⑮交益の反対。
- ⑰長野県のご当地キャラ。アル〇〇くん。
- ⑱おかしさで大笑いをするたとえ。〇〇をはずす。

応募方法

・ ヒントから□に文字を入れて、A～Fまでのアルファベットを順番に並べ替えて、言葉を完成させてください。応募いただいた正解者の中から抽選で3名の方にクオカード500円と万座温泉日進館の無料入浴券1枚をプレゼントします。

☆答え、氏名、住所、日常の出来事やニュースのご意見・感想などを記入して、郵便、FAX又はメールにてご応募ください。お待ちしております。

宛先:〒381-0024 長野県長野市南長池 761-3

長野県高齢者生活協同組合「クロスワード」係

FAX:026-263-2385 メール:info@nagano-koureikyo.jp

締切日:10月15日(火) 必着

「記念館が語りかけられるもの」
しっかりと向き合わなければ」

私がつとも印象に残ったことは、満蒙開拓平和記念館が、開拓に赴いた人々が遭遇した辛酸と犠牲、そしてそのことが戦後も長きにわたって、帰国した人々、帰国を果たせずにとどまつた人々双方に大きな苦しみをもたらしたこと…それと同時に、中国の人々にとっては、開拓団が侵略の一環であった事実も、語り継ぐべきこととして重視していた点です。この平和祈念館が、歴史認識を深める上で、大変重要な問題提起をしていることがずしんと伝わってきました。

「証言」のコーナーでは、ソ連侵略を受けた開拓団の敗走途上での集団自決の様子、特に親子に手をかけることを迫られる、底しれぬ苦悩が語られ、立ち尽くしてしまいう言葉の数々に出会いました。

戦争や侵略が一体何をもたらすのか：慄然とした思いで館を後にしました。憲法、原子力、集団的自衛権をめぐる議論が沸騰しつつある中、この平和記念

館が、こうした議論にどう向き合うべきかを明確に示しているように思います。

理事 田中夏子

今年も「あの夏」を迎えて

「ソ連軍の空襲で母を失い、一人の姉は集団自決、もう一人の姉と妹は、満州ではぐれて残留孤児に。家族6人で満州に行つたのですが、帰国出来たのは父と私の2人きりでした」と話すのは松本三和子さん(81)。この8月18日、佐久市野沢会館で開いた「あの夏を語る」の語り部です。今回は開拓民の逃避行を描いた三石忠勇さん(佐久市在住)の油彩画「受難の記録」5点を展示し、80人ほどの参加者が松本さんの話に耳を傾けました。

松本さんが渡満したのは12歳の時。開拓団本部から当てられたのは、地味豊かな田畑で、満州人が耕していた土地でした。川魚や水鳥の卵など、自然の恵みもあるまさに楽園の



開拓当時を語る松本三和子さん。

日々、それが地獄と化したのは昭和20年8月10日でした。国境を越えてきたソ連軍の爆撃で母を失い、避難の途中で父は行方不明に。ソ連軍の空襲や満人暴徒の襲撃で多くの命を失った団員達は「集団自決」か「ソ連軍と戦って死ぬ」かの二つに一つを選択。いづれかの死を覚悟した団員達がお互いに交わす言葉は「先に逝って待ってるよ」「後から逝くから、待ってくれ」だったといひます。

ソ連と戦って死ぬ覚悟だった松本さんたちは敗戦でソ連軍の捕虜に。収容所を転々とするなかではぐれてしまった妹は、同じ開拓団の幹部によつて中国人に売られたと後で知つたのです。「戦争は人を極限状態に追い込み、頭を狂わせる。いま、あの時代に逆戻りするような社会情勢が不安。日本を戦争ができる国にしてはいけない」と松本さんは語気を強めていました。

東信おもしろ倶楽部 東 誠子



松本さんのお話に80人程の参加者が集まって。

第2回理事会報告 (2013年7月27・28日開催)

【協議・決定事項】

- 第15回通常総代会において新役員が選出されました。改めて、高齢協の理念や現状理解、その上に立つての今後の計画などについて話し合いをしました。
- 事業分野・運動分野ごとに理事の担当を決めました。(別表参照)
- 今年度の仲間づくり月間は9月から11月の3か月間に決まりました。
- 組合員ニュース9・10月号より外部に校正と印刷を

依頼することになりました。

- 高協連主催「9月29・30日復興支援ツアー」にご参加ください。

【7月末組織・事業報告】

- 組合員数 東信371 北信1918 中信639 南信131 全体で3059名
- 出資金総額 99,179,000円
- 事業高 生協法人 156,003,145円
- NPO法人 34,491,817円



仲間増やし月間 (9月～11月)

9月より組合員仲間増やし月間が始まります。これまで組合員になっていただいた方がどのような経緯で加入されたのか、またどのように仲間を増やしているのかご紹介します。

仲間とともに 潤いのある老後を

昨年4月に、地区の役員になった事をきっかけに、地区内に「介護施設」を造るので、地域の代表として手伝ってほしいとの依頼を受けました。その後の説明で介護施設の目的や仕事の内容を聞き、それ以降、自分のできる範囲で携わってきました。退職後、近所の人達とどのように付

き合っていたらよいのか、悩んでいたころでした。

親の代では、男性は囲碁・将棋を縁側で近所の人同士で楽しんでいるのを見、また女性には近所の友人の家に رفتり、友人を家に招いてお茶飲みをしたりと、交流して情報交換をしていたように思われます。



東信組合員の宮澤さん

場を設けたりしてきました。

数人の知り合いに高齢者生協や施設の紹介をして、加入していただきましたので、紹介します。一人暮らしの女性。5

月連休前だったので、休みに子供が帰って来るので相談してみるとの事でしたので、数日後連絡してみると「東京でもこんなに丁寧な対応をしてくれる施設は見当たらない。田舎ではこんなに進んでいるのか」と言っていて、驚いていたようでした。早速加入していただきました。

もう一人の方は普段体も弱く、近所付き合っても上手くないので家に閉じこもりがちであつたが、高齢協に加入してもらうと、脳トレなどのあつまりに積極的に出席してくれています。仲間が居ると言うことは、安心にもつながり、月毎の集まりも自分の向上と生きがいにもなり、いつまでも健康を保つてゆけるものと、確信しています。

組合員の皆さん、仲間を増やし潤いのある生活をしましょう。

東信組合員 宮澤文仁

TOMO コラム

我が家の味・地域の味

まんじゅうの天ぷらを食べた。ここ飯田の地では祝い事、弔事に拘わらず食べるのだという。旧盆の頃になると小ぶりのまんじゅうがパック入りで店頭には山積みされる。それを3つ4つと買い求め、天ぷらにして酒の肴にもするそう。処変われば品変わる―北信のお盆といえやはりおやきである。昨今は店頭にも多種多様なおやきが並んでいるが、各家庭でも皮の作り方や中に入れる具の味付けや形状もさまざまである。それがまた良いのである。

最近、台所に包丁もまな板もいらない、はさみがあれば事足りるとか?…袋の味が主流になってきているのだろうか?なぜか心配である。旨い、不味いは別としておふくろの味や家の味は大切だと感じている。口にしたときに、懐かしさや家族への思い、そして地域の景色や食べた時の情景などへと一気に心が飛んでいく。そして、元気づけられたり、勇気が湧いて来たりと…そんな力が「食」にはあるのだと思う。それにしても、私にとつて、これぞ我が家の味・地域の味はなんだろうかと改めて考えてしまった。

かがやきインフォメーション

中信・南信「公共職業訓練介護コース」受講生募集

11月～松本市、飯田市にてそれぞれ介護資格「初任者研修」等の資格を取得して、介護福祉分野へ就職を目指す職業訓練を開講します。介護福祉分野への就職を考えている方は、ぜひご応募下さい。

・松本―「いきいき介護福祉・介護事務」養成科

平成25年11月1日～26年1月31日(土日祝日休み) 9:30～16:30 定員:20名
目標取得資格: 介護職員初任者研修、介護事務管理士、認知症サポーター、発達障害者サポーター
対象者: ハローワークに登録していて、現在求職されている方で介護福祉分野への就職を考えている方
受講料: 無料(教材費14,800円、受験料5,500円は実費)
受講会場: 長野県松本勤労者福祉センター(松本市中央)
申込み: 10月9日(水)までに最寄りのハローワーク(松本、大町、木曽福島、伊那、諏訪、岡谷)にて申込下さい。

※問い合わせ先: 長野県松本技術専門学校 **0263-58-3158**
長野県高齢者生協中信地域センター **0263-31-8200**(内田)

・飯田―「みんなの介護実践科」

平成25年11月1日～26年1月30日(土日祝日休み) 9:00～16:00 定員20名
目標取得資格: 介護職員初任者研修、同行援護従業者研修(障害者)、普通救命救急、福祉住環境コーディネーター3級、認知症サポーター、発達障害者サポーター
対象者: 現在求職されている方で、介護福祉分野への就職を考えている方
受講料: 無料(教材費14,360円、受験料は実費)
受講会場: 長野県高齢者生協南信地域センター(飯田市知久町)
申込み: 9月27日(金)までに最寄りのハローワーク(飯田、伊那)にて申込下さい。
※問い合わせ先: 長野県高齢者生協南信地域センター **0265-23-1109**(今田)

○中信「いきいき・元気づくり講座」受講者募集

6ページでもご紹介しました「いきいき・元気づくり講座」の第1～2回が終了しましたが、続く第3回目からの参加者を募集します。途中参加大歓迎。ぜひお申込み下さい。

日程: 第3回10月2日(水)

「生きる源は食から(2)調理実習」

.. 第4回11月6日(水)

「元気づくり運動」バランスボール(2)

両日とも午前10～12時

会場: 松本市庄内地区公民館

参加費: 1回500円

問い合わせ先:

中信地域センター芽ぶきの会

0263-3118200

○中信・北信「ワーカーズコープかがやき担い手」募集

ワーカーズコープかがやき(長野市、松本市)では、日常生活での困りごとを支援する仕事(生活支援事業)を担っていただけの方を募集しています。仕事内容: 草取り、剪定、雪かきなど

時給: 800円を基本として、15分刻みで精算。(松本地域については、松本市内の方を募集)

※ご希望の方は就労条件等ありますので、下記担当者までお問い合わせ下さい。

中信(松本市)

0263-3118200(風間)

北信(長野市)

026-217-3601(根本)

○東信「地域づくりと教育を考える信州上田大会」

地域に根ざした「市民団体の存在意義」を全国の仲間と共に明らかにし、「地域づくりと教育の役割」を深めたいと思います。

テーマ: 「自主的市民団体による地域づくり活動から学び、足元に根ざして未来を創造しよう!」

開催日: 平成25年9月14日(土)～

16日(月) 正午12時まで(2泊3日)

宿泊・主会場: 上田温泉 ホテル

祥園

参加費: 一般5,000円

学生2,000円

問い合わせ先: ヤマンバの会

0268-38-3179(村山)

利用者さんを

「小規模多機能型居宅介護」で引き継いで

3月、たんぼぼのケアマネジャーから『ご夫婦二人暮らしで最期まで住み慣れた自宅で暮らしたい』との思いを持ったAさん夫妻の相談を受けました。ご主人は要介護5、奥様は要介護1です。県外在住のお子さんと面談を重ね、4月末からご夫妻とも小規模多機能型居宅介護「かがやきの家 笹部」の利用が始まりました。

ご主人は利用できるサービスをフル活用です。週4日「通い」を利用し、週3日は自宅で過ごし、自宅にいる時には排泄介助と食事介助で1日4回の訪問を計画しました。

介護度に応じた定額の料金で利用できるのが小規模多機能型居宅介護ですが、「訪問看護」「福祉用具貸与」は別料金となり、訪問看護が月5回になると限度額をオーバーしてしまうのが現状です。介護度や必要なサービスが人それぞれなので一概には言えませんが、その方の「思い」「望み」に寄り添いそれに答えようとすると「限

度額」という壁が立ちはだかる場合もあるのです。

共倒れにならないように6月からは「泊まり」も利用するようになりましたが、ご主人が体調を崩されました。奥様の介護負担軽減のため、さらに数日間の「泊まり」を計画しました。急な「泊まり」に直ぐ対応できるのは小規模多機能型居宅介護の良いところです。ただ、「泊まり」の時に体調が急変し、往診や訪問看護を必要とした場合は一旦自宅に帰らないとそのサービスが受けられないなど、思うに任せないこともあります。

お2人が望む最期まで自宅で暮らしたい・・・叶えられるように「かがやきの家 笹部」の利用を選択したのに奥様が倒れてしまったら在宅生活は難しい現実がありました。それでも望みを叶えられる支援を模索するのが私の役割だと思ひ歩んでいます。

かがやきの家 笹部 ケアマネジャー
鈴木加代子

北信

「このままじゃヤバイ！」 「こいの家」より①

現在、統廃合が検討されている「長野市老人憩の家」。60歳以上の市民誰でも利用できる公共の入浴施設ですが、利用者の減少と施設の老朽化が実態です。我が高齢者生協では、長野市内10か所の施設のうち、7ヶ所を運営しています。老朽化激しく、不便な場所の施設もあります。が、「楽しい」「キレイ」「なごみ」をウリにして、とにかく多くの方に来ていただかなくては。危機感を持ちガッツ入れて運営している各施設を今号から次号にわたって紹介します。

東北「こいの家」

(富竹96215)

TEL29613825

「こいの家」独特の不便さを感じさせない開放的な空間と設備。全館バリアフリー&冷暖房・床暖房まで。トイレはすべて洋式・もちろん身障者用も完備です。お風呂は、浴槽・洗い場ともに石造りのタイルで、滑りにくい素材。足の悪い方には、浴室用杖・椅子も備

えており安心・安全。また、入浴後の休憩は、ゆつたりとしたラウンジ、清潔な大広間でくつろいでいただけます。東北中学校の北西にある「緑色の屋根」が当施設です。

新橋「こいの家」

(塩生甲274711)

TEL22814731

名湯「保玉の鉱泉」を、毎日汲みに行つてその名湯を使用。春の桜、夏の自然の声、秋の紅葉、冬の雪景色と、四季を通じて楽しめる展望風呂はぜひ味わっていただきたい！薄いグリーン硫黄の匂いが立ち込めるお風呂で、温泉気分が満喫できます。国道19号を両郡橋から西へ、小田切ダムから少し上った地区に位置します。自然の中へようこそ！ぜひご利用ください。



石川「こいの家」

(篠ノ井石川968)

TEL29213900

利用者の減少には、どこの施設でも同じ悩みを抱えていることと思います。高齢者人口は増えてい



たわわ「日より」

「七夕飾りを見に行きました！」

榎堂アーケードの七夕飾りを見に行ってきました。幼稚園や福祉施設の出品が数多く、どの作品も手の込んだ素敵な物に仕上がっていました。利用者さんは上を見上げ「きれいなね」「すごいね！」と連呼していました。又久しぶりに榎堂に来た方



は「昔は榎堂も賑わっていたが、今は閉めている店が多くなったな」とポツリ。榎堂も変わってきましたね。

たわわでは、毎年スタッフ宅の竹林から厳選した竹で七夕飾りを作ります。輪つなぎちようちんなどの飾りを皆さんと作り、短冊に願ひ事を書きました。「家族が幸せに暮らせませうように。」と家族思いの短冊が数多くあり、利用者さんのやさしさが伝わってきました。

まだまだ残暑が厳しいです。水分を多めに取り、元気に夏を乗り切りましょう。

小池登志子



るのに、なぜ？それは、「若い」高齢者が多いことと、こいの家の存在を知らないことではないでしょう。

当いこいの家では、今までにない企画とそれをチラシ等で定期的にお知らせすることで、とにかくその存在を知ってもらい、来ていただくきっかけづくりに力を入れています。

8月は、初めてのイベント「何も持たずにぶらつと石川温泉に」をテーマに、軽食、飲み物、お風呂セットの販売と、毎金曜日は「イベントの日」を実施。フラダンス、音楽などの披露で楽しんでいただきました。

良きも悪くも、話題作り。そして、明るいつわらわしい声が一番！（大豆島・茂菅・若槻・東長野の4施設は次号にて紹介します）

「早くおばあちゃんの優しい笑顔が見たいです。」

5月1日から始まった「公共職業訓練」が7月31日修了しました。今回は大勢の受講申し込みがあり、33名の受講生で講座がスタートしました。

今年度から、介護資格がヘルパー2級から介護職員初任者研修に変更され、講師の皆様も大変ご苦労されたようです。

緊張していた受講生も10日目が過ぎた頃から、仲間ができた大変賑やかな状態になり、一か月間が過ぎて、ベッドや車いすの実技では得意な人、積極的な人が中心になり、受講生同士が講師や生徒になり素晴らしいクラスができたように思います。その後、実習先での研修を終え、教室に戻ってきた受講生の顔はみんな自信に満ち溢れていました。

修了間近には全員で飲み屋街に繰り出すこともあり、7月31日に「閉講式」が行われ、その後のお茶会で「早くおばあちゃんの笑顔が見たいです。」と声が上がるとともに過ごした時間を懐かしく語りあふっていました。

閉講時には、8名の受講生が内定をいただきました。

前島 章良



長野講座修了生

今年も「元気づくり講座」
始まりました

昨年度の「脳いきいき・元気づくり講座」が「いきいき・元気づくり講座」になって今年度、始まりしました。この講座は中信地域センタ一の芽ぶきの会が「長野県地域発元気づくり支援金」を活用して実施するもので2年目の取り組みになります。

今年度は8月～3月まで毎月1回で全8回開催します。また講座の他に「シンポジウム」を開催したり、「地域の居場所づくり」にも取り組む予定です。

さて講座の第1回目は、8月7日(水)に松本市内の庄内公民館・体育館で開催されました。内容は、「バランスボール活用の元気づくり運動」です。「今日の話を聞いて、バランスボールを行えば、今よりも5歳若くなります。」と講師の「中信健康友の会事務局長の宇



前半のバランスボールの活用についての講義風景

留賀康さんが言われます。

話を聞いた後、体育館に移動するとすでに丸々と膨らんだバランスボール大小15個が用意されていて、清水講師がバランスボールに座って指導されます。私は何と初体験、体がフワフワ、そのうちに頭の中もフワフワになりましたが、徐々に慣れてボールの上に座ったままバランスが取れるようになりました。

参加された15名のうち半数以上の方は初めて取り組まれたとのこととで、皆さん楽しく健康になるポイントを学びました。次回はもっと楽しい時間を作って、元気づくり運動につなげましょう。今からでも参加可能です。

芽ぶきの会会長 大久保萬里



実際にバランスボールを使用して運動中

組合員の定例会を楽しく
懇談会から「ふれあい会」に

東信地域センターでは、これまで組合員の定例会の会を2ヶ月に一度、懇談会として開催し、理事会の報告やセンターでの事業・活動の報告、意見交換などを行なってきました。

開始当初は組合員が多く参加しましたが、回を重ねるごとに参加者が減少し、メンバーが固定化してきました。このような傾向を打開していくにはどうしたら良いか、組合員がセンターへもっと足を運んでくれ、高齢者生協の活動に気軽に参加してもらう方法を考えようと模索していました。そのなかで、鈴木センター長の提案をうけ、組合員の興味のありそうなこと、楽しいことをとり入れた会にしようと呼称も「ふれあい会」として7月からスタートしました。

第1回は7月18日、クラフトかご作りと燻製づくりを朝から始め、昼にはカレーのサービスもあり、楽しい一日となりました。昨年取得した広いセンターのホールを十二分に活用し、材料を広げ、



クラフトかご作りを楽しむ皆さん。

暑さも忘れ参加者全員が夢中かご作りに取り組みました。組合員の渡辺末栄子さん、内藤喜美子さんを講師にして指導をうけ、楽しくもあり緊張もありの作業でした。新しい組合員も参加し、有意義なふれ合い会でした。

浅沼しげじ

8月9日 職業訓練
飯田教室が修了!

修了を迎えた飯田教室受講生の一言です。

◎ 良い出会いを与えてくださったことに感謝します。(木下真由美)
◎ 仲間最高! 講師最高! 高齢者生協に感謝 (御堂島恵子)
◎ 年齢を感じさせない素敵な仲間に出会い、とても前向きになりました。(中村とし子)

◎ 今まで障害を隠し、辛い想いをしてきましたが皆の優しきで心を開く事ができました。(北澤均)
◎ 先生、スタッフ、何よりも仲間の皆さんのお陰だと感謝しています。(胡桃澤とせ子)
◎ 講座を受ける機会を頂き、ありがとうございます。(小林丈朗)
◎ 色んな事が学べて、色んな出逢いがあり、とっても為になりました。(島岡あけみ)

◎ これからも弱い者の味方として頑張つて下さい。(佐々木順也)
◎ 高齢者生協を知り、ひとりひとり頑張られている姿を見て感動しました。(菅沼篤)
◎ 介護だけではなく他の勉強もで

焼き鳥が30分で完売!
地域夏まつり



焼き鳥を焼く風景。熱くてたまりません。

地域の小中学校での夏休みが始まる7月末の金曜日、私たちおぼけ荘も加わって、地域でお世話になっている里山辺地区福祉ひろば推進協議会主催の夏の思い出づくりとして、地区夏まつりが開催されました。

おぼけ荘として中信地域センターのスタッフと共に今年も焼き鳥で参加しました。地区での定着を示す多くの老若男女の来場者で、チケットを販売してから30分を経過した時には売り切れとなるほど好評でした。

昨年まではひとりで1〜3枚程度の購入がほとんどでしたが、今年は5枚以上を購入する方が何名もいました。聞いてみると「昨年購入しておいしく、家族に好評だったので、今年は多めに購入した。」

という方がいました。

チケットの完売後どうしても欲しいという方もいらつしやつたので、予備に用意しておいた分の追加販売も行いました。

販売は忙しさの中でも混乱もなく好評のうちに終了しました。用意した名刺版「お知らせカード」を使って、来客者とのやり取りの中で、高齢者生協・おぼけ荘のPRに活用できる余裕があればと思います、次年度の課題です。

今年度の取り組みで今までと違う点といえば、事前のまつり企画会議、実行委員会を通じ協力団体から参加団体として名を連ねることを全会一致で了承されたことです。名実ともに地域での認知度が広がっていると感じました。

まつり終了後、本年度も地区福祉ひろばへ「まつり還元金」をお届けしました。担当者からは事業的に材料費の高騰や企画にかかる経費がもち出しになるなど厳しい中で、大変助かる感謝されました。私たち組織への今後の期待が広がる場面であり、今後、高齢者生協として、おぼけ荘として地域で必要なことに関われればと感じました。

松本市老人福祉センターおぼけ荘
所長 代田登

きて良かった。(関島ゆかり)
◎ 学ぶ機会を与えて頂きとても感謝しています。(百瀬拓郎)
◎ なによりも心に残る言葉「愛情こそが最高のケアである」(清水順夫)

◎ 楽しく学べました。ありがとうございました。(上沼浩子)
◎ 多くのことを学ぶことができ、感謝しています。(加藤眞希子)
◎ 短い間でしたが非常に充実した講義でした。(中平達也)

◎ 介護の勉強ができて、仲間と出会えて嬉しかった。(塚平坤子)
◎ 学生生活を何十年かぶりに過ごし仲間の大切さを学び、成長させて頂きました。(熊谷経子)
◎ 60の手習いで始めた勉強を若い仲間が支えてくれて無事修了式を迎えます。(小木曾ひろ子)
◎ 高齢者生協に来れば良いことばかり。最高です。(伊原曉美)



飯田教室修了生