

チームワークではばたこう！

いんぐ

第3回 みえ医療福祉生協・四日市 組員・職員活動交流集会



午前中の演題報告では、組員活動から◇「まちかどマップづくり」（高齢者にやさしいまちづくりの観点から自分の住む町まちのチェック）◇「パラダイス190（いくわ）」（地域交流スペースひまわりを利用したたまり場づくり）等の報告がありました。職員の事業活動からは、日頃の職

場の取り組みや大事にしていること、生協の事業所と他の事業所との違いはどこか？等の報告がありました。テーマのように様々なつながりや・チームワークで事業や活動を行っていこうとする事がどの演題でも大事にされていました。（1/24 本町プラザ 約150名参加）

みえ医療福祉生活
協同組合・四日市地域
T 512-0911
四日市市生桑町1455
TEL (四日市地域本部)
059-330-0808
FAX (四日市地域本部)
059-330-0807
組員数 (四日市地域)
4657世帯
12月加入数 12月脱退数
5世帯 34世帯
出資金増資 (四日市地域)
319名 855回
6,178,000円
(12/31現在)

【発表演題紹介】

- ◇メイ体操がとりもつ地域交流・こもの支部
- ◇「つながりマップ」をつくろう・三重西支部
- ◇“E”場所づくり「パラダイス190誕生・運営・課題」
・くらしまちづくり委員会
- ◇私たちの日々の取り組み・リハビリ部門
- ◇チームワークとももたろう・居宅介護支援事業所
- ◇「私のご飯を何とかして！」と言いつつ食へのこだわりの強い利用者Aさん
・ヘルパーST
- ◇つながる安心 ひろがる ひろがれ 生協の“わ”・組員活動部

☆シンポジウム☆

「これからどうなる？」

「どうする？わたしたちの事業と活動」

今回の交流集会では組員と職員でシンポジウムを行いました。認知症・在宅・地域の関わり・協同というキーワードで6人のシンポジストが医療・介護等の現状や、それぞれの日頃の活動から熱い思いを語りました。認知症家族としての困り事や対処法、在宅で療養する中での家族との関わり、高齢化の実態やたまり場作り、社協・自治体との関わり、ボランティア組織の必要性等が話されました。その後の分散会で更に議論を深めることができました。

私の話を上の空で聞いているので張り合いがないと愚痴っています。◆本人はこんなに長生きするとは思ってなかったらしく、自分でもビックリしています。まだ今のところ元気で、食欲・好奇心もあり色々な面で関心があるので、まだまだ元気で生きられるだろうなあ、と周りの人は話しています。この方のような生き方が健康寿命を延ばす秘訣なのかなと思えます。

四日市地域の方針・目標 【2015～2016】

組員代表である地域委員と総代・支部長で、四日市地域の目指すべき姿を確認し、方針・目標として以下のフレーズを作りました。このフレーズに基づいて事業・活動を行っていきます。



◇地域に広がれ生協の“わ”！

一健康づくり、たまり場、フェスタ、各地域に広がる医療生協の支部、ポストさん（機関紙配付者）/医療・介護事業のサービス・特徴など様々な活動・事業をもっともっと広め、見えるようにしていこう。

◇笑顔いっぱい、おしゃべりいっぱい！

一仲間と一緒に健康づくりを取り組んだり、たまり場を作って楽しく元気な毎日が送れるようにしていこう。

◇もっと、もっと、PR！

一地域に医療生協あり。組員増やし・担い手増やし、広く地域や行政に医療生協を知らせてつながりを強めていこう。

◇チームワークではばたこう！

一組員と職員お互いの理解を深め、共に力を合わせて、医療生協の事業と活動を盛り上げていこう。

◇老いても楽しい我が家！

一四日市地域が力を入れているのは在宅医療・介護。お泊りできる新規事業を早いうちに整備し、老いても自分の地域で暮らし続けられるようにしよう。

ほんこ



(C)

第10回 骨密度 測定

健兼 楽学

けんけん がくがく

健康チェックをしながら楽しく学ぼう!



～医療福祉生協でできる健康チェック～

外来看護師/組合員活動部

骨密度とは「骨の強さを判定するための尺度」の一つです。骨密度を測定するにはいくつかの方法がありますが、いくわ診療所では超音波法で測定しています。この方法はかかとに超音波をあてて骨の強さを測定する方法です。簡単に検査することができ骨密度の状況が分かります。

それでは骨密度が減少した「骨粗鬆症」とはどんな状態なのでしょう。簡単に言うと骨の強度が低下し骨折しやすくなる骨の病気です。骨に鬆(す)がはいったように骨の中がスカスカになってもろくなってしまうので、わずかな衝撃でも骨折しやすくなります。「骨粗鬆症」自体が生命を脅かす病気ではありませんが「骨粗鬆症」による骨折から要介護状態になり寝たきりになってしまう人は少なくありません。また、明らかに身長が縮んだとか背中や腰が曲がってきたなどの症状がある場合も「骨粗鬆症」の可能性があるとされています。



また適度な運動が骨代謝を盛んにし、骨を強くする・骨密度を維持するのに有効です。特別なことをしなくても生活の中でエレベーターを使わずに階段を使う、適度に日光浴をしながら散歩を楽しむなどでも十分な効果があります。(日光浴はビタミンDの形成に有効です) 出来ることから始めましょう。四日市地域では骨密度測定を班会や健康チェックで実施しています。もちろん診療所でも測定できます。ぜひ、機会があれば受けてみて下さい。

骨を丈夫に保つためにはどうしたらよいのでしょうか? 特に女性は閉経後、急激に骨

(参考文献・日本医療福祉生協連 健康チェックサポーターテキストほか)

多職種が集まって

ケアマネージャーの大事な業務の一つとしてサービス担当者会議(以下、担当者会議)という会議を行っています。

「担当者会議」とは原則として①ケアプラン作成時②区分変更時(途中で身体状況が変わった場合・介護度の変更)③要介護認定更新時④状況に大きな変化が生じた時⑤事業所より求められた時、に開催します。利用者の方には担当者会議開催の理由を説明し各サービス提供事業者へ召集をかけてご自宅で行うことが一般的になります。先日更新認定された方の担当者会議を行いました。

多種のサービスを利用されていますのでどれだけの事業者さんが集まってくるのかと思いつつ、往診時に合わせて日程を調整しました。当日は5事業所と利用者さん、ご家族、主治医の先生の参加もあり大勢で全てのキャストが集まっていただけでした。

サービ担当会議

居宅介護支援事業所 重政 良江

かけてご自宅で行うことが一般的になります。先日更新認定された方の担当者会議を行いました。

有しあい、利用者さんへの関わりをお互い伝えあい、支援できることを持ち帰っていたことに重きをおきました。「利用者さんのために」という思いで関わり、動こうとしてくれている、そんな光景を見ることができました。利用者さんの意欲を低下させず、ニーズに近づけるように、みんなで支えたいと思った時間でした。ケアマネージャーは、介護計画を立てることが主で、直接サービスを提供することはありませんが、利用者さんとももちろん、事業者さんとも交流を図り、利用者さん自身の生活をより豊かになることを目指しています。担当者会議では計画内容やサービス内容を改善して欲しいと言われることもあります。開催してくれて良かったと言われることもありましたが、逆に言いたいことが言えなかった方もいるかも知れません。遠くに住まわれているご家族はこの場をきっかけに事業者との信頼関係を得る方もみえます。ケアマネージャーとして利用者さん・ご家族・事業者の声をしっかりと聴きとり、少しでも満足できるように計画・支援を今後も続けていきたいと思えます。

願いが叶えたい

今回の担当者会議では「場をつくること」を意識して開催しました。また初顔合わせの事業者さんたちが、情報共

【いくわ診療所 診療時間】

四日市市生桑町1455番地
電話(333) 6471

日・祝日・木曜日休診
午後診は休診とさせていただきます
(往診時間にあてています)

	月	火	水	木	金	土
午前9時～12時	○	○	○	×	○	○
午後4時～7時	×	×	×	×	×	×

休診時の急病については医師会の応急診療所をご利用下さい。
電話(353) 1759

【介護保険関連事業】

◎在宅療養の相談はまず左記へ

居宅介護支援事業所いくわ
月々金 9時～16時30分
土 9時～12時
電話(333) 6475

訪問看護ステーションいくわ
月々金 9時～17時
電話(333) 6472

ヘルパーステーションいくわ
月々金 9時～16時30分
土 9時～12時
電話(337) 8885

通所リハビリいくわ
月・火・水・金・土
9時30分～16時
電話(333) 6756

デイサービスいくわ
年中無休 9時15分～16時30分
電話(333) 6756