

～ 整形外科がはじまりました～

START. 整形外科。

週1回の相談者として
お待ちしております!

いんぐ

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)

4306世帯

3月加入数 5世帯

3月脱退数 9世帯

2022年度

出資金増資 (四日市地域)

295名 989回

6,832,000円

(3/21 現在)

1月にみえ医療福祉生協・白塚診療所(津)から安田先生が赴任されて、毎週金曜日の夕方に整形外科を担当されています。安田先生に初インタビューをしました。

赴任されて感じる事は?

「親切な診療所で苦にはなりません。楽な気持ちで(仕事を)させていただいています。思ったより、たくさん患者さんがこられて、充実しています。(白塚より沢山の患者さんが来られていて、田中啓太先生は大変じゃないかな?)」

いくわ診療所でしたいとは?

「(要望)何か組合員活動内でもできる事があれば。白塚診療所でも医療のお話はしました。(診察を)丁寧にやっていきたい。」「週1回、相談者としてお待ちしております。」

休日の過ごし方や私生活は?

「週1回休みの日に、日の出前に自宅から海まで約4キロのランニングをしています。懐いていない雑種の猫を2匹飼っています。」

どんな診療をしていますか?

「(レントゲンを使用したりして)腰痛や肩こり等に困っている方の診察をしています。」

組合員の声

「(医師・人として)ちゃんと患者にむきあってくれている」と診察を受けた組合員から感想を頂きました。

◆命と健康の最大のリスク、戦争が始まった。日本政府は、国の存亡がかかる事態を予見したら相手の基地を破壊するという。相手国からみれば日本が攻撃する前にやつつけなければ、となる。どちらが先に引き金をひくのか。43兆円もの軍事費をアメリカの中古武器購入に当てて、戦争を呼び込もうというのである。自衛のための最低限度の戦力保持は必要という人は多い。では最低限度の軍備とはどのくらいの装備をいうのか。平和は軍備で守れない。◆「日本は戦争で主張を通すということはしません」と憲法にうたっている。高遠さんや中村哲先生も丸腰だから貢献できるという。軍備を全て放棄し、自衛隊は災害救助隊に改変、地震災害が起きれば、直ちに駆けつけ救助にあたる。これで日本を攻めようとする国は無くなるのではないか。

(医師 加藤 文人)

ばんこ



おうちじかん

～自宅でできる体操～

有酸素運動

今月から担当します。リハビリの伊藤と村田です。よろしくお願いします。
これから連載で、自宅で出来る運動を紹介しますが、今月は『有酸素運動』を紹介しますね！座ってできる運動なので出来るだけ習慣的に続けてみてくださいね。
食後に行うと急上昇する血糖値を抑える事もできますし、体力や心肺機能の向上にもつながります！ぜひ行ってみて下さい！



①椅子に座ります

椅子は前の方に座り姿勢を伸ばした状態にして下さい。



②腕を振りながら足踏みをします

手と足をリズムに合わせて動かします。



③リズムミカルに動きを大きく！

リズムに合わせて、徐々に動きを大きくします。



通所リハビリ
理学療法士
伊藤 愛美



通所リハビリ
作業療法士
村田 佑加

あがた支部を発足して3年目を迎えました。コロナ禍でもあり、昨年度は「あれもしたいこれもしたい」と意見や目標を相談していましたが、班会目標ができました。唯一、12月にフラワーアレンジメント班会を5名の組合員さんに参加していただき、実施することができました。その様子は、機関紙いんぐの表紙などで紹介していただいた通りです。これを機に2回(4月実施確定)、3回(実施日未定)と継続していきますので興味のある方は、是非ご参加下さい。今後の予定として、7月下旬には「棒ビクス」8月下旬には「コラージュ療法」秋頃には心と身体をご機嫌にする「ごきげ

シリーズ支部紹介②4 あがた支部

支部を
立ち上げて
3年経ちました



フラワーアレンジメント班会
は年数回は実施予定ですので、
是非ご参加下さい。



講師の先生がひとりひとり
丁寧に指導をしていただきました。

ん講座」他、23年度中には「(大人と子どもの)読み聞かせ」古布で「雛人形作り」などの班会を計画しています。定員は設けませんが、皆さんの参加をお待ちしています。
コロナの状況も落ち着く気配ですので活動を活発にしていきたいです。
(あがた支部・千種登美子)

地域委員会だより

【2023年3月16日ひまわりにて】

- ・四日市地域のコロナ対応について協議
- ・22年度総括 23年度活動方針案(支部・委員会)
- ・新病院オープンについて
(お祭りへの出店・ウォーキング検討)
- ・中部ブロック方針討論集会 報告

★次回は 4月20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!!

◇通所事業所(ディサービス・通所リハ)の

看護師(パート) 介護職(パート)

送迎運転手(パート)

＜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



▼まず原則として全ての医療機関で診察を受けることができません。2類では「発熱外来」として特別に指定を受けた医療機関のみしか診療できませんでした。5類ではその制約が無くなります。▼次に医療費ですが、検査費やコロナ感染者の治療費は全て公費負担だったのが、5類では自己負担になります。▼行動制限に関しては、2類では感染者7日間・濃厚接触者5日間の自宅待機でしたが、5類ではそれが無くなります。ただ学校に関してはインフルエンザと同様に出席停止となる可能性が高いです。就業に関しては規定がなく各職場の

判断に委ねられます。▼ワクチンは引き続き公費負担となり、高齢者や基礎疾患を有する方は春と秋の2回、それ以外の方は秋の1回の予定です。また、マスク着用が3月13日から個人の判断に委ねられています。ただし高齢者や重症化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されることとしては、発熱や体調不良時は無理せず療養あるいは受診すること、3密を避けて換気すること、その場に応じたマスクを着用・咳エチケット・手洗いを実施することが挙げられます。

5類に変わっても流行が懸念されるため引き続き気を付けていきましょう。

(3月10日の時点の情報を基に作成しましたので、今後変更される可能性があります)

診察室から

所長 田中 啓太



変わらないうえ

5類になっても変わらず推奨されること



化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されることとしては、発熱や体調不良時は無理せず療養あるいは受診すること、3密を避けて換気すること、その場に応じたマスクを着用・咳エチケット・手洗いを実施することが挙げられます。

5類に変わっても流行が懸念されるため引き続き気を付けていきましょう。

知つとくポイント くらしまちづくり委員会

本当に
助かりました



私の娘がコロナの感染にして、私自身も濃厚接触者になった時のお話です。

久々に娘が実家に帰省した際に、娘が体のダルさと発熱があり、急いで抗原検査を実施したところ結果は陽性でした。3日後には夫が医療機関から退院の予定でしたが、家に帰れないので別の病院へ転院先を探しましたが、なかなか転院先が見つからず困っていました。そんな中、いつも相談している「いくわの居宅介護支援事業所(ケアマネ)さん」へ連絡したところ、なんとか転院先が見つかり、本当に感動しました。私のように「困っている人」がおられると思います。

くらしまちづくり委員会では、時事問題や地域の問題を話し合い、社会問題に関する学習会を開催して、解決に向けて活動しています。今後も組合員や職員の方へ相談して地域に貢献できる『くらしまちづくり委員会』にしていきたいと考えています。もしも生活の中で困っている事について学びたいと希望される方がいましたら『くらしまちづくり委員会』へ、ご相談をして下さい。

(くらしまちづくり委員会 西川和子)

「コロナ2019」

5月8日より新型コロナウイルス感染症が感染症法上の「2類」から「5類」に移行します。それに伴い名称も「コロナ2019」に変更されます。5類になると何が変わるのでしょうか。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

化リスクが高い方への感染を防ぐために、医療機関・介護施設、人混みの中ではマスク着用を推奨します。

5類になっても変わらず推奨されること

いんぐ クイズコーナー

今月はこれ!!

春の夜は眠り心地がよく、つい朝寝坊をすることを「〇〇暁を覚えぬ」と言いますね。

〇〇に入る言葉は何でしょう。

①春眠(しゅんみん) ②うたた寝 ③寝坊助

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」掲載の方に粗品をプレゼント。＞

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」

319号(3月号)の答え
問題＞三色団子の色は、緑色、白色と後は何色でしょうか。

答え＞ 桃色/ピンク

★発熱や風邪症状があり診察を希望される患者様へ★ 「受診前にまず診療所に電話で相談を！」

いくわ診療所では新型コロナウイルス感染症対応として、発熱、咳やのどの痛み、だるさ、味やにおいが感じにくい、頭痛、吐き気や下痢、筋肉痛などの症状がある場合は、

直接来院されずに、事前に電話連絡をお願いします。

一般診療と分けた時間・空間で診察します。

いくわ診療所 電話059-333-6471



※直接ご来院いただいた場合、診療の状況によっては対応できかねることがあります。

大人気 折り紙教室 (第58回)

☆日時☆4月14日(金) 10:00～

☆場所☆ひまわりにて (30名まで)

☆参加費☆100円(材料費)

☆連絡先☆加藤みはる(神前 332-5841)

が 生協本部 (330-0808)

*感染予防策を取った上での開催となります。スリッパ各自ご持参下さい。マスク着用・手指消毒等のご協力をよろしくお願いします。コロナの感染拡大状況によっては中止となる場合もあります。予めご了承下さい。



★感染症予防を行いながら活動を行います★

以下の内容を確認して班会を行なって下さい。

① 引き続きマスクの着用

マスク着用が個人判断となりましたが、診療所・介護施設・組合員活動では、高齢者や様々な病気をお持ちの方がいるので、マスク着用をお願いします。

② 飲食を伴う班会について (制限緩和)

組合員活動部に事前報告と感染症予防対策を行なって開催して下さい。歌声はマスク着用で開催可です。

③ 室内の場合は定員を設ける

ひまわりの規模で運動の場合10名・会議等で30名を目安

④ 専門職(職員)の派遣は感染状況により判断

実施する前に必ず組合員活動部までお問合せ下さい。

大募集

ボランティア

～診療所 患者送迎～



ボランティアで患者送迎をしています。

午前中のみで、1件約2時間を目安に活動をしています。

特に“水曜日”のボランティアが不足しています!

※送迎の距離により、謝礼をお支払いしています。

詳細は組合員活動部まで 連絡先: 059-330-0808 (担当: 古野)

寄付の物品が充足しました

色えんぴつ・えんぴつ削りの

寄付をありがとうございました。

(デイサービスいくわ)



最近一人映画の楽しさを覚え、休日の楽しみが増えました。【印象に残った映画】「そしてバトンは渡された」自分自身が素直になれた映画です。



デイサービス
小塚 久美子さん

はじめまして

デイサービス	通所リハビリ	ヘルパー	訪問看護	居宅介護
月・火・水・木・金・土	月・火・水・木・金・土	月・火・水・木・金・土	月・火・水・木・金・土	月・火・水・木・金・土
電話 (333) 9時5分	電話 (333) 9時5分	電話 (333) 9時5分	電話 (333) 9時5分	電話 (333) 9時5分
電話 (333) 17時30分	電話 (333) 17時30分	電話 (333) 17時30分	電話 (333) 17時30分	電話 (333) 17時30分
電話 (333) 17時5分	電話 (333) 17時5分	電話 (333) 17時5分	電話 (333) 17時5分	電話 (333) 17時5分

◎在宅療養の相談はまず左記へ

◆救急医療情報センター◆
電話 059 (229) 1199
(受診可能な医療機関の案内)

◆医師会の応急診療所◆
電話 059 (353) 1759

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
電話 059 (333) 6471

【いくわ診療所 診療時間】