



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)	4624世帯
12月加入数	10世帯
12月脱退数	10世帯
出資金増資 (四日市地域)	
758名	1537回
27,519,800円 (12/25現在)	

作 南坂部 故・古川さん

本年もどうぞよろしく お願いいたします



みえ医療福祉生活協同組合・四日市地域 役職員一同



ばんこ
新年あけましておめでと
うございます。2020年
もよろしく申し上げます。

◆ 昨年の「今年の漢字」は「令」でした。「令和」に改元されたことを反映しています。「令和」には「人々が美しく心を寄せ合う中で文化が生まれ育つように」との意味があるようです。選ばれた理由も「お互いが敬い合い、尊び合い、尊敬し合うように」との思いが込められているようです。

◆ 個人的に表す昨年の漢字は「変」です。決して「変で」「大変な」1年だったという意味ではありません。プライベートや仕事において大きく「変化」した1年でした。良い変化ばかりでもありませんでしたが、今年には令和に込められた思いのように、多くの方と心を寄せ合いながら、新しい何かが生まれるような楽しい1年にしたいと思います。

(啓)



ノロウイルスは子供から高齢者まで幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こすウイルス性の感染症です。食中毒と聞くと夏場に起きそうと考えがちですが、ノロウイルスは冬場に多く発生します。11月頃から流行が始まり12月～2月にピークを迎えます。

この感染症の特徴は、「消毒剤や熱に対する抵抗力がある」「感染力が非常に強い」「一度かかっても何度も感染する」などがあります。感染力の強さは便1g中にウイルスが約100万個含まれていると言われているので、あつと

いう間に感染が広がります。牡蠣がおいしい季節になりましたが牡蠣などの二枚貝も感染源の一つです。感染者の便に含まれるノロウイルスが下水から二枚貝の生息域に紛れ込み貝の中に十分に火を通さずに食べてしまつて感染します。また

の方は脱水になる人もいるので注意が必要です。

予防の基本は「手洗い」、外出後やトイレの後、食事の前はしっかりと手を洗うことが必要です。汚物の処理のポイントは「すばやく！適切に！」ウイルスが大量に含まれている可能性があるため注意が必要です。消毒にはハイターが有効です。500mlのペットボトルにそのフタ1杯のハイターで0・1%の消毒液が出来ます。

**どうしよう！
こうしよう！
そうしよう！**

季節に発症しやすい疾患
の症状と予防策など
(外来・訪問看護師)

感染者の便や嘔吐物が口に入り込み感染したり、調理者の手や器具を介してウイルスが付着した食品を食べる人もいます。主な症状は「下痢」「嘔吐」で熱が出る

今月より新しく連載がスタートです。四季折々の日常的に罹るような疾患等を取り上げていきます。看護師が原因や病態、予防策の紹介をしていきます。

ご参考にして下さい。

(機関紙編集委員会)

(葛巻・看護師長)

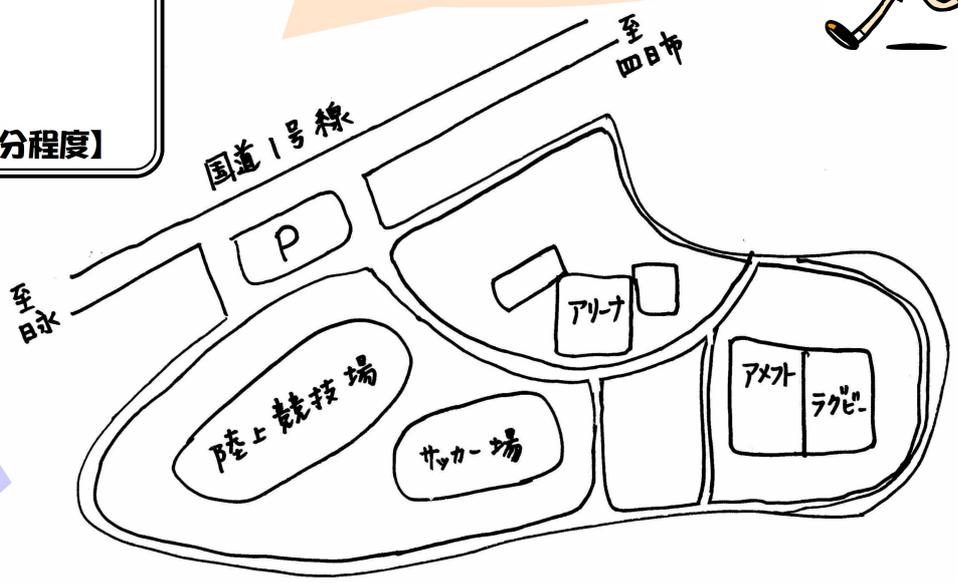
歩こう。歩こう。

～こんなウォーキングコースがあるよ～

その⑨ 中央緑地公園

【行程：ぐるっと回って約2km
1周20～30分程度】

2021年の三重国体に向けて大幅な改修がなされています。もうすぐ改修工事も完了するようです。



サッカーコートはかなり充実！体育館も立派なモノが建設中です。公園をぐるりと回るコースは木々の中を通っているので、四季折々の自然が満喫できます。



地域委員会だより

【2019年12月19日・ひまわりにて】
(大黒柱運動/診療所リニューアル案件)

診療所リニューアル(外来待合・組合活動スペース)について協議。どんな雰囲気の外来にしたいか、組合員活動スペースを作りたいか等で意見交流。建設委員会へ集約していく。

(2030年ビジョン検討①)

現在四日市地域や生協が抱えている課題、こうありたいと思う姿、方策等の検討。時代や世代に合わせた事業・活動の作り替え、対応が必要になっている事を共有。今後具体策の検討も含め継続審議。

★次回は 1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・論議を行っています。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。

募集

是非ご紹介
・応募ください!!

是非ご応募・ご紹介をお願いします!!

- ①訪問看護師(正) ②理学・作業療法士(パ)
- ③ヘルパー(パ・登) ④介護職(正・パ)

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
応募は 330-0808 桐山まで

相つとくポイント

くらしまちづくり委員会

~MSW~

(メディカルソーシャルワーカー)

くらしの学校第3講座が12月10日に開かれました。参加が少し寂しい人数でしたが、『医療・介護、聞きたいことや困っている事~相談室の現場から~』と題し、津生協病院地域連携室のMSW(メディカルソーシャルワーカー)より話しを伺いました。介護・療養相談、制度の利用、経済的困難を抱えた方への支援、転院先の確保など、実例をとおした話に、医療・介護等への現状理解が進みます。“治って”退院ではなく、急性期の治療が終了すれば他の病院や施設・自宅等への退院が求められる現状の中で様々な困難を本人や家族が抱える事例や、お金が無く津生協病院の無料低額医療制度を利用するため、四日市の住民からも相談があるなど、話されました。相談業務の基本にすえている医療福祉生協の基本方針も紹介されました。

- 安全安心で、患者の納得いく医療をすすめ、その実現に向け技術の向上、環境整備を進める。
- 差別のない医療・福祉の実現を目指し、社会保障制度の充実に向けた運動を進める。
- 命が大切にされる戦争のない平和な社会を実現する運動を進める。
- 地域の住民や組合員と一緒に安心して住み続けられる街づくりを進める。



私たち組合員や住民にとって、入退院は、お金の心配や、先行きへの不安があります。津生協病院の地域連携室の様な、患者家族によりそう相談機能を持った部署が四日市(の生協事業所)にもあれば心強いですね。

*津生協病院地域連携室はどなたでも相談利用できます。

(大西)

家族志向ケア

皆さん、お正月はご家族集まって過ごされたでしょうか。今回は、総合診療医が重要視している「家族志向ケア」についてお話しします。

家族志向ケアとは、家族のことを意識しながら患者さんの診療を行なうことです。例えば、「眠れない」と訴える女性がいま

す。一般的な対応としては、睡眠薬を処方して経過観察、となるかもしれません。ここで家族志向ケアを意識して話を聞いてみると、同居する両親の介護が大変であること、夫が協力してくれないこと、中学生の息子が思春期で手を焼いていること、等が眠れない原因になっていることが分かりました。この患者さんは睡眠薬で再び眠れるようになるかもしれませんが、根本的な解決にはなりません。両親や息子の相談に乗り、必要であれば夫

診察室から



所長 田中 啓太

改善しました。これらの事例のように、家族が患者の健康に良くも悪くも影響を与えることがあります。プライベートな話題になるので差し支えない範囲で構いませんが聞かせていただき、ぜひ家族みんなで行く診療所を利用してもらいたいと思っています。

家族の協力も

にも話をするなどの対応が効果的な場合もあります。

もう一つ紹介します。糖尿の数値が改善しない男性がいます。思い当たる原因は、妻の料理が美味しすぎてつい食べ過ぎてしまうこと。妻に病状説明をすること。「そこまで悪いとは知らなかった。料理が好きなのでつい作り過ぎてしまう」とのこと。これをきっかけに妻は糖尿病教室で食事療法について学び、バランスのとれた食事提供により糖尿病も

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! ⑩

破るたびに新しくなるモノって何??

*2種類の答えがありそうです!

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。く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」 279号(11月号)の答え 骨が折れる => ポキッ => 簿記 応募者少数・超難解でしたか?

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1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

機関紙配付者さん大募集

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。お近くで配ってもいいよ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。(強化地域:三重団地)

【連絡先】 生協本部・田村まで

大人気。折り紙教室

第46回

★日時★ 1月10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) 生協本部(330-0808)

Table with columns for services: ヘルパー、訪問看護、居宅介護支援事業所、介護保険関連事業、電話、救急医療情報センター、医師会の応急診療所、救急医療情報センター、に医療機関を探したいときは左記をご利用下さい。

健康チャレンジウォーキング 2020

【2020年の予定一覧】



- ★第1回★ 1月16日(木) いくわ診療所~毘沙門
★第2回★ 2月27日(木) 伊坂ダム
★第3回★ 3月25日(水) 港めぐり NEW (なやプラザ~本町プラザ)
★第4回★ 4月8日(水) 菰野庁舎堤防(花見)
★第5回★ 5月15日(金) 南部丘陵公園
★第6回★ 6月12日(金) 垂坂公園
★第7回★ 7月11日(土) ふれあい牧場
★第8回★ 9月26日(土) 中央緑地公園 復活
★第9回★ 10月6日(火) こもの県民の森
★第10回★ 11月6日(金) 南部丘陵公園
★第11回★ 12月17日(木) いくわ診療所~毘沙門

*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きますので集めてみるのも楽しいヨ。

★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 TEL330-0808

四日市地域 中長期目標 2019~

~どこでもドアのある(様々な問題や状況に対応できる)

医療福祉生協を作っていこう!~

- ★誰でも利用しやすい生協・事業所をつくろう!
★元気で平和な暮らしを築こう!
★加えよう生協に。若い世代を!



日・祝日・木曜日休診 【予約制】 ★在宅療養が必要な方には往診も行います★

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and rows for time slots (午前9時~12時, 午後4時~7時).

【いくわ診療所】 診療時間 四日市市生桑町1455番地 電話 059(3333)6471