

# ハッピージャンプ!

広島医療生協 三次支部  
三次市三次町 310-4 (県北事務所内)  
TEL:(0824)65-6056 FAX:(0824)64-8445

## 新年のごあいさつ

しあわせになるために、どうしたらよいのだろう?

私のまわりでは、高齢で一人暮らしの人が増えて、「ひとりぼっちはさみしいよ。」「話し相手が欲しいよ。」という声が聞こえてきます。

「円満は 人の返事に そうかいね」

どこかで読んだ川柳です。

他人は違ってあたり前。まずは、良い返事をしなさいよと言っているようです。

何か困っている事を相談されても、すぐに立派な返事はできません。まずは話を聞く事にします。

新しい年が来てても、話し相手を探して、楽しい会話をしたいものです。

話し相手を続けてもらえる為にもっと社会のニュースや健康への知識を蓄えたいと思います。

話し相手がいる。これは私にとって、とても幸せなことです。

(三次支部長 上杉 一益)



## 農業は最高だよ

今、米の危機が叫ばれています。米が余っている日本なのに、輸入ありき!!とはどういうことか?

外国からの輸入量はアメリカ・タイ・オーストラリアなどの国から 222, 502 円/トン。

日本で消費されている一人当たりの米は 1962 年度の 118.3kg をピークに年々下がり、2018 年度は 52.5kg。単身世帯の増加や共働き世帯の増加などにより、ごはんを炊く割合が減ったのが原因です。(厚生労働省 HP 参考)

米は栄養のバランスがとれており、日本人の体質にもあっています。

朝食はコーヒーとパンで済ませる人もいますが、バランス的には×。ごはん、みそ汁、前夜の残り物でも十分。朝は一日のスタート、忙しくても一品添えてね。

米は噛めば噛むほど甘味がでて美味しいです。

毎日忙しくても体が資本。特に我が家のような農家は身体が資本!!元気でいてこそ、仕事も頑張れます。

農業は人間の誇りを失わず、人々に喜んでもらえる仕事でもあります。

農福連携は世界が目指すディーセントワーク(生きがいのある人間らしい仕事)に適しています。

コロナ禍で輸入に頼った経済の危うさが浮き彫りになりました。今一度、安心安全な日本の農業に目を向け、食について考えてみませんか? (高岡 孝子)



## 東広島から東城へ

東広島西支部は、東広島市内でも西部の八本松町、志和町の組合員さんが主に所属されています。その東広島西支部の役員さんを中心とした 9 名の方が、緊急事態宣言が解除された 11 月 19 日に合同班会として、東城のひなの宿へ来られることとなりました。コロナ禍で出かける機会が減り、うつうつとした日々が続いていたので、リフレッシュしたいとの相談が事の始まりでした。

楽しい計画は着々と進み、当日は秋晴れのお出かけ日和な日でした。上帝釈の雄橋まで散策し(紅葉狩りは残念ながら間に合いませんでした)、ひなの宿で季節の野菜をふんだんに使ったお料理を満喫され、からだに優しい生活習慣の指導もあり、盛りだくさんな一日でした。

片道 100km を超える長距離移動でしたが、参加者の皆さんは東城の大自然に触れ、時間いっぱい満喫して帰られました。

桜の季節や、蛍の季節にもぜひ来てみたいとの事。

県北にはまだまだ良いところがたくさんありますので、たくさんの方にぜひお越し頂きたいと思います。(山口)



## えのかわ訪問記

あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、昨年はどうのような年だったでしょうか。

えのかわでは新型コロナウイルスに感染しないだろうか?と、ヒヤヒヤ、ドキドキ…不安と闘いながら、でも利用者様がその方らしく、安心して自宅で生活できるよう援助する事を第一に訪問しました。

おかげさまで感染者を出すことなく 2021 年を終えることができました。

今後も思いがけない事、予測していなかった事が起きるかと思えます。そのような中でも、自分は何を、どうしたいのか、どんな人生を送りたいのか、ただ時に流されるままではなく、目標を持って 1 日 1 日を大切に過ごしたいと思えます。

今年はいのかわ 20 周年を迎える年でもあります。

職員一同、力を合わせて頑張ります。

本年もよろしくお願い致します。

**在宅介護、療養のご相談は、えのかわへ**

訪問看護ステーション えのかわ

TEL 0824-64-8444

居宅介護支援事業所 えのかわ

TEL 0824-53-1888

