



いんぐ

花よりワシら! どや?

通所リハビリ・デイサービス

コスモス畑へお出かけ。



掘ったぞ〜!



デイサービスいくわでは診療所駐車場横の土地をお借りして、いくわ菜園として利用し年間を通じて様々な野菜を作っています。農作業レクの位置づけもあり、利用者さんは「昔取った杵柄?」元気に畑の面倒をみえています。秋はサツマイモの収穫ができました。自分たちで作ったこのイモはおやつとしていただきました。

この畑には厨房からでた残飯等からつくるダンボールコンポスト(肥料)を厨房・組合員さんのご協力の下活用しています。さて、次は何ができるかな??

11月号の発行日が変更されたため12月号は紙面を縮小してお届けしています。

ケータに聞いた。

◇啓太Drの連続紹介コーナー◇ その①

セールスポイントと胸を張って言える程のものはありませんが、普段意識している事を一つ挙げさせてもらおうと、『話をよく聞く』ことです。診察の場面で、医師側から多くを説明することも大事ですが、皆さんにとっても「言いたいことが言えた」「ちゃんと話を聞いてもらえた」と思ってもらえることも重要だと感じています。ですので、ぜひ皆さんの方からもどんどん私に話しかけて下さい。体調以外の事でも構いません、日頃気になっている事や質問など気軽にお話し下さい。目力(めぢから)があるのもポイントですよ(笑)

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)再開しています!

「私のセールスポイント・ウリ」

ほんこ



今夏、娘家族とカンボジアのアンコール遺跡群を巡る旅をした。スコールがある雨季でベストシーズンではないが、日本をはじめ、中国・韓国・欧米等の観光客が大勢いた。深い森の巨木と遺跡が一体化したタプロム、朝日のアンコール・ワット、城壁と環濠の都城アンコール・トムに圧倒された(*カナ表示はすべて遺跡の名前)。◆遺跡群内で暮らしていた地域住民は、世界遺産指定後も稲作中心ののかな農村の生活をしている様だが、駐車場で少女が土産品の絵葉書を「買って、買って」とバスに乗る夫と孫に走り寄る姿に驚いた。クメール人のガイドによれば、6・3・3制教育だが、子供が家事農作業をする風習もあつてか学校に行かない子もいたり、学校・教室も足りず午前・午後の二部制という現状だという。スイスの援助で無償の子供病院での母子の長い行列や、地雷により身体に障害を負った人が遺跡内で民族楽器を演奏している姿も見かけた。◆隣国との紛争や内戦が終結し、20数年経ても現状は厳しい。戦争の悲惨さ残酷さを間近に感じ、改めて平和を守る事の大切さを思う旅となった。(明)

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

抽出しているため成分量が大きく変わることはありませんが、西洋薬のように、ほとんど一種類の化学物質を抽出して製造することを考えれば対照的です。
もう一つの特徴は、自然治癒力を発揮させて治すところにあります。自然治癒力(生命力)が弱い場合、漢方薬で補うことで治癒させるという考え方です。

では、西洋薬と漢方薬どちらが優れているのでしょうか？

答えは、どちらかがより優れているといえることはいえません。例えば、細菌による感染症には、漢方薬を使用するよりも西洋薬の抗生剤を使つて、原因の細菌を身体から取り除く方が早く治り、適切ということになります。また、慢性的な肩こりに悩む患者などには体質改善をしながら緩やかに痛みを和らげる漢方薬を投与するほうが良い場合もあります。病気によつては、漢方薬と西洋薬を一緒に飲んだ方が



が良い場合もあります。医師は病状に対して、適切な薬剤を選びますが、ドラッグストアなどで自分で購入する場合は注意が必要です。
また漢方薬は副作用がないから安心という声を聞く事もあります。飲み合わせの注意や副作用は西洋薬と同じようにあります。過剰摂取や、体質に合わないことが原因で食欲低下や発熱、じんましん、むくみなどの症状が現れる場合があります。不明や不安な点がありましたら、すぐに医師・薬剤師にご相談ください。



漢方薬の一番の特徴は、自然の材料である天産物を使うことです。薬用植物(一部動物や鉱物も使う)の薬用部分を乾燥して刻んだ生薬が材料になります。この生薬を何種類も組み合わせ、漢方薬ができています。



たとえば葛根湯は7種、十全大補湯は10種類の生薬の組み合わせになります。天産物を材料とするため、その薬効成分は複雑です。含まれる成分も採取する時期、場所によって異なります。日本で使われている漢方薬は大量の材料からエキスを



患者さんとの距離

私はいくわ診療所で看護師のパートとして働いています。

働き始めた頃感じたことは、患者さんとの距離がとても近いということでした。なかでもすごいなと感じたのは、診察前に問診をしている事と、経過が気になる患者さんや定期受診を中断されている患者さんへ電話をかけて、その後の様子を聞いていたことでした。患者さんやご家族と向き合ってお話をし、身体の調子はどうか、困っていることはないか、お薬は飲んでいるか、お薬は飲めていないかなど、診察前に聞いています。

今は当たり前

ることが増えてきたように思います。

すごいなと感じていたいくわ診療所の看護を今は当たり前前に感じるのと同時に、とても大事に思っています。患者さんの個性を大切に、どんな訴えにも耳を傾け、一緒に考え、解決に向けて行動したいと思っています。まだまだ未熟ですが、この人に話したら大丈夫、と思ってもらえるような、信頼してもらっている看護師でありたいと思っています。いくわ診療所は雰囲気がとても明るいです。問診や診察室から大きな笑い声が聞こえます。患者さん同士も「あら、お久しぶり」と再会を喜び、会話を楽しんでいます。この温かい雰囲気も私はとても気に入っています。

診療所の雰囲気

外来看護 原田 久美



診察・投薬で終わらせるのではなく、その後の病状に気をかけている事。この2点はそれまでの私の看護では経験のないことでした。最初のころは、業務に慣れることに精一杯でしたが、最近は少しずつ患者さんのお顔を覚えることができるようになってきました。そして、少しやせられたかな、食事はどうされているのだろうか、ご家族の介護負担はないか、健診はどうされているか、など気づき・感じることが増えてきたように思います。

診察・投薬で終わらせるのではなく、その後の病状に気をかけている事。この2点はそれまでの私の看護では経験のないことでした。最初のころは、業務に慣れることに精一杯でしたが、最近は少しずつ患者さんのお顔を覚えることができるようになってきました。そして、少しやせられたかな、食事はどうされているのだろうか、ご家族の介護負担はないか、健診はどうされているか、など気づき・感じることが増えてきたように思います。

【いくわ診療所 診療時間】

四日市市生桑町1455番地
電話 (333) 6471

【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	×	×	×	×	○	×

【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～土 9時～17時30分
電話 (333) 6475

訪問看護ステーションいくわ
月～金 9時～17時30分
電話 (333) 6472

ヘルパーステーションいくわ
月～土 9時～17時30分
電話 (337) 8885

通所リハビリいくわ
月・火・水・金・土
9時～17時30分
電話 (333) 6756

デイサービスいくわ
年中無休 9時～17時30分
電話 (333) 6756

電話 (333) 6756