

“おひとりさま” 小組が人気 1面から

ひとりでも笑って過ごしたい

香川 高松支部元山班

おひとりさまライフ小組

近所で集まれるのが魅力

班長の中野和美さんは、「一人暮らしになっ
て施設に入所するから」
「班会の会場まで自宅か
ら遠くて行けない」とい
う理由の退会が相次ぐこ
とに心を痛めていまし
た。
中野さんは昨年、夫を
亡くして一人暮らしにな
り、「一人になってもみ
んなで支え合いながらイ
キキ暮らししたい。小組
なら小さい単位で集まれ
る」と小组をつくること
にしました。「おひとり
さまで集まっておしゃべ
りしたり、楽しく過ごさ
ない？」と元会員や読者
近所の人に声をかける
と、「自宅にきてくれる
なら」「近所なら」と2
人が入会。72歳から93歳
の5人で「おひとりさま
ライフ小組」がスタート
しました。

筋トレやしんぶんタイムも

小组は毎月1回。遠く
に出かけるのが不安な会
員の自宅に集まってトラ
ンプをしたり、カラオケ
店に行ったり、新婦人し
んぶん連載中の「筋トレ
deイキイキ生活」の体
操をしたりしています。
小组での誕生会も大好
評です。ハッピーバース
デーの歌をみんなで歌っ
たあと、班からの誕生日
プレゼントのハンドクリ
ームを渡します。「こん
な風に祝ってもらったの
は初めて」「ハンドクリ
ームを塗ったら手がつる
つるになったよ」と喜ば
れています。

「女性に多い高齢期の
うつ」(本紙25年5月24
日号)を読んでもおしゃべ
りした際には、「私も、
うつみたい」「夜中の2
時過ぎまで眠れなくて。
でも通院して薬を服用し
たら眠れるようになった」
と話になり、何でも
安心しておしゃべりでき
る場になっています。

小组で誕生会。ノンアルコールワインで「カンパイト」



また、「救急医療情報
キット(※)」をつくっ

※救急医療情報キット…持病やかかりつけ医療機
関、緊急連絡先などの医療情報を記入し容器に入れ
たもの。本人確認できる写真や診察券、健康保険証、
お薬手帳のコピーも入れるとなお良い。



何が当たるかな?恒例のおたのしみ箱

「グループは、会員一人ひと
りの元気の源です。「健
康マージャンもしたい
ね」と要望も出され、た
だいま準備中です。
中野さんは、「一人暮
らしの女性はまわりには
たくさんいます。小组を
身近に参加できる場所
にいくつもつくって、新
婦人の仲間を迎えていき
たい」と話します。

老人ホームで班会

沖縄 那覇支部命どう宝班



老人ホームにいる3人(102歳、95歳、82歳)でつくる
命どう宝班。寒暖差が大きくて体調を崩していた会員も回
復し、新婦人しんぶんを持ち寄り、新年会を開きました。
イチゴを買ってきて、お花も飾りました。突然の解散総選
挙では、どの高齢者施設でも手続きが間に合わず、施設で
の投票が困難になりました。班では車いすと介護タクシー
を手配して投票所へ行くなど、これまでで一番大変な投票
行動に。

今年は午年(うまどし)。沖縄ではトウシビー(生年祝
い)の一つで、数え年97歳の人を祝うカジマヤーがあり、
古堅さん(写真左)が該当します。班はもとより、支部、
県本部にも呼びかけて、みんなでお祝いをします。

みんなに会えるのが楽しみ

ていたから、救急車を呼
んだとき便利だったよ」
の話から、みんなでキッ
トをつくるなど、一人暮
らしをする上で役立つ情
報交換の場にもなってい
ます。

参加者から、「ちよっ
と元気がないときも、み
んなでゲームをしている
と元気になってくる」「施

設の外に出られて新鮮」
との声や、入院中のメン
バーから「リハビリして
私の5月の誕生会には参
加して、みんなに会える
のを楽しみにしている」
との声が寄せられていま
す。

女性ニュース 2026. 2. 28

特別国会開会

18日、衆院選挙を受けた第221回
特別国会が開会。衆参両院の首相指
名選挙で、自民党の高市早苗総裁が
第105代首相に選出され、第2次高
市自民・維新連立政権が発足。第1
次内閣の全閣僚を再任した。

高市首相は、2026年度予算の年度
内成立をと、国会軽視の拙速な姿勢
をあらわにし、改めて改憲への意欲
を示した。

同日、「翼賛国会許さない!『ス
パイ防止法』と高市改憲NO!」を
掲げ、国会前でおこなわれた開会日
行動(総がかり行動実行委)には、
250人が参加。「高市首相に白紙委任
はしていない」「数の力で勝手は許
されない」「戦争させない!」と声
をあげた。共産党、社民党、沖縄の
風の議員が駆け付け、大軍拡反対・



憲法署名など24万4689人(うち新婦
人は5万7000人分)を手渡した(上)。
19日には「改憲憲議と戦争への道
をみんなで止めよう」と国会前行動
に1000人が参加。市民と野党の共同
を強め大軍拡・改憲反対の声をあげ
続けようとしてよびかけた。

国論二分政策慎重に

朝日新聞世論調査では、国民の間
で賛否が分かれる政策は「慎重に進
めるほうがよい」が63%。力を入れ
てほしい政策は「物価対策」が最多
で51%、「子育て・社会保障」19%、

「外交・防衛」13%、「外国人政策」
9%、「憲法改正」は5%に留まっ
た。

責任者ほど長時間労働

厚労省が公表した「過労死等防止
対策白書」(2025年版)では、飲食
店の店長などの店舗責任者の約3割
が、月平均で週60時間以上働いてい
る実態が明らかに。人手不足のなか
責任者ほど長時間労働の傾向に。

30年に1度の少雨

東日本の太平洋側と西日本で“30
年に1度”と言われるほど雨の少な
い天気が続く。各地で水不足が深刻
化している。気象庁は17日、北・東
日本太平洋側と西日本で続く少雨に
関する全般気象情報第2号を発表。
今後も約1カ月間は同様の状況が継

続し、水不足が解消する可能性は低
いという見通しに。

「女性の休日」各地で

3月6日を中心に「日本版『女性
の休日』全国一斉アクション」が呼
びかけられるなか、新婦人も44都道
府県本部・支部が97か所(2月20日
現在)で映画「女性の休日」鑑賞や
おしゃべり会、学習会、スタンディ
ングやお散歩デモなど多彩な企画を
準備している。

2026年国際女性デー中央大会

日時 3月8日(日)14時半~16時
半/会場 東京・なかのZERO小ホ
ール/記念講演 太田啓子弁護士「差
別・分断のないジェンダー平等社会
をめざしてー明るい未来を手渡すた
めに」