



いんぐ

毎年この時期になると近鉄ハイキングで酒蔵めぐりのコースが組まれます。今年も組合員活動で3地域合同（ときわ支部・北部西支部・北部東支部）で参加がありました。ウォーキングの途中で酒蔵に立ち寄る行程が設定されています。もちろん酒蔵（試飲）目当ての方もいますが、あくまでメインはウォーキングですよ！寒さにも負けず楽しくウォーキングが出来たことでしょうか。酒蔵で一杯？もさぞ美味しかったのではないのでしょうか。

歩こう！歩こう！ 酒蔵目指して。

～近鉄ハイキング 酒蔵ウォーキング利用～

みえ医療福祉生活	
協同組合・四日市地域	
〒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	
組合員数 (四日市地域)	
4628世帯	
1月加入数	1月脱退数
2世帯	2世帯
出資金増資 (四日市地域)	
302名	908回
5,954,800円	
(1/31現在)	

節分ということで、デイサービスいくわにも赤鬼と青鬼がやって来ました。利用者さんは鬼を追い払うべく豆を投げつけ、福が来ることを願います。やっつけた鬼からはお返し？に菓子まきの振る舞いがありました。当日のおやつは自分たちで恵方巻きならぬ、生クリームたっぷりのクレープ巻きを作り、丸かぶりで健康を祈願しました。



オニが来た～



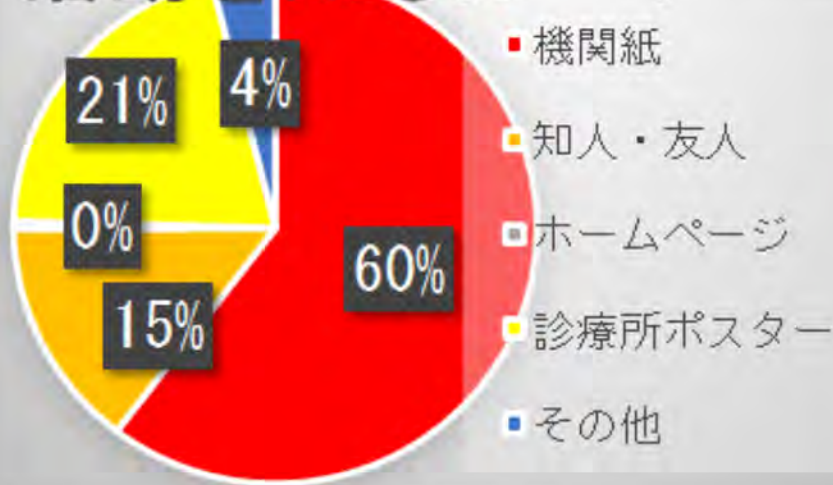
あなたの骨は大丈夫？私は、昨年6月に右手関節（2か所、8月に左中足骨（足の甲3か所、腓骨）を骨折してしまいました。ギプスを巻き不自由な生活をしいられましたが、なんとか完治し今に至っています。◆なぜ転んでしまったのか？目ではちゃんと障害物があると分かっているのに、足があがっていないのでつまずいて転んでしまったのが原因でした。年齢を重ねてくると視力も低下し段差もわかりづらく、足腰も弱くなり、ふらついたりして転倒しやすくなります。外ばかりで転倒するとは限らず、家の中のカーペットの端や畳のへりなどの小さな段差でも転倒し、ポキッと折れてしまいます。（枯れ枝と同じで、若い木は折れにくい）◆普段から、足腰を鍛えて転ばない体力作りをし、（転ばなければ骨折は避けられますが無理な運動は禁物）カルシウムの補給を心がけましょう。いくわ診療所でも昨年新しい骨密度の機器を購入し多くの方に受けて頂いています。まだ受けていない方は、一度検査してみましよう。一定の目安になります。組合員価格もあります。

(多)

ほんこ



活動を知るルート



【設問6 活動を知るルート】

やはり機関紙からの情報取得が圧倒的です。実に回答者の6割が機関紙と答えています。診療所に貼り出しているポスターも次に多く2割を占めました。知人・友人に聞いてという方もあり、誘い合ったり・つながっている状況がうかがえます。ホームページにも掲載していますが、年代もあってアンケート上では回答がほぼ皆無でした。機関紙は医療生協の情報提供の生命線ですね。



生協まるごとアンケート集計結果 ③

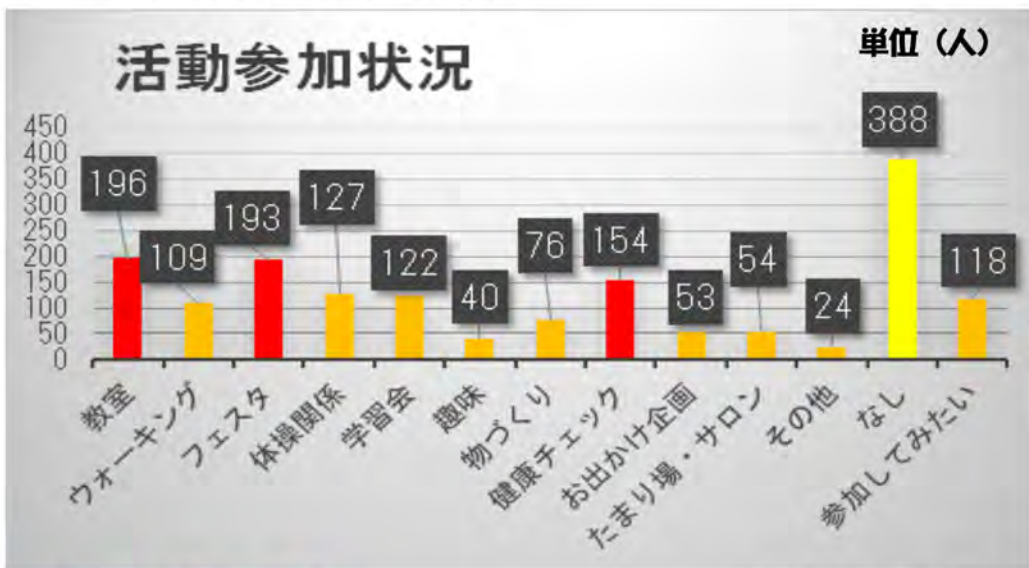
昨年7月～9月まで取り組みました「生協まるごとアンケート ～医療福祉生協25周年 組合員さん4000人の声を聞かせて!～」の集計が出来ましたので、今月号より複数回に分けて結果を報告していきます。

回収数1007通(有効回答983通)でした。配布数に対して実に約25%もの回収ができました。ご協力大変ありがとうございました。

—みえ医療福祉生協・四日市 地域委員会—

【設問7 参加したことがある活動】

参加が多い上位3つは教室・フェスタ・健康チェックでした。残念ながら約4割の方は医療生協の活動に参加したことがないという結果です。生協は事業と活動を両方もっている組織です。事業利用と活動参加が発展の鍵です。興味のある催し物だけでも参加を呼びかけたいと思います。



虹のバレンタイン行動。

知っていますか? すべての世代に負担増?

私たちの暮らしを支える医療・介護・年金・生活保護等の社会保障。国による「負担増と給付削減」の検討がすすんでいます。

医療

2016年度から実施済

- 紹介状を持たずに大病院を受診すると別途負担が発生※1
- 入院時の食事代260円⇒360円へ引き上げ※2

検討されている負担増

- 「かかりつけ医」以外の受診で別途負担
- 湿布など市販類似薬を自己負担へ
- 70歳以上の患者負担限度額引き上げ
- 後期高齢者の保険料軽減特例を縮小
- 療養病床65歳以上の居住費(光熱費相当)引き上げ

※1 救急の患者、国・地方の公費負担医療制度の受給対象者、無料定額診療事業の対象患者、その他対象外となる患者あり。
 ※2 住民税非課税世帯の方や指定難病、小児慢性特定疾病の患者の方などの負担額は据え置き。

介護

●高額介護サービス費の

自己負担限度額引き上げを検討

●介護サービス利用料引き上げを検討

※介護保険制度の変更についてはお住まいの自治体の制度をお確かめください

生活保護

●生活扶助費の見直しを検討

●「就労努力」促進のため母子加算廃止を検討

年金

●年金額改定ルール

- ・前年度までの未調整分を繰り越して調整予定
- ・賃金変動が物価変動を下回る場合、賃金変動に合わせて年金額を調整予定

社会保障充実のために、財源をこうして確保しよう

- 累進課税を強化し、大企業と高所得者の負担を強化
- 高額医薬品の価格設定プロセスを見直す
- 社会保障財源の消費税頼みはやめる

全国の医療生協ではこの時期に社会保障の充実を訴えるために、街頭で宣伝行動に取り組んでいます。四日市地域ではアピタ前で街頭宣伝を行いました。左のカードとポケットティッシュを一緒にして道行く人に配付しました。悪くなっていく介護保険制度の見直しの署名の訴えも同時に行いました。受け取りも良くあつという間に配付物は無くなりました。医療・介護・年金等々すべての世代で負担増と給付減が予定されています。これを見逃さずことな、声と力を集めて制度改悪を押し返しましょう!



地域委員会だより

【2017年 2月16日・ひまわりにて開催】

◇第4回組合員・職員活動交流集会結果と反省◇

1月22日に開かれた交流集会の振り返りを行った。・組合員さんの参加が減少傾向である・興味を引くような講演や企画が必要・テーマに沿った論議がなかなかできていない・職員/組合員の交流の場、お互いの事業や活動の理解のためにはいい場である等々の意見が出た。来年はこの点を踏まえなが計画を練っていく。

◇ボランティア組織の検討◇

かねてより論議はするものの、前に進められていなかったボランティアの組織化について提案と論議。ボランティアの関わり方、有償?無償?、仕事の範囲、コーディネーターの重要性など多くの意見が出た。これを皮切りに次年度にも引き続き論議をしていく。

◇支部総会/2016年度総括・2017年度方針について◇

年度末となりまとめと方針作成の時期に。各地域での支部総会日程等を確認。総代会に向けた総代選出、役員交代等が論議された。

★次回は 3月16日に開催されます。

【地域委員会とは?】

四日市地域の組合員さんの代表(主に各地域の支部)と職員が月に1回集まって、四日市の事業活動や組合員活動について報告・情報交換・論議を行っています。組合員と職員の協同で事業・活動を進めていく上での大事な会議です。

知っとくポイント くらしまちづくり委員会

総合事業の導入 それって何①??

今年4月から介護保険サービスから外される要支援認定(要介護度が低い)の人達の受け皿となる総合事業(介護予防・日常生活支援総合事業)が全国的に始まります。四日市市・介護高齢福祉課がそれぞれのサービスについて、実施主体はどこで、どれだけの実施見込みがあるのかを教えてくださいました。

(下記 四日市市・介護高齢福祉課 提供表参照)

まだ流動的ですが、目標未達もしくは年度内に食い込む事が考えられます。中核都市である四日市市で23ある行政区で目標とする事業所数がサービスAで8か所、サービスBで12か所では少ないように思います。また数を増やしても、事業者と利用者の収支バランスが問題になります。まずは今年度計画を達成させて次の改善を図っていくしかないでしょう。保険者・利用者・事業所が声をあげてよりよい事業にしていきたいと思います。

種別	実施主体	目標	実施見込み
サービスA	訪問型	シルバークリニック	1カ所
	通所型	在宅介護支援センター設置法人	7カ所
サービスB	訪問型	住民団体	5カ所
	通所型		7カ所

*サービスAもBも既存の介護保険サービスを緩和したサービスです。

(実施基準や人員基準 サービス単価も引下げ)

詳細は次月号に続きます。

(花岡)

集まる♪つながる♪広がる

~地域の取り組み紹介~

四郷支部(四郷地区)

「高花平班会」

◇月1回 第一土曜日
高花平団地内 三中集会所◇

シリーズ
その53



班ができて早や11年になりました。月に1回のウォーキングも雨で中止になった時は小物作りに切り替わります。まずはお手玉作りをしました。縫い方を間違えると、とんでもない形にな

りみんな爆笑、子供の時のお手玉の遊びの思い出話で思わず笑顔がこぼれます。次は「マイカレンダー手帳」を作ってみようという事で、見本を見せてもらい皆で挑戦することに。表紙には着物をリメイクしている人から端切れをもらい、好きな色柄を貼りました。しわがよりやすく難しかったのですが丁寧に教えていただいたお蔭で、

「世界にひとつだけ」のマイカレンダー作りです。最近筋力が落ちてきたので今年はずっとウォーキング等を頑張らないと...。これからは皆とつながりを広げていけるように、と思っています。

(高花平班・安田)



「マイカレンダー手帳」が出来上がり、とても嬉しかったです。月1回の集まりですがお茶をしながら、話をたくさん楽しんでいきます。

生協の未来のために

医学生対策担当(津出向)
神保 雅也



医学生と共に

高校生からの医療生協とのつながりづくりとして1日医師体験や医療セミナーを行っています。医療セミナーでは、四日市地域の組合員さんにも患者としての立場でお話してもらいました。「日常的に医師に感じている事、将来どんな医師になってほしいか」など組合員さんの思いを高校生に直接伝えてもらいました。これは、患者でもある組合員が医師を育てようとする医療生協の強みだと思います。ま

この目標実現のため、長い時間をかけて、学生と関わっているのが私たち医学対です。

奨学生確保

最後に富山民医連の取り組みを紹介いたします。組合員さんが病院に置いてある「奨学生募集」を見て、それがきっかけで12年ぶりに奨学生が誕生しました。奨学生確保は、継続して医師を、一緒に働く仲間を確保するという意味でも重要です。医学生・医学部を目指す高校生がお知り合いにいましたら是非ご紹介をお願いします。後継者対策は、医療生協の未来をつくる運動です。一緒に医療生協の未来をつくる運動に取り組んでいきましょう。

*民医連(民主医療機関連合会)に医療生協も加盟しています。三重県には三重民医連があります。

医学対

私は普段、津生協病院4階の医師医学生室という部署で働いています。現在は私も1名の担当者(今年度入職した新人)がいます。私たちの仕事は①医学生の様々な自主的活動を援助し医学生の主体的な成長と運動の発展を促すこと②民医連で働く後継者(研修医・医師)を確保することの2つです。

この日もあり、医学生は「おふくろの味」と本当に喜んでいきます。色んな場面で組合員さんに関わっています。これからも大事にしていきたいと思っています。

いんぐクイズコーナー 今月はこれ!!

何の生き物が入る? (生桑町・Oさん)

- ①腐っても ()
- ② () 脚をあらわす
- ③ () に引かれて善光寺参り
- ④掃き溜めに ()
- ⑤ () の滝登り

EX () の首に鈴 ⇒ 猫
全問あって正解とします。調べてもOKよ。

クイズの答えと「いんぐ」の感想や近況などを書いて、診療所の待合室のポストまたは、下記の住所へ送ってください。<クイズ正解者の方より抽選で3名の方と「ポスト」掲載の方に図書カードをプレゼント。>
宛先 〒512-0911 四日市市生桑町1455
いんぐ診療所内 「いんぐ編集室」

245号(1月号)の答え
①蝦夷-北海道 ②越前-福井県 ③肥後-熊本県
④因幡-鳥取県 ⑤下野-栃木県 でした。

健康チャレンジウォーキング 2017

【3月、4月の予定】

- ★第3回★ 3月29日(水) 川島千本桜(NEWコース)
きれいな桜が見られるでしょうか?
- ★第4回★ 4月26日(水) ふれあい牧場
気持ちいい季節になっているでしょうね。

いずれも10:30~ 現地集合/雨天中止
(ご自分でご判断下さい)

◆詳細・資料(地図/スタンプ帳)等は
生協本部(田村)まで 330-0808

健康チャレンジウォーキング
オリジナルタオルが完成しました!

是非ご購入下さい。
1枚500円(カンバ込)



その1

いんぐ読者参加企画。

昨年末に行った読者参加企画の紹介を掲載していきます。ご参加いただきありがとうございました。(機関紙編集委員会)

2017年を漢字1字で表すと?

- 【晴】 - 心を体も沈んでいたのに、澄み渡る様晴れた心になりたい。
- 【選】 - 先は長くない。取捨選択が必要!
- 【進】 - 良いと思った事は進んで実行。
- 【闘】 - アベ内閣の悪政と闘う!
- 【静】 - 災害なし(地震なし、台風なし) 自然が静かであるように。

来月号(4月号)は・2016年のあなたの
“びっくりぼん”は何ですか?

2016年度 気づいて築く 健康づくり教室

いよいよ今年度の健康づくり教室も終盤です。ご興味のある講座だけでも是非ともご参加下さい。

- ◇第7回◇ 3月11日(土) 14:00~15:30
『~腸内環境を整えて生活しよう~』 講師:看護師
- ◇大雪で中止になった回の振替◇
3月18日(土) 14:00~15:30
『薬のはなし ~薬と食べ物との関係~』 講師:薬剤師

主催:健康づくり委員会



パラダイス190 (いくわ)

*みんなで作るたまり場
(しゃべり場/相談場所に)
一度のぞいてみて下さい。

- ◆次回は 3月18日(土)
毎月第3土曜日 10:00 ~14:00
ひまわりにて(診療所北側)
- ◇軽食・コーヒー代 300円
- ★詳細お問い合わせ 生協本部まで

大人気。折り紙教室

第29回

- ☆日時☆ 3月10日(金)
10:00~
- ☆場所☆ ひまわり
- ☆参加費☆ 100円(材料費)
- ☆連絡先☆ 加藤みはる
(尾平 332-5841)
- もしくは 生協本部
(330-0808)

募集

介護職員・厨房職員・訪問看護師が人手不足です。
是非ご応募・ご紹介をお願いします!!

- ①介護職員(常勤・パート) 急募!!!
- ②厨房職員(パート) 急募!!!
- ③訪問看護師(常勤) 急募!!!
- ④医師(常勤・パート)

《お問い合わせ》 みえ医療福祉生協・四日市地域
いずれの応募も 330-0808 桐山まで

是非ご紹介
・応募ください!!

趣味は宝塚歌劇・音楽鑑賞です。最近では徳永英明の曲をよく聴いています。あとは温泉めぐりです。雪の日、あづまや有りの露天風呂最高です。



通所リハビリ
柿本 博子さん

趣味はアニメを見る事です。テレビドラマも必ず録画して見ます。部屋の模様替えも好きなのでよくします。特技はキヤラ弁です。



通所リハビリ
横張 愛子さん

はじめまして

年中無休 電話(3333) 9時15分~16時30分	デイサービスいくわ 電話(3333) 9時30分~16時	通所リハビリいくわ 月・火・水・金・土 電話(3337) 8時~8時5分	ヘルパステーションいくわ 月・金 9時~16時30分 土 9時~12時	訪問看護ステーションいくわ 月・金 9時~17時 電話(3333) 6時47分	居宅介護支援事業所いくわ 月・金 9時~16時30分 土 9時~12時
-------------------------------	---------------------------------	--	---	---	---

◎在宅療養の相談はまず左記へ

【介護保険関連事業】

- ◆救急医療情報センター(受診可能な医療機関の案内)
電話(353) 1199
- ◆医師会の応急診療所
電話(353) 1759
- ◆休日(祝日)の病気やケガなどで緊急に医療機関を探したいときは左記をご利用下さい。

日・祝日・木曜日休診 【予約制】
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	×	×	×	×	×	×

四日市市生桑町1455番地
電話(333) 6471

【いくわ診療所 診療時間】