長野県高齢者生活協同組合　No.115号（2015年11・12月号）

かがやきニュース

長野市民新聞 10/17 掲載写真より

長野市公共施設で秋のまつり開催！

いこいの家・かがやきひろば等で秋祭り・発表会が賑やかに開催されています。まつりは、利用者が主体となってお互いの活動の成果や芸能を披露しあう交流と生きがいづくりの場。

歌って、踊って、笑って。炭火焼き鳥、「つくしの里」の赤飯等で食欲も満たされる楽しい時を過ごしました。金沢からの高齢者大学高砂大学校同窓会の訪問もあり、合唱したり出し物を披露しあう交流会も行われました。

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 0263-50-8439

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

言いたい

戦争法の廃止にむけた国民的運動を続けよう

これが日本の国会の姿かと目を覆いたくなるような、あの戦争法案強行採択をした9月19日の参議院安保法制特別委員会。

この日を境にこれからの日本は、これまでの積み上げてきた70年とは大きく異なる方向へ舵を切ってしまいました。しかし私たちは諦めるわけにいきません。これまでの法案廃止を求める運動以上にねばり強く、巾広く廃止をめざすとりくみを進めることが必要です。

なぜ戦争法廃止を求めるか

この法が①多くの憲法学者や法の番人といわれる内閣法制局元長官、最高裁の元判事や長官が指摘しているように憲法に違反し、立憲主義を否定し成立させたこと、②7割以上の国民が法の中身がよく分からないと言い（10月6・7日共同通信全国世論調査結果）、全国津々浦々（地方議会を含めて）に湧き起こった法案反対の民意を全く無視し、民主主義をこわして成立させたこと、③日本が直接攻げきされていないにもかかわらずアメリカの行う戦争に参加し、世界中どこへでも出かけて行って戦争をできるようにし、長年日本が守ってきた平和主義を根底から覆してしまったこと、これらを私達は主権者として絶対許すことができないからです。

政府は戦争法の早期成立になぜこだわったか

参議員の委員会採決のために委員以外の議員が動員され、周到なシナリオに基づいて暴力的採決を行ったというT参議院議員の証言は、到底「良識の府」などと言えるものではないことを表しています。

このようなことまでして法案採決を強行した理由は①安倍首相のかねてよりの主張「戦後レジームからの脱却」、つまり日本が列強国と肩を並べられるような強い国になること、②アメリカの財政事情が悪化し、軍事予算の削減が余儀なくされ、その肩代わりを日本に求め続けてきたことに応える―アメリカの言いなりになること、③財界からの強い要請（経団連提言）で軍事産業の強化をはかることなどがあげられます。どれも日本の国民生活とは関係なく、むしろ軍事予算の増大による国民生活の圧迫が目に見えています。私たちの行っている介護事業も、社会保障費の削減によりいっそう困難性が増すでしょう。

「抑止力」論、「中国脅威」論などを超え、壮大な運動を

政府は参議院での審議開始以降俄かに「中国脅威」論を喧伝し始めました。そして抑止力としての軍事力強化の必要性を強調し出しました。確かに国民の中に不安が存在することは事実ですが、しかし、だからといって日本が中国を睨んだ軍備増強を進めれば、冷戦時代の軍拡競争の愚をくり返すことになり、歴史を逆戻りさせることになります。中国との経済活動が発展し続けるなか、対話による解決こそがこれからの外交の道筋です。人類の英知を発揮する時です。

戦争法案廃止の運動はまさに国民的運動に発展しました。組織的な運動でなく、若者をはじめ、一人一人が自発的意志に基づき諸行動に参加しました。主権者として、日本の民主主義を築き直す市民革命ともいえる画期的な大行動です。法の成立後もこの行動は途切れることなく国会周辺でも全国各地でも広がっています。そして戦争法の廃止を実現できる政府の樹立、そのために、来年の参議院選挙では、国民一人ひとりの自覚的行動が求められます。多くの人々や組織が一つの目標にむかい一致団結することが求められています。

高齢協は人びとが〝かがやく〟社会を次の世代に引き継げるよう、高い志をもち続け、組合員は自分のできる行動に参加しようではありませんか。

（理事・依田発夫）

長野高齢協　上半期のまとめ

○事業活動状況

・事業高３億４７７２万円（予算比99％・昨年比１１２％）と予算に到達するにはもう少しの状況です。下期は予算値も高い為、今以上の努力が必要です。

・経常剰余は１０１０万（予算比１３８％）と昨年の赤字と比較すると上向きです。

・事業別で見ると

	事業高		現場剰余実績
	実績	予算比	
介護事業	176,674	99.6%	30,461
公共サービス	99,623	99.8%	17,136
配食事業	53,651	97.7%	-144
人材育成	9,711	85.6%	-1,259
ＮＰＯ事業	7,987	102.5%	470
やすらぎ	70	9.7%	-14

・介護事業は小規模多機能の伸張により利益を確保していますが、他の既存事業は非常に厳しい状況になっています。

・配食事業は長野市で競合の激化で苦戦しています。

・人材育成事業は新たな取り組みとして、生涯現役セミナーを県下各地で開催しています。

・介護人材の育成に向けた取組みではキャリアパス制度を明確にし、個人別の育成面談を実施しました。

○組合員の状況

・加入１１３名、脱退27名で９月末の組合員数は３６６７名となりました。

・出資金は４９３万円増加し、１億２３３５万円となりました。（一人当たり平均出資金は３３、６３８円）

○活動・運動の状況

・サロン活動は新たに長野市桜枝町で始まり、広がりを見せています。特に東信では、囲碁・将棋、ハモニカ、コーラス、かご編み、絵手紙、気功など様々なメニューで展開されています。

・平和活動では、「国民平和大行進」に初めて組織的に参加し、約20名の組合員が沿道を行進しました。

・「憲法９条を保有する日本国民にノーベル平和賞を」の請願署名は多くの組合員の参加で２３１１筆とかつてない取組みとなりました。

・介護保険の改悪に対して、「介護保険を良くする信州の会」として県議会への請願を行いましたが、継続審議となりました。

９月～11月は組織強化月間です。ニュースを片手に高齢協の活動を周りの方に知らせ、仲間づくりを進めましょう。

「ひとりぼっちにならない、しない」をみんなの手で

（専務理事・新井厚美）

第3回理事会報告（9月26日開催）

8月度までの財務・事業状況を確認しました。
事業高2億9256万（予算比99.4%）、事業剰余1470万（予算比285%）となりほぼ予算どおりに推移しています。

○個人情報保護並びに特定個人情報（マイナンバー）保護への対応を決定しました。組合員さん並びに利用者さんからお預かりした個人情報を適切に管理すると共に、全ての事業所で個人情報保護方針を掲示し、全就労者で個人情報保護学習を行います。

○「憲法9条にノーベル平和賞を」請願署名の取組みを総括しました。
2311筆というかってない成果を得ることができました。

○文化活動企画として「母と暮らせば」の映画鑑賞券の斡旋を確認しました。

○長野県の最低賃金が746円に引き上げられる事に伴い、非常勤職員の時給見直しを行いました。

○「社会福祉相談センターたんぽぽ」実地指導に伴う自主返納に関する対策、処分を確認しました。今後、介護特別チームを編成し、全介護事業所の内部監査を実施します。

おしえて！高齢協の出資金

Q1　出資金って何？

もともと高齢協は「高齢者一人ひとりが力を出し合い、協同することにより、元気なうちは人と地域に喜ばれる仕事をし、人間らしく暮らせるように、心の通う助け合いを広げよう」と設立されました。そんな思いをもった人たちが組合員として知恵とお金を持ち寄り事業所を作ってきた歴史があります。

事業を運営し、活動を支えるために皆で持ち寄るお金が出資金です。出資することで組合員になることができ、組合員として高齢協の運営や活動に参加し、意見を出す権利が生まれます。

Q2　出資金は何に使われるの？

出資金は高齢協の事業を支える大切な自己資金です。事業所を作る、設備を良くする、新しいサービスを始める。これらの資金が出資金です。

健全な経営を続けるためには金融機関からの「借入れ」を少なくし、自己資金を多くすることが必要です。

８月末段階の総資産に占める出資金の割合は３７．５％と決して多くありません。

その為、増資のお願いを全ての組合員さんに呼びかけています。

Q3　出資金はもどってくるの？

出資金は寄付や会費ではありません。高齢協をおやめになる時は全額お返しします。

「秋のお祭り」はじまりました！

長野市公共施設では、恒例の秋のお祭りが開催されています。
今までに開催されたその様子を紹介します。

○東長野憩の家より

「秋の感謝祭」として、自主サークルの皆さんが舞踊・コカリナ・詩吟・唱歌・剣道形など日頃の成果を発表。入浴利用者との交流も行われ、互いの活動を知る良い機会となりました。今後も、近隣の園児も交えて世代交流を企画しています。

（所長・今井裕道）

○大豆島憩の家より

お楽しみの演芸はギター、ハーモニカ伴奏で懐かしい歌を参加者全員で合唱。尺八の音色と男声の美しいハーモニーには会場全体が聞き惚れました。またカラオケ大会の最後の曲「国境の街」の会場は、歌に合わせて全員が手を振るなどして、そこには往年の若いエネルギーが満ちていました。

祭りの準備で特筆すべきことは、「舞台が無いのは大豆島だけ」と利用者の提案で荷物梱包用のパレットを集め大広間に舞台を作ったことです。人生を豊富に生きてきた者の集う「いこいの家」ならではの知恵、何とか成るものです。皆さんが力を合わせた楽しい祭りになったと満足です。

（所長・江原文男）

○石川憩の家より

当日は天候にも恵まれ、ハワイアンフラ、南京玉すだれ他定番となった舞台披露をはじめ、地元の有志、同好会の皆さんと、芸達者な利用者が披露しあう賑やかなお祭りとなりました。

今後は、祭りでの「バザー」等開催の要望もありましたので喜んで頂けるイベントを、来年は実施していきたいと考えています。

（所長・峰村正幸）

○かがやきひろば柳町より

神城断層地震の被害を受けた当施設の改修をきっかけとして「多くの方々にここを知って頂きたい」思いと、生きがいづくりの一助になればと、併設する「柳町女性の家」と共同で初めての「秋祭り」を開催しました。柳町中学校より室内楽演奏と茶道部の御手前を披露頂き、ぬり絵、ボーリングコーナーでは子供たちの声が賑やかに響いていました。販売ブースでは野菜類も大好評。反省点も多くありましたが、３００名の方に来館いただき、多くの方々から「次はいつ開催？」と、嬉しい要望がありました。

（所長・前島章良）

○茂菅いこいの家より

10月15日、快晴。この日は毎年恒例の「秋祭り」が開催される日であり、カラオケ、踊りや尺八、腹話術等々と、利用者其々の持ち芸を披露しあって賑やかに楽しんだ一日でした。

特に今年は、金沢市より37名もの方々が交流に見えられ、地元金沢の踊りや昔話など多彩な舞台を繰り広げて頂き、大変興味深いものでした。そのあとは、私達と一緒にカラオケの競演会となり、楽しい中にもお互いの益々の交流を約して、年に負けないパワーを持つことを誓い合いました。

アロハ～♪　優雅な踊りを楽しみました

茂菅いこいの家には、先にご活躍された所長さんの頃から、カラオケ同好会があり、今では25人ほどの仲間で楽しんでいます。初めての方も大歓迎ですので、気軽に皆さんお出かけいただき、一緒に楽しみましょう。毎週火曜日と奇数の土曜に活動しています。

（茂菅憩の家カラオケ同好会会長・岸本達雄）

～参加された「金沢市高砂大学校同窓会」様より～

爽やかな晴天の中、長野市の公共施設「茂菅いこいの家」を訪問させて頂きました。

当日は、毎年実施されているという「秋祭り」。そこに、長野市に研修旅行として赴いた私達「金沢市高砂大学校同窓会」も参加させて頂きました。オープニングの素敵な舞踊に続き、私達のグループ会と、いこいの家の方々の相互の披露交流で楽しませて頂きました。限られた時間であった為、懇談交流は十分に持てなかったのは残念でしたが、大変お世話になり、ありがとうございました。

私達は、それぞれのサークルが毎日、学習や稽古ごとをしながら生きがい活動を行っております。長野県は、長寿の県と聞いています。これからもお元気でご活躍されることをお祈り申し上げます。

（金沢市高砂大学校同窓会　広報担当・新　勝吉）

未来につなげよう、地域に根ざしたお祭りを！

10月4日早朝から爽やかな晴天に恵まれた東信に「２０１５年度かがやき広場秋祭り」は、２５０人超の来場者を迎え盛大に開催されました。

実行委員会は地元の多数のボランティアさんと組合員さんとで構成され、今年で4回目という事も有り計画も準備も順調に当日を迎えました。今年度の祭りが成功した最大の要因は地域の2つの保育園から60名の園児の参加協力が得られた事でした。

東信センターの駐車場には野外テントが早々に設置され、野菜、花、菜種油、酵母パン、キタヤツハム、手作りかご等の販売が10時前から始まっていました。

威勢のいい臼田太鼓でオープニング！

市川理事長の開催の挨拶が終わると、玄関前には臼田保育園の園児30名がハッピ姿で勢揃い、威勢の良い臼田太鼓とよさこい演舞を力強く披露、祭り気分を最高に盛り上げてくれました。その後来場者は舞台のある施設内へと移動、司会の小山さんの元気よい掛け声でハーモニカの演奏や歌唱が始まり、里曲保育園の鼓笛隊が真っ赤な揃いの衣装で元気よく入場、部屋一杯に拍手と歓声が響き渡りました。四季のベンチの利用者と職員で行うリズム体操、御年88歳の茂木さんの力強い民謡、手話ダンス、気功など老若男女が一体となって歌や踊りを楽しみました。今年も昼食には「米ちゃん弁当」のおにぎりや試食品が無料で配布され、美味しいと喜ばれていました。展示コーナーではフラワーアレンジメントや洋服リフォーム、絵画、彫刻など組合員の方々の力作がずらりと並び素晴らしいねとの声と溜息が漏れ聞かれました。

憲法9条を守り平和を祈念するための千人針が用意されており、多くの方々が共感され一針一針に平和への思いを込めて刺繍をしていたのが印象的でした。子供たちの未来に平和でより良い社会を残してゆく事が高齢協の使命として求められていると強く感じました。

（東信通信員・飯塚文子）

歌った、踊った、聴いた、「第４回たわわ祭」

9月26日（土）、第４回たわわ祭が行われました。台風接近でお天気が心配されましたが、当日は朝から快晴に恵まれ、オープニングの三登山太鼓さんの力強い演奏で一気にお祭ムード全開で始まりました。

今回のテーマは、「たわわ音楽会」と題し、森の音ヒルズさんのコカリナ演奏、森のハーモニーさんの合唱と大勢のボランティアさんにご協力を頂きました。心地良いコカリナの音色に耳を傾け、ステキな歌声を聴いた後は、みんなで楽しく大合唱をしました。

昼食は、たわわ特性手作りカレー、秋晴れの屋外での食事に食欲も増します。

販売コーナーでは、バザー・農産物・お菓子・焼きとりと盛り沢山。スタッフの子供さんのかわいい売り子さんもいました。通路に絨毯を敷き靴の履き替えを無くしたので、移動もスムーズになり、みなさん買物を楽しまれていました。「農産物あるの？」と楽しみにされてご近所の方も来て頂きました。

午後は、毎年好評の手作りケーキとお茶を飲みながらゆっくり過ごしました。その後、楽器を使って歌ったり、リズム体操で体をほぐしたり・・・。

演奏と合唱をみんなで楽しみました

着物リメイクのファッションショーでは、「モデルなんて・・・」と照れながらも笑顔でご家族と記念写真に納まりました。

恒例のスタッフによる出し物は、フラダンスと花笠音頭です。フラの衣装に着替えたスタッフに男性利用者さんも顔がゆるみ、レイをかけてもらい見よう見真似で踊り出す方もおられました。そして、花笠音頭は手拍子と共に全員で踊り終了です。

歌って、踊って、聴いて、楽しいお祭になりました。ご協力いただきました皆様ありがとうございました。

最後は一本締めで「よ～うパン！」

（北信・塚田しげ子）

～2015 協同組合フェスティバルが開催されました～

9月13日（日）中信の安曇野市サンモリッツを会場に長野県協同組合フェスティバルが開催され、実行委員会事務局の一員として参加しました。フェスティバルは農業協同組合連合会、森林組合連合会、労働金庫、労協ながの、生活協同組合連合会など10団体による実行委員会が主催し、県内における協同組合連携の一環として、組合員同士の交流や協同組合の活動を県民のみなさんに広く知っていただくことを目的に開催しています。

大ホールのなかは、協同組合・関係団体の展示コーナーの他、特産品・加工品・野菜・果物販売、試食のコーナーにはとりわけ長い列ができていました。

中ホールは血圧・体組成・血管年齢・骨密度等測定の後のち、健康相談、とりわけ数値が気になる私も測定してみました。その他、家族で楽しめる体験コーナー、ラウンジでは被災地の今を伝える写真パネル展「福島の記録」が震災以降激動の日々を送る福島県の足跡や現状を伝えていました。

「フードドライブ」（フードドライブとは、ｆｏｏｄ（たべもの）ｄｒｉｖｅ（運動）で食べ物を集める運動のこと）で、家庭で余っている食料品を明日の食糧にも困っている方や福祉施設につなぐ活動を初めて知り、後日、テレビで「フードバンク信州」が設立されることを知りました。食品ロスを減らし支援ができるならばよい取り組みではないかと思いました。

高齢者生協では、生協の事業活動紹介のチラシの配布と組合員活動のパネルを展示し、介護と福祉の活動をしている生協を知っていただきながら、「憲法９条にノーベル平和賞を」署名活動をすすめ、子供をもつ若い親御さんから幅広い年代の方、１００人の署名をいただくことができました。

お天気にも恵まれ、２０００人が集まった賑やかなお祭りとなりました。

（中信・新井登代子）

秋晴れの下で 下條村北又合同祭

秋晴れに恵まれた下條村で「下條村北又区合同祭」（10月18日（日））が開催されました。「北又合同祭」とは、収穫祭・秋葉祭・慰霊祭・敬老会を合同で開催する北又区のお祭りで、毎年秋の恒例行事として地域の方々の楽しみの一つとなっています。

この下條村北又区（陽皐）に「みんなの家下條」を開設して2年が経ちます。少しづつ地域の一員として認知されてきた「みんなの家」ですが、今年も昨年に続きお祭りに参加しました。

青空広がる秋晴れのもと、大勢の方が会場となった北又の杜に足を運びました。

私たち「みんなの家下條」のコーナーは、恒例となった東日本大震災復興支援の取り組みの一つである「南部ハナマガリ鮭Ｔシャツ」等の販売と子供たちに楽しんでもらうための「ジャンボシャボン玉」の企画を行いました。

「南部ハナマガリ鮭Ｔシャツ」の取り組みは、決して私たちが風化させてはいけない記憶であるとの思いから続けている活動であり、今年参加した3箇所の下條村内のお祭り全てで取り組んで来ました。たとえ購入につながらなくても、来場された皆さんにとって、辛くても大切な記憶を呼び戻し、被災地に思いをはせる機会になればと思います。

また、「ジャンボシャボン玉」のコーナーには大勢の子どもたちの笑顔があふれていたことは言うまでもありませんね。

お祭りのフィナーレには大輪の花火が下條村の夜空に広がりました。もう1ヶ月もすれば下條村にも長い冬が訪れます。でも「みんなの家下條」にはいつも暖かいあかりが灯っています。

（南信・長沼美希）

子どもが入るほど大きな
ジャンボシャボン玉

集う場

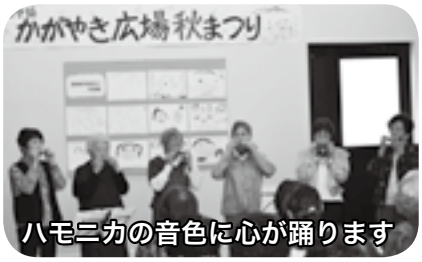
東信　毎日が楽しい居場所に

東信地域センターのサロン活動は、歌やカゴ編み、絵手紙に気功、手話ダンスなどみんながやりたいことで集まってくる居場所サロンです。だんだん種類を増やしており、今年になって「麻雀」「ハモニカ」がはじまりました。ポケットに入るハモニカ1本で、楽しく唄が始まるということが魅力のようです。

11月からは「百人一首を楽しもう」が始まります。もともとは競技用の会をやっている方が、地域の一般の人や高齢者などと楽しむやり方を一緒に考えながらやりましょうといってくださいました。「いつでも何かで楽しめる場をめざします。

高齢協はメニューが多いのが良いと佐久市の担当者の方も言ってくださいます。今や曜日の争奪戦となり、会議室がいつも埋まってしまう状況になってきたのが悩みです。

（東信・横山孝子）



ハモニカの音色に心が踊ります

北信　地域と共に、息の長い活動を目指して「カフェ倶楽部」

オープンから1ヶ月が経過いたしました。

高齢者から若者まで、誰もが住みやすい地域づくりを地域の人たちと考え、集う場所となれるよう毎週水曜日10時～15時の間オープンしております。

地域の老人会から、歩いて行ける場所で利用したいと申し出もあり、道路際で、つくしの里の赤飯、釜飯、松代の組合員さんが有機栽培にこだわった野菜や果物を販売しております。利用者はまだ少ないですが、通りすがりの人は足を止め、品定めなどをして、人気の販売コーナーとなっています。数回のオープンですが、待っていてくださる地域のお客さんも出てきました。また、支えていただくボランティアさんの申し出もあり、6人ほど登録させていただきました。

地域に根付くために、地道に息の長い活動にしたいと思います。

（北信・中村令子）

中信　～ふれあいを求めて～

作品づくりに
真剣に取り組みます

「小物づくりの会」を立ち上げました！

昨年4月、ディサービス晴の家の開所式に集まってくださった地域の皆様に、晴の家を活用して「小物づくりの会」の呼びかけをし、5月から芽ぶきの会員を中心に8名でスタートしました。

会の目指すものは次の三つです。

・生きがいづくり
・交流の場づくり
・脳の活性化を図る

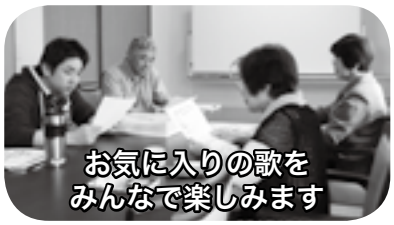
毎月第3日曜日の午前中2時間程、昼食持参で開いています。

布ぞうり、モロコシアート人形、牛乳パック利用のイス、平和を願うループ人形など、会員が講師になって作っています。会話も弾みます。これからは季節の飾り物を手がける予定です。

一緒に参加しませんか　お問い合わせください。

（中信ボランティアグループ　芽ぶきの会・豊嶋春美）

南信　いつも楽しい！懐かしい歌とお喋りの会


お気に入りの歌を
みんなで楽しみます

毎週木曜日の朝、顔馴染みの皆さんが、みんなの家下條に集い、「懐かしい歌とお喋りの会」を楽しみます。

みんなの家下條の開設と時期を同じくして始まった会ですが、今では村民どうしが交流を深める場として定着してきました。

旬の話題をネタにお喋りで盛り上がり、お気に入りの童謡・唱歌、昭和の歌謡曲を歌い楽しみます。

時にはほとんどおしゃべりで終わることもありますが・・・。でも「お喋り」が目的の集まりだからOKですね。

懐かしい歌とお喋りの会は誰もが気軽に参加できる集まりです。皆さん一緒に楽しいひとときを過ごしませんか。

（南信・伊東泰成）

中信だより

～高原の秋を楽しむ バスハイク～

高原の秋、10月7日（水）。芽ぶきの会主催の紅葉狩りが乗鞍高原で行われました。

快晴のこの日、24名の参加者を乗せたバスが、市街地を離れ山道に入り、高原に近づくにつれ、さまざまな樹々が赤や黄色の色を増し、普段街の中では見られない景色に変わっていき、思わずその美しさに見とれてしまいました。

高原では、バスから降りて、心地よい風に誘われながら紅葉の中の散策を楽しみました。

昼食は、一部残雪の残る乗鞍岳を間近に眺められる山荘の食堂で、地元で採れた松茸を炊き込んだご飯、岩魚、きのこ汁等、心のこもった料理に舌鼓を打ち、このような機会にしか顔を合せられない組合員がそれぞれに話に興じ、親睦を深めました。

晴天に恵まれたバスハイク

食後は温泉に入浴したり、ジャンケン大会に一喜一憂したりして楽しみ、一日を過ごしました。

この楽しさも平和が続いてこそ出来ることを噛みしめつつ、紅葉に見送られ帰途に着きました。（中信・飯田　聖）

北信だより

久しぶりに「ピン」とご対面

北信センターでは、「かがやきボーリング倶楽部」が立ち上がり、10月15日に第一回競技会を「アピナボウル篠ノ井」で女性12名・男性3名の参加で開催しました。

今回は2ゲームでしたが、若かりし頃を思い「ストライク」「ガター」と喚声とため息の飛び交う、楽しいひとときを過ごしリフレッシュしました。

これからボウリングを通じて、多くの皆さんと交流を深められればと思います。

（北信・島田覧秀）

新連載「私からの伝言」

長野県高齢者生活協同組合の創立十周年（２００６年10月）を機に製作を開始した「私からの伝言」は、第９集まで完成しました。毎回６人の方から言葉そのままに聞きかきしたものや、皆様から寄せられた手記でまとめ、発行を続けています。

人々が生き、暮らすということは、淡々と時が流れていくようですが、多くの困難と喜びに満ちています。とりわけ戦前戦後の時代を生きてこられた方は、大きな変動のなかで命をかけて辛く苦しい体験や、新しい時代を創りだす息吹と喜びを感じてこられました。

戦後70年をむかえた今こそ、こうした貴重な体験談を通じ、改めて過去と向き合い、過去から学ぶ大切な時にしたいと考えます。本号より各集に納められている「私からの伝言」をピックアップして連載します。

過去から学んで現在があるはず 戦争は絶対やっちゃなんねえ（第一回）

丸山　博　氏
大正13年　長野県浅科村
（現・佐久市）生まれ

私は幸運にも生きのびた だからこそ、この体験を人に伝える義務がある。

これが終戦のときに着ていた軍服ですよ。台湾で支給されたときから、襟も袖口もすり切れてたね。ほら、裏に5人の名前が書いてあるでしょう。それだけ人がこれを着たってこったさ。

軍服は天皇陛下から下されたものだからボタンひとつなくしても大変でさ。私ら初年兵の上には一等兵や上等兵いて、ピンタの一つや二つ頂くなんてもんじゃないんだからね。だから、なくさないように丈夫な糸でボタンどうしをつなげて服にくくりつけたんだ。

うちのばあさん（妻・とし子さん）が「戦争は思い出すのもやだけど、でもあの戦争を忘れてはいけない」と、なんども洗濯して大事にとっておいてくれたんだよ。それにこの靴、30センチもあるんだ。大きくってこれじゃあ歩けないが、足を靴に合せるんだと言われてね。

友情を分かちあった塩名田の青春

わたしら夫婦は一人息子、一人娘の幼なじみでね。結婚したのは敗戦後、復員してからだね。同じ大正十三年三月生まれで、小学校もその上の青年学校も同級生としてずっといっしょだった。兵隊に行く前に仲人さんの口利きで結婚話があったが、ばあさんの親が、いつ死ぬかわからない者にくれられね、帰ってきてからの話にしようってね。だから許嫁でもなんでもねえんだが、出征のときばあさんに一振りの短刀を渡しただよ。「もし敵兵が上陸してきたらこれで自決しろ」ってさ。当時はみんなそんな気持ちだっただよ。もちろん自分も出征したら死ぬつもりだったからね。

教育たあ恐ろしいもんだ。小さい時分からたたき込まれ、高等科や青年学校では徹底した軍事教練受けただからね。

（つづく）

洋子さんのゆうゆう介護塾

第3話　「寝たきりを作る日本の家屋」（南信・今村洋子さん）

「もうちっと、待っとってくれれば、間に合ったにねぇ」

90才になるAさんは訪問する度にこう言って嘆かれます。初めは言っている意味がわかりませんでした。

Aさんは小柄な方で、先天性股関節脱臼でずっと杖歩行の生活でした。1年ほど前から、ついに杖歩行も不可能になり、ベッド上の生活になりました。ベッドの側にポータブル・トイレをおいてあり、自分で下りていました。時々間に合わない時があるので、リハビリパンツをはいています。排便は浣腸をしないと出ないので、週2回の訪問の際に出しています。入浴は週1回デイサービスで入ります。

Aさんのお宅は大きな農家です。Aさんの夫も息子さんもお亡くなりになっています。だから、腰の曲がったお嫁さんは朝早くから働き通しです。農繁期には、お嫁さんはお昼も帰って来ることができず、Aさんは乾いたおにぎりを口にしている時もあります。

そんなわけで、Aさんはデイサービスに行く日以外は、ただただ一日ベッドに寝て天井を見ているだけなのです。

「Aさん。退屈でしょう。テレビでもご覧になったらいかがですか」と薦めました。

「それが、最近になって両目が白内障でほとんど見えんのです」

「では、ラジオをお聞きになったら。結構退屈しませんよ」

「それも耳が聞こえんようになってよう聞けんのです。耳も目も悪くなるのを、お迎えが来るまで待っていてくれたら良かったのにねぇ」

前述の「もうちっと待ってくれれば…」というのは、つまりそういう意味だったのです。

そして必ず、「早く、お迎えに来て欲しい。どうもおじいさんは、誰かと浮気でもしとって私のお迎えを忘れとるに違いない。フフフ」とおっしゃるのです。ユーモラスな方なのです。

そんなAさん、デイサービスでは見違えるようです。それもそのはず、Aさんは両手は使えるし、目や耳が悪いといっても、日常生活には困りません。車椅子に乗って、自由に何処でも行き、皆と楽しそうに話をしています。毎日デイサービスに行くことを希望されてるAさんですが、経済的理由が困難にしているようです。

Aさんのお宅は昔風の農家で6畳の和室が彼女の部屋です。箪笥などの家具が置かれていて、ベッドとポータブルを置くと車椅子に乗って動くことはできません。もちろん居間やトイレまで車椅子で行くとしたら幾つも段差を乗り越えなければなりません。家の中でさえこうなのですから、外に出かけるのは大変なのです。ご家族もベッドにじっとしてくれたほうが、危険がなくて安心と、多くは望まれません。Aさんはテレビもラジオも楽しめず、ひとりでベッドに寝て、ただ天井だけをみている生活がまだまだ続きそうです。

「もうちっと、待っとってくれたら、間に合ったのになぁ」と呟きながら…。

★ケースから学ぶこと

老人クラブ等から「在宅介護」などのテーマで講演を頼まれることがあります。そんな時必ず「日本の伝統的な家屋が寝たきりを作っています。とても残念です。もしお金があったら、車椅子になっても自由に家で暮らせるように、今のうちに改造なさってください」とお話しします。

裕福だった昔の農家はわざわざ長い渡り廊下をつけ、老人だけの離れを作っていました。20年も前のことですが、このためオムツをさせられていたお年寄りがいました。また冬は暖房のない部屋のため布団にくるまって寝たきりになっている方もいました。日本の家屋が寝たきりを作ってきたと思います

介護保険で認定された方は、住宅改修に20万円まで使えます。手すりと段差の解消、滑り止めの床などの内容に制限があります。もちろん1割負担ですが、ちょっとした改修で人生が変わることもあるのです。どうか専門家に相談されてください。

かがやきインフォメーション

長野県高齢者協同組合の愛称を募集します

長野県高齢者協同組合という名前だと、高齢者しか入れないイメージがある等の総代会での意見を受け、「愛称」を募集することになりました。

多くの方の応募をお待ちしています。

応募方法

◆はがきかＦＡＸで下記までお送りください。

◆はがき一枚に一個、ＦＡＸ一枚に一個の名前を書いて下さい。（複数はだめ）

◆住所・お名前・電話番号を必ず書いて下さい。

二〇一六年六月の総代会で決定します。

採用された方には一万円分のクオカードを進呈。

（応募者が複数の場合は、抽選で五名に五千円分のクオカードを進呈）

締め切り　二〇一六年二月二九日（必着）

応募先
〒三八〇―〇〇二四
長野市大字南長池七六一―三
長野県高齢者生活協同組合本部
「愛称募集」係
ＦＡＸでの応募の場合
〇二六―二六三―二三八五

読者コーナー

前号のクロスワード正解「リニアモーター」でした。

正解者：８名　当選者（３名）：小岩井さん、松本さん、守田さん

※南信州に多くの人が訪れるようになるといいですね。
おめでとうございます。クオカード５００円と万座温泉入浴券１枚をお送りします。

1		2	■	3 C		4
	■	5	6		■	F
7	8	D		■	9 A	
10		■	11	12		■
13		14	■	15 E		16
■	17		18		■	
19			B	■	20	

〈前号の答え合わせ〉

1 エ	ン	2 ニ B	3 チ	■	4 ア C	イ
イ	■	5 ユ	カ	6 シ	タ	■
7 ガ	8 オ	ー E	■	9 キ	マ	10 ツ
■	11 チ	ヨ	12 ク	シ	■	ヅ
13 リ A	バ	ー G	ス	■	14 キ	リ
ン	■	15 ク	ダ	16 リ	ザ	カ
17 キ	モ D	■	18 マ	ク	シ	タ F

〈タテのカギ〉
①ロサンゼルスにある映画の都
②諏訪湖の周辺にある〇〇〇の木
③四季で春の次
④衣類などを入れる旅行かばんのこと。〇〇〇ケース
⑥多くの人の中で、際立ってすぐれている人
⑧非常に似ていること
⑨羊の肉
⑫剣豪佐々木小次郎の「〇〇〇返し」
⑭蕉門（松尾芭蕉の一門）の逸材、室井〇〇〇
⑯ひいきにしてくれる客
⑱ハワイで人の送迎の時に首にかける花輪

〈ヨコのカギ〉
①シソ科の多年草、ミント
③病院にある〇〇〇ステーション
⑤「セビリアの〇〇〇師は」ロッシーニのオペラ
⑦目くばせ
⑨どんなことでも待っている間が一番楽しい。〇〇のが祭り
⑩地球の衛星
⑪コンピューターの情報量の基本単位
⑬貴様と俺とは〇〇〇の桜
⑮高校野球で多く使われる〇〇〇戦法
⑰眼精疲労
⑲虫が食って傷むこと
⑳国際オリンピック委員会、〇〇・オー・シー

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。お待ちしています。
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:kagayakinews@nagano-koureikyo.jp　**締切日：12月18日（金）必着**

読者からの投稿

読者の皆さんからの投稿を一部ご紹介します。沢山の投稿ありがとうございます。

◆ドライブ中、山栗を沢山拾いました。持ち帰りましたがどうしたものかと・・・、「そうだ公園の動物にプレゼントしよう」と管理事務所に持って行き、心良く受け取っていただきホッとしました。（Mさん）

◆食欲の秋ですね。美味しい果物やキノコなど沢山出てきますね。沢山食べて、元気で暮らしたいものです。（Aさん）

◆稲刈りの時期になって参りました。今年はいつになく田んぼの稲が全面的に倒れてしまい、又、雨が降ったりで大変な稲刈りになりました。父と二人、はぜ掛けをするのですが、こうなると来年は全部コンバインでお願いしようかと思うようになってしまいます。（Sさん）

◆母の介護や自分の体の不調もあったため、弁当配達を退職しました。雪の日の配達はワイパーが凍ってしまい忘れられない思い出となりました。引き続き高齢協に所属し、デイサービスの手伝いで、環境整備などの協力をしていきます。（Sさん）

◆安保法案成立がとても残念です。孫やひ孫が戦争に取られる気がして恐怖がこみ上げてきます。今からでも何とか廃止にしてもらいたいです。長野市（県？）の人たちの駅前でのデモには感激しました。日本人もまだまだパワーがありますね。私ももう少し若ければ参加したかったです。日本の将来が心の底から心配です。（Fさん）

◆戦争法案の強行採決絶対ゆるせません。内容はもちろんですが、民主主義を無視したあのやり方は全く許せません。もっともっと輪を広げて自公政権を倒したいと思います。（Mさん）

◆安保法案廃案の声をよく耳にします。逆に法案に賛成する人もいます。どちらの言い分にも一理あるように思え、本当に正しいのはどちらか分からなくなることもあります。大切なのはお互いが真摯に論議することでは無いでしょうか。そしてそれを実行しなければいけないのが国会の場ではないでしょうか。今の国会議員が国民の代表だと思うとなんだか残念です。私はいろんな意見を聞いてみたいと思います。でも、日本は絶対に戦争をしない国であり続けてほしいです。（Mさん）

かがやきインフォメーション

長野高齢協文化企画 映画「母と暮らせば」鑑賞券 一〇〇〇円

（前売り券一四〇〇円、当日券一八〇〇円）

主演：吉永小百合、二宮和也

12月12日（土）ロードショー

長野高齢協では平和・文化企画として、話題の映画「母と暮らせば」の鑑賞券を組合員価格で斡旋します。

この映画は山田洋二監督作品で、一九四八年八月九日に、長崎で助産婦をして暮らす母の前に、三年前に原爆で死んだ息子が亡霊となってひょっこり現れるという。やさしくて、悲しいファンタジー映画です。

ご希望の方はお近くの高齢協の事業所か本部までご連絡ください。

（電話：〇二六―二六三―二三八六 担当：松下）

長野県内上映予定は

長野ロキシー・長野グランドシネマ・TOHOシネマズ上田・佐久アムシネマ・松本シネマライツ・アイシティシネマ・岡谷スカラ座・飯田センゲキシネマ

マイナンバーの詐欺に注意してください

いよいよマイナンバーが皆さんのお宅に届きます。マイナンバーが届いたら、大切に保管しましょう。

注意点は

○マイナンバーは他人に教えない。

○「個人番号カード」の取得は任意です。

個人番号カードを直ぐに作る必要はありません。（なくても大丈夫）

○マイナンバーで「調査のために…」「登録費用がかかる…」「漏洩したので対策が必要…」は詐欺です。

みんなで注意しあいましょう。

編集後記

色づく木々に秋の深まりを感じるこの頃、アルプスに初冠雪の便りもあり、冬の足音がすぐそこに聞こえてきそうな日々です。

ノーベル賞受賞のニュースに沸き、その喜びがさめぬ中、新内閣がスタート、TPPも動き出しました。強い者がより強く、富める者がより裕福になるのではなく、弱い人々に光のあたるような国であって欲しいと思うと同時に、日々、社会の動きをみて、まわりの人々に働きかけていかなくてはならないと強く思います。（西片）

「NPO法人 辰野自立生活支援の会 あかり」を訪ねて②

～今、手助けできる人が、今、手助けが必要な人に ～

「地域包括ケア」をテーマに、いろいろな活動事例を連載してきた本コーナーですが、その思いは、単に介護や医療などの公的制度の中で「地域包括ケアシステム」を構築していくのではなく、「住民の主体的運動として、住民の側から作り上げていくことこそがあるべき姿ではないか」と考えて連載を始めたという経過があります。

前号に引き続き紹介する「ＮＰＯ法人あかり」は、そんな考え方に即した活動を長年続けている組織です。今回はその活動の中から、「あかり」の主事業のひとつである「ふれあい事業（あかりサロン)」にスポットライトを当てて紹介します。

「あかりサロン」は毎週木曜日の１０時から 14 時まで開催される有料のミニデイサービス（送迎・昼食あり）です。毎回内容に工夫が凝らされており、楽器の演奏会、作品づくり、外出企画と多岐に渡っています。どの企画もたいへん人気を博しています。また､定期的に開催される「健康チェック」の日には医療生協のスタッフに来ていただき、楽しみながらご自身の体力や健康状態を把握できる内容となっています。

「あかりサロン」の企画予定は毎月発行される「あかり通信」に掲載され、興味のある企画やお気に入りの企画を探し、参加を申し込みます。

そんな「あかりサロン」の様子を紹介するため爽秋の辰野町を訪れました。当日は「ハーモニカと唄う」と題し、辰野町を中心に活動をされる「ほたるの里ハーモニカ」のメンバーの方が演奏に来られていました。もちろん皆さんボランティアとしての関わりです。

「赤とんぼ」や「旅愁」など 10 曲あまりの馴染みの曲に合わせ、皆さんで合唱を楽しまれました。声を出し歌うことが多くの効果的な要素を持っているのは言うまでもありませんが、皆さん本当にイキイキと楽しそうに過ごされていました。

そんな中で 90 歳をむかえる男性の方にお話を伺いました。『毎回来るのをとても楽しみにしている。まだ現役で農業をやっているが、ここに来るために仕事の予定を組み、仕事をこなし、健康に気をつける。あかりに来ることが楽しみで、励みになるんだ』その男性は嬉しそうに語ってくださいました。そして『スタッフがいつも工夫して企画してくれるので飽きることはない』と感謝の気持ちを表現されました。

ただ、お話を聞くかぎり、決してスタッフだけが企画や内容を考えているわけでは無いようです。例えば、歌唱の企画の際に、参加者の自発的な実行委員会ができ、曲選びなどされると聞きました。また、古参の参加者が新しく入られた人が馴染みやすい様に、積極的に関わりを持たれる姿をよく拝見されるそうです。

そうした様子は「あかり」の活動が、サービスを提供する側と受ける側が一方通行の関係では無く、単にお客さんとしての受身の利用ではないからこそ生まれた姿なのです。そして、制度や仕組みにとらわれない、自分たちで作り上げてきた助け合いの仕組みが「あかり」には築かれているのです。

『「あかり」の活動は、ここに参加される全ての方に得るものがあるから続くんだと思います。決して大きくしていくことが目的では無いけど、コツコツ積み重ねていたら仲間が増えていた。これからも辰野町で地に足をつけた活動をやっていきたい』穏やかに、そして力強く語らえる渡辺理事長の表情がたいへん印象的でした。

（南信・前畠修史）

長野高齢協組合員数
（平成２７年 10 月末現在）

全　体	３，７００人
北　信	２，２３７人
中　信	７３５人
東　信	５４１人
南　信	１７６人
その他	１１人

「折り紙は脳トレ！」

かがやきひろばの発表会に向けて作ったクリスマスツリー。頭も手先もおしゃべりも同時進行！できた作品を皆で眺めて「よくできた～」

（豊野いきいきサークル）