

いんぐ



さくら祭り健康チェック

測ってわかる!!

毎年4月7日は世界保健デーです。世界保健デーとは、世界保健機関（WHO）の後援を受けて世界的に健康を啓発する日です。全国の医療福祉生協ではこの日前後に合わせて、各地で健康チェックに取り組んでいます。四日市地域ではまんなか支部（主に中部地区）が4月8日にさくら祭りにも合わせて、まちかど健康チェックを行いました。日頃からご自分の体・健康に関心を持ってもらおうとするのが健康チェ

ックの目的です。血圧測定・体組成測定・足指力測定・血管年齢測定とラインナップをそろえ、道行く人にお声かけ。この日は約100名の方々にチェックを行いました。「これから気を付けるわ〜」「やっぱり動かな（運動等）あかんな!」「こんなの初めて測ってもらたわ〜」様々なお声が飛び交っていました。

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)

4609世帯

3月加入数 3月脱退数

4世帯 5世帯

出資金増資 (四日市地域)

316名 1083回

6,649,600円

(3/31現在)

同時にやってみて。



スクエアステップは体を動かしながら、頭も使う運動です。運動と認知症予防が同時に効果的にできる取り組みです。組合員さんの地域での活動にも取り入れています。

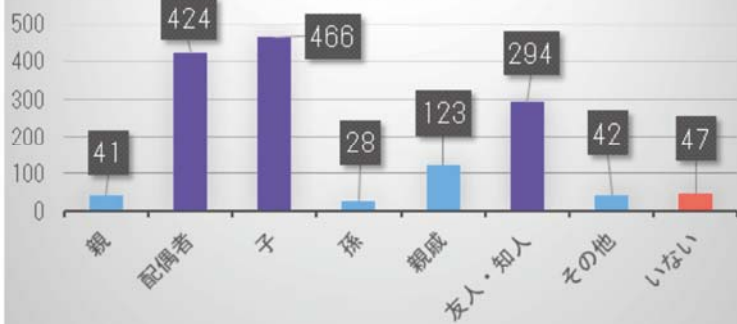
五月。端午の節句。子供の頃の記憶として、生家のある滋賀の故郷（田舎）の庭に毎年あげてもらっていた大きな鯉のぼりがある。庭の片隅にポールを立てて、吹き流しを含め4〜5匹の鯉が泳いでいたように記憶している。祖母・両親が私の成長を願ってあげてくれたのだらう。◆今は私も男児2人の父親となり、毎年五月に私がしてもらっていたのと比べ物にならない様な小さな鯉のぼりを小さな庭のフェンスにあげている。玄関先には兜を飾り、彼らの成長と健康を祈る。子が男児ということもあり、自分の子供の頃とついつい比較してしまう。「父ちゃんがあんたくらいの時にはくができとつた。」の様なことはしなかった。「叱る時や、注意する時に出てしまう。◆時代も違えば考え方も環境も違う。彼らは彼らなりに今の時代を懸命に生きている事を考えると、理不尽な発言だと後で反省するのは親が子供の成長と健康を願うこと。優しく、思いやりのある、誠実な人になって欲しい。そう思いながら今年も鯉のぼりを庭先にあげる。

(走人)

ほんこ



困った時の相談先



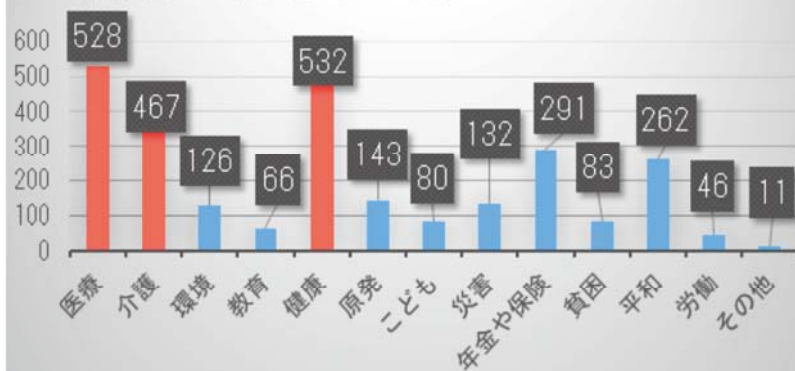
【設問10 困った時の相談先】

高齢者の方の回答が多かったこともあり、親という回答はほとんどありません。多くの方が配偶者か子と答えています。一方で一人暮らしの方は、友人・知人とあげられています。その他と答えた方の中には、行政（市役所等）や医療福祉協とあげた方もいました。「いない」と答えられた方も47名あり、地域でのつながりづくりの重要性を感じる結果となりました。

【設問9 特に関心のある項目】

やはり多いのは医療・介護・健康でした。年金や保険、平和も多く回答がありました。平和でなければいのちや、健康は守れませんね。医療福祉生協は平和活動にも力を入れています。年金や保険の項目については、将来不安や社会保障制度の充実を望む声の裏返しでしょうか？社会保障制度がよりよくなるよう、医療福祉生協をあげて取り組んでいきたいと思えます。また、2017年度の各種学習会のテーマにもこの結果を活用したいと思います。

関心のある事（テーマ）



全国の医療福祉生協では毎年秋頃に医療・介護評価（満足度調査）を患者・利用者さんに行い、サービスの質の向上に活用しています。

2016年度医療・介護評価 （満足度調査）

		(無回答を除く)						(単位: %)				
		合計 (件数)	そう思う	どちらか といえば そう思う	どちらとも いえない	どちらか といえば そう思わ ない	そう思わ ない	評点	前回	全国平均	前回の 差	全国平均 との差
通所リハビリ			10	5	0	△5	△10					
a	サービス提供内容を十分に説明された	37	78.4	13.5	8.1	0.0	0.0	8.5	9.1	8.2	△0.6	0.3
b	個人ごとの計画に沿って、サービスが提供された	37	75.7	13.5	2.7	8.1	0.0	7.8	9.5	8.2	△1.7	△0.4
c	施設は清潔で快適だった	37	70.3	18.9	8.1	2.7	0.0	7.8	9.4	8.4	△1.6	△0.6
d	職員同士で連絡や引き継ぎができています	37	75.7	18.9	2.7	2.7	0.0	8.4	9.1	8.2	△0.7	0.2
e	職員の言葉遣いや態度には気配りが感じられた	36	72.2	19.4	5.6	2.8	0.0	8.1	9.4	8.6	△1.3	△0.5
f	提供されたメニューやプログラムは、満足できるものだった	37	64.9	21.6	8.1	2.7	2.7	7.2	8.6	7.8	△1.4	△0.6
g	職員には、わからないことを聞きやすかった	37	86.5	13.5	0.0	0.0	0.0	9.3	8.4	8.6	0.9	0.7
h	送迎サービスは、安心して利用できた	36	88.9	8.3	2.8	0.0	0.0	9.3	9.5	9.1	△0.2	0.2
i	入浴サービスは、満足できるものだった	29	89.7	6.9	3.4	0.0	0.0	9.3	9.6	8.1	△0.3	1.2
j	食事は満足できるものだった	35	71.4	17.1	0.0	8.6	2.9	7.3	9.4	7.2	△2.1	0.1
k	苦情や相談について、すみやかに対応できている	36	69.4	19.4	5.6	5.6	0.0	7.6	8.9	8.1	△1.3	△0.5
l	全体として利用しやすかった	37	81.1	13.5	5.4	0.0	0.0	8.8	9.8	8.7	△1.0	0.1
m	この事業所を知り合いに紹介したいと思う	37	75.7	16.2	2.7	5.4	0.0	8.1	9.4	7.5	△1.3	0.6

今回の調査結果は前回に比べて評点が下がっているものが多くありました。中でもb>「個人ごとの計画に沿ってサービスが提供された」という項目は大きく評価をさげてしまいました。この項目は職員の2016年度総括の中でも「リハビリ計画がうまく活用されていないのでは」とふりかえりをおこなっています。毎日個別リハビリはきちんと実施して、定期的なリハビリ評価をおこない、各利用者さんに結果返しをおこなってきました。しかし、その先の「こうなりたい」という利用者さんの思いに対してよりそうことが足りなかったのでは…と考えています。

2017年度は個人の目標を一緒に設定し、職員みんなが同じ方向を向いてケアできるようにしたいと考えています。全体的にa>「説明」h>「送迎」i>「入浴」d・g>「職員のひきつぎ、わからないことを聞ける」の項目については昨年より評点が下がってはいますが高い評価をしてもらっているため、今後も継続していけるようにしていきます。



地域委員会だより

【2017年 4月20日・ひまわりにて開催】

◇支部総会／2016年度総括・2017年度方針について◇

【委員会活動の総括・方針を報告】

- ◇機関紙委員会－紙面づくりの更なる工夫（写真・見出し・文章量）、発行日の厳守、新連載の計画、学習記事に力を入れる。
- ◇くらしまちづくり委員会－パラダイス190（認知症カフェ）の今後の取り組み方、あり様の検討が必要。
- ◇健康づくり委員会－教室・ウォーキングを楽しく取り組める工夫、健康チャレンジの進め方、回収方法に検討が必要。
- ◇利用委員会－ボランティア活動の組織化が大きな課題。

◇四日市地域の増資・組合員増やし目標設定◇

2016年度の実績数値、各支部・職場からの目標値も考慮し、今年度目標 全体で増資700万/組合員増やし120名 と決定。

◇ボランティア組織の検討◇

ボランティア登録・募集にむけたたたき台の作成を決定。①お願いしたい事②関われそうな事、両面から募集要項を検討する

★次回は 5月18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・議論を行っています。組合員と職員の協力で事業・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

介護保険で利用できる施設①

人生の終わりは“住み慣れた家で”と思っていても、「一人になったら」「体が不自由になったら」「施設に入るなら私の年金で大丈夫？」と考えてしまいます。施設も何を基準に選ぶのが良いのか、と迷ってしまいます。老後の不安を取り除き生活をしていくには、高齢期の生活ポイントの整理が大事です。住まいを考えるにあたり①いつから②どんな暮らしがしたいのか③費用はどの位負担できるのか。次に自宅にするのか施設にするのか。住み替えるなら元元うなか、体が弱り介護が必要になってからなのかを考えると少しずつイメージが出てきます。

介護保険で利用できる施設には①生活介護が中心の介護老人福祉施設（特養）②介護やリハビリが中心の老人保健施設（老健）③医療が中心の介護療養型医療施設（療養病床）があります。また、認知症の人が共同生活するグループホームというものもあります。民間施設には①有料老人ホーム（健康型・介護付き・住宅型）②サービス付き高齢者向け住宅、その他自立した生活をサポートする経費老人ホーム、養護老人ホームなどがあります。

今回は、高齢者向け施設毎のサービス内容、費用の目安などについて紹介します。

*今回の記事は、昨年の「くらしの学校～高齢者施設について」の内容を基にしています（藤田）

集まる♪つながる♪広がる

～地域の取り組み紹介～

北部東支部（富田・富洲原・大矢知地区）

「あさけフラザ文化祭 健康チェック」

◇年2回 3月・9月 あさけフラザ◇

シリーズ
その55

北部地域で続いている活動に、あさけフラザで開催される地域の文化サークル発表会（文化祭）での健康チェックがあります。四日市医療生活協同歩みをほぼ同じく20年越しの取り組みです。保健委員会（現在の健康づくり委員会）から地域支部に引き継がれ、関わる



組合員さんも増えました。毎回10人以上の組合員と2名の職員が協同して取り組んでいます。長年取り組んでいるのに2回の実施ですが、顔なじみの人が結構おみえです。「元気にしてた？」「今日はお風呂入ってたの」「あさけフラザには高齢者の入浴サービスがある」「もう測ってもらえるかね」「ちよつとまつてもうすぐ準備終わるから」「最近オシッコの泡が多くて気になるんや」「看護婦さん来てから相談してみて」

等、色々な言葉が親密に交わされる。最近では子供のダンスの発表等もあって、若い人もチラホラ。あさけフラザの職員や、主催者の方も毎回顔を覚えてくださる。パンフにも大きく載せてもらい、北部地域の回覧板でも「みえ医療福祉生活協同」の名前が廻っている。もともと、協力が溶け込むと良いと思う。例年チェックに訪れる方は80～100人前後。新たな年代の人も顔なじみの人も、つながり広がる健康チェック。（組合員活動部・杉本）

お互いに元気をもらおう

「おはようございます」

「こんにちは」利用者さんのお宅へ笑顔で訪問します。ヘルパーの訪問を心待ちにされている利用者さんや、ご無沙汰している利用者さんからは

「久しぶり、元気にしてた？」と気遣っていただくこともあり、私たちヘルパーは利用者さんの笑顔に癒され反対に元気をいただきます。利用

者さんに対してヘルパーはどのような支援をしているのか紹介しま

す。

支援の内容と制限の中で

訪問介護は、利用者さんがその人らしく住み慣れた自宅で安全に安心した生活が送れるように支援する仕事です。

支援を行いつつ、またお話をしながら前回と変わったところはないか、体調や移動行為など変化はないか、室内環境はどうか等、「あれ？」

「おや？」と感じる小さな気づきを最も大切に、ケアマネや他職種と連携しながら支援しています。支援の内容は、ケアマネからの居宅介護計画

書に沿って「身体介護のみ」「生活援助のみ」「身体介護と生活援助を組み合わせて」提供します。身体介護は利用者さんの身体に直接触れて行うサービス（入浴、排泄、更衣、服薬、食事介助、移乗等）です。移動時の声かけ、見守り、利用者さんと一緒に行う家事も身体介護に含まれます。生活援助は利用者さんが生活する中でできないこと（掃除、洗濯、ゴミ出し、買物、調理、片付け等）をお手伝いするサービスです。生活援助は、どの利用者さんにも提供できるものではありません。同居するご家族が障害等のため家事を行うことが困難な場合は支援できることもあります。原則として同居するご家族がいる場合は、生活援助を提供できない仕組みになっています。

日中独居の利用者さんや、同居するご家族が90歳代の高齢者であったとしても支援できません。ご家族と同居されている利用者さん宅へ身体介護で訪問していると、やはり生活面で気になるケースは見られます。問題点について、ケアマネなどと相談しますが、全てを解決することはできません。自治体や地域の方々の支援、有償ボランティアなど、社会資源の活用はこれからますます大事になると思います。

ヘルパーステーション
吉川 美千代



地域ぐるみで支援を

ヘルパーステーション
吉川 美千代

いんぐ
クイズコーナー

今月はこれ!!

都道府県じゃれクイズ①

* (注意) 決してまじめに考えないように!

- ①今日の御飯のおかずが豆腐の都道府県は?
 ②血のつながっていない父親ばかりの都道府県は?
 ③誰かに祝ってもらいたくて仕方がない都道府県は?

E X > すべてで転んで泣いている子がいる都道府県は?
 大分県(「おお痛!」けん) という風に。

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

いくわ診療所内 「いんぐ編集室」

247号(3月号)の答え

- ①腐っても(鯛) ②(馬)脚をあらわす ③(牛)に引かれて
 善光寺参り ④掃き溜めに(鶴) ⑤(鯉)の滝登り でした。

健康チャレンジウォーキング 2017

【5月、6月の予定】

- ★第5回★ 5月15日(月) 伊坂ダム
 新緑の中を歩きましょう!
 ★第6回★ 6月21日(水) 垂坂公園
 梅雨はまだ大丈夫かな?お天気を祈る!

いずれも10:30~ 現地集合/雨天中止
 (ご自分で判断下さい)

◆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(カンパ込)



その3



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)

あなたは声をあげるなら何を主張しますか?

- ・年金からの保険料引き落とし等これ以上しないで!
- ・若者よ!結婚して生産人口増に協力してほしい!
- ・助け合いの精神・生きるためみんなが頑張った一終戦時の事を思い出せ!!
- ・好きなように法案を数の暴力で通して、もうこれ以上苦しみぬいて。アベさん早、辞めて!
- ・人を見たら泥棒と思え!
 (年寄りが騙される時代、私も正直者でバカをみました人は軽々しく信用しないでまず疑ってみないと...)

来月号(6月号)は・あなたが2016年プラスになった事(もしくは晴しがつた)ことは何ですか?

福島支援~夢の小袋活動~

東日本大震災への支援を何かできないかと、2014年3月に1枚のハンカチ集めからスタートした「夢の小袋」活動。組合員の皆さんに訴えたところ多くの方が協力して下さいました。小さなハンカチで巾着袋をつくり被災地に送る活動は計4回約400枚を超える小袋を送り、「忘れていないよ私たち」の思いを届けました。その後「現金があつたほうが良いわね。たとえ小額でも送りたい」と、着物地を使ったデッシュBOXカバーを作り500円で販売。組合員さんや利用者の方のご協力で、今年2月に5万2千円程被災地へ送る事が出来ました。今は、着物地を使いコースターを作り

大人気。折り紙教室

第30回

☆日 時☆ 5月12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)



【夢の小袋】活動を続けています。

ハンカチ支援ありがとう!

募集

介護職員・ケアマネ・厨房を募集しています。
 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) 入浴介助のみも可
 ②ケアマネジャー(常勤)
 ③厨房・栄養士(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!!

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 5月20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

この機関紙「いんぐ」の大多数は組合員さんのご協力のもと手配りでお届けしています。お近くで配ってほしいという方は是非ともご協力をお願いします。毎月1回、3200部をおよそ550名の組合員さんが現在手配り配布に関わっていただいています。

【連絡先】
 組合員活動部

・田村まで



機関紙配付者さん
 (ポストさん)大募集!

【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		訪問看護ステーションいくわ		ヘルパーステーションいくわ		通所リハビリいくわ		デイサービスいくわ	
月	金	月	金	月	金	月	金	月	金
9時	9時	9時	9時	9時	9時	9時	9時	9時	9時
15分	15分	15分	15分	15分	15分	15分	15分	15分	15分
6時	6時	6時	6時	6時	6時	6時	6時	6時	6時
7時	7時	7時	7時	7時	7時	7時	7時	7時	7時
5時	5時	5時	5時	5時	5時	5時	5時	5時	5時

◆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

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】