兵庫県高齢者生活協同組合姫路支部

2022年7月号

支部だより

NO.215

[住所]
〒670-0053
姫路市南車崎
2丁目1-12-208
[電話]
079-297-2725
[FAX]
079-297-6695

永井淳一郎さん作品

暑中お見舞い申し上げます

第23回通常総代会が開催されました

終わらない閉塞感を、地域のなかで協働して乗り越えよう

誰もが安心して暮らせる地域づくり

6月25日、兵庫県高齢者生活協同組合の第23回通常総代会が開催されました。

今年の総代会は3年ぶりに通常の参集型での開催となりました。実出席30人、書面出席61人、委任5人で、姫路支部からは総代4人と理事2人が出席しました。そして、5議案すべてが賛成多数で可決されました。

当日の発言では、姫路支部事務局長でデイサービスふじみ苑延長の服部理事が、組合員に支えられたふじみ苑の運営内容や組合員との絆を育む組合活動への思い、また、ともに活動して来られた仲間への思いを語られました。

議案採決後、「戦争をやめ、日本国憲法の精神を活かし世界平和を」とした総代会アピールが理事長から提案され、出席者全員が満場一致で賛同しました。

永年勤続表彰者では、菅原さんが15年、塩崎さんが10年、川井さんが5年で表彰されました。

また、ウクライナ緊急募金活動（4～5月）の報告と第2弾の提案があり募金袋を回しました。

運動スローガン：「寝たきりにならない、しない」「元気な高齢者をもっと元気に」「ひとりぼっちの高齢者をなくそう」！(^^)!

催し物、同好会紹介と会員募集

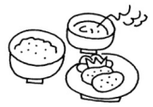
（都合により、日程を変更する場合がありますので、事前にお確かめください）

カラオケ同好会

おばんざい カラオケ喫茶 ちゃいむ

【場所】姫路市田寺5-5-8
【電話】２９９－５５７７
【日時】中止がつづいています。
お待ちください
【担当】小林・鈴木

かんたん料理会



【場所】姫路市民会館５階
料理教室
【電話】下記の服部まで
【日時】８月１９日（金）
１０時～
【会費】１，０００円

9月16日・10月21日開催予定

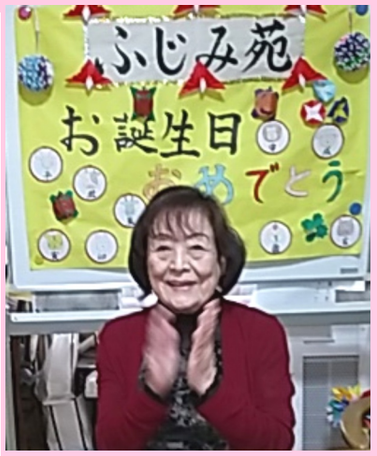
組合・同好会に関する
お問い合わせや申し込みは、**079-297-2725（姫路支部）**まで

七タに願いを込めて

デイサービス ふじみ苑だより

お誕生日おめでとうございます

元気でお誕生日を迎えられるのは嬉しいことです。笑顔が素敵です。



ふじみ苑日記

一日一日を、元気よく笑って過ごそう

デイサービスふじみ苑は、朝の健康チェックの後、体操や機能訓練、職員が工夫し、利用者の状況に併せて楽しめるレクレーションで午前中を過ごします。

身体全体を動かし、下肢筋力低下予防のストレッチ、適時水分補給も欠かさずにしています。

デイルームの横では、昼食の準備が着々と進み、いいにおいがしてきます。

この日は小休憩のあと、職員の指導のもと、笑うことは健康にとって大変良いことと楽しい話の後、笑いヨガを実践しました。

お腹のそこから「ワハハ、ワハハ」と大声で笑ううちに本当に笑いがこみあげてきて大爆笑となりました。笑いながら、身体も動かし、普段のストレスも吹き飛ぶ勢いでした。

昼食を食べ、午後からも、人それぞれに脳トレや手作業をしたり、個別で下肢訓練をしたりと、一日が過ぎて行きます。

長年ふじみ苑を支えてくれている職員も高齢になりましたが「元気なうちは働こう」の高齢協の理念通りに頑張っており、そのことが元気の源になっています。

支部同好会・料理会

コロナ禍で同好会活動が制限せざるをえない中、かんたん料理会（姫路支部とコムサロン共催）は参加者の強い要望に応じて、ほぼ月一回開催しています。

6月24日は12名の参加者で開催しました。メニューは筍ごはん、エビや野菜の天ぷら、カレー味のマカロニサラダ、すまし汁、フルーツはメロンとサクランボ、今スモモの豪華版です。

参加者のなかには、家では天ぷらはしないという方もおり、料理会でのできたての天ぷらは好評です。

この日は参加者の近くに住む女性の参加がありました。自己紹介の後、直ぐに打ち解け料理づくりに参加されました。紹介者の女性が「みんな、いい人ばかりやで」と誘ってくれ新しい仲間が増えました。

今年の夏も暑さに負けず元気に過ごし、食と仲間との交流の場を提供します。

元気な職員が披露する「笑いヨガ」風景

第23期 姫路支部総代

（敬称略）

阿部タミ子
安積隆子
内橋弘子
川井隆
岸本守
久保田由起子
塩崎裕子
須内清子
中塚隆二
永井純一郎
松井義樹
尾関惠彦

総代総数105名の内、姫路支部12名です。

今年度もよろしくお願いします。

筍のつどい

4月29日、筍のつどいを飾東町塩崎で開きました。

晴天を祈っていましたが天気予報では雨模様。それでも計画どおり実施しました。

コロナ禍で2年も開催中止になり、待ちに待った『筍のつどい』です。

今年は他の支部にも参加を呼びかけ、交流の場を持ちたいと、主催者の中塚さんにお願いしました。

神戸から大人3人と幼児1人の参加があり、総勢18人が参加しました。

あいにくの雨の中でも楽しく!!

中塚さんの倉庫をお借りして、筍や準備してくれたたくさんの具材を天ぷらにしアツアツを頬張り、用意したや木の芽和えやおにぎり弁当でお腹いっぱいになりました。

筍堀りの体験は今回は残念ながら見送りましたが、来年の楽しみに取っておこう」と神戸からの参加者。掘りたての筍をすぐに湯がいて灰汁のない美味しい筍のお土産も、参加者の楽しみのひとつです。

神戸の参加者と自己紹介して 姫路支部は楽しいつどいの機会があっていいですね。呼んでくださってありがとう」と挨拶されました。準備してくれた支部役員さんにあらためて、感謝の一日でした。

日々あれこれ

通常総代会が開催され、姫路支部の発言を求められました。

支部結成から20年、その翌年ふじみ苑を立ち上げました。ひょんな出会いから誘われ介護に携わる事になりました。

当時は高齢期はもうちょっと先との思いがありましたが、あっという間に自分も高齢者と呼ばれる年齢になりました。

この20年近く多くの事を学び、体験し、いつの間にか組合活動も担う立場となりました。

充実した楽しい時間でしたが、時には困難な事や悲しい試練もありました。そんな時、いつも誰かが助けてくれたり親身になって話を聞いてくれる人に支えて貰い乗り越えて来れました。私が今元気でいられるのはそんな方々のお陰です。

さあ、今期も頑張って皆さんと繋がり、少しでもお役たてるようにと思っています。

（は）