

# 上越地域高齢者協議会 たっしゃでよ越の輪

会報第4号

★発行 2015年11月27日

★発行人 会長 村山 尚祥

★事務局 上越市西本町1-1-38

(総合生協会館内一連合上越内)

☎ 025-544-0550

## 第21回(2015年) 定期総会を開催

9月4日、上越総合生協会館3階ホールにて定期総会を開催し、役員、代議員60人の参加のもと、2014年度決算、2015年度予算及び活動方針が、それぞれ可決・承認されました。

【規約改正、役員の改選内容は、2面に掲載】

### 【2015年度 運動方針の中から】

☆. 地元自治体との対応 = 地域包括ケアシステム 等

福祉政策の状況、安全・安心社会にむけて

☆. 県による国保の財政運営 = 平成30年より「国保財政運営」は県に移管される。課題は!

☆. 会報「たっしゃでよ越の輪」=年2回(4月、10月)発行、全会員に配布

☆. 研修会、学習会の取組=10月に学習会「よりよく生きるために…」実施、研修会の検討

☆. 地域の連帯=人口減少など地域の将来、課題への地域連携、明春の上越市議

選には「現職者、退職者による連携」の立場から『連合推薦候補』を支援する

☆. 健康年齢を伸ばす取組 = 閉じこもり、認知症予防対策、公共施設の利活用推進

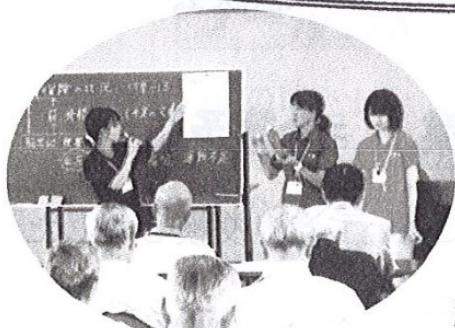


● 村山 会長 あいさつ  
◆(後方) 議長に選出された  
塙田 俊幸さん(大島農機)



9月4日 基調講演

### 生活を通じた健康づくり



☆定期総会に続いて基調講演として、  
上越市・健康づくり推進課より、和久井 佳子・栄養士、  
大岩 めぐみ・保険師、八木 朋子・保険師 の3名から

★上越市の高齢者、介護状態の状況

★日常生活における食事、運動、ふれあい 等の大切さ

など、市の説明資料を示されて『ユウモアも交えての、  
とてもわかり易い説明』を受け、大変有意義なお話でした。

◆ 質問者も多く、身近な疑問、問題にも丁寧に解説いただきました。

上越市	人口(%)	要介護者	割合(%)
65~74歳	25,000人	1,300人	5.4%
75歳以上	30,000人	1,200人	40.6% ↓

#### 上越市の特徴

- ① 介護状態になる人が多い！
- ② 筋・骨格疾患、麻痺、糖尿病、等が多い！
- ③ 上越市は特に、脳梗塞、脳出血が多い！

## 総会で規約改正【概要】

- ◆【第1条】活動範囲を上越市、妙高市に明確化。
- ◆【第5条】役員に、新たに事務局次長を設ける。  
※副会長を現・2名から1名とする。
- ◆【付 則】改正規約は2016年9月2日から適用。  
※このため、今回改選された役員の任期に限り1年とする。(規約は任期2年)



## ご来賓の激励あいさつ(要旨)

(県高齢協=早川 会長)・現役労働者、県連合と一体となった行動深める

・「高齢協」の名称は、少し堅苦しいとしたら・・・名称変更も検討したい。

(労働金庫=菊野 直江津支店長)

・発足~60年で急成長し現在、全国労金の預金残高は「≈18兆円」

(第四銀行は≈4兆円) 全国規模のメガバンクに匹敵している。

新潟労金も発足時から五倍増となっている。皆さんの生活に役立てて  
いる。気軽にご利用を!



(総合生協=寺尾 上越支局・職域推進課長)・本年3月で「60周年」を迎えた。会員総数も「≈43万人」となり、現役、退職者のみならず、多くの世帯からご利用いただいている。各種の共済はもとより、食料・弁当等の班別、宅配など、また生活相談として『いきいきプラン応援隊』として、15項目の応援プランを用意しております。

## 8月28日 市・福祉関係及び保険関係担当者との懇談会

“健康寿命伸ばすために”

上越市の福祉政策

新しい総合事業！ =介護予防=

高齢協幹事会(13名)で 上越市の福祉政策について意見交換しました

◎ 今年度より就任された、笹川・高齢者支援課長と佐藤・副課長と、

- ◆今年度より市の事業として取組む  
「新しい総合事業」の進め方
- ◆「地域包括ケアシステム」と「公助、  
共助、自助=サービス費用の負担」  
等、率直に意見交換しました。

●今後も、こうした会を継続して行えるよう



上越高齢協3役、幹事



高齢者支援課

## 改選された役員(全員再選)

会長	村山 尚祥	信越化学 高齢協
副会長	笹岡 慎一	日本ステン レス高齢協
副会長	金勝 和久	NTT 退職者の会
事務局長	山崎 泰一	上越市 退職者会
幹事	加盟単会より	11名
会計監査	加盟単会より	2名

# 楽しく・・・参考になりました！

上越高齢協・学習会

## テーマ 『よりよく生きるために……』

～エンディングノート「あわてないために」を書いてみよう～

講師＝「NPO 法人・あいごの会」 田中 紗子・副理事長

10月26日・市民プラザで、学習会を行いました。

当日は、ご夫婦で参加された数組を含めて 60 人、

講師から「県内・高齢者の状況」「人生の総括」を現在の生活「3大見直し」などの実例ふくめた実のある指導をいただきました。“百聞は一見にしかず”まずは試しに…と、

参加者全員に高齢協より提供したノート「あわてないために」=NPO あいごの会発行(1冊 500 円)=を開いて、書けるところは実際に書いてみたりしました。

- 平成 11 年 9 月ボランティアグループとして設立、平成 16 年 NPO 法人。
- 「出会い」「学びあい」「助け合い」「支えあい」を合言葉に新潟市を中心に県内にも広く講演などの活動も行っている。

【事務局】新潟市中央区女池 4-3-13  
Tel/fax 025-285-1561

先生から

「かしこまらず素直に…、一度書いたからといってこだわらず、何度も書きなおすこと、書き足すことが大切…(毎年お誕生日に書きなおす方もいます)。見本もあります、参考にしてみて…」などとアドバイスをいただいて、和やかに体験できました。



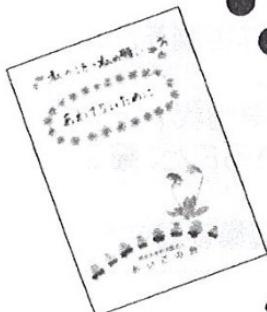
とは

## ゴールに向かって、生きるために再スタート!

まず考えたいのは…！

- ① 健康のこと…体力、老いの意識、生活習慣の見直し
- ② お金のこと…生活維持、より楽しく。次世代に残したいもの、残さず整理すべきもの
- ③ 人間関係の再構築…夫婦、家族、親戚～、友人、社会的立場…見直し、伝える

「あわてないために…！ わすれないために…！



- 書けるところから、気になるところから書く
- 記入日は、変更があるので必ずかいておく
- 何度も書き足し、書きなおすことができる。

誕生日ごとに、見直すのも有効です！せめて 3 年おきには…！

- 記入ノートは大切に…、将来見て欲しい人には分かりやすく。



※ ノート「あわてないために」(1冊 500 円)を希望される方は、直接「あいごの会」へ申し込む、又は上越高齢協役員にご連絡下さい。

## ☆上越地域高齢協 加盟団体 紹介

たっぷりやで上越の輪

### NTT労組・退職者の会 上越地区協

★会長 古川脩 他役員 3名

★会員数 390名

★結成 昭和57年8月31日

#### 【主な活動】

- ◎ 総会(年1回)、幹事会(年4~5回)  
ニュース発行(年4回)
- ◎ 親睦活動= 春、秋のハイキング、  
上部組織主催の懇親旅行、
- ◎ 交流活動=「仲間のつどい」、講演会と懇親会
- ◎ 慶弔制度=(上部)古希、喜寿、米寿 祝い  
上部、支部より 本人死亡弔慰金
- ◎ 会の目標=平和憲法維持、高齢者が安心と信頼  
できる年金、医療・介護充実社会の実現。  
『安心・信頼生きがいあふれる、みんなとともに』

(NTT労組退職者の会・事務局)

◆ 会員とのコミュニケーション  
最近、会員の高齢化に伴い、高齢者  
二人世帯、一人暮らししが増えていく。中  
には連絡が取れないこともあります。対策と  
して「会と会員の「ミニューケーション」の充  
実」に向け、逐次、訪問又は電話により  
生活状況、緊急時の連絡先の把握など  
を行い、「五〇名の調査票を作成で  
仲間とも情報交換が大切だと思います。



### 新潟県・退職教職員協議会・上越支部

(新潟県・退職協上越支部 事務局)

◆ 平和と民主教育の推進のため、署名や  
要請活動にも取り組み、現職を支援している。  
会員の高齢化が進み、医療保障や福祉の  
充実が強く望まれているが、  
一組織では限界があるので高齢協として  
の取組に期待しています。

#### 民主教育いつまでも

◆ 支部が広範囲(上越市、妙高市、  
十日町市の一部)のため、総会のほかに  
三地区交流会で親睦を深める工夫  
しています。



★会長 相馬久彌 他役員・幹事 12名  
★会員数 449名(2015.9.1現在)  
★結成 昭和48年2月

#### 【主な活動】

- ◎ 総会(研修会、懇親会)、理事会、事務局  
会議等、3地区交流会、
- ◎ 「会報」本部、支部ともに発行 年3回
- ◎ 親睦活動=囲碁大会、上部機関のサークル  
活動への参加

#### 【会の目標】

- ◎ 会員の親睦と情報交換 など
- ◎ 平和と民主教育の推進 など

【編集後記】 安部政権は「戦争(可能)法案」を強行採決して、今度は世論をかわすかの如く「一億総活躍社会」なる言葉をアドバルーンしてきました。

今日本は、沖縄など「地方の声、自治」が危うく「一億総低所得時代」とも  
言われているのに…！ 子供たちの明日のために、私たちも、できること、機会  
がある時は声を上げねば！！ と話し合っています。

会報4号お届けします。ご意見、ご要望などお寄せください。 (編集委員会)