神奈川県生活協同組合連合会
神協連ニュース
No.486 2022年11月14日
横浜市港北区新横浜2丁目6番地13
新横浜ステーションビル9階　〒222-0033
TEL　045-473-1031（代表）
FAX　045-473-9272
Email:kccf@qf7.so-net.ne.jp
http://www.coopkana.jp

2022年 神奈川県生協大会 オンライン開催

一人ひとりが大切にされる社会を　～みんなちがって、みんないい～

神奈川県生協連では会員生協が一堂に会する取り組みとして、その時代の風も受けながら「くらしにとって重要なテーマを深める場」、「交流と発信の場」として1969年より毎年生協大会を開催してきました。 新型コロナウイルス感染拡大の影響で3回目のオンライン開催となりましたが開催前には5回の実行委員会を開催し、知恵と工夫を出し合った大会となりました。

■ 名 称／2022年神奈川県生協大会
■ テーマ／一人ひとりが大切にされる社会を
　　～みんなちがって、みんないい～
■ 日 時／2022年10月13日（木）10:00～12:00
■ 会 場／新横浜　オルタナティブ生活館地下1階
■ 主 催／2022年神奈川県生協大会実行委員会
　　実 行 委 員 長：里地 哲子・パルシステム神奈川
　　副実行委員長：井上 絵美・ユーコープ
　　副実行委員長：佐野 めぐみ・生活クラブ神奈川
■ 参 加／264名（オンライン参加登録数）
■ 内 容／司　　会：佐野 めぐみ・生活クラブ神奈川
　　開会挨拶：庭野 文雄　神奈川県生活協同組合連合会代表理事専務
　　基調講演：「あなたの弱さは、社会の伸びしろ」
　　　　澤田 智洋氏　世界ゆるスポーツ協会代表理事／コピーライター
　　会員生協の活動紹介（動画）
　　みんなで体操「ダジャレクササイズ」世界ゆるスポーツ協会プログラム「ゆるササイズ」より
　　閉会挨拶：里地 哲子　パルシステム神奈川

神奈川県労働者福祉協議会
50周年レセプションが開催されました

神奈川県労働者福祉協議会は、本年3月に結成から半世紀の節目を迎え10月21日には今日までの活動を振り返り、新しい社会や時代を切り拓く機会とする『結成50周年記念レセプション』を、96名が参加する中で華やかに開催しました。

来賓の黒岩知事からはビデオメッセージが届けられ、横浜市の山中市長、川崎市の福田市長、相模原市の本村市長の各市長から、神奈川県労福協がフードバンク活動、タオル一本運動など地域社会に貢献いただき、素晴らしい活動を評価している、などと挨拶をいただきました。

消費税ネット学習会開催報告
「検証!消費税は社会保障に使われているか?」

10月28日、神奈川県生協連も参加している消費税ネット（「消費税を含めた税のあり方を考えるネットワーク」）では、「検証!消費税は社会保障に使われているか?」をテーマに、税理士で元静岡大学教授の湖東 京至先生を講師に学習会を開催しました。

講演では、消費税は社会保障に限定して使われる目的税ではなく一般財源として使われていることから「消費税は全額社会保障費に使われている」とは言えないこと、実際上も社会保障費予算を賄ってきた第一位は国債であり、社会保障給付を支えている主要な財源は消費税ではなく国民負担の社会保険料であることなどがデータに基づいて示されました。

さらに、消費税には輸出還付金制度があり輸出企業の中には消費税を全く負担しないばかりか還付金をもらい続けている企業もあることから、消費税は社会保障財源にはふさわしくないこと、そして社会保障財源には、応能負担の原則にかなう税金を充てるべきと話されました。

税制や税のあり方をめぐっては、理解しにくい部分も多いことから、消費税ネットでは、引き続き学習の場を設けていきます。

■ **日　時**／10月28日（金）　18時30分～20時
■ **講　師**／湖東　京至先生（税理士、元 静岡大学教授）
■ **参加者**／85名（実参加24名、オンライン参加61名、サテライト会場参加者の人数を含まず）

第27回 福祉クラブ生協
ふくしまつり on-line を開催しました

福祉クラブ生協では、1996年からたすけあいの輪を拡げるチャリティーイベントとして、各行政区でふくしまつりを開催してきました。多くの人が「福祉」を身近に感じ、チャリティーを通して仲間づくりを行なうと共に、ふくしまつりの収益金とカンパ金は外出が困難な方や障がい者の外出支援にかかせない福祉車両を導入し、現在16台の福祉車両が地域の中で活躍しています。

長年地域に根付いてきた「ふくしまつり」を風化させないためにも、昨年に引き続き、今年も10月27日（日）、「未来につなごう!地域に拡げるたすけあい」をテーマにオンラインで開催しました。当日は、生産者や関連団体からのメッセージ、視聴者参加のお楽しみクイズ、ライブ中継、みんなで健康体操等、on-lineでみなさんとつながることができました。YouTubeで視聴できますのでご覧ください。

福祉クラブ生協では、誰もが安心して暮らせる社会を目指し、人と人とのつながりを大切にしながら、組合員どうしのおたがいさまのたすけあいを実践してきました。未来に向けて、健康に笑顔で暮らせるよう協同組合として今できることを考え活動

神奈川まるごと健康づくり

動ける身体(からだ)をつくる! フレイル対策 実践に向けて編

日常の動作を難なくこなすためには、生活体力を高めて維持する必要があります。生活体力にとって中心となる要素は歩行機能であり、長い距離を連続して歩くことができるか、階段を登る事ができるかといった日常の動作で機能をチェックする事ができます（前回記事をご参照ください）。

歩行機能を高めるためには実際に歩くという事が手っ取り早い方法となりますが、健康のために歩こうと思っても中々はじめる事が出来ないという人も多いのではないでしょうか。『明日はからだを動かそう!』と決心しても『当日になると面倒くさい…』と思ってしまうのは、実は人間の心と体の仕組みから考えると非常に合理的な反応と言えます。人間の脳は大まかに言って理性的な思考を司る外側の部分（大脳皮質）と、生存のために必要な事柄（本能）を制御する内側の部分とに分ける事ができます。『健康のためには身体を動かした方が良い』、『カロリーを摂り過ぎないようにケーキを食べるのは止めよう』と言った思考は全て理性的な部分で処理されます。

一方で、糖類のような栄養素が有り余っている環境で生活するという状況は人類の歴史の中でもごく最近の事ですので、本能の部分では『身体を動かして余計なエネルギーを消費したくない』、『エネルギー源である糖分はチャンスがあればいつでも摂取したい』と思い行動を制御します。厄介な事に、実際に身体を動かす神経と直結しているのは本能の部分ですので、理性の部分は常に身体の制御では不利な状況にあります。言わば、仕事の業務内容を決定する部門と実際に業務を行う部門とが分かれている状態ですので、両者の連携が上手く出来ていなければ当然ながら考えているようには行動出来ないという事が起こる事になります。

実際の人間の行動は本能に負けてばかりかと言うとそんな事はありません。責任や使命感といったものが本能的な欲求を上回る事もありますし、他の欲求を組み合わせる事で本能的な行動をコントロールしている場合もあります。子どもがお手伝いは嫌だけどお小遣いがもらえるなら頑張るというような状況です。生活体力を作るような身体運動を行う場合は、いわゆる根性論ではなく、上手く状況を設定することで自分の行動をコントロールするといった事が特に重要となります。

歩くためには理由があるというのが強力な切っ掛けとなります。例えば、商店街に新しいお店が出来たから行ってみよう、紅葉の季節だから丘に登って景色を見てみようというのは良い切っ掛けですし、それを家族や親戚、友人と一緒に行くことにすれば“人との約束”という責任感も生まれて行動を起こしやすくなります。

歩く機会が生まれたら、歩き方にも気を付けて頂くと良いと思います。普段歩いている歩幅より1～2割ほど広げてややきつく感じるぐらいの早さで歩くと、自然と運動量が増える効果的なウォーキングとなります（図参照）。出歩く際には歩数計のような自分の行動が記録出来る機器を使って頂くと、歩く事が習慣化しやすくなると思います。

東京都健康長寿医療センター研究所
鈴木 宏幸先生

図　効果的なウォーキングの仕方

チャレンジしていますか？

健康チャレンジ2022

現在、神奈川まるごと健康づくり「健康チャレンジ2022」の取り組みが始まっています。

「あ、まだやっていなかった!」という方、これからでも大丈夫です。
まずは「やってみる」。はじめの一歩が大切です。
笑顔でくらす健康習慣になるよう、ぜひ実践しましょう。
おすすめの体操の紹介、ペットボトル体操の動画などもご用意しています♪

参加費無料
どなたでも参加できます

シート提出締め切り
2022年12月15日

https://ken-chare.com/

または
検索 | 神奈川県生協連健康チャレンジ

横須賀市生協運営協
幹事会メンバー交流企画　横須賀市内健康ウォーク

横須賀市生協運営協（代表幹事:荒川美作保･パルシステム神奈川）は、コロナ禍で幹事会同士の交流ができていないことから、幹事の交流を目的に横須賀市内の散策を行いました。健康にもよく、改めて横須賀の魅力を感じることができた交流会でした。

■ **開催日**／2022年9月27日(火)10:00～14:30
■ **コース**／走水神社～観音崎ボードウォーク(海岸に沿った遊歩道)～横須賀美術館～観音崎
■ **参加者**／9人

[横須賀市生協運営協]
うらがCO－OP、パルシステム神奈川、神奈川みなみ医療生協、ユーコープ

藤沢市生協運営協
「災害に備える」防災学習会&ソーラークッキング

藤沢市生協運営協議会（代表:河瀬亜希･パルシステム神奈川）は「各生協における防災の取り組みを共有したあと、ソーラークッカー研究家の西川豊子さんによるソーラークッカー工作のデモンストレーションと、ソーラークッカーを使ったクッキングを行いました。

■ **開催日**／2022年9月30日（金） 10:00～12:00
■ **場　所**／パルシステム神奈川 湘南センター
■ **参加者**／9人

[藤沢市生協運営協]
医療生協かながわ、神奈川高齢者生協、湘南生活クラブ生協、パルシステム神奈川、ユーコープ、福祉クラブ生協、やまゆり生協

ソーラークッカーは身近なもので作ることができ、子どもから大人まで手軽に楽しめる。各生協での防災の取り組みに活用したり、消費生活展を通じて地域に向けて発信するなど、楽しみながら学べる防災啓発活動につなげたい。　（河瀬亜希代表談）

第44回ユニセフハンド･イン･ハンド

パンデミックによる医療のひっ迫や社会サービスの中断、移動制限、経済不況などで、多くの家庭が収入を失い、飢餓の影響を受ける人口は8億人を超え、1億人以上の子どもが新たに貧困層に陥りました。最も厳しい状況にある子どもたちの「生きたい!食べたい!学びたい!」切実な願いをかなえるため、ご支援をお願いします。

◆ **オンラインで募金**
「#あつまれ神奈川2022ハンドインハンド」
スマホやパソコンからユニセフ募金に
ご協力をお願いします。
ユニセフ募金専用サイト（フレンドネーション）

◆ **開設期間**：11月15日（火）～12月31日（土）
神奈川から世界の子どもたちへ

◆ **目標額**：30万円

unicef 公益財団法人 日本ユニセフ協会　Hand in Hand
神奈川県生協連は、ユニセフの活動を応援しています

お知らせ

研究フォーラム2022
ケアに満ちた地域社会をつくろう

「子ども･若者ケアラー」の現状と課題

● **日　時**：2022年12月7日（水）13:00～15:30
● **開催方法**：会場･オンライン（YouTubeライブ）
● **場　所**：スペース･オルタ（新横浜駅徒歩8分）
● **基調講演**：「子ども･若者ケアラー支援の現状と課題」
● **講　師**：斎藤真緒氏（立命館大学産業社会学部教授）
「子ども･若者ケアラー」の長期に及ぶケアは、子ども･若者の現時点の生活だけではなく、将来の人生設計全体に計り知れない影響を及ぼします。切れ目ない、長期的かつ一貫した支援が必要であるとする視点から、当事者の声を出発点にした、ケアラー支援の課題と今後についてご意見をいただきます。
● **申込方法**：
①右記二次元コードより申込みフォームへアクセスして、必要項目を記入の上送信してください。
②URL https://onl.sc/CaqLhTq にアクセスして必要項目を記入の上送信してください。
※申し込み後、申し込み完了メールが届きます。その後、オンライン参加の方には視聴用URLを事務局よりお送りします。
● **主催**：「研究フォーラム2022」実行委員会