

医療福祉生協ってこんなところ。



まんなか支部（中部地区）が概ね2年に1度おこなっているウェルカムパーティーが開催されました。ウェルカムパーティーは新しく加入した組合員さん（事業所利用・活動参加ルート等）を対象に開きます。もちろん未だ加入していない方も大歓迎。

事務長から医療福祉生協の詳しい説明、事業所の見学（診療所も介護事業所も）、介護事業所で提供されている食事の試食を行いました。

「貯筋体操等の活動には参加しているけれど、いくわの事業所に来たのは初めて」「医療福祉生協の仕組みを詳しく知ることができた」「地域医療・介護・活動に力を入れている事がよく分かった」等の声があがりました。

組合員さんに支えられている生協です。自分たちの事業・活動としてとらえ、今後もご理解・ご協力をお願いします。

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)
4649世帯
6月加入数 6月脱退数
11世帯 6世帯

出資金増資 (四日市地域)
119名 238回
1,076,000円
(6/30現在)

ケータに聞いた。

◇啓太Drの連続紹介コーナー◇ その③

厚生労働省が発表している『上手な医者のかかり方10か条』をご存知でしょうか？患者さん自身が納得して医療を受けるために、知っておくべき心構えをまとめたものです。その中でコミュニケーションの重要性が強調されています。私自身、まだ皆さんの事を十分に知っていませんし、皆さんもそうだと思います。これから皆さんとはコミュニケーションを重ね、お互いをよく知り診療に活かしていきたいと思っています。是非ご自身の病状の事、家族の事、日々の些細な事などで構いませんのでどんどん聞かせて下さい。また質問して下さい。

【患者さんに望む事】

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！

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。



今までも「胃カメラ、楽に出来たわ」という意見をいただいていたのですが、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 / 増資一名事業所・生協本部まで）



わが家は、曜日の分からないようになった95歳の母親とゴミ出しをお願いしても生ゴミだけ忘れてしまう夫と、今聞いた名前が記憶できない私の危なっかしい三人暮らしです。高齢の母は、料理・洗濯が大好きなので洗濯物たたみは毎日きれいにしてくれています。得意の煮物も自分から料理をかって出してくれます。（最近ばかり）と辛めになってきました。

◆この頃思うのですが、人間必要とされる場所があるとそれがモチベーションとなり、うごく意欲に繋がります。私も子どもや孫が来ると大変なのですが、何か美味しいものを食べさせてあげたい・メニューはどうしようかとそわそわし、家族の中での自分の存在感を感じます。◆医療生協の地域委員も組合員も、私を含め皆さん高齢となり、若手にバトンをタッチしたいと思いますが、同時にまだ必要とされる場がある事にも感謝して、もう暫く皆さんと力を合わせて歩んで行きたいと考えています。先輩方どうか宜しくお願いします。

(和)

ほんこ





医療用医薬品には、同じ成分、効果でも薬価(国が定めた薬の値段)が違うものがあります。最近では、調剤薬局やテレビのコマーシャルなどでも普通に「ジェネリック(後発医薬品)」という言葉が使われていて、「なんとなく聞いたことがあるよ」という方も多いと思います。

万能薬はなかりけれど。

★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

ジェネリックとは、「一般的な」という意味があり、欧米では、一般名(成分の名前)で処方されることが多いため、この名前が付きましました。一番の特徴は薬の値段(薬価)が安いことです。薬価が高いものは先発品と呼ばれる薬で、日本で最初に発売された薬(新薬)です。これに対して、ジェネリックは一般的に先発品の特許期間満了後に製造・販売される薬のため、新薬の研究開発費、承認審査にかかる費用がかららない分、安く設定されています。

国による医療費削減が叫ばれ、ジェネリックを積極的の使用する方向にすすんできており10年前は35%程度の使用率が、2017年度の調査では約70%になっています。安価なため、薬の品質を心配される方もみえますが、ジェネリックの品質を調査している機関があり発売後も検査を行っているため心配はありません。ただし、先発品とは添加物、製造方法などが異なるため、人によってはアレルギーなど副作用が出る場合



があるため注意が必要です。最近では「オーソライズドジェネリック」という先発品と全く同じ有効成分・添加物・製造方法の薬も使用されています。また、ジェネリックならではの改良として、飲みやすいサイズや味、口の中での溶けやすさ、などの特徴を持つ薬もあります。

いくつものジェネリックが各社から発売されていますが、どれを選ぶかは、本人の希望によります。医師や薬剤師と相談して、自分の身体に合うものを使用してください。



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 | | | | | |
| デイサービス | | | | | | | | | | | |
| | | 10 | 5 | 0 | △5 | △10 | | | | | |
| a サービス提供内容を十分に説明された | 59 | 79.7 | 15.3 | 5.1 | 0.0 | 0.0 | 8.7 | 8.8 | 8.0 | △0.1 | 0.7 |
| b 個人ごとの計画に沿って、サービスが提供された | 59 | 79.7 | 11.9 | 8.5 | 0.0 | 0.0 | 8.6 | 8.4 | 8.1 | 0.2 | 0.5 |
| c 施設は清潔で快適だった | 58 | 82.8 | 17.2 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 9.1 | 8.6 | 8.6 | 0.5 | 0.5 |
| d 職員同士で連絡や引き継ぎができています | 56 | 78.6 | 17.9 | 3.6 | 0.0 | 0.0 | 8.8 | 8.5 | 8.2 | 0.3 | 0.6 |
| e 職員の言葉遣いや態度には気配りが感じられた | 58 | 84.5 | 15.5 | 0.0 | 0.0 | 0.0 | 9.2 | 9.0 | 8.6 | 0.2 | 0.6 |
| 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 | 56 | 75.0 | 19.6 | 5.4 | 0.0 | 0.0 | 8.5 | 7.8 | 8.0 | 0.7 | 0.5 |
| g 職員には、わからないことを聞きやすかった | 59 | 86.4 | 8.5 | 5.1 | 0.0 | 0.0 | 9.1 | 8.3 | 8.7 | 0.8 | 0.4 |
| h 送迎サービスは、安心して利用できた | 59 | 88.1 | 10.2 | 1.7 | 0.0 | 0.0 | 9.3 | 8.2 | 9.2 | 1.1 | 0.1 |
| i 入浴サービスは、満足できるものだった | 53 | 84.9 | 13.2 | 1.9 | 0.0 | 0.0 | 9.2 | 8.8 | 8.4 | 0.4 | 0.8 |
| j 食事は満足できるものだった | 58 | 82.8 | 15.5 | 1.7 | 0.0 | 0.0 | 9.1 | 7.9 | 7.6 | 1.2 | 1.5 |
| k 苦情や相談について、すみやかに対応できている | 57 | 78.9 | 14.0 | 5.3 | 0.0 | 1.8 | 8.4 | 8.4 | 8.3 | 0.0 | 0.1 |
| l 全体として利用しやすかった | 58 | 86.2 | 10.3 | 3.4 | 0.0 | 0.0 | 9.1 | 9.0 | 8.9 | 0.1 | 0.2 |
| m この事業所を知り合いに紹介したいと思う | 58 | 67.2 | 13.8 | 15.5 | 3.4 | 0.0 | 7.2 | 8.0 | 7.7 | △0.8 | △0.5 |

苦情・相談対応を更に充実させることが課題。

満足度調査の結果でデイサービスでは、どの項目を評価されているかに注目し検討改善をしています。今回、k)とm)の項目にマイナス回答がみられました。特に、k)の【苦情や相談についてすみやかに対応できている】に関しては、デイサービスでは、苦情や相談に関してはありがたい事と考え、重点を置き、すみやかな対応を心がけてきたので、どのようなところがダメだったのか、職員一人ひとりが考え、みんなできちんとした対応が出来るようもう一度見つけ直していき必要性を感じました。

良かった点としては、c)とe)の項目で、全て「そう思う」「どちらかと言えばそう思う」の回答を頂いたことです。e)の「言葉遣いや態度、気配り」に関しては、利用者さんやご家族さんに気持ち良く利用していただけるよう常に意識し、職員間でも声を掛け合い改善しています。人員は厳しい状況ですが、どのようにしたら、質を落とさず満足していただけるサービスを提供出来るかを検討し、職員一丸となって取り組んでいます。これからも、今回の結果を参考にし、より良いサービス提供を実施していきたいと思います。



(山 口)

地域委員会だより

【2018年 7月19日・ひまわりにて開催】

(強化月間前倒し・胃カメラ新調増資)

7月より強化月間(出資金増資の取り組み)を前倒してスタート。増資の訴えと共に、胃カメラ検診の推奨。順調な滑り出し(人数)。

(第10回ふっフェスタについて)

10月28日開催。実行委員長・副実行委員長を選出。

実行委員会を8月、9月、10月で開催し、準備を進める。

(訪問・対話活動について/健康づくりチャレンジ)

全組合員訪問を計画。過去に行ったパースデイ訪問の様に取り組み。今年度中に準備し、来年度1年間で回りきる。方法・目的は今後検討。健康づくりチャレンジは各地区市民センターへ市民向けに配架依頼する。

★次回は 8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・議論を行っています。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～

シリーズ
その68

北部西支部(下野・保々地区)

「みんなで歌おう会」

◇毎月第2月曜日・13:30～2時間程
あさけヶ丘中央集会所にて◇

「歌おう会」は始まって以来10年を経過しました。伴奏者2代目である北部西支部・支部長の高橋さんに伴奏してもらいながら、月に1回8～9曲を歌っています。これまで配布した曲のページ数は380ページを超えました。童謡を中心に昭和歌謡も。4～5人ずつで歌ったり、曲によっては2部に分かれて歌う事や、輪唱する時もあります。始める前には血圧測定や体組成測定も行いま



す。残念なのは体調を崩されたりして参加人数が若干減り気味です。

す。数年前から歌い始める前に脳トレを取り入れています。毎月様々な問題を用意しています。7月は新聞などでもおなじみの「まちいさがし」でした。これからも童謡でも今までの曲やジャンルの新曲も取り入れていきたいと思いたいと思います。お仲間をお待ちしています。一緒に歌いましょう!



(北部西支部 楠木)

何故そうなるの? 働き方改革②

知っとくポイント くらしまちづくり委員会

(前月号より続き)

前代未聞の悪法は前月号の記事が載る時点で成立してしまった。その中で裁量労働制よりもっと自由な働き方と言われているのが『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、いつどれだけ働いても自由で、労働時間の縛りが無くなる。(残業や休日の縛りが無くなる)一見良い事に思えるのだけれど、「21時を過ぎても仕事が終わらない、でも翌日も早めに出ないといけない」という現実が変わるのだろうか。もちろんそうでない人もいよう。それでも社会全体の制度にするなら、過労死を生んでいる状態を、法律で合法化するのはいかがなものか。

問題のすり替えは、「労働時間によってではなく、成果で評価する」という、もっともらしい論理だ。今でも成果で支払われているのという当たり前のことが無視されている。必要な休息を取り・余暇を楽しみ・家族と過ごす時間を持つ、こうする事で人は成果を生み出し続けられる。また、「自由な働き方は労働者のニーズでもある」と言っていた事も、ウソだった事が国会審議で明らかになった。

みなさん、子や孫の働き方に関心を持って、本人の意思を大事にしつつ、働き方の話も出来ると良いですね。我が家では、家族のために労働時間だけは記録しておいたほうが良いよ、と言っています。

新聞やテレビでも、法案の元になったデータが信用できない、対象業務が曖昧、裁量のある労働者像が不明確、会社は労働時間を把握しなくて良い、など法律の不備が多々指摘されている。

(杉本)

できない事の援助

通所リハビリテーション
水町 一恵



また、3階リハビリ室以外の1階フロアでの入浴や食事の際もリハビリテーションの視点を持って関わるといふことにこだわっています。このようにリハビリの専門職以外の職種もしっかりとリハビリテーションを意識しながら働いています。その中で、私は看護師として利用者さんができるだけ100%に近い状態でリハビリができるように支援する事が重要だと思っています。そのために朝の体温や血圧、顔色や表情などに気を配り、

援助することが大切で、できない事のみ援助することです。その為に、その方のできる事とできない事の見極めを行い、できない事のみ援助することです。その為に、その方のできる事とできない事の見極めを行い、できない事のみ援助することです。

リハビリを意識

通所リハビリでは、理学療法士などが行う個別のリハビリテーションを中心に、食事や入浴や集団リハビリにおいて、その日・その時の利用者さんお一人ずつの状態に合わせて対応しています。そんな中、職員全員が日々の業務で大切に行っていることは、「その方ができる事をできるだけ長く続けられる」ということです。その為に、その方のできる事とできない事の見極めを行い、できない事のみ援助することです。

在宅支援

利用者さんには主治医がいて、担当ケアマネージャーがいて他にもたくさんの方がその方の生活を支援しています。私は、それらの方々とともに必要な情報をタイムリよく適切に交換し一緒に考え、より良い結果に繋がられるように日々、頑張っています。このように通所リハビリの看護師の仕事は、フロアの中だけで完結するものではなく、自宅でも安心して暮らせるように支援していくことだと思えます。フロアに居る時も、自宅に帰ってからも、また次回来ていただく時まで元気に過ごしていただく事が何よりもうれしい事なのです。

いんぐクイズコーナー 今月はこれ!!

珍名字 こんなの読めます? (生桑町・Oさん)

是非調べて解答してください! 全部できて正解とします。

- ①四月一日
- ②街風
- ③一番合戦

他にも...大高原(わたのはら) 陸上(くがうえ) 左右加(そうか) 太巻(うずまき) 煮雪(にゆき) 珍しいの沢山あります。

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」

262号(6月号)の答え

お金を数える時は円(えん)ですね。同じようにくつを数える時は足(そく)ですね。という事は...えん+そく で えんそく(遠足)!

健康チャレンジウォーキング 2018

【8月、9月の予定】

8月はお休みです

暑さに気を付けてお過ごしください!!

☆第8回☆ 9月27日(木) 鶴の森公園 NEWコース!どんな風景に出会えるでしょうか?

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(カンバ込)

毎年恒例 フェスタが近づいて来ました!

昨年(第9回)は台風で 残念ながら中止でした。 今年は仕切りなおし!



第10回 うふっフェスタは 10月28日(日)開催。

★舞台出演者(芸達者集まれ!!)

を開催に先立ち募集します。

★フェスタと一緒に盛り上げて頂ける方大歓迎です! 我こそは...

⇒ 組員活動部・田村までご一報を!

みえ医療福祉生活協同組合 健康づくり Challenge

何トシにチャレンジする? 毎日1つ達成しよう

- ①筋トシ 1日プラス10分の運動を
 - ◆階段を降りようとする
 - ◆フロントランジ
 - ◆壁押し肩立て
- ②美トシ ココロもカラダも美しく
 - ◆早寝・早起き・朝ごはん
 - ◆この歳ダイエット・ストレッチ
 - ◆おなかの脂肪トシ
- ③オーラルトシ お口は健康のバロメーター
 - ◆毎日歯磨き
 - ◆あいうべ体操
 - ◆ハカカラ体操
- ④脳トシ 頭の中をスッキリ活性化
 - ◆脳体操(新聞や本など)
 - ◆毎日日記(日記を書く)
 - ◆8人以上おしゃべり
- ⑤ココロトシ スキマ時間を有効活用
 - ◆片立ち
 - ◆スクワット
 - ◆つま先立ち・つま先上げ
- ⑥自主トシ 小さな成功体験
 - ◆ウォーキングなど
 - ◆どんな目標でもOK!
 - ◆毎日継続してみよう。

参加費無料!! どの年代でも参加できます☆

①エントリー: 申込みハガキに記入してエントリー。
②チャレンジ: コースを決定して2か月間チャレンジ。
③結果報告: 結果報告ハガキに記入して提出。

☆ハガキのQRコードからも申込み・結果報告ができます。

みえ医療福祉生活協同組合 健康づくり委員会
TEL: 059-213-8668 FAX: 059-213-7325

健康づくりチャレンジが 始まりです!

今の生活に健康習慣をちょい足して、習慣付けていくことがこのチャレンジの目的です。この機会にまずは2か月間チャレンジしてみよう。子供さん向けも準備していますので、ご家族で取り組むのもいいかもネ。

◇資料等詳細は...生協本部 田村・桐山まで (診療所にも資料置いてあります)

健康づくりチャレンジ キッズシート

★子どもたちに健康な未来を...

みえ医療福祉生活協同組合 健康づくり委員会
TEL: 059-213-8668 FAX: 059-213-7325

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)

◇お問い合わせ 生協本部 田村・桐山まで 330-0808

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) 一度のぞいてみて下さい。

◇次回は8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

私は5月に知人宅で見たあ一つの絵に魅了され、刺繍を始めました。その絵は戸塚刺繍という物で、未経験ですが今練習中です。



厨房 伊藤 幸代さん

はじめまして

【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 | 電話 | 3333 |
| 訪問看護ステーション | いんぐ | 電話 | 3333 |
| ヘルパーステーション | いんぐ | 電話 | 3333 |
| 通所リハビリ | いんぐ | 電話 | 3337 |
| デイサービス | いんぐ | 電話 | 3333 |
| 年中無休 | いんぐ | 電話 | 3333 |

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 | × | × | × | × | ○ | × |

四日市市生桑町1455番地 電話(333) 6471

【いんぐ診療所】 診療時間