

# 今月もお届け。読んでね。



## さくら支部 ポストさん（機関紙配布者）交流会

毎月この機関紙「いんぐ」は組合員さん（ポストさん）のご協力により約3200部を手配りでお届けしています。四日市・菰野地域合わせてポストさんは現在約550名います。ポストさんのご協力のおかげで医療福祉生協と組合員さんをつなぐことができています。さくら地域には34名。



**太黒豆運動 (建設増資)  
2900万超えました!  
いよいよ3000万目前!**

● 2018年、環境活動家  
グレタ・トゥーンベリさん  
の出現に驚きました。よく  
ぞ世界に向けて発信してくれました。地球温暖化の影  
響で災害が多大になっています  
ますので、今まででは大  
変なことになると思います。  
私達が受けていた自然の恩  
恵をこれからの人達にも引き  
継いでいきたいと思いま  
す。◆ グレタさんの激しい  
言葉使いと巧みな戦術に反  
感を持つ大人が多いそうで  
す。その代表的な考えが、  
ロシアのプーチン大統領の  
発言に表れています。「現  
代の世界が複雑で多様であ  
ることを誰もグレタに教え  
ていない」これを聞いて唖  
然としました。◆ いくら経  
済が発展して暮らしが豊か  
になったとしても、地球が  
破壊されたら元も子もなく  
なります。少しずつでも環  
境に負荷をかけないよう、  
今も、そしてこれからの人  
達のために暮らしていくこ  
う

(浩)

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。



今年度目標まで  
あともう少し！

## 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く～

☆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！



2018年、環境活動家  
グレタ・トゥーンベリさん  
の出現に驚きました。よく  
ぞ世界に向けて発信してくれました。地球温暖化の影  
響で災害が多大になっています  
ますので、今まででは大  
変なことになると思います。  
私達が受けていた自然の恩  
恵をこれからの人達にも引き  
継いでいきたいと思いま  
す。◆ グレタさんの激しい  
言葉使いと巧みな戦術に反  
感を持つ大人が多いそうで  
す。その代表的な考えが、  
ロシアのプーチン大統領の  
発言に表れています。「現  
代の世界が複雑で多様であ  
ることを誰もグレタに教え  
ていない」これを聞いて唖  
然としました。◆ いくら経  
済が発展して暮らしが豊か  
になったとしても、地球が  
破壊されたら元も子もなく  
なります。少しずつでも環  
境に負荷をかけないよう、  
今も、そしてこれからの人  
達のために暮らしていくこ  
う

ばんこ

人は、異物が体内に侵入すると、その異物を外に追い出したり、体内に入りにくくするための生体防御反応として、くしゃみ・鼻水・鼻づまりが現れます。アレルギー反応によって、そ

花粉症は、スギなどの花粉が原因となって起こるアレルギー疾患の一つです。特にスギ花粉は冬の終わりから春にかけて、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみなどの症状で、毎年多くの人を悩ませています。日本では、スギの他にもヒノキ・イネ・ブタクサ・ヨモギなど約50種類の植物が花粉症を引き起こすとされています。



## ②花粉症

花粉症の治療法では、まず、原因物質である花粉を出来るだけ避けることが最重要となります。花粉の飛散情報に注意し、花粉の多い日は外出を控えるとともに

花粉症の過剰に発現するのが花粉症の症状です。



### 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)

鏡を着用するなど対策が必要です。また、花粉が飛び始める前や症状が軽いうちは治療を始めることで、症状が出るのを遅らせたり、状況を軽くしたりできる可

能性があるとも言われています。毎年症状に悩まされている方は早めの対策、受診を心がけてください。花粉症の治療薬には、いろいろな種類効果があります。自分に合った治療法は医師と相談してください。そして、自分の症状に合った治療を受けるためにも、問診時には症状の特徴をしっかりと伝えてください。

(原田・外来看護師)



## 歩こう。歩こう。

~こんなウォーキングコースがあるよ~

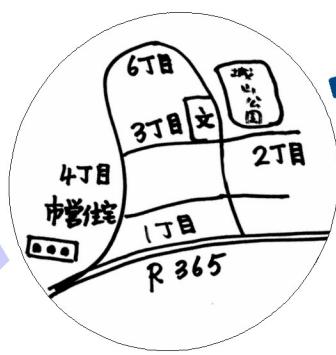
### その⑩ 城山公園(西坂部城跡) 【三重団地内 三重2丁目】

【行程：外周をぐるっと回って山頂まで歩いて30分程度 2~3km】

山頂(標高77m)からは鈴鹿山脈と四日市市が展望できます。



鎌倉時代「三日平氏の乱」において若狭五郎とともに滅ぼされた萩原小太郎が拠点とした城と言われています。



## 地域委員会だより

【2020年1月16日・ひまわりにて】  
**(大黒柱運動/診療所リニューアル案件)**

建設許可等すべての許可が下りた。現在は業者の見積もり入札の段階。増資は2800万円を突破。

**(全県交流集会/四日市職・組交流集会)**

主にリニューアル案件・訪問行動等の演題を行う。

四日市の交流会では建設運動を更に盛り上げる。

**(2020年ビジョン検討②)**

組合員世代構成の変化、活動内容の変化、収益構造の変化等から医療福祉生協としてもこの数年で対応策が必要。  
 (想定は60歳代以下)に向けた活動の作り上げが課題。

★次回は 2月20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。



## 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(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

昨年9月より、デイサービス従事者として、職員が心身を壊したりしては元も子もありません。そこで「一般型」を柱と考  
 え、一からの土台作りに乗  
 り出すことになりました。

思  
い  
を  
一  
致  
さ  
せ  
る

話し合いを重ね、「とにかく事業を継続させる事。利用者さんやご家族、組合員の皆さんに支えられてきたデイサービス従事者をしてはいけない」という思いを一致させました。しかし、今までと同じ内容で

ビスだけを残して再スター  
 トしています。昨夏、中核的な役割を担う常勤職員の複数が相次いで退職した中、あと勤職員とパート職員が新たな一步を踏み出す覚悟を決めました。管理者も急遽他の事業所から異動となり、この状況で何ができるか考  
 えました。

は容易ではなく「今  
 月が経ちました。一  
 旦縮小した事業所が  
 経営的に安定するの  
 に残った僅かな常勤職員の数が殆ど  
 で、勤職員とパート職員が新たに一步を踏み出す覚悟を決めました。管理者も急遽他の事業所から異動となり、この状況で何ができるか考  
 えました。

余裕のある今だからこそ、介護スキルを高めるために様々な内外の研修に取り組んでいます。しっかりと力を蓄えてデイサービス従事者を再構築していきます。ご理解とお力添えをよろしくお願いします。

## 知つとくポイント くらしまちづくり委員会

### 『水曜日の凱歌』

~平和のための書籍紹介~

新年早々、戦争が始まるかも!と思った方も多いのではないで  
 しょうか。両国が対立関係にあるのはわかっていても、戦争の引き金となるのが、あからさまな要人殺害という単純すぎる事から起こってしまうのか、と驚きました。幸い、戦争にならずに強い安堵を覚えました。



【覚えておきなっ、日本の男ども!誰もかれも、女のまたの間から生まれたくせに、その恩も忘れやがって、利用する時だけいやがって!戦争中は『産めよ殖やせよ』で、戦争に負けた途端に、今度は同じまたを外人どもに差し出せとは、なんという節操のなさなんだ!それで平気なのかっ!見ていやがれ、この国を駄目にした男ども!女の一人も守れないで、何が日本男児だ、大和男だ、馬鹿野郎っ!いいか、あんたたちは、いつか必ず復讐される。いつか必ず、報いを受ける。アメリカからなんじゃなく、日本の女たちからねっ!】

1945年3月10日の東京大空襲から46年4月3日までを、14歳の二宮鈴子という少女の目線で描いた「水曜日の凱歌」(乃南アサ著、新潮文庫。芸術選奨文部科学大臣賞受賞作)中の一節です。鈴子の知り合いのお姉さん(キャバレーのダンサー)が、熱海駅の“パンパン”狩りに巻き込まれ、詰め込まれたトラックの荷台から警察官や眺めている男どもに投げかけた言葉です。あの日から“からっぽになった”鈴子が、自分を取り巻く子供、大人を通して、“あの戦争”を語ります。

これは私の感想ですが、少女の語る戦争に、当時の人や社会が見えるように、戦争に対するイメージが増えました。一度手に取ってみてください。こちらの絵本も是非。「へいわとせんそう」(たにかわしゅんたろう ぶん Noritake え、ブロンズ新社)。

戦争になるかどうかは、多くの人が戦争のことを考えることが大切だと思い、世界平和のための「知つとくポイント」(杉本)

## 新たに一步



### 再スタート。

デイサービス従事者  
水町 一恵

## スキルアップを

早いもので9月から5ヶ月が経ちました。

ビス従事者は「認知症対応型」と「障害対応型」を一日休止し、「一般型」といわれるごく普通のデイサービスだけを残して再スター  
 トしています。昨夏、中核的な役割を担う常勤職員の複数が相次いで退職した中、あと勤職員とパート職員が新たに一步を踏み出す覚悟を決めました。管理者も急遽他の事業所から異動となり、この状況で何ができるか考  
 えました。

は容易ではなく「今  
 月が経ちました。一  
 旦縮小した事業所が  
 経営的に安定するの  
 に残った僅かな常勤職員の数が殆ど  
 で、勤職員とパート職員が新たに一步を踏み出す覚悟を決めました。管理者も急遽他の事業所から異動となり、この状況で何ができるか考  
 えました。

は容易ではなく「今  
 月が経ちました。一  
 旦縮小した事業所が  
 経営的に安定するの  
 に残った僅かな常勤職員の数が殆ど  
 で、勤職員とパート職員が新たに一步を踏み出す覚悟を決めました。管理者も急遽他の事業所から異動となり、この状況で何ができるか考  
 えました。

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！⑯

あんぱん・食パン・カレーパン  
人の言う事をよく聞くのはどれ？？

\*理由も答えて下さいね！\*

◆ 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」  
 ◆ 280号(12月号)の答え  
 編集委員会としての解答は 化粧(ケショウ)でしたが、  
 ワンマンショーも正解とします(上手い！)

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2月15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

地域交流スペース「ひまわり」  
の使用について。



診療所リニューアル着工(近日)に伴い、「ひまわり」をとり壊す予定です。日程は未定ですがリニューアル工事中の活動スペースの確保が困難となることが予想されます。工事期間中「あおぞら3Fホール」をご使用いただきますが、活動の重複等も考えられます。場所が確保できない場合には、他所での開催や活動の休止も検討していただく必要が生じます。

なお新診療所がオープン後には、2階に「ひまわり」は移転し、これまで同様ご利用いただけます。しばらくの間ですがご理解とご協力をお願いします

(生協本部・建設委員会)

月	日	通所	ヘル	訪問	居宅	電話
月	サ	月	月	看	介護	◆
電話	電	月	火	ス	支援	◆
3	9	い	3	水	い	電話
3	時	く	3	時	く	059(353)
3	わ	3	金	7	ヨ	(229)1199
17		17	17	3	3	1759
6	時	6	時	い	6	
7	30	7	30	く	い	
5	分	5	8	4	4	
6	6	6	5	分	30	
			2	わ	30	
			5	7	分	
				5	わ	
				5	7	

◎ 在宅療養の相談はまず左記へ

介護保険関連事業

◆ 電話  
 救急医療情報センター◆  
 (受診可能な医療機関の案内)

◆ 医師会の応急診療所◆  
 に医療機関を探したいときは左記  
 をご利用下さい。

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★

	月	火	水	木	金	土
午前9時～12時	○	○	○	×	○	○
午後4時～7時	○	×	○	×	○	×

四日市市生桑町1455番地  
 059(333)6471

【いくわ診療所】  
 診療時間

いんぐ読者参加企画。

その1

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)

2020年を漢字1文字で表すと何ですか?



◇挑 何歳になっても新たに挑戦!

◇怒 現総理の不勉強。国民を頭から信じていない!税金の無駄遣い。米国のいいなり。

◇楽 地獄・極楽どちらになるか?希望をこめて。

◇三 三重県に三十年ぶりに三世代同居嬉しや万歳三唱

来月号(3月号)は  
オリンピックを見るならどの種目?

健康チャレンジウォーキング 2020

【2月・3月の予定】

- ☆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)



\*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

TEL 330-0808