

かがやきながの ニュース

発行 ● 長野県高齢者生活協同組合 発行日 ● 2022年1月10日

今号の主な記事

特集 新春対談

- 分かり合える対話を考える…2～4
- 「信州協同労働推進ネットワーク」設立 5
- 各センターのいきいき活動 … 6～7
- SDGs 認証マークに注目 ……12

ようやく再開が かなった「ふれあい茶話会」



(写真：2021/11/14 会場：デイサービス晴の家)

人と人の繋がりを切らさず、地域の高齢者らが交流、楽しく集える寄り場です。

新型コロナウイルスで開催自粛となっていた「ふれあい茶話会」を約2年ぶりに再開しました。

当日は小春日和を感じる好天で、組合員スタッフと地域の方々の15名が参加され、「お久しぶり!」「元気でしたか!」と声を掛け合いました。マスク姿でしたがフレイル体操から始め、楽しく賑やかなひと時を過ごしました。参加者数は今一つ。参加呼びかけのなかで、まだ外出の集まりには慎重になっている様子も感じました。

(関連記事 6ページ)

長野県高齢者生活協同組合

本部・北信地域センター

☎ 381-0024
長野市南長池 761-3
(本部) ☎ 026-263-2386
(北信) ☎ 026-217-3601

中信地域センター

☎ 390-0814
松本市本庄 2-3-18
☎ 0263-50-8439

東信地域センター

☎ 384-0414
佐久市下越 612-1
☎ 0267-78-5070

南信地域センター

☎ 399-2102
下伊那郡下條村陽阜 719-1
☎ 0260-27-3588



長野高齢協 HP

どんなことでも 気軽にお電話ください。



新春対談

分かり合える対話を考える

伊澤 敏さんに聞く(前)

伊澤敏先生(佐久総合病院 前統括院長)には、昨年、長野県高齢者生協の組合員になっていただき、その後理事にも就任いただき、大変心強く思っています。新春企画として、先生に精神科医の視点から、現代社会がどのように映るか、お話をいただきました。前編(本号)、後編(次号)二回に分けてお届けします。



伊澤 敏さん

えてきたということだと思いません。新しいことが起きてきたのではなく、これまでであったものが、より見やすくなってきたという、そういう印象です。一体それは何か。これはなかなか難しいです。観念的なお話ではなく、日常の臨床の中で体験していることからお話ししましょう。

◆お互いわかりあえていない、このことが出発点

伊澤..実は今日(日曜)も午前中一人、予定外の入院がありました。昨日も同様に予定外の来院が二件ありましたね。いずれも統合失調症の方ですが、警察に保護願いが出て警察の方が付き添って病院にみえました。こういうことは、みなさん意外に思われるかもしれませんが、精神医療の現場では日常茶飯事です。

田中..伊澤先生はこれまで、医師としての仕事と並んで、佐久病院の統括院長はじめ、長野県の厚生連を率いるお立場で仕事をされてきました。一人ひとりを大事にしながら組織として力を発揮するにはどうしたらよいか、といったお話もお聞かせいただけます。と聞かされたところですが、今日は、伊澤先生が精神科の医師として、臨床の現場からお感じになられていることを中心にお伺いします。まず、新型コロナウイルス感染症が私たちの社会にもたらしたものについてどうお考えでしょうか

伊澤..潜在していたものが、コロナ禍ではっきりと見

そういう方たちの住んでいる世界を想像する、これは難しいですよ。その難しさは、医療の現場にいる私にとっても同じです。これも今日午前中のことですが、入院対応の後、もう一人、摂食障害の方と、ご家族も同席なさって、退院後、どのような生活をするか、面談をしました。

私は、摂食障害の患者さんたちとは30年以上お付き合いがあるのですが、摂食障害とは

何なのか未だにわからないのです。今日面接したご家族は、あたかも患者さんについて、わかっていないかのようにおっしゃるのですが、自分の想像力を超えた問題が、そこにあるということに気付くことができない。まずは「わからない」というところから出発していかないといけないのですが、精神科の仕事はそういう性質を持っています。

そこから広げて考えると、人間同士も、同じ言葉を使って話ができている、お互いに関わり合っているような気がするけれども、実は、お互いに自分の中でイメージしていることが全然違って、まるでかみ合っていないということはよくあると思います。私が日頃お付き合いしている方々は、全く異なった世界で生活なさっている人たちなので、そのことがよく見えてきます。違うことを前提にして、対話をしていかなんといけないんです。何が違っているかを、お互いに想像できるようにするのに、かなり骨が折れます。

◆相手のことを知りたいと思えるか

田中..医師としての経験や知識が豊富だったとしても、いつも「わからなさ」から出発して、その方と向き合う中で、一から理解を積み上げていく、ということでしょうか。

伊澤..そうですね、一から積み上げていきます。統合失調症や摂食障害というくりで、最大公約数的に見えるものはあります。しかし、問題は最大公約数ではない、一般化できないのです。その一般化できない部分

がすごく重要で、そこに焦点をあてていかな
いと始まらないということを経験し
ています。



田中夏子さん

田中…自分が理解していないことを理解
し、なんとかわ
かりたいと思
うその気持ち
がケアの現場
にも存在する
と思います。ケ
アと医療とは
違うかもしれ
ませんが、ケ
アに関わる者
としては、ど
んな風に、対
話の難しさと
向き合えばよ
いのでしょうか。

伊澤…たぶん特定の技法や一般化できるや
り方というのはないと思います。どれぐら
い想像力豊かに相手のことを知りたいと思
えるかということではないでしょうか。

まずは相手への関心や興味を持ってないと難
しいでしょう。そういう視点で人に、あるい
はわからないことに向き合う態度が、今すぐ
く失われているように感じます。自分が見
たいようにしか見えない、他人に関する想像
力を全くもたず、わからないことに対しては
シャツアウトする、そういうものの見方が
広がったと感じます。

田中…「見たいものしか見えない」あるいは
自分があらかじめ理解している範囲に相手
を押し込めてしまう。これは教育現場にいた
自身の経験とも重なります。先生は、臨床
現場で、人への理解にむけてどのような葛藤

をお感じになつていたのでしょいか。

◆怒りをぶつけられてわかつた患者さんの 気持ち

伊澤…何を考えているのか、どう思ってい
るのかとこちらがずっと考えていると、向
うからのメッセージが来るわけです。それ
を受けながら、相手の居場所をイメージし
ていきます。でも簡単ではありません。こんな
とがありました。

ある患者さんが、私に向かって激怒され
たのです。怒った背景には彼の誤解もあつた
のですが、逆に誤解してもらつてよかつた
思っています。誤解してくれなければ私に怒
ることもなかつたのですから。

彼がものすごく怒つたものだから彼の言
いたいこと、本音が出てきたんですね。心の
底から、私に怒りをぶつけてきたんです。そ
れを聞いて、私には、彼の苦しさは初めてわ
かりました。それまで私は、彼の経済的につ
らい状況を想像しながら、言葉を選んで話
しているつもりだったので、彼は、全然違
うとらえ方をしていました。そこは私の想像
が及ばなかつた部分です。

結果として彼は大きな誤解に立つて、怒り
をぶつけてきたのだけど、怒りをぶつけられ
て初めて、彼のことがやっとわかりました。

田中…誤解を含め、怒りやきつい感情をく
ぐらなないと先に進めないということなので
ね。

伊澤…先ほどふれましたが、午前中に面接

した摂食障害の方が、その席でご本人が初め
て涙を流しながら私に訴えてきました。面接
で彼女が泣いたのは初めてでした。面接
私が当初予定していた面接とはまるっきり
違う内容になってしまいました。初めて彼
女の琴線に触れる面接になりました。

実は、私の方も、面接中、ご家族への怒り
がこみ上げてきました。その怒りを私は抑制
することができなくてね。マスクしている私
の口も震えていたと思うんです。そういう関
係を経ていると、わからないことがある
んです。

彼女は身
体を使つ
て訴えて
くるわけ
で、命が
けです。

「生きて
いきたく
い」と
思ってい
るのだけ
ど、それ
を、すぐ
くやせ細
るとい
う存在を
かけて訴
えかけて
きます。



メッセージを受け止めるのは容易ではありません。

高いところに構えて、「なるほど、こうすれば良くなるよ」等と、簡単に言えることじゃないですね。

田中…病院に患者として訪れるときは、みなさん、極限の苦しい状態でいらっしやるのですね。

伊澤…ギリギリのものがあっても、そう簡単には私たちに見せてくれないですよ。治療が進んでいかないとそういう深い部分は出てこないです。



田中…その潜在する極限を想像しながら、そこに計算違いだったり誤解があったり、相手からの怒り、さらに自分の中からも怒りが湧く…、そういうものが渾然一体となりながら、対話が進んでいくということがよくわかりました。

◆現場に足を運び本音の話をしてきた若月先生に学ぶ

田中…私たち高齢者生協はケアを必要としている人たちに対する介護サービスの提供や配食等の生活支援、あるいは高齢期の人生を豊かにするための事業や組合員活動をやってきました。特に地域で支えあう関係づくり等、四半世紀以上取り組んできましたが、最近は上からも横からも「地域共生」が強調される段階に入っています。

ただいきなり「支えあいましょう」と言われても、「支えてほしい、助けてほしい」とはとても言い出しにくい。また傍らにいても、それを察知する力は高くありません。そういう中で、「支えて」と「支えるよ」と言い合えるよう、壁を低くしていくにはどんなことが必要でしょうか。



伊澤…佐久病院の偉大な先輩の若月俊一先生のやり方、生き方から学び取らなきゃいけないものがたくさんあると思つています。

若月先生は地域の現場に足を運んでいました。そこで村の人たちと一杯やりながら、本音で話をする。そういう泥くさい行動を通じて、こちらも相当泥にまみれないとわかんないんじゃないかなって気がします。病院の中に留まっただけで、スマートに色々な問題をわかつたとしても無理です。それこそ現場に行つて、汗をかき泥にまみれないと向こうからメッセージが来ないし、こちらからメッセージを出しても届かない…、そういうことだと思います。

田中…若月先生は私たち高齢協の初代理事長でした。佐久病院の関係者からはたびたび若月先生の偉大さをお聞きします。例えば、そういう生き方は、医療従事者にとって、日常的には接することが少ないと思います。佐久病院で仕事をするようになり、いきなりそれをガンと示されてもすんなり入って

けないと想像しますが、伊澤先生はどういうふうになつたのでしょうか。

伊澤…最初は、不思議でしたよね。なんで若月先生がそういう行動をするのかよくわからなかつたのです。今も、まだ十分にわかつていませんけれども、現場に足を運ぶ行動、あるいは実践を通じてしか、物が見えてこないっていうことを確信されていたんでしょ

ね。現場から足を離すっていうことは絶対にしなかつた。一杯やって、歌を歌つたりとか、酒が入つて村の人に怒られたりとか…、『村で病氣とたたかう』（岩波新書）に書いてありますが、そういう泥臭い付き合いを散々しながら、肌身にかけてわかつたことを頼りにして、いろんなことを組み立ててきたのだと思ひます。

地域だけでなく、病院内でもそうでした。病院のなかで院長室にいて、そこにいれば病院のことがわかるとは思つてなかつた。

私が研修医の頃、「その喫茶店でお茶でも飲もう」と言われて、差し向かいで、お茶を飲みながら私にいろいろと聞いてくるんですよ。研修医1年目とか2年目の私のような者を捕まえてね。私だけじゃなくて、そこからそういうことをなさるんですよ。現場の状況をつかもうとしていたんですね。そういう意図があつたと後になって気がつきまし

「信州協同労働推進ネットワーク」を設立しました

さまざまな団体・個人が集い11月29日（月）、「信州協同労働推進ネットワーク」の設立総会が開催されました。そして当組合の田中夏子理事長が共同代表に選出されました。

2020年12月、国会で一つの法律ができました。「労働者協同組合法」です。この法律は、ことし2022年10月1日から施行されます。

労働者協同組合は組合員が出資し、組合員の意見を反映して事業を生み出し、組合員自らが事業に従事することを基本原理とする組織です。誰かに雇われて働くのではなく、自分たちで仕事を創り出すことができる組織です。

「法律」の第1条に目的が書かれています。

生活との調和（ワーク・ライフ・バランス）、意欲や能力に応じた働き方（ディーセントワーク）が実現されていない社会の現状に対して、3つの原則（①出資 ②意見反映 ③従事）を基本原理として掲げた労働者協同組合の設立により、多様な就労機会の創出と、地域に必要とされる多様な事業を促進し、もって持続可能で活力ある地域社会の実現に資することを目的としています。

働く者一人ひとりが主人公となって自分らしくつながり合って仕事をする働き方を、私たちは「協同労働」と呼んでいます。そんな働き方を目指す団体や個人が集まり、情報を交換したり、助け合ったりする団体として「信州協同労働推進ネットワーク」を立ち上げました。当組合もその一員として活動していきます。



心地よく働けていますか？

あなたがいま、「心地よく働けていない」と感じるとしたら、それはなぜでしょう？

お金のためと割り切ることが多い、生活とのバランスが悪い、ノルマがつらい、自分の代わりはいくらでもいると感じる……。

「働き方改革」が叫ばれても、さまざまな理由で働くことをネガティブに考えてしまう人が多い中で、もう少し踏み込んで「働き方」を考えてみませんか。

「こうあったらいいな」と思う心地よい働き方とはどんなものなのでしょうか。

私たちは「自分が生きる働き方」「協力し合う働き方」を探求しながら、「人と地域に役立つ仕事」を目標に活動してきました。そして、「働くこと」を「暮らし」や「生き方」と切り離さないことが大切だと気づかされました。

そんな理想の働き方を一緒に考えて行きましょう。

（協同ではたらくガイドブックより）

北信



カフェ倶楽部の活動

善光寺の北西、信州大学教育学部の北側の鬼無里街道。昭和の初めまでは大変な賑わいの町だったそうです。歩いてみるとまだ当時の名残がうかがえる一角の、元商店だった古い建物を借り受け、2015年9月に地域の寄り場としてオープンしました。



小物づくり教室

歌や体操などを始め、活気のある寄り場となりました。しかし、コロナ感染症で

やむなく2020年2月下旬からすべての活動をお休みすることになってしまいました。

長野県の感染状況が少し落ち着いてからはマスク、消毒、検温、三密にならないよう工夫をしながら野菜の販売を再開。徐々に利用者の元気な顔を見ることが出来ました。同時にクラブ活動も再開。月一回の開催時は感染対策をしっかり行なっていますが、いつも緊張の連続です。

クラフトサロンは人数が多く感染対策は大変ですが三密にならないようにし、貝雛教室は人数が少ないので感染対策が取りやすいものの、それでも気を付けて活動しています。細野百々代さんの小物作りも開催しています。

全国的に感染者数も減り、利用者の希望が叶えられるように活動していきたいと思っています。寄り場を休館してから2年弱となりましたが、利用者はみんな人とのふれあいを求めています。特に高齢者はひとりぼっちにしているのではないと感じております。コロナの終息で今まで通り思い切り笑い、歌える日が来ることを願っています。

中村令子

中信



組合員懇談会を小エリア単位で

身近な生協として地域の組合員同士の顔を繋ぎ、「SDGs、環境と暮らしを考え、活動への意見や要望集約の場」として組合員懇談会を小エリア単位で取り組みました。

新型コロナウイルス感染流行が低減し、移動自粛制限などが緩和する中、11月から徐々に組合員活動を再開。11月14日に約2年ぶりとなる「ふれあい茶話会」(表紙掲載)の再開を皮切りに、各地区で組合員懇談会を行いました。11月18日の安曇野市豊科公民館、その後松本市内5カ所、塩尻市でも延べ7カ所の中信地区横断キャラバンとあったところでした。

総代組合員がいる近場の公民館等を会場に、総代の力を借りての取り組みでした。各会場でビデオ『プラスチックごみ、日本のリサイクル幻想』を視聴。その後「環境負荷削減」を主テーマに参加者が日常の暮らしの中で取り組んでいることを出し合い、情報交換の場になりました。

参加した組合員が少なかつたのは残念でしたが、「ビデオで環境問題を考えるいい勉強になった。今後の行動に繋げていきたい」「もつと地域の一般の人たちにもビデオを見てもらえる場や機会を広げ、温暖化抑制に繋がればよい」との意見が多数ありました。



海岸に流れ着くプラごみ。分解には500年以上も要す

「中期活動計画(案)」の意見集約も目的でしたが、時間不足で説明だけに終わり、十分な意見交換が出来なかつたことは反省点です。会場でSDGs・地産地消につながる「家族農業を守り、食料自給率向上を…」の署名に協力をお願いしました。

中信センター事務局

東信



みんなとの再会が嬉しい

昨年10月、クラブやサロンの活動再開で、センターには賑やかな笑い声もどってきました。

「本当に待ちわびてたのよ」「コロナで外出も出来なくなつてね。いまはみんなと思いい切りおしゃべりを楽しめるのが嬉しい」と手も口も活発に動かしながら語るの「かご編みサロン」のメンバーたち。クラフトテープを材料に月2回開くサロンにはいつも十数人が集っています。「色の選定や編み方など仲間が互いに刺激しあえて



手も口も活発な「かご編みサロン」



人気で参加者限定の「歌声喫茶」

「再開にあたっては密を避けるため、参加者を15人に限定しました」と代表の羽毛田協子さんは言います。「大きな声で歌えて、気持ちすがスッキリ」「歌声に來るとその日はよく眠れる」家にこもつていただけで声が出にくくなつた。やっばり、みんなと声を揃えて歌うのは最高」と語る仲間たちの顔は晴れどばれとしていました。

東 誠子

元気が出るの。センターの秋祭りは作品の発表の場。ここ3年休止が続いたけど今年は開けるといいですね」と会長の宇治富美子さんは語ります。

コロナ蔓延の危機がおさまった後も、活動再開に細心の注意をはらったのが「歌声喫茶」。月1回開かれるサロンは登録会員が52人という人気の活動で、上手に歌うことよりも声を揃えて楽しむのが信条です。

「再開にあたっては密を避けるため、参加者を15人に限定しました」と代表の羽毛田協子さんは言います。「大きな声で歌えて、気持ちすがスッキリ」「歌声に來るとその日はよく眠れる」家にこもつていただけで声が出にくくなつた。やっばり、みんなと声を揃えて歌うのは最高」と語る仲間たちの顔は晴れどばれとしていました。

南信



コロナ禍で気づいた大切なこと

2019年の暮れに地域の多世代交流の場にしたいと始まった「ワイワイカフェ」このゆびとくまれin東春近」。新型コロナ感染症の影響で3カ月間の休止こそあったものの、活動開始から2年が経ちました。コロナへの配慮から、初期の頃のようなレクリエーションや交流は出来ませんが、お弁当の配布を中心にした活動を続けています。月1回の活動は毎回50食ほどのお弁当を提供しています。



旬の食材や安全安心な食材にこだわった手作りのお弁当は、メンバーの温かい思いやりもたくさん詰まっています。地域の方からも、「新米がとれたから」「野菜を使つて」と善意的な気持ちが届き

ます。

お弁当の配布だけとは言え、受け渡しの際には「変わったことない?」「風邪ひいてない?」と、さり気ない声かけを大切にしています。また、受け取りの時間に来られない年配の方に「何かあった?」と電話してみると「忘れてた!」とのお返事に、ホッと胸をなでおろすことも。月に1回の活動とは言え、立派な安否確認にもなっています。今年の夏休みには伊那市の依頼で夏休み企画を実施したところ、初めてのお子さんの参加もあり、数名はその後も関係を持てることが出ています。

私たちはコロナ禍になつたからこそ、「人と人のつながり」「支え合い」「居場所づくり」など、大切なことを考えるきっかけになりました。もちろん「これでいいのかなあ」と自問自答することもありますが、それでも「美味しかった」「次回も楽しみの」皆さんの笑顔が、メンバーにとつての一番のご馳走であり、活動を続けていくチカラになっているのです。「さあ、次はどんなお弁当にしようかな」

前島修史

センターだより

コロナ禍でのいきいき活動

私からの伝言

木櫛で髪をすいてやると 母の愛が娘に宿る
伝統文化の良さだよね (4/4)

青柳 和邦さん

1929年(昭和4年) 木曾郡木祖村に生まれる。79歳 (2008年8月記)

ひところは十年の間に皇室の慶事が続いたねえ。皇太子殿下の成人式、高円宮、秋篠宮の婚儀、天皇即位式、皇太子の婚儀…。慶事は突然ではないから、だいたい一年ほど前に細かい書き込みをした発註書類を侍従さんや関係のある役人が、こんな狭苦しい作業場まで持参されますよ。そんなことから認めてもらえたのか昨年は褒美の黄綬褒章を頂戴しました。そこでまた歌を詠みましたよ。

東より光はさして日の本の天皇命(すめらみこと)に章を賜る
すめらぎの命に章を賜わりぬ幸
ここにあり風はさわやか
櫛を通して命は親から子に伝わる

我々の青春時代は戦争、終戦と暗い思い出ばつかがつきまとうが、人情に篤く人間らしく慎ましく生きてきました。それがどうしたのか経済が発展して暮らし向きが一変すると、すべて変わってしまった。人間の価値観が変

わりました。世の中には自分勝手に、自分さえ良ければ他人さまがどうあろうがかまわぬという考え方を人間があまりにも多い。

学問があっても文化を語れないからではないですかね。文化って何か、伝統文化がなぜ大事かわかる者が少ない。ニュースを賑わす事件を見るとどれもこれも常識では考えられないことばつか。愛情に飢えている人間がいかにも多い事かねえ。皇室では伝統にそって行事を執り行うが、なかでも重んじられるのが木の文化だから櫛がことに大切にされて、慶事ごとにその立場に当たる皇族に特別誂えされるほど。それが庶民は楽な方を選ぶ。親が子どもを殺してみたり、子が親を殺傷したりで情けない。伝統文化をないがしろにしているからと俺は見ますね。

木の櫛には不思議な力があります。母親が鏡台の前で娘の髪をとかしてやると、櫛の歯先から頭皮を通して、目には見えない親の行為が娘の心に宿り、愛情の形になって表れる。それが娘から孫に伝わる。こうして受け継がれる文化が日本の結びの完結編といえませんか。やはり、その基になるのは木と見ます。

荒れた世の中で、教育が悪いとか、社会が悪い。子どもの教育には修身や道徳を取入れて躰をなぞという前に大切なことは、櫛を用いての目に見えない愛情をかけてやること。いま一番欠けているのは女親が愛情をかけられるような出番がなくなってしまうことだと思うのですよ。(おわり)

寒さに負けず冬を乗り切ろう

寒さが厳しい季節になりました。からだが冷えると風邪や冷え性といった病気や症状が出やすくなります。体が冷えてしまい、なかなか寝付けないといった方も少なくないのではないのでしょうか？
そこで今回は体が温まる方法をいくつか紹介します。



1. 体を冷やさないようにしましょう
みなさんは手や足の先が冷えやすくないですか？ 手や足の先は心臓から離れている場所なので冷えやすく、特に血液の流れは冷え性に大きく影響すると言われています。
① 温かい靴下や手袋などをして温めましょう。ただし、きつめの衣服は末梢の血流を妨げる恐れがあるので避けましょう。
② 腰や手首、足首にホッカイロを貼り温めましょう。ただし、長時間同じ場所に貼ると低温やけどの危険があります。
③ お風呂にゆっくり浸かって温まりましょう。38〜40℃が適温とされています。冬場は特にヒートショックに注意が必要です。(前号参照)

2. 手や足の指を動かしましょう
手や足を動かすことで血行が良くなります。擦ったり、マッサージをしたり意識的に刺激を与えましょう。手、足の指をグーと握り、パツと広げる体操や、体をリラクセスさせるストレッチも効果的です。

シリーズ 健康と食

3. 体を温める効果があるものを摂取しましょう
冬が旬の食べ物には実は体を温める物が多いのです。土の中で育つ食材は体を温めてくれます。寝る前の温かい飲み物もいいですね。しかし、カフェインが入っている物を飲みすぎると逆効果になるので気をつけましょう。

第39話 「骨折させられた両腕」

(南信 今村洋子)

Tさん(80才 女性)はパーキンソン病で寝たきりになりました。私どもが訪問看護の依頼を受けた時、Tさんの両腕は胸に当てたまま拘縮(こうしゆく)しており、真っ直ぐには伸びませんでした。

うりざね顔の美しい方です。初めの頃は「おはようございます」「ありがとう」等のかすかな言葉が話せました。そのうちに言葉も出なくなり、医療的ケアも多くなりました。

介護されているのは長男ご夫婦。このご夫婦には子供さんがなく、Tさんをまるで自分たちの子供さんのように大事に介護されていました。いつ訪問してもケアーの準備がきちつとされています。真っ白なTさんのタオル。そして少しのりのついた浴衣。

Tさんはほとんど着物で生活されていたそうで、素敵な浴衣がたくさんありました。お嫁さんは「浴衣は着せにくいでしょうが、母が喜ぶので着せてあげたいのです」とおっしゃいます。それで着替える時はお嫁さんを手伝ってもらい、上半身を起こし、両腕に先に袖を通して浴衣を着せました。

そんなある日、「言葉がしゃべれない母を施設に預けるのは可愛そう」といつて何年も自宅で介護されていたお嫁さんが交通事故にあわれました。すぐにTさんを病院に入院させざるを得ませんでした。幸いお嫁さんの交通事故は軽くて済み、2週間もすると介護が可能になりました。

退院させるために病院を訪ねたお嫁さんは、変な顔をしているTさんを見て右の上腕に青く腫れている箇所を見つけました。レン

トゲンを撮ると骨折していたのです。病院側は謝罪して、この骨折が治癒するまで責任をもって治療しますと言ってくれ、退院が延びました。ところがです。その1週間後に見舞いに訪ねたお嫁さんは、今度は左の上腕が同じように腫れているのを見つけました。両腕とも骨折させられたのです。

浴衣を着せる時に病院の看護師が袖を通すために、無理に腕を伸ばしたのが原因の骨折だろうと思われました。

ご夫婦は「病院では何が起ころるか心配」とすぐTさんを退院させ、私どもの訪問看護が引き継ぎました。病院からは整形外科医の往診があり、骨折は1カ月もすると両腕とも治癒しました。

突然の入院でなければ、「入院の時は伸縮性のあるパジャマにしたほうが良い」と助言し、用意してもらったことができたのにと悔やまれました。なんとたつて、病院では浴衣など着せたことのない若い看護師が多いのですから…。



ケースから学ぶ

寝たきりの長い方はもちろん、高齢者は本当に簡単に骨折します。介護行為による骨折もたくさん見受けられます。

車椅子に乗せる時に大腿骨骨折。体位交換やオムツ交換の時に肋骨骨折。こんなことで骨折するのかもしれないです。ちよつとしりもちをついただけの方です。歩くことが出来るのでまさか骨折しているとは思わなかった方がいつまでも痛がるのでレントゲンを撮ったら大腿頸部の骨折があったという方もいました。

浴衣を着せるときに起きる骨折などは本場に稀ですが、寝巻きは伸縮性のあるものが着せやすく安全です。袖を通すために無理に腕を引っ張つて、皮膚がペロリと剥けることもあるのです。

高齢者は骨折しやすいのだと念頭に入れた慎重な介護が望まれます。また、どこか痛がつている場合は必ずレントゲンを撮ってもらう必要があると思います。

今はこの病院でも着脱の安全な病衣を用意して貸してくれませんが、当時は各自で病衣を用意していたのです。

理事会報告

10、11月

・「家族農業を守り、食糧自給率の向上を求める」請願署名に取り組みます。

・信州協同労働推進ネットワークに加盟することを決定しました。

(信州協同労働推進ネットワークについては5ページを参照ください) 共同代表候補に田中理事長を選出しました。

・下期に全事業所で法令遵守の学習会を行なうことを確認しました。

・上期監査報告を行いました。

・法人内の諸規程の見直しを進めました。

(職員採用関連規程・ハラスメント規程・決裁稟議規程)

・監事からの上期監査報告を確認しました。

・佐久味工房米ちゃん弁当改革案を承認しました。事業所赤字克服のために調理・配達の効率化を目指します。

○12月7日、正式に日本生活協同組合連合会に加盟しました。



クロスワードパズル

今号の締め切り 2月10日(日) 必着

前号の正解 (151号) おおそうじ

正解者13名 当選者(3名)は、小川洋子さん、豊嶋春美さん、巢山節子さんでした。おめでとうございます。クオカード500円をお送りします。

1	2		3		4 C
	D		5		
6		7			
	8		A	9	
10 B				11	12
13			E		

〈応募方法〉タテ、ヨコのカギを解き、A～Eを順番に並べて言葉(答)を完成させてください。正解者の中から抽選で3名様にクオカード500円をプレゼントします。
答、氏名、住所とともに日常の出来事や「かがやきながのニュース」の感想をお書き添えください。
宛先 〒381-0024 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

〈タテのカギ〉

- ②ヨーロッパ北西部の立憲王国。首都はアムステルダム。
- ③インドで制定された僧侶の衣服。宗派によって種々のものがある。
- ④18世紀末ごろにヨーロッパで起こった4分の3拍子の舞曲および舞踏。
- ⑦政治を職業とし、専門的にこれに携わる人。
- ⑨足を覆うように作った履物の総称。
- ⑩一端を尖らせた金属や竹、木などの細い棒。
- ⑫植物が発芽するもとなるもの。

〈ヨコのカギ〉

- ①物干しざおなどにする竹。
- ⑤自転車・オートバイなどの腰掛けの部分。
- ⑥この世に生まれ出る以前の世。
- ⑧あんを餅の皮で包んだ和菓子。
- ⑪ブドウ科の落葉性の蔓(つる)植物。吸盤のある巻きひげで木や岩に固着する。
- ⑬魚類と貝類。また、海産動物の総称。

関係者各位

毎年、通常総代会終了後に「出資金残高に関するお知らせ」の葉書を郵送していますが、宛先不明で返送される組合員が存在します。

このため「かがやきながのニュース」で所在を尋ねたり、電話等での連絡、紹介状・関係者への聞き取りをし、所在の把握に努めてきました。それでも所在が不明な組合員の方が存在するため、「長野県高齢者生活協同組合 定款10条」並びに「所在不明組合員の脱退手続きに関する規則」に基づき、所在不明組合員について脱退とみなして処理をする「みなし脱退の手続き」を行ないます。

みなし脱退手続きに関する公告

1. みなし脱退対象組合員の公示
「みなし脱退対象者」の一覧により公示します。
公示期間 令和4年1月11日より令和4年3月1日
2. 公示期間中に申し出等があり、所在が確認された組合員については「みなし脱退対象者」から除外します。
期間中に申し出がない場合は、令和4年3月31日をもって脱退手続きを行ないます。
3. お預かりしている出資金は預り金とします。
以上、みなし脱退手続きに関する公告をいたします。

令和4年1月11日
長野県高齢者生活協同組合
理事長 田中夏子

みなし脱退対象の方 一覧

- 〈東信地域〉橋本吉勝
 〈北信地域〉米沢俊夫 市川隆昭 小日向伸枝 土屋修一 中村順子 宮岡久和 柄沢道子 千野博史 大塚茂樹
 山崎清 岩崎直枝 畑山洋子 宮崎美枝 矢ヶ崎和代 小境吉文 関森毎男 小出和幸 吉沢順子 戸谷利子
 池田寛夫 池田わか 藤沢美津江 藤沢学 丸山和子 田中一夫 平林さと子 内藤すみ江 深澤としえ 三浦彰子
 〈中信地域〉中村和美 青島みつ子 樋口つる子 上條公子 原露子 田部久美子 増岡節子 矢沢信子 橋本隆
 〈南信地域〉濱田哲志 (敬称略)

※本公告に関するお問い合わせ先
長野県高齢者生活協同組合 本部事務局
TEL: 026-263-2386 FAX: 026-263-2385

読者投稿



ここにも、ぴんころ地蔵

朝夕はかなり冷え込む季節になってきました。地域のおすすめスポット欄で、元祖ピンピンコロ地蔵が高森町にあることを知りました。通称ぴんころ地蔵は佐久市だけと思っていましたが、世の中は広いですね。(土屋文広)

仕事を離れて知ること多い

初めてお便りします。ワーカーズコープかがやきを知ったのは、実家の片づけです。入会すると同時に片付けもきちんとしていただき、とても有難かったです。私は昨年まで常勤として働いていましたが、仕事を離れてみて、今まで知らないことが多くありました。これからは毎日有意義な生活が送れるようにしたいと思っています。(巢山節子)

鏡池行って美しさに感動

表紙に戸隠の鏡池の写真がありますが(前号)、私も紅葉が始まったばかりの鏡池に今年初めて行ってきました。岩のけわしさを写す

湖面の美しさに感動しました。(井出由美子)

あつさり往生できれば

楽しみにしていた相撲も野球もおわり、あたりは静寂に包まれております。今年もわずかですね。ピンピンコロリ地蔵様の写真が載っております。そのようにあつさり往生できればと願っております。(新井節子)

つぶやき

先日義父より「来年度は組長の役が回ってくる。これからはお前が頼む」

妻の両親と同居の僕は「分かりました」と二つ返事で地域の会議に出席。

「???皆さん何を話してるの?」「今決めている役はどんな役?」

日本語のはずなのに内容が理解できない。通訳が欲しい。

「あれ、僕はまるで地域を分かっていない。ヤバイぞ」

職場では「地域をよく知ろう!」「地域と繋がるのが大切」と、当たり前前に話している僕にとつての

地域は職場がある地域限定だった。恥ずかしさを感じながら自分の

地域にようやく一歩を踏み出すのだ。(長坂 平和)

地域のおすすめスポット



訪ねてみませんか

東京電力 小諸発電所 第一調整池(杉の木貯水池)

佐久市中込杉の木と今井にまたがる場所に、東京電力の水力発電所用のため池があります。ここには、冬になるとマガモやオナガガモ等の多くのカモやアイサと呼ばれるカモの仲間が飛来してきます。冬は池が凍ってその上でカモたちが休んでいる姿や浮島で寝ている姿も見られます。1月から3月までは、コハクチョウがみられることもあります。

周囲約1・2 Kmの五角形をした人工の池です。遊歩道もあり、一周約30分ほど回れます。春には桜が咲き、5月のバルーンフェスティバルでは、近くでバルーンを見ることもできます。車が10台止められる駐車場がありますので、気軽に立ち寄り下さい。

心にせまった「介護軸」

「洋子のゆうゆう介護軸」を毎回読んでいます。第38話(11月号)に関しては、心にせまるものもありました。仕事をしながら認知症のある親の介護に、こんなに優しく対応できることに、目をみはられました。(木内とめ子)

横文字に苦戦

コロナ禍、オンライン、ズーム、

インターネット、etc.: 横文字が並び、なかなか手も足も出ない状況です。やり方の講習を是非お願いしたいです。(小川洋子)

もっと大きな組織に

読み応えのある内容で、よく読んでいます。もっと大きい組織になってほしいと思います。(サザエ)

シリーズSDGs

③

「認証マーク」に注目しよう

お買い物をするとき、商品のパッケージを気にかけて見てみませんか。環境への配慮や生産者を守るなど、さまざまに配慮された商品には認証マークが表示されています。これらの商品を選ぶこともエシカル消費に繋がりますね。今回は代表的な認証マークを選びました。



トイレットペーパーに表示されたマーク ノートに表示されたマーク

	<p>エコマーク</p> <p>商品の生産から廃棄に至るまで、環境への負荷が少なく、環境保全に役立つと認められた商品です。</p>
	<p>バイオマスマーク</p> <p>植物を原料とするバイオマスを使った製品（プラスチック・インク・容器・繊維製品など）に表示されます。温室効果ガスを増やさない資源。</p>
	<p>国際フェアトレード認証マーク</p> <p>発展途上で生産される原料や製品を適正な価格で購入し、生産者に還元する貿易での商品（公正な貿易）。</p>
	<p>オーガニックコットンマーク</p> <p>農薬や化学肥料を3年以上使っていない農地で、有機農法で育てられたコットン。</p>
	<p>FSC認証マーク</p> <p>適切な管理がなされている森林の資源を使っていることを示すマーク。紙製品や木材を使った製品などに表示されます。</p>
	<p>間伐材マーク</p> <p>間伐材を用いた製品に表示し、間伐材利用の重要性をアピールするマーク。森林資源の保全や育成を促進していることをアピール。</p>
	<p>RSPO認証マーク</p> <p>洗剤やせっけん、食用油に使われるパーム油。アブラヤシの農園の不適切な拡大のため、熱帯雨林の伐採や火入れが行なわれています。その地域に住む生物や労働環境へ悪影響が及ぼすことない基準を充たします。</p>
	<p>レインフォレスト・アライアンス認証マーク</p> <p>主に農業を対象に、地球環境保護と人々の持続可能な生活を確保することを目的としています。森林や生態系の保護、土壌や水資源の保存、労働環境の向上等を目指しています。（コーヒー・紅茶・バナナ等）</p>
	<p>MSC認証マーク（海のエコマーク）</p> <p>持続可能な漁業によって獲られた水産物にのみ認められる認証。漁獲量をコントロールし、海の環境を守ることが目的です。（水産資源と環境に配慮した漁業）</p>
	<p>asc認証マーク</p> <p>養殖による環境への負荷を減らし、養殖に従事する人の人権を守る認証。</p>