

投問いは右の最寄りのセンターへの
 ■本部センター
 〒394-0002
 長野県岡谷市赤羽 2-3-47
 TEL 0266-24-0222 FAX 0266-24-0253
 ■岡谷センター
 〒394-0002
 長野県岡谷市赤羽 2-3-47
 TEL 0266-24-0211 FAX 0266-24-0292
 ■上田センター
 〒386-1102
 長野県上田市上田原 1178-15
 TEL 0268-23-4151 FAX 0268-23-3787
 ■長野センター
 〒387-0001
 長野県千曲市雨宮 2374
 TEL 026-272-6011 FAX 026-272-7055
 ■伊那センター
 〒399-4511
 長野県上伊那郡南箕輪村善沼 8864-1
 TEL 0265-98-9822 FAX 0265-76-8200
 ■松本センター
 〒390-0834
 長野県松本市高宮中 4-20
 TEL 0263-87-0276 FAX 0263-87-0206



今月の

風

11

月号

第384号

2021年

5月の定植を経て、今回はいよいよ収穫です！

加工用トマト 計画的労働参加

2021年8月25日(水) 26日(木)

長野県上水内郡飯綱町



2日間で延べ44人が参加しました

生活クラブでは、トマトジュースの原料となる加工用トマトの生産を、組合員による「計画的労働参加」で支えています。トマトジュースを消費する組合員自身が、「生産者」として深く関わり、その労働を直接担うもので、「援農」といったお手伝いではなく、きちんと労働対価が支払われます。

自分で収穫したトマトが消費材に…本当に行ってよかった!!

飯綱町へ加工用トマトの計画的労働に参加してきました。農作業の経験ゼロ、体力もゼロ、好奇心は満タンの状態で行ってきました。

朝7時半に集合し、すっきりしない曇り空の下、畑へ。今回収穫したトマトは加工用で、横約3~5cm、縦約3~8cmの少し縦長のトマトでした。この加工用トマト、地面に這うように成長しているうえ、雑草たちに程よく覆われていたので、まずは四方に伸びた莖を引っ張り上げて、一つひとつ収穫しました。

一つの株から20~30個くらいのトマトが採れました。ただ、この夏の大雨のせいで、かなり残念な状態のトマトもあり、とても胸が痛みました。あの雨さえなければ、一株から50個は採れたかも!!

収穫作業が面白くて、ついつい夢中になって黙々と作業しましたが、曇り空とはいえ、かなり暑かったです。



午前中3時間の労働の後、たっぷり2時間のお昼休みには、労賃やお弁当やお土産もたくさんいただきました。午後は4時間の労働でした…が、かなり気温が上がり、暑さで苦戦しました。



でも、今回収穫したトマトが加工されて、私たちの消費材になるんだ！ということを実感することができ、休憩時間の長野ブロックの組合員達とのおしゃべりがとても楽しくて、本当に行ってよかった!!と思いました。中には結構リピーターの組合員もいて、さすが農業県の長野県民!!と思いました。

生産者や職員、組合員の皆さん、暑い中お世話になりました、お疲れ様でした。まだ参加したことない人は来年ぜひ参加してみてください〜!!

岡谷支部 から
立ち上がった

困ったときはお互いに支え合い、安心して暮らせる地域づくりを NPO 法人 自立生活支援の会 「青空」 発足!



高齢になっても、地域で暮らし続けるためのお手伝いをします。身体介護を伴わない有償ボランティアによる会員制のサービスです。

立ち上げのきっかけ

岡谷支部では2018年10月より、エコロ制度で組合員を支援するケアグループ「ぬくもり」の活動がスタートしています。

しかし、エコロ制度では、病院への付き添いや買い物のお手伝いなど、車を使っての支援等はできないという課題がありました。

このような移動に関わる問題は高齢の方にとっては切実な問題です。



こうした課題を解決すると同時に、これからの高齢社会で住民が安心して自分らしく暮らせる、そんなまちづくりに自分たちも貢献したい。との思いから、組合員以外の方々とも共に活動していくために、NPO 法人格取得を目指すことにしました。

2021年の年明けから「青空」の法人格取得に向けて、定款作成等、県への認証申請手続きのための作業を進めてきました。それに要する設立総会を3月に行い、青空メンバーで「一緒にやって行こう」という思いをひとつにしました。その後、5月18日には、県知事への申請が受理され、6月1日に登記を済ませることができました。

和気あいのスタート集会!



写真 岡谷市民新聞社提供

7月24日(土)にスタート集会を開催しました。コロナの感染予防に配慮して必要最小限の人数にとどめ、顔合わせを兼ねて行いました。会員の支援者、利用者27名の内、17名(関係者含)の参加がありました。

お一人おひとりの声を聞かせて頂けるよう、イスを円陣に置く工夫をし、それぞれの立場から思いを話してもらい、和気あいの会となりました。



参加した95歳の男性は、「介護保険ですぐに対応してもらえないときにこの会に助けてもらえると思う」と、地元新聞社の取材に答えていました。その声に応え、小回りのきく丁寧な活動ができればと思います。

青空サービス内容

公的福祉サービス(介護保険など)では対応しきれない多様な自立生活支援、子育てを中心に、誰もが安心して暮らせる社会づくりに関する事業を行います。例えば…

- 病院、買い物などの付き添い
- 掃除、食事作り、草取り、ゴミ出しなどの家事全般
- お話しへの傾聴(話し相手)
- 託児などの子育て支援
- 講座や体操などの健康、生きがい作り などなど



■入会金 年会費

お互いに支え合う助け合い活動として、賛同金を募るという考えのもと、支援者、利用者ともに入会金、年会費を納めていただきます(会員制)。

- ・入会金 1,000 円
- ・年会費 3,600 円 (300 円×12 か月)

■サービス利用料

- ・30分 500 円 + 実費
- ・1時間 900 円



問い合わせ先

岡谷支部クラブステーション「わい和い」内 自立生活支援の会「青空」

〒394-0023 岡谷市東銀座 1-6-1 電話・FAX(0266)24-0255

今までに行った活動



- 今のコロナ禍でもできる事はないだろうか、と役員会で考えた末に健康推進活動として「みんなで歩こうかい!」を開催。

- 家事支援や、ワクチン接種の付き添いと接種後の見守りを行いました。



青空リーフレット

これからの展望

コロナ感染拡大の状況にもよりますが、今後はクラブステーション「わい和い」で、生きがい作りの講座や、時にはランチ付きの企画にするなど、会員の意見要望を聞きながら企画を考えていきます。

岡谷支部の組合員の声から立ち上がった青空。会員は、27名余りとまだまだ少なく、ほぼ組合員が占めています。今後は、地域の人々の理解と協力も得ながら、生活クラブの組合員の枠にとらわれず一人でも多くの方に会員になって頂き、この活動が活発に行われるよう頑張っていきたいと思っております。

岡谷支部

私たちの クラブステーション 上諏訪支部

生き生きテラス 「結」



開設までの いきさつ



「いつでも誰もが気軽に立ち寄れる場所があったらいいね」という思いから、2013年8月に「クラブステーションを考える会」を立ち上げました。皆で意見を出し合い、模擬クラステなども開催し、理解を深めました。物件探しは大変で「もう無理」と思ったことも何度かありましたが、それでも諦めることなく探し続け、2017年2月、開所となりました。

生き生きテラス「結」の役割

くらステ班

(火)(水)(金)に稼働。仕分けなどで18名のスタッフが活動しています。のぞみ班、さくら班、コスモス班の3つのくらステ班があります。

支部の活動拠点

委員会、班会、料理講習、サークル、イベント、コモン活動などに活用しています。

地域への発信

組合員だけでなく地域の方を巻き込んで学習会や、悩みごと、困ったことの手助けとなるような活動をしています。

活動 いろいろ

組合員以外の利用も広がり つながりも生まれています！

※コロナ禍で現在休止しているものもあります

- カフェ『結』
- 寄席、コンサートなど各種イベント
- お弁当事業（単協専門委員会等の食事作り）
- サークル活動（手芸、アロマ、パソコン）
- コモンの活動
 - ・くらしを考える会
 - ・子育てサークル“のびのび”
 - ・ケアサポートチーム たんぽぽ
 - ・かてプラ（家庭から出る海洋プラスチックについて学習、できることを実践）



コモンとは…生活クラブのまちづくり運動の推進を目的とした、組合員3人以上のグループ。

開所から3年程はイベントも運営委員が担当していましたが、現在は若い世代が中心になり、子育て世代の参加が多くなっています。



【DATA】

- 設備 : LDK 15帖、洋室8帖、7.2帖和室8帖、6帖、トイレ、浴室、脱衣所
- 駐車場 : 15台
- 販売 : 石けん類、調味料など

今後はくらステ班4班目の立ち上げと組合員705名の達成が最大目標です。クラブステーションはおおぜいの組合員の出会いの場ですが、人材発掘の場としても重要です。立ち上げ時のメンバーも今や半数が70代となり、世代交代が必要です。そんな中、若いメンバーがコモンを立ち上げ、自ら学ぶ行動を始めました。それらが次の世代につながる推進力となることと思います。

生き生きテラス『結』に込めた陽のあたる縁側に「お互い様」の気持ちでつながることを目指します。

裏わざ 早わざ 変りわざ **さっそくトライ! トライ!**

餃子の皮で簡単ピザ風

簡単で美味しく、カルシウムもとれます♪
子どものおやつに!

【材料】

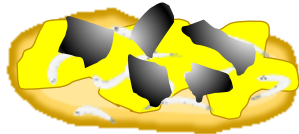
- 餃子の皮…12枚
 - ちりめんじゃこ
 - ミックスチーズ
 - 焼のり
- 適量



【作り方】

- ①餃子の皮に、ちりめんじゃこを広げ、上からミックスチーズを散らす。
- ②オーブントースターでチーズが溶けて皮がカリっとするまで焼く。
- ③焼のりをもんでかける。

具材は
アレンジ
自在!



生活クラブの
ステキな仲間

編集後記

疑問解決 コーナー

Q

素精糖がガチガチに固まってしまう。硬くて全く砕けません。一体どうしたらいいのでしょうか?

Q

&

A

A

一般的に砂糖は乾燥しすぎると固まってしまう。固まらないようにするには、湿気が重要。

夏のムシムシした時期なら、袋を開けたまましばらく放置しておくだけでOK。濡らしたキッチンペーパーをかぶせたり、キャベツの葉を入れておく、なんて人も! 素精糖のガチガチにお困りの方はぜひ一度お試しあれ♪

湿らせて!
湿らせるって方言かしら?

