



「旅行趣味の会」発足 (第1回上州草津温泉行)

「旅は道連れ、世は情け」歌の文句にあるように、会員アンケートで、回答が圧倒的に多かった「旅行趣味の会」が去る7月発足。会員早くも40余名。第1回は9月15～16日、神奈川県観光(株)の協力を得て、10余名が参加、草津温泉へバス旅行。

参加者によれば、とても楽しく、満足至極とのこと、担当者一安心。次回は12月予定。何時でも会員になれます。ご連絡を。

出合いの場を広げる 退職者会の役割

退職者こだま会報

NO. 24



世の中には「敬老」の言葉を聞いて抵抗感や不快感を抱く「老青年」も少なくないのではないかと。敬老の言葉の裏には、厄介者を神棚に祭り上げるかのような、一種のいんぎん無礼な響きが隠されているといったら、言い過ぎだろうか。こうした老人感を返上しなれば、来るべき高齢者社会時代の扉に明るい光は差し込まないだろう。

たとえば、高齢化社会を予測する説明に、将来、働く人四人で一人の老人を養わなければならないといわれている。確かに数字の上ではそうだろうが、こういう、未来図の描き方にはいささか疑問を差し狭まざるを得ない。老人を専ら負の面だけで、お荷物としてとらえる視点からは、明るい未来図は描けない。老人が正の存在とし

「敬老」の意味あいを考え直す

呼びやすく、親しみやすい会への名称変更で、「厚生会」から変わった「こだま会」
「こだま会」とは、山のこだまのごとく、会員が呼べば、その要請にすぐ応えられるような会に。そして、その響きは限りなく拡がり、併せて質の高い会を目指すことを意味します。

て生き生きと位置付けられる、負から正への視点の転換こそが求められている。老人票が政治の流れを決し、人手不足に対する老人の労働力の再評価など求められてよいのではないだろうか。

健康で意欲と能力のあるお年寄りには、その豊かな経験と知識を眠らせず、社会に生かす、何も労働力としてだけではない。奉仕活動などを通じて社会に参加する。それが個人の生甲斐を生む。老人が正の存在として生きることが、社会の隅々まで活力を与える。

これこそが、高齢社会の望ましい未来図であらう。

二十一世紀を前にして、私たちはどうやら敬老の意味合いを考え直さなければならぬようだ。

(「敬老の日」・K新聞社説から)

第八回定期通常総会報告

(会報第23号二頁〜五頁参照されまし)

第八回通常総会は、前号で案内のとおり、六月十六日(火)午後二時から、横浜市港湾労働会館で開催された。

当日は定刻どおり明田幹事の司会により開催。

現在会員数五〇三名、本日の出席者数四九名、委任状二三四名、合計二八三名で、会則第十二条二により総会は成立する。

開 会

「代表幹事あいさつ」から

昭和60年発足当時、会員数も六・三倍名から今日まで会員数も六・三倍になり、地味な努力の成果がようやく認められるようになった。今後は経費の節減と財政基盤の確立に向けて恒久的体制整備に努める旨強調。

来賓あいさつ

来賓として、県職労、松本中央執行委員長から期待と激励のあいさつのあと、横浜市従退職者会の佐々木会長から退職者の連帯と相互協力の必要がのべられた。

更に県職労、壮年部、米山部長から同部主催の研修会への参加と要請があった。

議 事

次いで議事に入り先立ち議長選出に移り、議長に荒井太郎氏を選出し、議事の進行が行われた。荒井さんは多くの会の議長経験のあるベテランであられる。

「一九九一年(平成三年)度経過報告」と「収支決算報告」とは



総会での参加者のみなさん



相互関連があるので一括上程され、青木事務局長から議案(会報第23号2〜3頁参照)により次の項目について説明された。即ち

- ・ 執行体制の概況
- ・ 全労済関係事務
- ・ 「趣味の会」の増加と充実
- ・ 会員アンケート実施

- ・ 県(庁)関係退職者会の概況
- ・ 当会員入会状況と加入の取組み

次いで、本日都合より会計監査が欠席されているので、五月二十一日、会計監査を受けた旨報告された。

以上につき議長から質疑を諮った後、拍手をもって一括可決された。次に、「一九九二年度事業方針(案)」について、児玉代表幹事から議案にもとづき、次の項目順に説明が行われた。

- ・ 執行体制の充実と補充
- ・ 永続性のある財政基盤の確立
- ・ 趣味の会の充実と拡大について
- ・ ひとりぼっち対策に向けて
- ・ 会報の発行の恒久的体制に向けて
- ・ 県等に対する退職者会としての提言、具申策に向けて

(次頁へつづく)

議案説明の代表幹事



年金情報

平成4年9月18日付新聞から

年金支給、65歳に
2010年までに段階的引上げ

制度審部会提言

社会保障制度審議会(首相の諮問機関、隅谷三喜男会長)の年金数理部会は十七日、九四年の年金制度改正に向けた提言を盛り込んだ報告書をまとめた。報告書は厚生年金などの支給開始年齢を六十歳から六十五歳に引き上げるのは避けて通れない課題とし、五年ごとに一歳ずつなど段階的に引き上げ、二〇一〇年までに引き上げを完了するよう求めている。公的年金の一元化については、制度を民間と公務員の二制度を統合するなどの案を三通り示した。政府の審議会から次期制度改正についての提言が出たのはこれが初めてで、年金審議会(厚相の諮問機関)を中心に本格化する改正作業にも影響を与えそうだ。

支給開始年齢の六十五歳への引き上げは、前回の制度改正(八九年)で政府が国会に提案したものの先送りになった経緯がある。報告書は人口の高齢化などの影響で年金財政が厳しくなっていると指摘。給付水準を維持しつつ保険料負担を抑えるためにも、高齢化が本格化する二〇一〇年までに六十五歳への引き上げを完了させる必要があるとの考えを改めて打ち出している。報告書はまた、高齢者の労働力を活用して活力ある社会を維持する観点からも支給開始年齢の引き上げを訴えた。ただし一律に六十五歳にするのではなく、健康状態や就業能力など個人の事情に応じて六十一歳からでも年金を受け取れるような

弾力的な措置も求めている。一連の年金制度改革では、現在は細かく分かれている年金制度を九五年に一元化することも課題となっている。報告書は「各制度の給付と負担の整合性を図り、年金財政の安定を確保することが一元化の課題」と指摘。モデルとして①各制度を一つに統合する②民間サラリーマンと公務員の制度にまとめる③制度を分立させたままで費用負担だけ調整する——の三通りの方法を示した。民間、公務員に分けて制度をまとめる案を示したのは今回の報告書が初めて。また、情報を客観的に評価するためにも情報公開のための三者機関の設置も訴えている。

公的年金一元化に3案提示

社会保障制度審議会年金数理部会の報告書の骨子

1. 公的年金一元化

- 給付と負担の整合性、年金財政の安定確保するのが一元化の課題
- 一元化のモデルは3通り
 - ①各制度を1つに統合
 - ②民間と公務員の2つに統合
 - ③制度を分立させたまま費用負担だけ調整

2. 年金財政の長期的安定化

- 支給開始年齢の65歳段階引き上げは、2010年ころまでに完了する
- 年金制度が高齢者雇用を阻害しないようにする

3. 年金財政の情報公開

- 国民の理解と合意を得るため、年金財政の現状と将来展望などの情報公開
- 年金財政の客観的な評価と情報公開をする第三者機関の設置

4. 企業年金

- 公的年金を補完する企業年金の普及、充実

(前頁からつづく)

・その他

なお、その他で年金研究会等の必要に言及し、川村幹事から最近の年金情報について新聞記事を参考に補足説明がなされた。

このあと質疑に入り拍手をもって本案が可決された。次いで「一九九二年(平成四年)度予算(案)」が上程され、青木事務局長から説明のあと、本件も拍手をもって可決された。

ここで五分間休憩の後次の「役員の補充について」が提案され、児玉代表幹事から、副代表幹事である庄司三雄、田中英子の両氏から、病気等の理由で辞任の申出があるので、これを承認、補充として、新川宜満氏を幹事として選出したとき主旨の議案が、全会一致で可決承認された。(庄司並びに田中さん永い間ご苦勞さまでした。お礼を申し上げます。)

以上をもって議事が終了、議長降壇され、司会者から閉会の辞がのべられた。
このあと、会場を農協会館地下食堂に移して、懇親会に入り、たのしい一日が無事終了した。

「独りぼっち」・「寝たきり」 対策シリーズ②

万一、家族や友人の誰かが、「独りぼっち」や、「寝たきり」になった場合に備えて、予備知識や、情報把握に努めようではありませんか。

当こだま会の事業の大きな柱として、「独りぼっち」「寝たきり」対策を取り上げ、会員各位に、然らば、どんなことを取り上げるべきか、先般四月左記アンケートで設問したところ、次のような回答
ひとりぼっち対策アンケート

(提起理由) 究協議会の開催.....17名

(4)その他

私達は、境遇の違いはあっても、いづれかは「ひとりぼっち」になる運命が待ち受けています。そこで当会では、昨年6月の第7回総会に「ひとりぼっち」対策、助け合い組織化について活動方針として提案し承認を得ました。つきましては、当面どんなことから進めたらよいか、お智恵をかして下さい。

(回答)

- (1)他の退職者会などの資料収集を始める.....34名
- (2)身近な県下、市町村の「ひとりぼっち」対策の現状把握：17名
- (3)先ず会員の中から有志による研

- *ひとりぼっちになった人に登録して頂きその人に定期的に、なんらかの働き掛けをして精神的に支える.....1名
- *会員健康通信を年2回発行し会員の近況を伝える会員相互の情報誌.....1名
- *職場の退職者会では難しい、本来地域の自治体の運動を広げてゆくべきと考える.....2名
- *知識人・古老による精神面(宗教面)での講話、思いやる心を.....1名
- *警友会のように香典、花環等を出せないか.....1名

情報提供Ⅰ 「奉仕切符制度」

堀田さん 介護問題のカギ 構想発表

法務省官房長から福祉活動家に転身し、話題を集めた「さわやか福祉推進センター」所長・堀田力さんが、住民の相互扶助システム「ボランティア切符」を全国ネット化する構想を披露した。

ボランティア切符は、高齢者や身障者を介護すると切符が交付され、奉仕した分だけ、自分や家族に還元される制度。十年前から民間福祉団体に導入され、現在は各地の社会福祉協議会など六十以上の団体が採用している。

堀田さんは、「高齢化に伴う要介護者の増加には、国だけでは対応できない。解決のカギはボランティアしかない」とネット化が必要な背景を説明。「さわやか福祉推進センター」によると、二十年后を目標に、基金二百億円を集め、ボランティアを要介護者の三、四倍に当たる千二百万人に増やすという構想だ。同センターは電話〇三―三四〇〇―七八三六。

情報提供Ⅱ コープ(生協) かながわ

「ホームヘルプサービス」のご案内

ワークイズコープ「愛コープ」が、コープ(生協) かながわから委託を受けて、助け合い精神で、サービスを提供します。

問い合わせ 愛コープ事務局
電話 〇四五―474―〇六八〇

〒横浜市港北区
新横浜2―5―11

コープかながわ本社内

・利用出来るサービス

- ①家事援助サービス
食事づくり、買物、洗濯、掃除、ふとん干し、留守番など
- ②高齢者や障害者への簡単な介護・介助

(次頁へつづく)

(前頁からつづく)

移動介助、着脱介助、おむつ交換、清拭など

③趣味・社会活動への援助

代筆、学習お手伝い、ペット世話、話し相手など
その他、ご相談にのります

◇活動地域

神奈川県全域を対象とします。ただし、当面一部地域では、ヘルパー関係で、交通費負担が多くなる場合があります。

◇活動時間

午前九時から午後五時まで

情報提供Ⅲ

次のような身近な地域の情報もあるので常に注意しておこう。

横浜市旭区福祉団体「たすけあい・あさひ」誕生

理事長 小山静子さんのお話から

「困った時はお互いさま。手伝ったり、逆に助けを求めたり―かつて街角でよく見られた光景。気負わず、自然体でやっていけたら」と身近な暮らしの分野で支え合いの和を広げようと、横浜市旭区で発足したワーカーズ・コレクティブ 045(366)1848の代表。五人の有志と組織結成を呼び掛けてから足掛け九カ月、三十二人の会員で旗揚げにこぎつ

(土・日・祭日を除く)

サービス時間は最低一時間から依頼を受けます。

◇利用会員になるには

サービスを利用する場合には利用会員になっていただきます。左記の手続をとり、入会金と年会費を支払えば、利用会員になれます。

- 入会金 参千円
 - 年会費 貳千円
 - 利用料金 一時間八百円
 - 交通費 実費
- 更に詳しくはコープ(生協)まで。

身近な地域の

「なにしろ通勤続きの根無し草。地域に根差した活動など、横浜に越して来るまでは思いもよらず。もともと『食』の安全性に関心があって、生活クラブの仲間入りを」

会員の願いは、高齢化や核家族化が進む中での安心して暮らせる福祉の街づくり。

「生きることは、老いること。だれしも避けて通れない道なら、

今できるお手伝いを、求める人に。いつか立場の逆転する日が来るはずです」

独り暮らしのお年寄りの世話、共働き夫婦や産前産後家庭の家事全般を手掛け、会員が相互に助け

情報提供Ⅳ

新聞コラムから

「寝たきり、ゼロ作戦」

広島の尾道市から北へバスで三十分ほど行つたところに人口八千人余りの御調(みつぎ)町がある。六十五歳以上の老人人口が二〇%を超えるこの町は「寝たきりゼロ作戦」で効果をあげていることで知られている。



▼作戦の本部は公立みつぎ総合病院。寝たきりになる最大の原因、脳卒中の患者が退院すると、臨床経験もある専任の保健婦(五人)が自宅に訪ねて介護するほか、十人いるリハビリの専門家も同行する。それだけではない。リハビリがしやすいように廊下に手すりをつけるなど、家屋の改造もする。病院スタッフの無料奉仕だ。

▼こうした努力を十年間余り続けたいか、昭和五十五年には町内に住む老人の三・八%、五十六人が寝たきりだったのが、平成元年

合う。来春までに二千時間のサービス提供が目標。

「男性の力添えがあつてのこと。組織拡充には、男性の協力が欠かせません」

は十五人(〇・九%)にまで減つた。四分の一以下になつたわけだ。山口昇院長は「日本の寝たきり老人は、半分ぐらいは作られた人たち。カネとヒトとやる気、それに住民の理解があれば必ず防げる」と説く。「しかも、今はお金がかかっても、将来の医療費は大いに節約されるはず」とも言う。

▼今、日本には寝たきり老人は六十万人以上、お年寄り全体の五%余りとされている。老人人口が増加するにつれて、二十年后には百四十万人程度にまでなるとの予測が出ている。ばく大な医療費は国民の負担となつてはね返ってくるという。しかし、それを決まらざる事実のように考えるのはどうだろうか。御調町の実験を他の市町村がまねできないわけではない。努力いかんで老人医療費を減らすのは可能なのだ。

(日経)

趣味の会行事案内

(各部会入会ご希望の方はハガキで事務局まで)

歴史散歩の会 歴史教室

充実した企画・内容をもって好評を拍している、歴史散歩の会は、すでに「歴史教室」が九回、「歴史散歩の会(現地)」が五回を数えるに至り、会員も優に五〇名を突

破している。現地見学に先立ち、荒井講師と世話人が、必ず前もって下見調査を行い、当日に支障がないよう万全を期している。

十月十六日(金)予定の歴史散歩の会の下見調査が去る八月二十七日(木)行われた。また、九月二十四日(木)は第十回歴史教室「日本人と鐘」が県の自治会館で開催された。

予告

○第十六回 歴史散歩の会
(現地)

十月十六日(金)

鎌倉佛師と鎌倉彫りの史跡を訪ねて

第十一回 歴史教室

十一月二十五日(水)

「神奈川県土史(ぼれ話)」
場所 横浜市社会福祉センター(桜木町駅前)

講師は、いづれもお馴染みの荒井太郎氏

新ハイキングの会

高麗山頂上でホット一息



会を発足すべく、会員募集したところ、三十余名の申込があり、早速、四月二日(木)に大磯高麗山・平塚湘南平方面の花見ハイキングを実施予定のところ、その前日の天気予報による天候悪化の為に中止するに至った。

そこで、このホトボリの冷めぬ中にと、真夏の頃となったが、七月二十三日(木)実施した。参加者は十名以内となったが、計画どおり、高麗山(男坂から)標高一六六米頂上登山のあと、湘南平へ。ここで休憩昼食、そのあと、大磯市街地へ向かい、鴨立庵を見学、名物

の井上蒲鉾店、船橋屋(花吹雪)新杵(西行饅頭)の各店に立寄り、日程を消化して無事帰途についた。今後の予定としては

・先ず万一の事故に備えて、災害保険に加入するようになりたいこと
・次回は「新ハイキングの会」が中心となつて、箱根芦ノ湖なみの、貯水量二億トンの巨大ダムとなる宮ヶ瀬ダム工事現地の視察とハイキングを予定しています。

また、健脚向の会員を対象に、南足柄市と静岡県境の足柄峠(太古の国道)と金時山登山、そして箱根一泊(大平荘予定)とたのしい日程を企画しています。部会員には内定次第お知らせいたします。

予告

(1)宮ヶ瀬ダム工事視察と附近

ハイキング(明春三月頃)

(2)足柄峠・金時山・箱根一泊

二日(明春四月頃)

(世話人、串田、新川)

「旅行の会」 草津温泉行

アンケートで圧倒的人気のあった「旅行の会」は会員数、早くも(次頁へつづく)

八月二十七日下見調査

(鎌倉八幡宮)



(前頁からつづく)
四十名を突破、早速実行に移すべく、神奈川県観光(株)の協力が得られ同社の旅行案内が会員に直接同社から送付していただけることになり、個人参加もできることとなった。

当会としても「旅行の会」の直営的事業として、当面、年四回程度実施することになった。

その第一回が、去る九月十五日、十六日の一泊二日の草津温泉旅行である。参加者十二名、バスの一角の座席が割当てられ、安く、たのしく、快適な旅行ができた。



たのしい草津温泉旅行での夕食のひとつ

参加者一同、大変満足されたようで、担当世話人としてもホットしているところである。

× × ×
ゆくゆくは、更に遠距離国内旅行から海外旅行まで夢をふくらませたいと考えています。

予告

十二月三日(木)〜四日(金)

伊豆熱川温泉行(一泊二日)
会員には別途連絡済み

料理教室(第二回)

この料理教室の内容を更に充実するため、先輩格の、県職労壮年部(中高年)と共催することにした。

九月五日(土)横浜市健康福祉総合センター九階料理研修室で、定員二十名を上回る二十数名が参加、作る楽しさ、食べる楽しさ、語り合う楽しい一日を過ごした。

県立、厚木病院の調理師、飯塚武弘氏の料理実技指導の下、「魚料理の仕方」(材料いわし)で、早速、各自実習に入る。

生身料理、フライなど、多種多様な料理を仕上げ、アルコールも若干与えられ、おいしく、たのしく、元気百倍、帰途についた。

わしの実習用のお土産もいただき、帰宅後、早速料理し、また、ビールで乾杯という充実した一日になった。

今後の予定は、壮年部との共催として年二回程度実施したいと考えています。(事務局)

お願いとお知らせ

前記、趣味の会、各部会の行事につきましましては、その都度、各部会に申込まれた会員名簿により各個人あてに連絡してまいりますので、未加入の方は事務局まで、官製ハ



魚料理に各自が挑戦

ガキに、希望部会、住所、氏名、電話番号記入の上、お送り下さい。

「加入のおすすすめ、と 会費納入ご案内」

「退職者こだま会」へ加入ご希望の方には、規約・入会申込書、会費振込用紙などお送りします。お申込ください。

所在地

〒231 横浜市中区本町四の三七
神奈川県職労事務局内

「退職者」こだま会宛
(電話)〇四五(二〇一)一一一
(内線七九五三)

〇四五(二二二)三二七九

振替口座
横浜銀行県庁支店

普通預金口座番号 八七八一三九

神奈川県労働金庫本店 普通預金口座番号

郵便振替口座 一二四八六四二

横浜五一六六五八〇

会費関係 (1)入会金 一、〇〇〇円

(2)終身会費 二〇、〇〇〇円
なお、年会費二、〇〇〇円もあります。

・年会費未納の方は至急払込ください。

四十歳以上は成人病世代。がん、心疾患と共に死亡率の高い脳卒中が要注意。これらで脳卒中は、発作が起きたら絶対安静といわれていたが現在は一刻も早く専門病院へが原則。脳外科手術に高い治療効果が表れているからだ。そこで、誰かが脳卒中発作を起こしたら、周囲の人たちの応急処置法を紹介。

脳卒中の発作は突発的に起こる。なんのシグナルもないので、そばにいた人は驚き、あわててしまう。どう対処したらよいか戸惑って、すぐ行動に移れない。

「脳卒中が起こってから六時間以内は最も大切な時間な処置をしないと、助かる人

少ない。寝かせる場所には静かなあまり明るくないところがいい。体を温めることは脳のむくみがひどくなるのでよくない。冷やすことも必要ない。

も亡くなったり、後遺症が重くなったりする恐れがある」そのためにできるだけ早く専門病院に入院させることが大切になってくるのだ。

「まず、発作を起こした人のかかりつけの医師があれば、そこへ電話をその本の中で挙げています。そのような医師がない人も、中年ともなれば脳卒中の可能性があり、そのために脳神経外科がある病院を日ごろから知っておく必要がある。

続いて医師や救急車が来るまでの間、まわりの人たちは、入院させやすい状態にするために倒れた人をちよつとなら移動しても構わない。病院には専門家を待つ。

脳卒中 応急処置法

これが四大注意点

病院への移動の際、注意すべき点がある。

① 担架や戸板で運べば安全

だが、人の手で運ぶ時は一人で運ぶのはダメ。頭が動いて呼吸の妨げになる恐れがあるからだ。動かす時の要は首を曲げないこと。このため三人以上で静かに運ぶことが重要。一人が頭と背中、もう一人が腰、あとの一人が足を

—— 一直線になるようにかかえる。腕は体によせて運ぶ。寝かせる時は、やや柔らかいふとんやベッド。枕(ま

絶対安静 もう古い 慌てず移動

くらは低い枕を肩から首にかけて入れ、顔が少しのけぞるように寝かす。その際、頭が心臓より低くならないように。少し顔をのけぞらせるのは意識がないと舌の力がなくなり、ノドの奥に落ち込んで空気の通りが悪くなるため。

② 吐いている人や吐き気を催している場合は注意が肝要。吐いたものをノドからよく取り除き、マヒした側を上

に、体を横にして、背中に座ぶとんを添えて寝かす。こうすれば吐いたものが流れ出し気管につまらないからだ。

③ 着ている物はゆるめ体を楽にしてあげる。寝かせる場所は静かなあまり明るくないところがいい。体を温めることは脳のむくみがひどくなるのでよくない。冷やすことも必要ない。

—— 以上の点が動かす時の主な注意事項だが、脳卒中の場合、心臓病のアクションと違つて、その場ですぐに亡くなるようなことはないのだ。呼びかけて応答があれば軽症、呼んでも応答がなく、ゆすつても手足を動かさない時は重症とみられるので、注意することだ。

6時間が命運分ける



▲寝かせる時は低い枕を肩から首にかけ



▲脳卒中で倒れた人を運ぶ場合

保健のページ

水上さんは最近、第一線で活躍している三人の専門家と共著「脳卒中」(有斐閣)を出しているが、行動の第一歩

医師への連絡と同時に大切なのは救急車(119番)への連絡。