

- ・第25回通常総代会のご案内 2面
- ・組合員アンケートの報告 3面
- ・組合員活動紹介 4・5面
- ・高齢協が運営する事業所 7面



シニア
CO-OP
わかやま

北東西南 (NEWS) 2024年 春・夏号

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 4,072名 (2024年3月31日現在)

紀南地域組合員のつどい開催



「お元気でしたかく!?!」の笑顔が輝いてました

「コロナ禍で、なかなか実現できなかった「紀南地域組合員のつどい」を2回開催しました。11月19日(日)午後 白浜ぬくもりの里で開催されたつどいには、16名の参加があり、近況などのおしゃべりで楽しいひとときを過ごしました。「家族の施設入居等でひとり暮らしになりさみしい」「免許返納を予定しているが、外出がしづらくなってきたので、何か活動してみたい」等、様々な声が出されました。まずは、定期的につどいを開催しながら、高齢協で何か活動をつくることをめざしましょうとみんなで確認し、次回を楽しみに閉会しました。

2回目は2月4日(日)午後「節分のつどい」を開催。ぬくもりの里職員さんが作ってくれた心のこもった「ぜんざい」をいただき、豪華景品(!?)の福引き大会で盛り上がりました。10名の参加者の皆さんと一緒に、大笑いしておしゃべりした思い出が一番の良きお土産です。

これからも紀南地域の組合員さんの交流の場を企画しますので、是非ご参加ください。
(島)

総代会のご案内&総代選挙

県内約 4,000 人の組合員から選ばれた代議員（総代）が集まる総代会を 6 月 23 日（日）、和歌山市直川の北コミュニティセンター 2 階で開きます。総代でなくても傍聴できるので、組合員のみなさんもぜひご参加ください。

今年は 2 年に 1 度の総代選挙と役員選挙を行います。総代は、組合員活動や介護・福祉事業について総代会で審議し、議決権を持ちます。高齢協の各事業所および本部にて、下記期間中に立候補を受け付けますので、立候補届を本部へ提出してください。

出席者数を把握するため、当日ご参加くださる方は必ず、高齢協本部までご連絡ください。総代については総代選挙後、出欠票を郵送いたします。 高齢協本部（電話 073-488-1180）

【第 25 回通常総代会について】

日時：2024 年 6 月 23 日（日）午後 1 時～3 時半 予定

会場：和歌山市立北コミュニティセンター 2 階（和歌山市直川 326-7）

議事：第一号議案 2023 年度 事業報告承認の件

第二号議案 2023 年度 決算ならびに監査報告承認の件

第三号議案 2023 年度 損失処理案承認の件

第四号議案 2024 年度 事業計画決定の件

第五号議案 2024 年度 収支予算決定の件

第六号議案 2024 年度 役員報酬決定の件

第七号議案 議案決議効力発生の件

※今年は数年ぶりにステージや会場内において、組合員による文化活動の発表や紹介も計画しております！ ぜひ、ご参加ください。

【総代選挙について】

選挙区別総代定数（合計 110 名）

1 区（和歌山市） 60 名

2 区（岩出市、紀の川市） 10 名

3 区（橋本市、伊都郡） 7 名

4 区（海南市、海草郡） 7 名

5 区（有田市、有田郡、御坊市、日高郡） 5 名

6 区（田辺市、西牟婁郡、東牟婁郡） 21 名

立候補資格：役員・選管以外の組合員 任期：2 年間

立候補受付期間：2024 年 5 月 1 日（水）～5 月 30 日（木）

総代選挙日：2024 年 5 月 31 日（金）

立候補受付：高齢協本部まで 電話 073-488-1180

組合員アンケート実施へのご協力ありがとうございました 皆さんの声をしっかり受けとめ、事業に反映させます

昨年10月に実施した組合員アンケートには、139名の方から回答をいただきました。

ご協力に感謝いたします。今回のアンケートは、和歌山高齢協の事業が、組合員さんの思いやニーズによりつながることを目的にとりくみました。回答内容は下記のとおりです。

(回答の内訳)

60歳未満	6.7%	男性	41.9%
60代	18.1%	女性	44.8%
70代	37.1%	不明	13.3%
80歳以上	37.1%		

(日々の生活の中で「どうしようかな」等と気になること)

健康などへの不安	63.8%
家計のやりくりなど財政面	42.9%
終活(お墓、相続、お葬式)	35.2%
片付けや今後の生活をどこで過ごすか	34.3%
介護すること、されることへの不安	33.3%
しゃべる相手や楽しみや生きがいがない	7.6%

(生活の中での具体的な困りごと)

外出の際の交通手段	33.3%
家の片付け、掃除	30.5%
スマホやパソコン操作	25.7%
役所関係の書類の手続き	15.2%
生活用品の買い物など	11.4%
その他	1.0%

また、「得意なこと」「力を発揮できること」「やってみたい活動」などの設問もあり、多くの皆さんから、多彩な記述回答をいただきました。具体化が可能な活動に取り組む際には、お声かけをさせていただきます。

和歌山高齢協では、4カ所(紀の川市①和歌山市③)の拠点における「居場所活動」やお助け隊活動、パソコンサークル、竹とんぼサークルなどの組合員活動がありますが、今回のアンケート結果から、皆さんが元気に活躍できる機会が求められていることが、より強く示されました。

これからも皆さんと共に、組合員活動の充実をめざします。どうぞよろしくお願い致します。(島)



らくらくピアノ教室



活動日 隔週水曜日
 午前の部 10時～12時
 午後の部 13時～15時
 電子ピアノは持ち込み可
 (午後の部：会場の電子ピアノ使用可)
活動場所 和歌山市里 やまぐちささえ愛センター
参加費用 毎月1400円

やまぐちささえ愛センターでは、高齢協主催の活動以外にも体操や音楽等で会場を利用させていただいています。今回は組合員さんの参加も多い「らくらくピアノ教室ささえ愛サークル」の活動をご紹介します。

4月10日会場をお訪ねすると、気持ちよさそうにピアノを奏でるシニア男性の姿が。「この方は、新人さんなんですよ」素敵な笑顔でお話し下さるのは、小細(オボソ)浩子先生です。ささえ愛サークルの活動が始まって7年。現在17名の方が、毎月2回午前午後の各時間帯で参加され、ひとりずつ電子ピアノにむかい個別指導を受けています。「指導は個別だけど、みんな仲良し!」「同世代で学べる楽しさがあるわ」「なんととっても小細先生の今風(!?)指導が魅力」と参加者の皆さん。テキストを拝見すると字も大きくてピアノの鍵盤には、記号シールなどを貼る工夫がされています。小細先生は、全国展開されている「らくらくピアノ教室」で、誰でも気軽にピアノ演奏を楽しむための指導法を学ばれた講師のひとりです。心身と脳の活性化に効果絶大なピアノ演奏に、こんなに気軽に挑戦できるなんて「目からウロコ」の感がありました。初心者の方、大歓迎!是非ご参加下さい。(島) お問い合わせは 090-8533-1938 (本部担当・島久美子) まで

和歌山高齢協 JIAS パソコンサークル活動紹介

「パソコンを学ぶことで、人生をより楽しく充実させよう!」とパソコンサークルの活動がスタートしてから24年。4月9日皆さんの活動の様子を見学しました。リーダーの北村征司さん、事務局担当の田村恭子さんは設立当初から活動に参加され、現在サークル活動を支えて下さっています。登録メンバーは25名、常時活動に参加されている方は18名程度とのこと。会場では、皆さんが素敵な笑顔でパソコンにむかわれていました。ともすれば苦手意識のあるパソコンがこんなに楽しそうなのは何故!?その秘訣は、リーダーの北村さんが毎回用意してくださるわかりやすい教材とサークル仲間と学びあえること。和気あいあいと過ごせる学びの時間が、皆さんにとって何よりも人生の活力につながっていると感じました。サークル活動内容は、各自パソコンを操作して教材の資料作成が中心です。参加は、パソコンの基本操作ができる方が基本ですが、経験のない方には個人指導もして下さいます。新メンバーさん大歓迎!興味のある方は、是非ご参加下さい。(島)



活動日 毎週月曜日 13時～16時
 隔週金曜日 13時～16時
活動場所 和歌山市中之島782(紀和駅より徒歩5分 紀和庵となり)
参加費用 6ヶ月7500円(半年ごとに集めます)
 2024年5月～7月 無料体験(1回)受付中です。
 活動内容などの詳細お問い合わせは、
 連絡先 090-7107-0892 (北村さん)

みんなの居場所

能登半島地震災害義援金 6万9066円 日本赤十字社へ持参

居場所活動拠点を中心に募金を取り組んでいましたが、4月23日寄せられた募金を赤十字社和歌山県支部へ届けました。皆様からの温かいご支援とご協力に厚く御礼申し上げます。

出張「人生の旅立ち応援講座」ぜひ計画してください
 終活ってなに?、聞いてみたいお墓の話、小さなお葬式って本当?など皆さんの関心テーマに合わせて内容を設定します。少人数でも大丈夫です。
 お気軽にお問い合わせください。
 073-488-1180 (担当) 島久美子

お茶の間★あい愛

和歌山市三沢町2-23-3
活動日 毎週 月・水・土
 12:00～16:00
 ◎カンタン体操
 ◎音読カフェ
 ◎かんたん麻雀教室
 ◎みんなで唄う会など
参加者 2023年度 674名
 (前年比 359名増)

やまぐちささえ愛センター

和歌山市里 198-3
活動日 毎週 月・火・水・木・金
 (活動内容により時間設定)
 ◎体操の活動
 ◎ランチ付おしゃべり会
 ◎クラフトアート、落語会
 ◎みんなで唄う会など
参加者 2023年度 2574名
 (前年比 239名増)

和我楽の家

紀の川市上野 299-1
活動日 月2回わがらカフェ開催
 13:30～15:00
 ◎みんなで唄う会
 (隔月でギターとキーボード)
 ◎健康のお話、落語会
 ◎スマホ相談会
参加者 2023年度 292名
 (前年度比 117名増)

紀和庵～いっぷく亭～

和歌山市中之島 782
活動日 毎週 火・木
 13:30～15:00
 ◎みんなで唄う会、カラオケ
 ◎頭の体操やフラダンス
 ◎青春喫茶
 ◎季節の行事など
参加者 2023年度 648名
 (前年度比 118名増)

紙上で実践！すこやか講座⑩

前回まで、【自立支援介護】や高齢者の【自立】に関してお話をさせていただきました。今回は、高齢者の方が元気に生き生きと自立した生活を続けて行く為に必要な【介護予防】に関してです。

【介護予防】とは、健康な生活を長く続け、介護を受ける状態にならないようにすることです。また、介護が必要になった場合、それ以上状態が悪くならない様、維持又は改善を目指していくことも介護予防です。いずれの場合も自分で努力することが大切であり、自立した生活を送るためには、元気なうちから取り組んでおきたい欠かせない取り組みです。

毎日の運動習慣や栄養バランスの良い食事、規則正しい生活等、日々の生活で取り組んでいく事はもちろんですが、最近では各地域で自主的な体操教室やサロン等も積極的に行われるようになってきています。お住いの地域の【地域包括支援センター】に行くと、そういった介護予防の取り組みに関して教えていただけます。

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。

福祉用具紹介

「おたっしゃ倶楽部福祉用具」の竹田です。

これまで福祉用具展示相談会を数回開催してきましたが、「移動」に関する商品への関心が高いと感じますので、今回こちらでも紹介したいと思います。

移動の基本は歩行ですが、加齢や障害により歩行が負担となってきたり出来なくなってしまうことがあります。出かけたけれど足が痛いししんどいからやめとこう。そういう方は一度福祉用具をご検討ください。杖や歩行器は足への負担を軽減し、車いすは歩けなくても移動できるようにするためのものです。電動車いすなら長距離移動もできます。

歩けなくて閉じ籠もりの人が車いすで移動できるようになったことで積極的に物事に取り組むようになったという話もあります。どんなことでも自分の意志でやりたいようにするという事は大切なことですね。

これから暖かくなり外出しやすい季節となります。福祉用具をお供に行きたいところへお出かけしてみるといいのではないでしょうか。



脱ぎ履きしやすい、軽い、すべりにくい



介護保険でレンタル可能です。試乗などにもお伺いします。歩きやすい介護シューズの取扱いもごさいます。お気軽にお問い合わせください。（おたっしゃ倶楽部福祉用具：竹田 073-488-4581）

4月より毎月15日（月により変更有）COOP 中之島店にて展示相談会を実施します。気軽におしゃべりにお越しください。店内のポスターが目印。

高齢協の事業所紹介

高齢協が運営する介護・障害福祉事業所を紹介します！

訪問介護（高齢者・障害者宅を訪問）

- ①ケアセンターおたっしや倶楽部 やまぐち訪問介護事業所
ヘルパー約 30 名が和歌山市～紀の川市にかけて活躍中！やまぐちおたっしや館の入居者様も訪問しております。（職員 36 名）
- ②ケアセンターおたっしや倶楽部 御坊・日高事業所
ヘルパー 10 名以上が御坊市と日高郡で活躍中。お役立ち隊と連携したサービスが好評です。（職員 19 名）
- ③ケアセンターおたっしや倶楽部 田辺事業所
かみとんだおたっしや館の入居者様を中心に、質の高い介護を行っております。（職員 11 名）

約 120 名の職員が、地域の高齢者、障害者の皆さんを支えています。

居宅介護支援（高齢者のケアプラン作成）

- ④ケアセンターおたっしや倶楽部 白浜ケアプランセンター
5 名のケアマネジャーが田辺市や西牟婁郡にお住まいのご利用者を担当しております。（職員 5 名）
- ⑤シニア COOP 和歌山北ケアプランセンター
7 名のケアマネジャーが、和歌山市～橋本市にかけてのご利用者を担当しております。（職員 7 名）

8 1 11
6 5 10

障害者就労継続支援
(B 型事業所)

- ⑩ワークショップてとて
事故や病気による中途障害や高次脳機能障害のご利用者を中心に、掃除や内職などを行っております。（利用者定員 20 名、職員 6 名）

サービス付き高齢者向け住宅

- ⑥やまぐちおたっしや館
紀州材をふんだんに使った木の温かみのある平屋の住宅です。（居室 15 室）
- ⑦かみとんだおたっしや館
重度の方を中心に看取りまで、介護士と看護師が丁寧なケアを行います。（居室 12 室）

4 3
9 7

福祉用具貸与・販売（高齢者・障害者向け）

- ⑪おたっしや倶楽部福祉用具
車いすや手すりなどの介護用品のレンタルと販売を行っております。組合員割引も実施中！（職員 3 名）

通所介護（高齢者のデイサービス）

- ⑧ケアセンターおたっしや倶楽部 れくらん
常勤の理学療法士が在籍しており、身体の機能訓練が好評の事業所です。（利用者定員 18 名、職員 10 名）
- ⑨ケアセンターおたっしや倶楽部 白浜めぐもりの里
通常規模のデイサービスで、ベテラン厨房職員による手作り料理が人気です。（利用者定員 24 名、職員 15 名）

シネマ 203 は夢の宝箱



かつて中心市街地には多くの映画館があった。そこで映画を観て心を踊らせた少女がいた。彼女は長じて、アート系映画で著名な配給「フランス映画社」に就職し宣伝等を担当。その後、事情があって和歌山に帰郷。この街でどう生きるかを模索していた彼女は、自分の青春前期を育んだ中心市街地

に映画館を創った。北ぶらくり丁「シネマ 203」だ。観客席は 20 席と小さいけれど、銀幕への没入感は抜群。地元職人が創ったスピーカーが奏でる音響は、全身を包みこむ。作品は、彼女が厳選した名作。まるで夢の宝箱だ。詳しくは、シネマ 203 で検索。

やまぐち訪問介護事業所 島 哲也
シネマ 203 コラボ 高齢協シネマサークル活動スタート
します。お問い合わせ：090-8533-1938 (島久美子)

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 11 ヲ所）

- ・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）
御坊市園 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。パソコンを使つ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）