



第6回 組合員・職員活動交流集会が1/27(日)・本町プラザにて行われました。組合員・職員が一堂に会し、日ごろの事業や活動について報告・交流する機会です。職員からは事業の紹介や、工夫・苦労・大事にしている事等が紹介されました。組合員からは地域での取り組み(ボランティアや料理・体操教室の取り組みなど)の報告でした。

他にも昨年受け入れた初期研修医の研修への関わり、昨年4月から検討してきたくわ診療所の新体制について、4月から正式に赴任される田中啓太先生の話がありました。

午後は昨年も好評だった体験班会(折り紙/笑いヨガ/坐ってトレーニング/筋肉伸展/楽読)で、各地域の取り組みを体験しました。

『思いをカタチに!』 様々な方の思いを事業・活動を通じてカタチにしていく医療福祉生協をご一緒に作っていきましょう!



## 第6回 組合員・職員活動交流集会

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)  
4660世帯  
1月加入数 1月脱退数  
7世帯 4世帯

出資金増資 (四日市地域)  
366名 1031回  
5,754,400円  
(1/31現在)

## 組合員のみなさんへ お知らせ 診療体制の変更について(予告)

2月号の機関紙折込でもお知らせしましたように、4月1日からくわ診療所の診療体制に変更が生じますのでお知らせします。金曜日に応援に入っていた田中先生がこの4月より四日市配属となりますので、月曜日から土曜日の診察に入っています。同時に加藤先生の診療コマ数は少し減る事になりますが、加藤先生から後継医師・田中先生に生協の診療所を引き継いでいく過渡期でもありますので、当面2名の医師体制で診療を行います。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

(事務長・桐山)

### 2019年4月1日～の診療体制

	月	火	水	木	金	土
(午前診) 9:00～ 12:00	田中/加藤	田中	田中/加藤	×	田中	田中/加藤
(午後診) 16:00～ 19:00	田中	×	田中	×	田中	×
往診	田中 (加藤)	田中	田中 (加藤)	×	田中 (加藤)	田中

\*木曜日・日曜日・祝祭日は休診

☆往診は田中先生、一部加藤先生の対応となります。

## ケータに聞いた。

### ◇啓太Drの連続紹介コーナー◇その⑩ (最終回)

私のこれまでの人生といつてもまだ短いですが、その中で印象に残っている事を紹介します。それは高校2年生の時にアメリカのサンディエゴ(カリフォルニア州)に2週間ホームステイに行った事です。初めての海外旅行であり、言語・文化・食事・気候・景色などすべてが日本と異なり、五感全てで感動した事は今でも鮮明に覚えています。例え英語が喋れなくても、ジェスチャーや笑顔で何とか乗り切ると、多少の度胸も身に付いたと思っています。英語はやはり喋れませんが…。

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る。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。



\*くわ診療所  
金曜午後診療(16～18時)再開しています!

【私のこれまでの人生を振り返って】

母が脳梗塞で倒れて丸1年になる。趣味を中止せざるを得なくなつた。生活リズムが大きく変化した。唯一、モチベーションの上がる音楽に合わせて体を動かすリズム体操だけは楽しみに通っている。また、医療生協の支部(地域活動で、仲間の人達とのお喋りや、端切れを使って小物を作ったり、そしてたまのお出かけは私の介護生活を随分と楽しくしてくれている。◆親の介護をしていて時々フツとされる側になった時の事である。誰に、どこまで頼めるのだろう。そしてどれだけ自分らしく生きられるのだろう。明日にも起きるかもしれない年齢である。今しなければいけない事をピックアップしてみようと考えている。◆介護をしていて大変!などと言つてはいけない。母にも言いたい。「ボーッと生きてんじやないよー!」(口汚いですが...)よく考えて笑つて生きたい。私もボーッとしている。お世話を忘れないで欲しくて欲しくて。お世話を忘れないでいる方々に感謝を忘れないのでござんなつた。まだやり残した事が山ほどあるし、時間があまり無い。明日からは少しヒートアップしよ! (和)

機関紙名「いんぐ」は...ING(～している)の意味から付けています。常にみえ医療福祉生協・四日市地域も前に向かって進行中です。もちろん世の中の動きも進行中。

ほんこ



薬を飲んでいました」など、質問しても、「血圧が高く、糖尿病で白い丸い薬と黄色の薬を飲んでいました」といまいな答えが返ってくる

あと、患者さんから「災害時に備えて薬を避難袋に入れているが、何日ぐらい入れて

避難先の病院や救護所には、全国から多くの医師や薬剤師が支援に入りました。患者さんの情報を知るために「どんな病気で、どのような薬をもらって飲んでいましたか?どのように飲んでいましたか?どう使つていきましたか?」と

2011年3月11日の東日本大震災から8年が経過しました。この震災では、多くの患者さんが毎日飲んでいた薬を失いました。被災地には薬局に保管されていた薬に関する情報も見る事ができない中での治療は困難だつたといわれています。

いる家族、親せきに薬の情報を預けておく、自分の飲んでいる薬を覚えておくという方法もあります。これが正しい、という答えはありませんが、いざという時に備えいろいろな方法を組み合わせておくと良いと思います。



では、災害に備えてどうすれば良いのでしょうか?まずは、お薬手帳や携帯電話の電子版お薬手帳を利用したり、薬の画像を保存しておこう。また、財布や普段持ち歩くカバンの中に入れておくのもお勧めです。他にも離れたところに住んで

は終了となります。聞きなれない言葉や、わかりにくい言葉もあつたと思いますが、少しでも薬や薬剤師に関心をもつて読んでいただいた方に感謝いたします。

(瀬尾)

# 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 濑尾知広さん



本大震災の時はその手帳すら津波で流されたため混乱したと言われています。ですが、東日本大震災の時はそれほど多く、適切な対応がとれませんでした。お薬手帳があればこんな問題は起らなければ?と思う方もいると思いますが、東日本大震災の時はそれが大震災の時に発災から3日ぐらいかかる、とされていました。

では、災害に備えてどうすれば良いのでしょうか?まずは、お薬手帳や携帯電話の電子版お薬手帳を利用しておこう。また、財布や普段持ち歩くカバンの中に入れておくのもお勧めです。他にも離れたところに住んで

は終了となります。聞きなれない言葉や、わかりにくい言葉もあつたと思いますが、少しでも薬や薬剤師に関心をもつて読んでいただいた方に感謝いたします。



## その⑩【最終回】 「災害とクスリ」



ことが多く、適切な対応がとれませんでした。お薬手帳があればこんな問題は起らなければ?と思う方もいると思いますが、東日本大震災の時はそれが大震災の時に発災から3日ぐらいかかる、とされていました。

ければ良いか?と聞かれることがあります。これだけ入っておけば大丈夫という答えはありませんが、最近の災害対策マニュアルには薬の供給が復旧するまでに発災から3日ぐらいかかる、とされていましたので一つの目安になります。大地震はいつ起こつても不思議ではありません。

震災ではあります。大地震はいつ起こつても不思議ではありません。地震ではあります。大地震はいつ起こつても不思議ではありません。

# 虹のバレンタイン行動。

全国の医療福祉生協ではこの時期に『虹のバレンタイン行動』と称して、社会保障の充実、平和、安心・安全のくらしや事業所のアピールを行っています。毎年四日市地域ではアピタ前で街頭宣伝を行っています。写真にあるカードとポケットティッシュを道行く人に配りながら署名を訴えました。消費税10%中止を求める請願署名に取り組みました(1時間で50筆)。

こういった行動はいのちやくらしを守ることを理念にしていいる医療福祉生協として大事な取り組みです。広く声と力を集めて、よりよい社会・くらしになるように医療福祉生協あげて取り組みましょう!

是非皆さんのご協力もお願ひいたします。

事業内容

- 病院 ●診療所 ●歯科 ●介護老人保健施設 ●訪問看護ステーション ●ヘルパーステーション ●通所リハビリ事業
- 通所介護事業 ●居宅介護支援事業 ●定期巡回・臨時対応型訪問介護看護 ●認知症対応型通所介護 ●看護・小規模多機能型居宅介護 ●認知症対応型共同生活介護 ●サービス付高齢者向け住宅

### 医療福祉生協ネットワーク



## 健康をつくる。平和をつくる。 いのち輝く社会をつくる。 医療福祉生協です!

医療福祉生協とは、医療・健診・介護事業と健康づくり、困りごと相談を行っている団体です。全国43都道府県105生協が加入しています。

私たち医療福祉生協は、だれもが住み慣れたまちで安心して暮らし続けられるくらしを支えるとりくみをすめています。

お問い合わせは専門はお近くの医療福祉生協までお願いいたします。

日本医療福祉生活協同組合連合会「虹のバレンタイン行動」  
TEL: 03-4334-1580 FAX: 03-4334-1585  
URL: <http://www.hew.coop/>

### くらしを支え、住み続けられるまちづくり

医療福祉生協のとりくみ

**健康づくり**

- 健康チェック
- フレイル予防

**くらしを支える**

- 何でも相談
- 子育て支援・見守り活動



**消費税10%  
反対署名実施中。**  
ご協力よろしくお願いします。  
1989年3%→5%→8%→10%  
999→1002  
(2015年改定)  
2014年 2018年  
消費税は物価を上げる  
負担が上がりにゆる。

みえ医療福祉生活協同組合 四日市



出典:comcom2018年3・7・8月号

# 地域委員会だより

【2019年2月21日・ひまわりにて開催】

(第6回 組合員・職員活動交流集会の結果・反省等)

組合員・職員合わせて140名程の参加で開催されました。職員・組合員どちらの演題も日頃の取り組みや工夫、大事にしている事がよく分かる内容だったと好評でした。午後の5つの体験班会も盛り上がりいました。実際に体験してみると、やってみるというのは楽しいものです。この4月からのいくわ診療所の体制や、田中Drのお話もあり展望が示されました。

(医療構想と診療所リニューアル案件)

田中Drが着任する事で診療コマ数が増え、受け入れ患者層（小児や働く世代）に変化を作りだしていく必要があります。同時に組織の世代交代も必要です。古くなった診療所のリニューアルの検討も開始します。

★次回は 3月21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

### 原発の行き詰まり? 少し詳しく見てみよう①

日本列島は今年に入りても頻繁に地震で揺れています。体に感じる地震が速報でテレビ画面に表示される事も多く、小さな地震には「慣れっこ」になっている方もみえると思います。でも福島原発事故から8年目を迎え、「地震」と今後の原子力発電の行方に関心を持っている方も多いのではないでしょうか。

海外への原発輸出事業は、日立製作所のイギリスでの「凍結」宣言をもって国民の関心を引きましたが、イギリスだけでなく現在日本が関わる原発輸出事業は“ゼロ”になりました。理由は「経済的に成り立たない」でした。

一方国内では、「世界一厳しい」と安倍首相の言う新規制基準によって、原発の再稼動への動きが始まっています。現在動いてる日本の原発は9基（うち30年を超えるもの4基）、設置変更許可6基（内39年1基、40年を超えるもの3基）、審査中12基です。こうしてみると古い原発が動いている、又は今後動くという事になってきます。安全性について「大丈夫か？」の声も出ています。

福島原発事故後、国は原発の規制を強め、①地震や津波に対する安全性を強め事故が起きない確率を高める、②シビアアクシデントへの対応（事故が起きたときに放射能が漏れないような対応）を中心に新規制基準を定めました。電源喪失や冷却水の確保、格納容器防御などが決められました。事故への対策はとても大切な事ですが、その前に、原発立地の大きな条件となる地震は日本ではどれくらい起こっているのでしょうか。

(続く)

# 集まる♪つながる♪広がる

～地域の取り組み紹介～

## あがた準備支部（あがた地域）

### 『あがた地域支部準備会』

◇不定期開催 あおぞら3階にて ◇

「あがた地域支部準備会」という長い呼称で活動しています。当初4名の委員で現在は3名で行なっています。他に3名の方が準備会への参加に「いいよ」と言つてくださっているのですが、介護や仕事で思うように集まらないのが残念です。

生協の定める支部（組織）の要件を満たしていないので、準備支部扱いです。支

ないました。紅茶をいただき、交流タイムを設けています。最も特色です。

シリーズ  
その13  
(最終回)

“珍しい”（？）といわれる活動が特徴でしょうか。フラワーアレンジメントやARTカラージュ療法、楽塗り絵、そして2月には第2回目の「棒びくす」を行



曼荼羅塗り絵のひとコマ。みんな真剣！

今後も活動を開いていく予定です。あがた地域の皆さん、是非活動に、そ

して企画する側にも参加してくださーい。そして生協・あがた支部を作りましょう！

(杉本)

心の目覚めを中心、活動費（支部費）があります。講師を呼ぶときは全員で、準備支部扱いです。支

部ではないので生協からの活動費（支部費）があります。講師を呼ぶときは全員で、準備支部扱いです。支

## 生協は大家族！

組合員活動部  
田村 利香



## 生協は大家族！

組合員活動部  
田村 利香

「バイブル役」で  
「ネット役」で  
「コーディネーター役」で

医療福祉の事業と活動を考える組織を立ち上げや（事業所ボランティアとして始動）、民生委員さんの要望で「男性が集まる場所を」の声を地域にたりた。地域や自治体、事業所と共に活動等を運営していく事も私たちの仕事の一部です。

組合員活動部の成果は、目に見えないものです（増資や組合員加入などは数字化できます）。組合員さんの言葉

入職して6年目を迎えるようとしています。私は、両親と同じ年代の組合員さんと職員がいたりと、いつも拙い私を温かい目で（多分）見守ってくれています。時には、父母の子程の年齢の職員・兄弟姉妹の年齢の組合員さんと職員がいたりと、いつも拙い私を温かい目で（多分）見守ってくれています。時には、父母のようにお叱りの言葉や迷った時に導いてくれたり、家族の家族のようになります。この家族のような関係が、医療福祉生協の素敵なところです。ただではなく、医療福祉生協と地域全体が家族のよ

うな関係になれるようなお手伝いができる組合員活動部になりたいなと思っています。私たちの笑顔を見続けるために。

## 組合員と事業所をつなぐ

現在、四日市地域で支部（地域）として活動しているのは、11支部で、桐山・杉本・田村の3人で分担し、支部活動や班活動等（いずれも地域活動費（支部費）があります。講師を呼ぶときは全員で、準備支部扱いです。支

部ではないので生協からの活動費（支部費）があります。講師を呼ぶときは全員で、準備支部扱いです。支

いんぐ  
クイズコーナー

## 今月はこれ!!

なぞなぞ。頭を柔らかくして考えて!⑥

お墓参りに2回も行った人

の調子はどうでしょう?

(ヒント) またまたダジャレです。あまり深く考えないよーに。

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」

269号(1月号)の答え

西洋の館 → 洋館 → ようかん(羊羹)

答えは ようかん(羊羹)でした。ダジャレですね。

## 健康チャレンジウォーキング 2019

## 【3月、4月の予定】

☆第3回☆ **3月27日(水) こもの庁舎界隈**  
 \*少しお花見には早いかな?

☆第4回☆ **4月16日(火) 南部丘陵公園**  
 \*公園内の小動物園も面白いです。

日程が合う時だけでも是非ご参加下さい。参加者にはスタンプを押していくので集めてみても楽しいよ。

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  
 TEL 330-0808



## 募集

是非ご紹介  
 ・応募ください!!

様々な職種で人手不足です!手伝って下さい。  
 是非ご応募・ご紹介をお願いします!!

- ①介護職員(パート) ②訪問看護師(常勤)
- ③理学・作業療法士(パート) ④デイサービス看護師(パート)
- ⑤ヘルパー(パート・登録) ⑥外来事務職(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

デ	年	中	通	所	月	月	月	訪	居	◎	
イ	サ	無	無	所	火	火	火	問	宅	在宅	
ー	ー	ー	ー	月	ハ	ハ	ハ	看	介	療養の相談はまず左記へ	
(3	3	い	い	月	(3	3	い	月	月	(	
3	3	く	く	・	9	9	7	9	9	9	)
)	)	く	く	火	火	火	火	看	介	9	9
17	17	い	い	ビ	ビ	ビ	ビ	護	援	9	9
6	6	く	く	電	電	電	電	ス	事	9	9
7	7	く	く	話	話	話	話	テ	業	9	9
5	5	い	い	土	土	土	土	テ	業	9	9
6	6	い	い	8	8	8	8	9	事	9	9
		5	5	時	時	時	時	時	業	9	9
		6	6	8	8	8	8	9	業	9	9
		5	5	分	分	分	分	7	業	9	9
		6	6	5	5	5	5	7	業	9	9

## 介護保険関連事業

◆電話(受急診) ◆ご医療機関を探したいときは左記をご利用下さい。  
 ◆情報センター ◆休日の病気やケガなどで緊急に応急診療所

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

四日市市生桑町1455番地  
 電話 (333) 6471

## 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)



## 2019年を漢字1文字で表すと何ですか?

- ◇減 減災・減消費税・減医療費・減国保料、そして減量!
- ◇治 自然も政治も正常に治まるように!
- ◇捨 いらない物を捨てたい、いらない肉(脂肪)を…
- ◇潤 殺伐とした世の中に潤いを与える。
- ◇節 消費税増税からの生活防衛、節約年。



## 来月号(4月号)は・あなたの考える新元号は何?

## 機関紙2月号1面の記事について。

機関紙2月号1面のデイサービスでの行事の写真(紀元節)の掲載に関し、複数の方よりご指摘・ご意見をいただきました。認知症に対応するデイサービスでは回想法(過去の記憶・体験を掘り起し介護に取り入れる手法)を使い、利用者さんにアプローチすることができます。今回の取り組みは利用者さんより、「昔は紀元節というものがあって、学校に行ってお菓子(まんじゅう)をもらったのだ」という話をお聞きして、回想法を使ってのレクリエーションを行ったものです。一方で、紀元節が利用者さんの生きている時代に、戦争遂行の精神的支柱として国民教育に利用された事や、その結果生きる事が苦しい程の不幸を経験された方も多いと思われます。そのような時代背景を踏まえた上の取り組みになっていたかと振り返れば、「お祝い行事としての紀元節」の回想にとどまっていた点があります。今後は時代への理解を深め、人間への尊厳に基づく、生きる喜びが深まるような取り組みをしていきたいと思います。

理解や配慮の不足により、疑義の生じる取り組みや紙面になりましたことをお詫びすると共に、今後とも紙面へのご意見・ご感想等をいただき、よりよい機関紙となるようご協力をお願いいたします。

<機関紙編集委員会>

## \*「紀元節」・「建国記念の日」とは?\*

古事記や日本書紀で日本の初代天皇とされる神武天皇の即位日(2月11日)をもって定められたとされる。戦前はこの紀元節を天皇崇拝と軍国主義に動員するために利用してきた。この日は、天皇后の写真に対する最敬礼と万歳奉祝、校長による教育勅語(国の非常時には天皇のために命を懸けよ)の奉読からなる儀式を小学校で行っていた。戦後紀元節は廃止されたが、1966年「建国をしのび、国を愛する心を養う」という趣旨の「建国記念の日」を定め、その日を2月11日と定められた。

(簡略に記述しています)



## 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/認知症カフェ)  
 一度のぞいてみて下さい。

◆次回は3月16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41回

☆日 時☆ 3月8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)

もししくは 生協本部

(330-0808)

いくわ診療所  
 診療時間