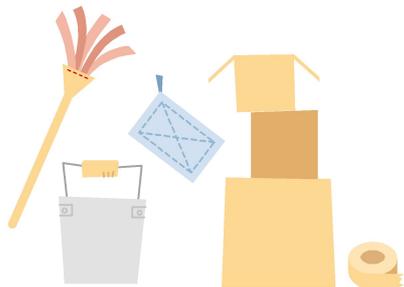


いきいきくらしの会 この夏、ついに始動!



いきいきくらしの会って、なに?

ちょっとしたことでも、ひとりではできないことでお悩みの組合員さんへ、他の組合員さんがボランティアとして助け合う取り組みです。有償ボランティアのため、ボランティア1名に対して1時間900円(内訳:謝礼700円・運営費200円)が必要となります。「こんな事を頼んでもいいのだろうか?」悩んでいる組合員さんがいましたら、まずは組合員活動部・各介護事業所・いくわ診療所外来までご連絡を下さい。お待ちしております。



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)	
4323世帯	
6月加入数	5世帯
6月脱退数	6世帯
2022年度	
出資金増資 (四日市地域)	
150名	257回
1386,000円	
(6/23現在)	

様々な人の特技を合わせて助け合い活動を展開していきたいと考えています。まずはボランティア登録からお願いをしています。現在の協力員の登録者は7名となっております。1回のボランティア活動は約2時

有償ボランティアの協力者さん大募集!!

- ① 重い荷物や家具の移動
 - ② 草刈りや花壇水やり
 - ③ 電球の交換
 - ④ 掃除・ゴミ出しの補助
 - ⑤ 簡単な水回りの修理
 - ⑥ 買い物代行・同行
 - ⑦ 障子・網戸の張替
 - ⑧ 犬の散歩・話し相手
 - ⑨ 診察の付き添い
 - ⑩ 育児支援(送迎・預かり)
- 等々

いきいきくらしの会で依頼できる具体例

◎事前に見積もりをさせていただくこともあります。
◎利用は医療生協組合員のみになります。
◎素人が行う範囲の仕事内容となります。
◎現在、試験的に運営を開始しています。

注意点について

- ① 依頼から協力員の派遣まですり合わせ等で時間が必要となります。できる限り1か月前には依頼をして下さい。
- ② 内容・訪問日時等を打ち合わせてから協力員さんを派遣します。

申込みの流れ

① 組合員活動部や介護事業所・いくわ診療所外来等へ「利用したい」と依頼をして下さい。お名前や連絡先・仕事内容等をお伝え下さい。
② その場で対応できない場合は担当の職員・組合員が後日聞き取り等を行います。
③ 内容・訪問日時等を打ち合わせてから協力員さんを派遣します。

◆地区市民センターで太極拳を体験した。「道具はいらない、覚えなくていい、ゆっくり考えて行いましょう」の先生の言葉と、思っていた通りのゆっくりとした動きの教室だったので即入会。◆『人と争わず・比べずとにかくみんなで動きましょう』、がこの健康太極拳の特徴。教室の雰囲気もよくあれから十四年、深い呼吸・姿勢・体を緩める(目的は心を緩める)を続けています。◆胃カメラの時深い呼吸をしていると楽になる。以前加藤先生から「上手にできました」とおほめ戴いた事も。いつまで通えるかわからないが免許返納後は公園で近所さんを誘って一緒にやろうね、と近くに住む太極拳仲間と話している。◆健康づくりの教室でつくった夢ファイアの「太極拳で近所の方とつながる・助けあう」が少し叶うことになるかな?それまでは元気でいなくては。

謝詞(よ)



2021年度医療・介護評価 (満足度調査)

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。

居宅介護支援事業所		合計 (件数)	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	評点	前回	全国平均	前回との 差	全国平均 との差
			10	5	0	△5	△10					
a	サービス提供内容を十分に説明された	68	79.4	20.6	0.0	0.0	0.0	9.0	8.7	9.2	0.3	△0.2
b	居宅サービス計画に利用者や家族の希望が反映されている	67	82.1	17.9	0.0	0.0	0.0	9.1	9.0	9.1	0.1	0.0
c	ケアマネジャーの言葉遣いや態度には気配りが感じられる	68	85.3	13.2	0.0	0.0	1.5	9.0	9.2	9.4	△0.2	△0.4
d	ケアマネジャーから十分な情報が提供された	68	82.4	16.2	1.5	0.0	0.0	9.0	8.7	9.1	0.3	△0.1
e	他の事業所(ヘルパーやデイなど)への連絡もれがない	68	79.4	17.6	2.9	0.0	0.0	8.8	8.9	9.0	△0.1	△0.2
f	利用者のプライバシーは守られていた	68	91.2	8.8	0.0	0.0	0.0	9.6	9.0	9.3	0.6	0.3
g	苦情や相談について、すみやかに対応できている	68	89.7	8.8	1.5	0.0	0.0	9.4	9.0	9.2	0.4	0.2
h	現在のケアマネジャーに満足している	68	88.2	8.8	2.9	0.0	0.0	9.3	9.2	9.4	0.1	△0.1
i	ケアマネジャーが所属する事業所を知り合いに紹介したい	68	60.3	25.0	8.8	2.9	2.9	6.8	6.8	7.9	0.0	△1.1

結果を受けて・・・

■前回の結果より良い評価をいただいております、より良い方向へ進んでいると感じられます。今回の結果もスタッフ間で確認して、お互いに意見や感想を出し、自分たちの新たな課題を見つけ、改善をしようと考えています。また、「f」の項目は訪問時にプライベートな内容を見聞きさせていただく事もありますので、「個人情報保護法」を遵守して、利用者様が安心して相談できるように努めてまいります。

(居宅介護支援事業所いくわ 主任・重政)

「念願だった料理教室の日が日々迫る内、緊張してきたのが当日になりピークがやってきたのか失敗から始まりました。そんな私も皆様からの心遣いで何とかき

男性の参加者のSさんから次のような感想をいただきました。



去る6月24日、ときわ支部では恒例の新しいジャムときゅうりの佃煮を作るお料理教室を行いました。今回は初の男性参加者も2名ご参加いただきました。



力強くきゅうりを絞っています。



「初体験をさせていただき、八十一才を過ぎ、うりを攪拌したり、色々教えていただいた教室参加の皆さん本当にありがとうございました。気を配っていました。八十一才を過ぎ、初体験をさせていただき、うりを攪拌したり、色々教えていただいた教室参加の皆さん本当にありがとうございました。」



地域委員会だより

【2022年7月21日ひまわりにて】

- ・事業所報告(ディサービス)
- ・学習「あたらしい憲法のはなし」読み合わせ
- ・総代会の報告と感想
- ・コロナ対応について
- ・2022年度重点課題について

★次回は8月18日に開催予定です。

【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!!

◇ヘルパー(パ・登録いずれでも可)

◇通所事業所介護職(パ)

◇通所介護・送迎運転手



《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

知っとくポイント くらしまちづくり委員会

災害時の調理方法と 食品ロス

昭和基地の南極観測隊の越冬中(1年間)の南極生活では、30人の食事(1日3食+間食+夜食)を作る調理隊員がいます。南極で料理することは、災害時の調理と似ていると考えられています。そこで南極観測隊の食事から食品ロス対策についてご紹介させていただきます。

【南極で料理する5つのポイント】

1. 食糧を選ぶのは年に1度
2. 常に生野菜が不足している
3. 使用できる水の制約がある
4. 生ごみ排出の制約がある
5. 排水の制約がある

南極ではごみをすべて日本へ持ち帰っています。焼却した後の灰をドラム缶に詰めたり、生活排水で南極の海を汚さないために工夫をすることも求められます。また、水分を含んだ食品の処理でもスプーン類はシンクに流さず、環境を意識して生ごみとして処理しています。

私たちの生活を見直すことで、持続可能性(SDGs)を学ぶことができます。ぜひ食品ロス削減や海の豊かさにつながるリメイク料理も楽しんで取り入れてみてください。

(くらしまちづくり委員会・出岡理事)

禁煙外来はじめました

いくわ診療所でも禁煙治療が受けられるようになりました。より楽に、より確実に、あまりお金をかけずに禁煙を実現することができます。喫煙による健康被害は、がんだけでなく脳卒中・心疾患・呼吸器疾患・糖尿病・歯周病・妊娠への影響など多岐に渡ります。受動喫煙による周囲の非喫煙者への健康被害も無視できません。新型コロナウイルス感染症を重症化させる一因にもなっています。喫煙は寿命を縮めますが、早く禁煙すればするほど寿命を取り戻すことができます。禁煙に遅すぎるということはなく60歳を過ぎていても禁煙効果があります。

診察室から

所長 田中 啓太



あたりの治療費はタバコ一箱代よりも安く、財布にも優しいです。禁煙できない理由に「意志が弱いから」と言う人がいます。決して意志だけの問題ではなく、ニコチン依存症による病気のせい입니다。また「ニコチンが切れるとイライラしてストレスが溜まる」という人がいます。それはニコチン切れによる禁断症状です。禁煙治療では、禁煙補助薬を使います。強い禁煙意志がなくても、禁断症状を和らげ無理なく禁煙することが出来ます。また、カウンセリングを併せて行うことで、より禁煙効果を高めています。

禁煙治療プログラム

禁煙治療は、3ヶ月間の治療プログラムで計5回の通院が必要です。成功率は7/8割と言われています。健康保険適応のため、1日

強い意志がなくても大丈夫です。まずは気軽に試してみませんか?興味のある方は、話を聞きに来るだけでも構いません。診療所でお待ちしています。

