

原水爆禁止国民平和進行2018

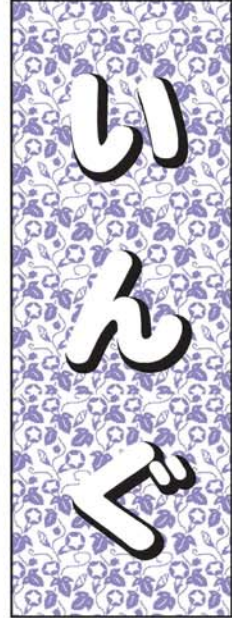


核兵器廃絶を訴えながら、広島を目指して日本全国を行進する「原水爆禁止国民平和進行」に例年のように医療福祉生協をあげて参加しました。

6月12日は富洲原・四日市市役所、13日は四日市市役所、追分・鈴鹿市役所へつないでいきました。梅雨の合間の日差しが強い日でしたが、両日で組合員・職員合わせて約40名の参加がありました。職員は例年のようにおそろいの平和Tシャツを着たり、折り鶴で作った「PEACE」のデコレーションで平和への願い・訴えをアピールしました。



6/11には菟野で初の平和行進も行われました！約50名の方が菟野庁舎から湯の山線菟野駅まで行進しました。組合員さんの参加も沢山あったようです。



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)
4644世帯
5月加入数 5月脱退数
9世帯 3世帯
出資金増資 (四日市地域)
92名 146回
696,000円
(5/31現在)

ケータに聞いた。

◇啓太Drの連続紹介コーナー◇ その②

私が目指す医療は「家庭医療」です。馴染みが薄いかもかもしれませんが、最近広く認知されるようになった医療の専門分野です。従来の、内科・外科・整形外科・皮膚科など臓器を限定する医療とは対比的に、皆さんの性別・年齢・臓器を問わず、よくある日常の病気を広く総合的に診ます。皆さんの心と体、家族のことも把握し、何でも相談できる「あなたとあなたの家族の専門医」と言えるように心がけています。他にも、疾病予防や健康増進、在宅医療、地域に出向き健康教室や保健活動にも関わっていきたいと思っています。

田中啓太医師は金曜日の午前・午後診療を担当していただいています。先生は「家庭医療専門医(家庭医)」で小児から高齢者まで、疾患の種類を問わず診ることができます。在宅医療や地域活動にも力を入れていきます。



***いくわ診療所は金曜午後診療(16~18時)再開しました！**

【目指す医師像】

サマー増資(胃カメラ新調)にご協力を!

新しい胃内視鏡カメラ(胃カメラ)を購入します。

より「飲み」易く、より入りやすく。(細く、やわらかい)

より広範囲に検査でき(広角)、

より正確な診断(高精度・高画質)が出来るように。

メーカー評価

*いくわ診療所では年間約600件(2017年度・健診含む)の胃カメラ検査を行っています。



今まで「胃カメラ、楽に出来たわ」という意見をいただいていたが、全ての方がそうである訳ではありません。医師の技術とあわせて、より多くの組合員さんに、より安心して胃カメラを受けていただけるために、最新の機器を取り入れます。増資のご協力と共に、胃カメラを受けた事が無い方も是非健診の一環としてこの機会に受けてみて下さい。

(検査希望-いくわ診療所・予約制 / 増資-各事業所・生協本部まで)

母の日参りに桑名のお墓へ行った時の事。手洗い場で手を洗っていたら、80代の女性がお墓に供える花を四苦八苦しながら束ねていた。よく見ると輪ゴムが足りないらしく、おせっかい焼きの私は、線香入れの筒を留めてある輪ゴムを「使って下さい」と差し出した。ビックリされてしまったが、「花屋さんでもらうのを忘れたので、ありがたく頂きます」と喜んでくれた。桑部から車を運転して来た途中のスーパーで花を買ってきたらしい。「一人暮らしで話相手がいなくて、今日はたくさん話せて良かった」ととても喜んでもらい、私もいい気分が帰途についた。亡くなった義父は「一日一善」「一期一会」という言葉が大好きだったので、それを受け継いでいる私もささやかな喜びに浸る事ができた。◆因みにお嫁さんからの母の日の贈り物は、石鹸で作った赤いバラの花束。とても気が楽になるいい香り。匂いは半年ほど消えるが、花はずっと色褪せずに残るらしい。これなら枯らす心配もなく、ずぼらな私にピッタリ。毎年色々考えて贈ってくれるお嫁さん有難う!

ほんこ



万能薬はないけれど。

★様々なクスリの話★



みえ医療福祉生協・津 生協病院
薬局長・薬剤師 瀬尾知広さん

子供の頃、「注射は痛くて嫌いだから、全部飲み薬になれば良いの」と思ったことはないでしょうか。

薬には内服薬（散剤、錠剤、カプセル剤等）、外用薬（軟膏剤、貼布剤等）、注射薬（静脈内注射、皮下注射、筋肉内注射等）などありますが、それぞれの形状にも理由があります。今回は、その形状についての話です。形状の話の前に、薬がなぜ効くのかを知っておく必要があります。

薬は体内に入って吸収されると、血液中の薬の濃度（血中濃度）が上昇し、体中に運ばれます。その後、肝臓などで代謝され、体外に排出されます。血中濃度が一定の

濃度になった時に薬の効果が現れ、この時の血中濃度を有効血中濃度と言います。もし、低すぎると薬の効果は現れず、高すぎると中毒となり副作用が現れやすくなります。薬にいろいろな形状がある理由の一つが、この有効血中濃度に関係しています。

◇注射薬（静脈内注射）◇
血管から直接体内に薬の成分を取り込むため、血中濃度がすぐに上昇します。その結果、有効血中濃度にすぐ到達し薬の効果が現れます。

◇飲み薬◇
胃や腸で溶かされて、その成分が腸から取り込まれて、有効血中濃度まで上昇して効果を現すため、注射薬に比べると効果が現れるまでに時間がかかるのが特徴です。



◇貼り薬等の外用薬◇
皮膚から成分が吸収され効果を現します。薬が飲めない人にも使用できるのが良いところですが、飲み薬に比べると種類が少なく、どんな病気にも使えるわけではありませ

早く薬が効く注射薬の方が良さそうですが、自宅で簡単に注射を打つことはできないので、日常管理のしやすい飲み薬を使用する方が多いのです。

もちろん、入院して早く治療をしなければならぬ場合や、糖尿病に使用するインスリンなど飲み薬にできない薬もあるので、その場合は注射薬が使用されます。



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。

2017年度医療・介護評価 (満足度調査)

	合計 (件数)	(無回答を除く)					評点	前回	全国平均	前回との 差	全国平均 との差
		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					
通所リハビリ											
a サービス提供内容を十分に説明された	50	76.0	14.0	10.0	0.0	0.0	8.3	8.5	8.0	△0.2	0.3
b 個人ごとの計画に沿って、サービスが提供された	49	79.6	16.3	4.1	0.0	0.0	8.8	7.8	8.2	1.0	0.6
c 施設は清潔で快適だった	50	78.0	16.0	6.0	0.0	0.0	8.6	7.8	8.4	0.8	0.2
d 職員同士で連絡や引き継ぎができています	50	76.0	16.0	8.0	0.0	0.0	8.4	8.4	8.2	0.0	0.2
e 職員の言葉遣いや態度には気配りが感じられた	49	79.6	18.4	2.0	0.0	0.0	8.9	8.1	8.5	0.8	0.4
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	49	73.5	20.4	6.1	0.0	0.0	8.4	7.2	7.7	1.2	0.7
g 職員には、わからないことを聞きやすかった	50	78.0	10.0	10.0	0.0	2.0	8.1	9.3	8.5	△1.2	△0.4
h 送迎サービスは、安心して利用できた	51	86.3	9.8	3.9	0.0	0.0	9.1	9.3	9.1	△0.2	0.0
i 入浴サービスは、満足できるものだった	45	93.3	4.4	2.2	0.0	0.0	9.6	9.3	7.8	0.3	1.8
j 食事は満足できるものだった	50	72.0	22.0	6.0	0.0	0.0	8.3	7.3	7.1	1.0	1.2
k 苦情や相談について、すみやかに対応できている	48	68.8	16.7	8.3	4.2	2.1	7.3	7.6	8.0	△0.3	△0.7
l 全体として利用しやすかった	49	83.7	12.2	2.0	2.0	0.0	8.9	8.8	8.7	0.1	0.2
m この事業所を知り合いに紹介したいと思う	50	74.0	14.0	6.0	0.0	6.0	7.5	8.1	7.5	△0.6	0.0

個々の目標・やかりを持てる取り組みに。

満足度調査の結果から a) g) k) の項目については点数が下がってしまいました。共通の課題としては、利用者さんとのコミュニケーション不足が考えられます。昨年度は、介護職の休職や退職がありスタッフが利用者さんと向き合う時間が少なかった事が要因の一つかと思えます。今年度も人員的には厳しい状態ですが、休職した職員も復帰しており、利用者さんと主任、副主任を中心に個別面談を計画しています。面談を通して利用者さんの要望や苦情・相談などに対して向き合っていきたいと思えます。b) の項目に対しては、点数の向上が見られます。この項目に関しては、昨年度、アクティビティ（活動）の項目を増やして個々の目標・やりがいを感じて貰えるような取り組みを行っています。個別面談を通して更に点数の向上を目指していきたいと思います。以前より点数の高かった i) 入浴サービスについては更に点数が向上しました。入浴に関しても、出来る事は自分で行ってもらう自立支援にむけたサービスを昨年度より取り組み、点数が向上している事から利用者さんにも思いが伝わって来た様に思えます。今年度は、個人面談を利用者さんの要望を1つでも多く実現できる施設作りを行いたいと思えますので、組合員の皆さまも是非ボランティアとしてご協力頂きたいと思えます。



地域委員会だより

【2018年 6月21日・ひまわりにて開催】

(総代会について)

総代会での発言（質問）を検討。経営課題に対する発言をする。総代会では年々の重要事項の論議が必要（今年は経営）。交流集会の様な報告会ではダメだという意見が多数。その姿勢で臨む。

(研修医の受け入れ)

7月いっぱい市立四日市病院より初期研修医を受け入れる。地域医療の研修で来るが、医療生協の地域活動にも参加してもらう予定。

(生協強化月間の前倒し・出資金増資)

強化月間は例年9～11月だが、胃カメラを新調するため月間を前倒しする（出資金増資）。診療の現場でも増資・健診の呼びかけを行う

★次回は 7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・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。

集まる♪つながる♪広がる

～地域の取り組み紹介～

さくら支部（さくら地区）

「さくらんぼ会」

◇毎月第3土曜日・午前中（10：30～）
桜台第一会館にて◇

シリーズ
その67



皆さん笑いが止まりません。なかなか覚えられないからです。教えてもらいながらレクレーションダンスをした時のことです。5月でしたが汗もジワジワと出てきました。テンポが速い

「365日の紙飛行機」、いつしか男女男女の順が男男になってしまふ「青い山脈」は難しかったのですが、「炭坑節」は昔とった杵柄でなんとか踊れました。1時間があつという間に過ぎてしまいました。少し踊れるようになった時、達成感で心が軽くなりました。このように体と頭を使って認知症を防ぎたいと思っています。不定期ですが第3土曜日の10時半からのこの「さくらんぼ会」を開催しています。今後は人形作り、健康づくり、学習会、



趣味（折り紙等）、カラオケ、お出かけ、新年会と検討中です。1人でも多くの人の参加をお待ちしています。

（さくら支部 近藤）

知っとくポイント くらしまちづくり委員会

何故そうなるの？ 働き方改革①

働き方改革 ～人間らしく働き、成果も出し続けるために～

息子が今度“課長職”に就けるかもしれないという。年収が〇〇万円になるといふ。でも残業手当ては無くなるという。いわゆる“裁量労働”とか言うやつだ。

今国会にかかっている『働き方改革』法案では、こういう働き方は、“自由な働き方”と言うそうだ。「このプロジェクトは時間がかかりそうだ。正確な必要労働時間がわからないから、8時間で区切っている仕事はほかとらない。あなたの裁量で労働時間を自由に使って成果が上がるようにしよう」、と言うことでしょうか。「でもプロジェクトの利益は確保しなければならぬので、裁量分に値する手当ては30時間分の賃金ね」ということもあり得る。この場合30時間の範囲内で出来る人は、次の仕事が待っている。出来ない人でも30時間を超えて働いて結果を出してもらえばいいだけの事（残業代等の手当てはつかないが）で、あまり働く人に自由があるとは思えない。そして、もっと自由な働き方とされているのが「高度プロフェSSIONAL制度」。なにしろ、指示された業務量をこなせば、いつでも働いても自由になる（残業や休日の縛りが無くなる）。対象は今のところ年収1075万以上となるようだ。（次月号へ続く）



（杉本）

活動の演出家

組合員活動部
杉本 知己



私は組合員活動部というところで働いています。ここでは3人の職員が働いています。昨日は、地区市民センターで健康班会をやりました。組合員さんが太極拳の先生をやってくれて、その後ゴムバンドを使って足の筋トレをやりました。参加する人が少ないので、もっと沢山の組合員さんに参加してくれたら良いなと思います。いつも思いますが、どうしたら参加者が増えるだろう、と色々考えて、やっている事の内容を伝えたり、効果を伝えたり、組合員さんと話し合ったり、組合員さんと相談して新しい内容を作りました。とはいえ、内容紹介のお知らせ程度なので、組合員さんと引き続き検討しようと思えます。

会話の中から

効果と同じくらいあればきつとスッキリした身体になると思うのですが、これは毎日地道にやらないと効果は現れないですね。でも、実は毎日やるのがとっても難しいようです。毎日と言っても、月々火水木金土と頑張る必要は無く、週休3日くらいでいいのです。一人が続けるのは難しい様です。毎日が励みになって出来るような仕組みでもあれば、心も身体もスッキリし、【立てば芍薬 座れば牡丹 歩く姿は百合の花】の様な効果のある班会になるでしょう。組合員さんと智慧を絞って、「毎日やれる」仕組みも作ってみようと思えます。

班会の効能・効果
効果と言えば、おしゃべり効果があります。何より楽しいし、スッキリします。「うん」とゴムバンドを引っ張っている時の力の入った顔が、すっかり緩んで、笑い声が、すっかりかです。お互いのアドバイスなんかで自分の情報量が増えたりと良い事づくめです。筋肉効果がおしゃべり

『あなたどうしたの？そんなに活き活きとすっきりして』『生協の健康班会よ』『何それ？詳しく教えて』となつて、『参加したいわ、おいくら』『タダよ』『ホント？どこかの携帯電話のCMソングみたいね』『気に入ったら生協にも加入してね』みたいな会話が生まれ、班会に多くの組合員さんや地域の方が参加して、医療福祉生協が地域の活性化に役立つと良いですね。もちろん尋ねられる前に、自慢アピールで広げていくのも、参加の広がりには大切ですが。

いんぐクイズコーナー 今月はこれ!!

頭の体操ですよ⑤

()に何の漢字が入るでしょうか？

柿	→	傘
星	→	端
足	→	飯
西	→	()

*ヒント：ひらがなに置き換えて考えてみましょう！

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 「いんぐ編集部」

261号(5月号)の答え

お腹の中の赤ちゃん(胎児)に蹴られたということです。「女性ですよ」というヒントでピンときませんでしたか？

健康チャレンジウォーキング 2018

【7月、8月の予定】

☆第7回☆ 7月9日(月) こもの県民の森
もう随分暑くなっていると思います!

8月はお休みです

暑さに気を付けてお過ごしください!!

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
オリジナルタオルあります!

是非ご購入下さい。
1枚500円(カンパ込)

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)



いんぐに対してご感想・ご意見を!

- ◇職員さんの声の欄が楽しみです。
- ◇読者の声(希望・提案等)をもう少し掲載すると良いと思います。
- ◇毎月届くのを楽しみにしています。(複数名)
- ◇限られた紙面に多分野の情報をタイミングよく掲載していただき編集部の皆さんに感謝しています。
- ◇いんぐ配布の方に感謝一言です!

また年末にアンケートを予定していますので
ご協力をよろしくお願いいたします。

原水爆禁止世界大会・広島 参加者募集

☆日 時☆ 8月4日(土)~8月6日(月) 予定

☆費用(自己負担額)☆
大人2万円 子供1万円 程度
*残りは平和カンパにて補います



☆応募資格☆

- ①平和を望む方ならどなたでも参加OK。
(ただしみえ医療福祉生協の組合員であること)
- ②社行会、報告会や事前のカンパ活動
(カンパ昼食のお手伝いなど)等に参加していただけること。

☆募集人数・締め切り☆

若干名・7月中旬
<人数調整の都合・カンパ状況等により
お断りする場合があります>
*子供・孫と一緒に参加していただいてももちろんOKです。

その他、詳細はお問い合わせ下さい。
組合員活動部・田村 もしくは
事務長・桐山まで

募集

是非ご紹介
・応募ください!!

採用強化中です。

是非ご応募・ご紹介をお願いします!!

- ①介護職員(パート)、通所介護看護師(パート)
- ②訪問看護師(常勤)
- ③理学・作業療法士(常勤・パート) **いずれも急募!!!**

<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

パラダイス190 (いんぐ)

*みんなで作るたまり場
(しゃべり場/相談場所/認知症カフェ)
一度のそいでみて下さい。

◆次回は7月21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37回

☆日 時☆ 7月13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)



【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	いんぐわ
月	土
電話	(3333) 6475
時間	9時~17時
訪問看護ステーション	いんぐわ
月	金
電話	(3333) 6472
時間	9時~17時
ヘルパーステーション	いんぐわ
月	土
電話	(3337) 8855
時間	8時30分~17時
通所リハビリ	いんぐわ
月	火・水・金・土
電話	(3333) 756
時間	9時~17時
デイサービス	いんぐわ
電話	(3333) 6756
時間	9時~17時
年中無休	
電話	(3333) 6756

◆ご利用下さい。休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に電話して下さい。

◆救急医療情報センター◆
電話 059(229)1199
(受診可能な医療機関の案内)

◆医師会の応急診療所◆
電話 059(353)1759

日・祝日・木曜日休診 【予約制】
午後診は金曜のみとさせていただきます
(基本的には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~6時	×	×	×	×	○	×

【いんぐ診療所】
四日市市生桑町1455番地
電話(333)6471