

# つながり通信

— くらぶがつながる —



くらぶのみなさん、こんにちは。この度、つながり応援チームに着任しました「わたなべ」と申します。一年間、県の東部エリア（松江北支所・松江南支所・隠岐の島）の業務に関わらせていただいていたました。修行を終え？ また「つながり応援チーム」に戻りましたのでどうぞよろしくお願いいたします。

一年間というのは実に早いもので、「あら、もう戻ってきたんですか？」という温かくてグサッとくる言葉をたくさんの仲間からいただきました。基本的に私は流れに逆らわない人間のように、その置かれた環境の中で生きていく（これも自分の運命）と考え、またこの部署での仕事を楽しみに変えられるよう努めたいと思います。

この一年は東部の支所に出勤したり、本部での会議に出たり、何度か隠岐の島にも行きました。短い期間でしたが一番印象に残っているのは支所で働いている「地域担当者」の姿です。「地域担当者」とは毎日トラックでみなさんのところに商品をお届けしている職員です。生協に勤めて数カ月の新人からベテランといわれる経験豊富な職員まで県内全域では100名を超える地域担当者がいます。毎日100台以上の生協トラックが県内を走っていることになります。

その地域担当者の何が印象に残っているのかといえますと、彼（彼女）らの「顔」です。どんな「顔」と言いますと「一生懸命頑張っている顔」です。それはうれしいことがあったときの笑顔や失敗してしまっって落ち込んだ顔、仲間と話し合っている顔、組合員さんと電話で話している顔、どれをとっても「まぶしいな」と私に力を与えてくれていました。

そういう彼（彼女）らが、組合員さんのところに行って元気の種を蒔いてくれているんだなあと感じています。最近は配送の時に会いできる組合員さんも少なくなってきましたが、地域担当者に会える際にはぜひちょっとした「おしゃべり」もしてみただけだと嬉しく思います。それがまた彼（彼女）らたちの力になっていくのです。私たちはつながりの中で、お互いに元気を与えあいながら生きているのかもしれないね。



**2023年度のくらぶの活動は3月までとなり、4月より2024年度の活動となります。**

2023年度の「おしゃべりくらぶ」「子育てくらぶ」に登録いただき、ありがとうございました。

今回、「一年の振り返り用紙」をお送りしています。

身近な仲間との集まりの場が、みなさんのくらしの中で

どんな場になったのかお聞かせいただけるとうれしく思います。

そして、2024年度も引き続きよろしくお願いいたします。

～2024年度継続くらぶのみなさまへ～

※2024年度の活動補助費は4月19日（金）に代表者の方の生協商品振替口座に振り込み予定です。

2023年度 くらぶの振り返り

この1年のくらしの集まりの場を通して感じたことなどを振り返りましょう。

記入欄

提出締め切り：4月12日  
つながり応援チーム

# ～災害に備えているもの・事柄を教えてください～

ささいな事ですが、普段からできる事で風呂のお湯を次の日の朝までためています。災害が起こり、水道が使えなくなった時にトイレに使ったりと利用できるので残しています。あとは懐中電灯やラジオ、電池など常に持ち出せるよう準備しています。(ワクワクドキドキ：松江北)

「何かの時に」と、「ある程度準備しておかないと」と話し合いました。早速リュックを出して、口ばかりだったので少しずつですが用意しました。保存水、寝袋、ラジオ、クラッカー、リュックサックに名前を入れて玄関に置くようにします。いつでも準備できると思っていただけ、すぐします(3人で約束しました)。(仲良しクラブ：益田)

防災セットが1セットあり、水は生協のお水を1ケースは必ず置いているようにしているが、全然足りないと思います。(ふじファミリー：益田)

防災バッグを一つ買って満足しているが、4人家族なので足りない。“持ち出し方”を考えておく必要がある。子どもだけで被災したことを考えると、家族みんなで「確認」をしておく必要もある。懐中電灯・集合場所・避難経路など。(みつこ：雲南)

玄関に防災セットを入れたリュックを準備していますが5年前にセットしたもので、何が入っているかわからないので、今回の地震を機に見直そうと思いました。ローリングストックは意識しています。缶詰やパスタ、乾物など、いざという時のために備えています。(ビットカーサ：出雲)



一応、リュックには水や長期保存できる食べ物、ラジオや簡易スリッパ等は準備しています。が、いざとなると慌ててしまい身体だけで飛び出してしまいそうです。(ワインクラブ：出雲)

特に災害に備えているものは、みんな、無いに等しい状態でしたが、この度の大災害はさすがにショックで、いつ、どこで、何があるかわからないという意識は強くなったと思います。高齢者ばかりなので、避難場所のあり方について、常々、毛布とか簡易ベッド等々、準備しておくよう自治体・行政に申し入れしないとイケないねとか話しました。(さくら：松江南)

災害が起きる度に、避難場所の確認や約束事、備蓄品のことが気になっていましたが、なかなか進めることができずにいました。しかし、今度こそは！と3人で情報交換しました。

〈備えているもの〉

- ・ビニール袋・ペーパータオル・タオル・ラップ・アルミホイル・紙食器・ポリタンク
  - ・カセットコンロ・ボンベ・卓上IH・乾電池・懐中電灯・アルミ保温シート
  - ・携帯トイレ・常備薬
  - ・貴重品・携帯充電器・車のガソリン(空にしない・早めの給油)
  - ・水・お菓子(カロリーがあり賞味が長いもの)・レトルト食品・インスタント食品
- (これらはローリングストックで備蓄する) (なのはな：雲南)



# くらのようす

先日の大雪の2日後、近所の一人暮らしのおばあさん宅へ様子伺いをかねて、少しだけのおかずを作り持参したとき、玄関前までずっと雪かきがしてあり、まあ大変だったねと聞いたら、雪の降ったあくる日、地区の雪かき隊の方々がしてくださったと感謝しておられました。地区のつながりの大切さを身近に感じました。(さくらの会：松江北)



昔話に花が咲きました。今と違って子どもの声があちこちで聞かれる時代でした。自然がいっぱいあって、遊びに飽きることなく、一日中、「あそこのおばさんとここのおばさんが毎日来てお茶事で大変だった」とか、「家でお産をして産婆さんと呼んで一人で頑張ったとか」・・・時代が変わって色々なことが楽になって良かったのかなあ。(おしゃべりくらぶ華：出雲)

令和6年、顔合わせグラウンドゴルフで大笑い！ 雪の中のプレイに笑いが絶えません ^^) お天気がよく、外で身体を動かす喜びを感じるね！とみんな運動不足を解消しつつ、次回もやりたいね～と。やる気満々でした(^)/ (E G A O：益田)



今年初めての会なので新年会を兼ねてみんなで昼食をしました。荷受けていつもお世話になっている〇〇さんが昨年末から体調を崩され、やっと元気になられそのお祝いも込めた会でした。お寿司に鯛の吸い物、鯨の粕汁、おひたし他、たくさんのご馳走にみんなで楽しく食べておしゃべりしました。平均年齢80歳以上の集まりなので、健康がいかに大事かをつくづく感じ、日常生活で転ばないように過ごしていこうと話しました。また元旦に起こった能登半島地震にはみんな心が痛みました。これからみんなで楽しい夕食を前に起こった悲劇にどうすることもできないもどかしさを感じました。(ハッスル婆ちゃん：雲南)

くらの活動補助費を使って「旨ダレ牛カルビ丼の具5個入」をメンバー分注文しました。お正月に食べた人の感想を話し合いました。  
・来客の子どもに好評だった(小・中学生)  
・昼食に一人で食べる時に手軽で、5個全部自分一人で食べた。 ・今まで利用したことがなかったが主人と食べてみて美味しかった。 ・少し値が張るものを補助費でいただくと、くらし応援をしてもらっているようで嬉しい。(ストレッチア：松江南)

年末年始や積雪の為、なかなか集まれず、地区の新年会を兼ねておしゃべり会をしました。新年早々の災害、事故のことも話題になり、あらためて突然何が起こるかわからない不安を痛感しました。最近、近所等のお茶飲み会が失われていますが、おしゃべりくらぶのおかげで地域のいろんな話ができます。これも災害の備えのひとつとなります。(こくらレディース：雲南)

今年、初の集まりだったので抹茶をたててもらい、和菓子でいただきました。とても美味しくておかわりも・・・新春らしい「くらぶ」の集まりになりました。御朱印を集めておられるメンバーさん2名で情報交換をされているのを聞かせてもらう2名も、この近辺にも神社がたくさんあり、犬の散歩で行っていた売布神社が安産の神様だったり、色々知ることも多く話が盛り上がりました。

(アグレアール：松江南)

# みんなにきいてみたい&伝えたい

益田でどこかおすすめののお出かけ  
スポットやおすすめランチのお店  
など教えてもらいたいです。

(親子くらぶ：益田)

さつまいもの天ぷらが大好きで揚げ物をするときは必ず揚げますが、さつまいもの保存方法を教えてください。年が明けて寒さが増すと腐ってくるのでみなさんはどんな風に保存しておられますか。

(ワクワクドキドキ：松江北)

お正月の夢のような食生活から一転、ぜいたくなお肉がたくさん体にまとわりつき、地獄です。怠惰な生活は頭も侵食してしまい、楽しいかにかに全力肉燃えができるのかばかり考えてしまいます。何もせず、ある日突然体重計に乗るとマイナス5kgなど妄想してしまいます。楽しい妄想があれば教えてください。(石東2班：大田)

三刀屋・木次の方で民謡を教えてください。とあるところがあれば教えてください。(なかよし：雲南)

気分がすぐれず、自己嫌悪に落ち込んだ時の解決方法があったら教えてください。(ローズ：大田)

今後の暮らしを考え、生協さんの「いろいろなお弁当を食べてみよう!!」という話が出ています。

(こぶし：益田)

## おたのしみ商品をお届けしています♪

今週3月2回配送週(3月11日~15日)に、くらぶで使っていただく「おたのしみ商品」をお届けしています。代表の方のお届け商品にいっしょに入っていますので、ご確認いただき、集まりの際のおしゃべりのおともにどうぞ♪

カカオ味わう濃厚チョコレートケーキ 8個入り 個包装  
参考価格；418円・税込み451円  
次回予定；4月2回だいすき



かりんとうミックス 72g  
参考価格；100円  
税込み108円  
次回予定；4月3回だいすき

※「商品お届け表兼請求書」には「試食〇〇 〇円」と表示されます。

来月は4月3回配送週(4月15日~19日)にお届け予定としています。お届け予定商品は「フルーツグラノーラチョコ」と「えびえび玄米せんべい」です♪ お楽しみに(^~^)