

生協が地域のためにできること

福祉・高知市版



一人は万人のために、万人は一人のために



高知県生活協同組合連合会

〒780-0013 高知市薊野中町 16-8 こうち生協気付

TEL 088(846)3663 / FAX 088(846)3664

メール kochi.kenren@gmail.com

生協が行っている生活支援事業・活動

生協では地域の方が安心して元気に暮らせるためのお手伝いをしています

介護保険事業

- 居宅介護支援
- 訪問看護
- 訪問介護
- 通所リハビリテーション
- デイサービス



P. 2-P. 3

生きがい活動・健康活動

いきいき健康長者を目指して

- いきいき百歳体操
- かみかみ百歳体操
- 各種サークル活動



P. 5-P. 6

食材宅配・夕食宅配・配食サービス

- 個別配送
- 夕食宅配
- 配食サービス



P. 4

食事会・サロン・たまり場

みんなの居場所づくり

- たんぽぽ広場
- おしゃべり広場
- モーニングサロン



P. 7-P. 8

助け合い活動・有償ボランティア

- たすけあいの会
- 生活支援サービス



P. 4

その他の支援事業・活動

- 暮らしといのちの何でも相談会
- 無料定額診療事業
- ふれあい訪問
- 見守り活動 他

P. 8

生協の「介護保険事業」①



居宅介護支援事業

【高知医療生協】

居宅介護支援事業所 生協介護の窓口	高知市口細山 206-9	TEL/ 088-844-0621	月～金 8:30-17:00 土 8:30-12:30 [休] 祝日・12/29-1/3
------------------------------	--------------	-------------------	----------------------------------------------------

■自分らしく在宅生活を送ることができるように、ケアプラン作りをお手伝いします。介護のご相談はご気軽に。

【高知県庁生協】

居宅介護支援事業所 高知県庁生協介護福祉センター	高知市稲荷町 6-22	TEL/ 088-885-6823	月～金 8:30-17:30 [休] 祝日・12/29-1/3
-------------------------------------	-------------	-------------------	------------------------------------

■ご依頼いただければ介護支援専門員(ケアマネジャー)がご本人やご家族の希望を踏まえ、ご本人の心身の状況や生活環境等に応じて必要なサービスをご一緒に考え、居宅サービス計画(ケアプラン)を作成します。介護保険全体の相談もお受けします。

【高知県高齢者福祉生協】

ふくし生協 居宅介護支援事業所	高知市河ノ瀬町 30-1 サンアースビル 2F	TEL/ 088-832-4960	月～金 8:30-17:30
----------------------------	----------------------------	-------------------	----------------

■県の指定を受けた介護支援専門員(ケアマネジャー)が介護サービスを受けるために必要な要介護認定の申請代行や、安心して自宅の生活が続けられるようご利用者の心身の状態や家庭環境に適した居宅サービス計画(ケアプラン)の作成をご利用者、ご家族と一緒に考えます。

訪問介護(ヘルパー)事業



【高知医療生協】

ヘルパーステーション 虹	高知市旭上町 32 旭診療所	TEL/ 088-844-2429	[休]12/30-1/3
ヘルパーステーション レインボー潮江	高知市高見町 363-1	TEL/ 088-833-5332	[休]12/30-1/3

■安心して在宅生活が送れるように介護職員が自宅を訪問して、家事・入浴・身体介護等のサービスを提供します。

【高知県庁生協】

訪問介護事業所 高知県庁生協介護福祉センター	高知市稲荷町 6-22	TEL/ 088-882-0194	月～金 8:30-17:30 [休] 祝日・12/29-1/3
-----------------------------------	-------------	-------------------	------------------------------------

■ご依頼いただければ訪問介護員(ヘルパー)が居宅にお伺いし、介護や日常生活の手助け(要介護者に対する訪問介護)を行います。また、自力では困難な行為についてのサービス(要支援者に対する介護予防訪問介護)を行います。

【高知県高齢者福祉生協】

ヘルパーステーション ほほえみ	高知市神田 2291-11	TEL/ 088-832-4911	[休]12/30-1/3
----------------------------	---------------	-------------------	--------------

■高齢の方や身体の不自由な方が住み慣れた環境で安心して暮らしていくことができるように、ケアマネジャーが作成したプランを基に身体介護や生活援助、通院・外出援助などを行います。

生協の「介護保険事業」②

訪問看護事業

【高知医療生協】

訪問介護ステーション 生協れいんぼー	高知市旭上町 32	TEL/ 088-828-8610	月～土 8:30-17:00 [休] 祝日・12/30-1/3
-----------------------	-----------	-------------------	------------------------------------

■安心して在宅療養ができるように看護師と理学療法士がご自宅を訪問してサービスを提供します。



通所リハビリテーション

【高知医療生協】

通所リハ 旭	高知市旭上町 32 旭診療所	TEL/ 088-844-8610	月～金 9:30-16:00 [休] 土・日・祝・12/30-1/3
--------	----------------	-------------------	---------------------------------------

■自宅で療養されている高齢者の方に通っていただいて、心身機能の回復、日常生活の自立支援のための訓練を行います。送迎、入浴、食事提供等の各サービスがあります。

デイサービス



【高知医療生協】

デイサービス せいきょうめくめく	高知市口細山 206-9	TEL/ 088-828-8328	月～土 9:00-16:00(祝有) [休] 日・12/30-1/3
デイサービス せいきょうやまもも	高知市南竹島 4-5	TEL/ 088-831-8141	月～土 9:00-16:00(祝有) [休] 日・12/30-1/3

■日帰りで通っていただき、食事や入浴などのサービスを受けることができます。高齢者にとって気分転換になり、また介護している家族の介護負担の軽減になります。要支援1・2、要介護認定1～5の方

【高知県高齢者福祉生協】

デイサービス しばてんハウス神田	高知市神田 2291-11	TEL/ 088-837-7228	月～土 9:45-16:00 [休] 日・12/30-1/3
デイサービス しばてんハウス朝倉	高知市大谷公園町 20-1 エスコートいさむⅡ	TEL/ 088-840-2271	月～土 9:45-16:00 [休] 日・12/30-1/3

■アットホームなデイサービスです。楽しくお話し、食事をしたり健康体操に汗を流したり利用者の意志や思いを尊重し支援します。



▲ 訪問看護【高知医療生協】



▲ デイサービスやまもも【高知医療生協】



▲ デイサービス【高知県高齢者福祉生協】

生協の「食材宅配・夕食宅配・配食サービス」

個人宅配・共同購入



【こうち生協】

宅配・共同購入	(本部) 高知市薊野中町 16-8	TEL/ 088-826-5211	利用者数 17,649 人 (2014.7 現在/高知市)
----------------	----------------------	-------------------	----------------------------------

■食材、日用品などご注文いただいた翌週に商品を玄関先までお届けしています。
3名以上の職場や近所の方が集まった共同(グループ)購入の場合は配達手数料無料です。県内外に住むご家族やご友人などに商品を直接お届けする「まごころ便」サービスもあります。

【コープ自然派しこく こうちセンター】

宅配・共同購入	(こうちセンター) 南国市篠原 190-3	TEL/ 088-804-6705	利用者数 2,524 人 (2014.3 現在/高知市)
----------------	--------------------------	-------------------	---------------------------------

■独自の安全基準(食品添加物・農薬・産地)による商品選定を行った食材などをご注文いただいた翌週にお届けします。3名以上のグループ購入の場合は配達手数料無料。賞味期限の短い商品を週2回お届けする「プラス便」サービスやメニューに合わせカットした「食材セット」もあります。

夕食宅配・配食サービス



【こうち生協】

夕食宅配	(本部) 高知市薊野中町 16-8	TEL/ 088-826-5211	利用者数 542 人 (2014.7 現在/高知市)
-------------	----------------------	-------------------	-------------------------------

■栄養バランスに配慮した、日替わりメニューで健康な食生活を応援。
平日の月～金曜日の午後(18時頃まで)に配達しています。


【高知県高齢者福祉生協】

あじ菜(い)弁当	高知市河ノ瀬 30-1 サンアースビル 1F	TEL/ 088-833-0875	利用者数 209 人 (2014.3 現在/高知市)
-----------------	---------------------------	-------------------	-------------------------------

■「安心・安全・地元・旬」をモットーに月に約7,000食を365日休まず配達しています。
また、利用者の健康状態や安否確認にも気を配っています。

生協の「助け合い活動・生活支援サービス・有償ボランティア」

【こうち生協】

くらしの助け合いの会 ユーブたんぽぽ	(本部) 高知市薊野中町 16-8	TEL/ 088-826-5211	
-------------------------------	----------------------	-------------------	---------------------------------------------------------------------------------------

■買い物や話し相手、通院・散歩の付き添い、食事作り、掃除、洗濯、産前産後のお手伝いなど簡単な家事援助を生協組合員が有償ボランティアで行っています。※利用料 1単位/2時間1,600円(交通費込)

【高知県高齢者福祉生協】

生活支援サービス	高知市河ノ瀬 30-1 サンアースビル 2F	TEL/ 088-832-4960	
-----------------	---------------------------	-------------------	--

■庭の草抜きから墓地の掃除、室内の清掃や住宅改修など手頃な値段で引き受けています。

生協が行っている「生きがい活動・健康活動」①



地域の皆さんもお気軽にどうぞ

名称	会場	開催日	実施主体
【高知県高齢者福祉生協】			
新屋敷しばてんハウス	新屋敷しばてんハウス 高知市新屋敷1丁目2-10	月～土曜日	新屋敷しばてんハウス Tel.088-824-2975
■カラオケ、太極拳、英語、百歳体操、大正琴、童謡、健康マージャンなどで、仲間と楽しく健康づくりとリフレッシュをしています。いつでも誰でもお気軽にご利用できる宅老所です。			
デイホームゆったり	デイホームゆったり 高知市旭駅前町45-6	月～金曜日	デイホームゆったり Tel.088-826-6020
■カラオケ、英語、百歳体操、コーラス、詩吟、陶芸、健康マージャンなどで、仲間と楽しく健康づくりとリフレッシュをしています。いつでも誰でもお気軽にご利用できます。			
山旅くらぶ	高齢協事務局	年数回	山旅くらぶ Tel.088-832-4960
■日帰りや一泊旅行などを開催し、組合員の出会いや結びつきを強めています。			
【高知医療生協】①			
ヘルスアップ60日	高知県民対象の健康づくり 運動を展開しています。	8月～	高知医療生協 Tel.843-0025(本部)
■目標を設定し、まず60日間目標達成を目指すことにより健康促進への足掛けとします。			
青空健康チェック	セラヴィ棧橋店	3月～11月(7月休) 第4木 10:30～11:30	さんばし支部 Tel.843-0025(本部)
■血圧・体脂肪チェックを無料で行っています。			
青空健康チェック	ナンコクスーパー長浜店 または瀬戸ヴィアン	4月～11月(8月休) 第4木 10:30～11:30	港南支部 Tel.843-0025(本部)
■血圧・体脂肪チェックを無料で行っています。			
バランスボール	こうち男女共同参画センター ソール5階レクリエーション室	第1または第2土 14:00～16:00	旭支部バランスボール班 Tel.843-0025(本部)
■はじめての方体験できます。日程が変更する場合がありますので、事前にお問い合わせください。参加費300円ですが、継続される方は医療生協への加入をお願いします。			
ルーフ体操	旭診療所3階ホール	第1・2・3火曜日 14:00～14:30	旭支部カトレア班 Tel.843-0025(本部)
■ゴムを使った筋力アップの体操です。音楽にあわせてやっています。医療生協のセミプロがお世話しています。体験参加OK。参加費無料、継続される方は医療生協への加入をお願いします。			
いきいき百歳体操	潮江診療所2階 組合員ルーム	毎週火曜日 10:30～11:00	潮江支部 Tel.843-0025(本部)
■百歳体操のみおこなっています。			
いきいき百歳体操	旭診療所3階ホール	毎週月曜日 10:00～11:30	旭支部・旭ひまわり支部 Tel.843-0025(本部)
■10名のサポーターがお世話しています。百歳体操とかみかみ体操をやっています。			
お試し健康班会	旭診療所3階ホール	第3木曜日 14:00～15:30	旭支部・旭ひまわり支部 Tel.843-0025(本部)
◆医療生協の健康班会を体験できます。健康チェックや毎回メニューを決めて体操やレク、健康づくり・健診の話など、健康増進のために学んでいます。			

生協が行っている「生きがい活動・健康活動」②

名称	会場	開催日	実施主体
【高知医療生協】②			
脳いきいき教室	潮江診療所 2階 組合員ルーム	2015年5月まで 第4火曜日 11:00~12:00	潮江支部 Tel.843-0025(本部)
■地域で楽しめる認知症予防活動です。			
いきいき百歳体操	高知生協病院 地域交流センターやまもも	毎週火曜日 10:00~11:00	旭北支部 Tel.843-0025(本部)
■仲間募集中!			
新聞紙ちぎり絵	旭診療所 3階ホール	第4金曜日 10:00~11:00	旭ひまわり支部ちぎり絵班 Tel.843-0025(本部)
■新聞紙を使ったちぎり絵は、手先や頭を使います。初めての方大歓迎。参加費はお問い合わせください。継続される方は医療生協への加入をお願いします。			
絵手紙教室	高知生協病院 地域交流センターやまもも	第2木曜日 9:30~12:00	旭北支部 Tel.843-0025(本部)
■			
麻雀サークル	旧城北診療所 高知市中万々2-47	毎週木曜日 10:00~12:00	ボランティアサークルきらり 旧城北診療所 TEL 873-0297
■仲間募集中!			
城北いきがい塾	旧城北診療所 高知市中万々2-47	年4~7回の講座	城北100人委員会 旧城北診療所 TEL 873-0297
■			
いきいき百歳体操	朝倉宮の前・奥・啞内 公民館	毎週月・金曜日 10:00~11:00	朝倉宮の前奥啞内町内会と高知医療生協あさくら支部 Tel.844-6602(河添)
■どなたでも参加できます。終了後、お茶やおしゃべりしてから帰る方もおいでます。			
いきいき百歳体操	朝倉千光寺集会所	毎週金曜日 10:00~11:00	朝倉きた支部 TEL.844-1902(坂本)
■どなたでも参加できます。年に数回、終了後お弁当を食べたり、健康チェックを行っています。			
いきいき百歳体操	朝倉己 大谷団地集会所	毎週月曜日 10:00~11:00	朝倉みなみ支部 TEL.844-6028(田中)
■			



百歳体操【医療生協】



カラオケ【高齢者福祉生協】




生協が行っている「食事会・サロン・たまり場」①

地域の皆さんもお気軽にどうぞ ☕

名称	会場	開催日	実施主体
【高知医療生協】			
おしゃべり広場 きらい	旧城北診療所 高知市中万々2-47	火・木・土曜日 10:00~12:00	旧城北診療所 TEL 873-0297
■地域のたまり場として開催。コーヒー(100円)などをいただきながらおしゃべりを楽しまします。開設20か月がたちました。これまでに述べ2,500名が利用しています。			
曙町 ふれあい昼食会	曙町市営住宅集会所	第1・3水曜日 10:00~12:00	朝倉きた支部 TEL 843-3250(渡部)
■お弁当代400円位。歩いて来られる方ならどなたでも参加できます。			
朝倉丙 ふれあい昼食会	朝倉丙 カラオケ「オーレ」	第2金曜日 11:30~13:00	朝倉きた支部 TEL 844-6602(河添)
■食事代500円位。歩いて来られる方ならどなたでも参加できます。			
昼食会 大谷ふれあいの里	朝倉己 大谷団地集会所	第2・4木曜日 10:00~13:00	朝倉みなみ支部 TEL 844-6028(田中)
■お弁当代500円。年に一回新年会をやっています。			
あさひの食事会	旭診療所3階ホール 高知市旭上町32	第1金曜日 10:00~12:30	旭支部・旭ひまわり支部 TEL 843-0025(本部)
■毎月ためになるお話や楽しいゲームなどおこない交流しています。美味しいお弁当と汁物の食事会です。(参加費600円)			
健康ひろば・ あさひまち	こうち男女共同参画センター ソーレ5階視聴覚室	第3または第4 月曜日13:00~15:00	旭支部 TEL 843-0025(本部)
■県社協の助成を受けて2014年度からソーレでサロンを開いています。地域の方どなたでも参加できます。くらしや健康に関するお話とおしゃべり、ぜひお茶しませんか。開催日の確認を。(参加費無料)			
【こうち生協】			
たんぽぽ広場	コープよしだ 高知市吉田町6-6	毎週月曜日 10:00~12:00	こうち生協(本部) 088-826-5211
■子育て中のママたちの応援の一環として小さなお子さんを持つ方たちの交流の場を提供。時間内ならいつ来てもいつ帰ってもOKです。参加費/親子で200円(保険+飲み物)			
みんながあつまれる場	高知伊勢崎キリスト教会 高知市伊勢崎町3-8	毎週金曜日 10:00~12:00	こうち生協(本部) 088-826-5211
■高齢者の方、小さいお子さんをもつ方たちとの交流の場。時間内ならいつ来ても帰ってもOK。「百歳体操」「かみかみ体操」もしています。お花見やクリスマス会も開催。参加費/1人100円			
つと活動	コープよしだ 高知市吉田町6-6 コープかもべ 高知市鴨部2-4-43	年2回程度	こうち生協(本部) 088-826-5211
■地域の方との交流や健康維持の活動とし、高齢者をお招きして食事会を開催しています。			



生協が行っている「食事会・サロン・たまり場」②

名称	会場	開催日	実施主体
【高知県高齢者福祉生協】			
モーニングサロン	高知市新屋敷1丁目2-10 新屋敷しばてんハウス	第1・3土曜日 8:30~11:00	新屋敷しばてんハウス 088-824-2975
モーニングサロン	高知市旭駅前町45-64 デイホームゆったり	毎週水曜日 9:00~12:00	デイホームゆったり 088-826-6020
■しばてんハウスでは250円、デイホームゆったりでは300円でモーニングを提供しています。			
売金の会	ゆうあい工房 高知市はりまや町3-20-1	毎月第1金曜日 18:30~	せんだん支部
2金の会	しばてんハウス朝倉 高知市大谷公園町20-1 エスコートいさむⅡ	毎月第2金曜日 18:00~	朝倉支部
3きんの会	西部支部たまり場(杉村宅) 高知市城山町51	毎月第3金曜日 18:30~	西部支部
四金の会	新屋敷しばてんハウス 高知市新屋敷1丁目2-10	毎月第1金曜日 18:30~	小高坂支部
■食事とお酒を楽しみながらみんなで一緒に語り合います。 お問い合わせは本部事務局(☎088-832-4960)まで。 			

生協が行っているその他の支援事業・活動

【高知医療生協】	
くらしといのち 何でも相談会	■多重責務、DV被害、家庭のことなどどんな悩みでも専門家が相談にのります。高知県自殺対策強化事業補助金事業。毎年秋に県下20近くの会場で開催。
無料低額診療事業	■2009年10月1日より、生活保護などを受けられていない低所得者の方を対象とした無料低額診療事業を開始。 潮江診療所(高知市高見町363-1 TEL/088-833-9511) 高知生協病院(高知市口細山206-9 TEL/088-840-0123)
ふれあい訪問	■各支部が組合員さん宅を定期的に訪問しています。高齢者訪問、健診のご案内など、見守り活動にもつながっています。
【こうち生協】	
見守り活動	■2007年10月高知県・高知県民生委員児童委員協議会と2008年10月高知市民生委員児童協議会連合会と地域見守り協定を締結しました。
トークリフレ	■目のご不自由な方のための声のカタログです。毎週カタログ「リフレ」の商品の説明をCDに吹き込み登録組合員さんにお届けしています。

その他

- ・認知症サポーター養成講座を開催(不定期)【医療生協、こうち生協、高知県生協連合会】
- ・機関紙を手配りすることによる見守り活動【医療生協、高齢者福祉生協】



▲ 虹の健康フェスタ【高知医療生協】



▲ 健康ひろば あさひまち(サロン)【高知医療生協】



▲ ちぎり絵【高知医療生協】



▲ 青空チェック【高知医療生協】



▲ ループ体操【高知医療生協】



▲ 百歳体操【高知医療生協】



▲ 宅老所「新屋敷しぼてんハウス」【高知県高齢者福祉生協】



▲ 四金の会【高知県高齢者福祉生協】



▲ 高知県高齢者の主張大会【高知県高齢者福祉生協】



▲ 山旅くらぶ【高知県高齢者福祉生協】



▲ 組合員のついで【高知県高齢者福祉生協】



▲ 組合員のついで【高知県高齢者福祉生協】



▲ ついで活動【こうち生協】



▲ 子育て広場【こうち生協】



▲ 地域見守り活動【こうち生協】



▲ 認知症サポート研修【高知県生協連合会】

**生協
とは**

生活協同組合（生協）は、「消費生活協同組合法」（生協法）に基づいて設立される法人です。生協法では「この法律は、国民の自発的な生活協同組織の発達を図り、もって国民生活の安定と生活文化の向上を期することを目的とする」と定められています。生協は、力を合わせて生活をよりよいものにしていきたいと思う人が自発的に加入する組織的に加入する組織であり、ICA（国際協同組合連盟）が1995年に決定した協同組合原則に基づいて運営しています。加入時出資金（金額は生協により異なる）が必要ですが、退会時には全額返却されます。

**生協の
目的と
運営**

生協はくらしのための協同のための組織ですので、運営や事業も一般的な会社とは異なります。まず組織運営の面では、議決権です。生協では總會（総代会）で組合員の議決権が行使されますが、1株について1票の議決権が配分される株式会社とは異なり、出資金の額に関係なく、一人1票の議決権を持ちます。また、事業についての考え方も異なります。組合員は生協の事業を利用することで自分の生活をよりよいものにするために、生協に加入します。生協の事業は、暮らしのための協同そのものです。事業から生まれる利益も、それぞれのものが目的ではなく、生まれた利益によって組合員の暮らしをよりよいものにしていくことが目的となります。

◇高知県生協連 会員生協一覧

生協名	所在地	電話	ホームページアドレス
医療生協	医療や保健、福祉に関する事業や健康面での生活改善活動を進めています。		
高知医療生活協同組合	高知市口細山 206-9	(088) 843-0025	http://www.kochi-hco-op.or.jp/
福祉生協	介護や宅老所、配食サービスなどの福祉サービスの提供を専門的に行っています。		
高知県高齢者福祉生活協同組合	高知市河ノ瀬 30-1 サンアースビル 2F	(088) 832-4960	http://kochi.koreikyoo.jp/
地域生協	その地域に暮らす消費者が組合員となり、共同購入や個人宅配、店舗、共済などの事業を中心に行っています。		
こうち生活協同組合	高知市薊野中町 16 番 8 号	(088) 826-5211	http://www.kochicoop.or.jp/
生活協同組合 コープ自然派しくこうセンター	南国市篠原 190-3	(088) 804-6705	http://www.shizenha.ne.jp/shikoku/
職域生協	同じ企業（職場）の職員が組合員となって作られています。事業所の中に売店や食堂などの施設を構えて事業を行っています。		
高知県庁消費生活協同組合	高知市丸ノ内 1-2-20	(088) 823-9050	http://www.kkcoop.or.jp/
ミロク消費生活協同組合	南国市篠原西泉 537-1	(088) 863-3068	-
大学生協	大学の学生と教職員が組合員となって作られています。食堂や書籍をはじめ、旅行や賃貸住宅などの大学生の生活に必要なサービスも取り扱っています。		
高知大学生生活協同組合	高知市曙町 2-5-1	(088) 844-1501	http://omise.seikyoo.jp/kochi-univcoop/
高知県公立大学生生活協同組合	高知市永国寺 6-28	(088) 821-7199	http://ha1.seikyoo.ne.jp/home/kochi-pu/
学校生協	公立の小学校・中学校・高等学校の教職員が組合員となって作られています。共同購入事業や他の業者との提携事業などを行っています。		
高知県学校生活協同組合	高知市薊野南町 20-13	(088) 846-4124	http://www.kochi-gakuseikyoo.com/
共済生協	火災共済、生命共済などの共済事業を専門的に行っています。		
高知県労働者共済生活協同組合（全労済）	高知市本町 4-1-32 高知勤労センタービル内	(088) 823-6031	http://www.zenrosai.coop/zenkoku/kouchi/kouchi.php