



いんぐ



いろいろな活動を作ろう！

～これまでにとらわれず自由に～



2024年度
各地で支部総会開催

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)
4278世帯
4月加入数 6世帯
4月脱退数 7世帯
2024年度
出資金増資 (四日市地域)
87名 87回
362,000円
(4/30 時点)



5月のGWも過ぎ、日常も落ち着きを取り戻したようです。多くの外国人が日本を訪れていたようですが、私も若い頃よく外国へ旅行しました。◆文化の違いと言ってしまうばそれまでですが、言葉は文化そのもので、その壁にぶつかる事が多くありました。また街を歩いていてトイレを使うのに、水を使うとの理由でお金(小銭)が必要だったり、日本ではそこら中に当たり前のように設置してある飲料の自動販売機も路上でみかけた事はありません。遠くからでも見えるようなネオン看板もほとんど無く、店の前まで行かないと何の店か分かりません。◆マクドナルドのMのロゴは世界共通ですが、国によってメニューが少しずつ違いました。海外で食べる日本食もやはり日本の物とは少々違います。様々な状況で文化の違いを改めて感じたものです。

ばんご



事業所の紹介～通所リハビリ部門の巻～

どんな仕事をしているの？

日中通って（過ごして）いただく通所リハビリテーションです。個別リハビリと集団リハビリ等、機能訓練を中心に行なっています。健康で生き活きた生活が送れるように支援しています。

目指している医療・介護とは？

利用者さん自身が意欲を持って取り組めるよう、利用者さん主体で支援します。自分たちで自分たちのやりたい事を決めていただけるよう、利用者さんの意思を尊重します。個別リハビリでは、リラクゼーション・歩行訓練等、その人に合ったプログラムで実施し、自宅でできる自主トレメニューも提供します。



通所リハビリテーションいくわのビジョン

昇 ～一段と輝く 未来へ～

ワクチンは50歳以上の方が接種可能で、生ワクチンと不活化ワクチンの2種類があります。生ワクチンは1回接種でよくて、8000円程度です。5～10年毎に追加接種が推奨されています。不活化ワクチンは2回接種が必要で計4万円程度と高額です。こちらはその後追加接種の必要はあ

種類や効果

ワクチンの

近年、高齢者が増えていく帯状疱疹を予防することができます。帯状疱疹は身体の一部に痛みを伴う水疱ができる皮膚の病気です。かなり強く痛む場合があり、後遺症として数ヶ月以上、神経痛が残る恐れもあります。

帯状疱疹ワクチン

大人向けワクチン①
ワクチンは子どもだけのものではなくて、大人を対象にしたものもあります。複数ありますので、2回に分けておススメをご紹介します。と思います。

診察室から



所長 田中 啓太

自治体の費用助成

四日市市では、どちらのワクチンも今年4月から費用助成が認められるようになり、それぞれ半額が補助されます（上限あり）。補助を受けるためには事前に補助券申請が必要です。インターネットで「四日市市 帯状疱疹ワクチン 補助」と検索してみてください。※4月時点で、菰野町は費用助成が認められていませんのでご注意ください。

【介護保険関連事業】

◎在宅療養の相談はまず左記へ

居宅介護支援事業所いくわ
月～土 8時30分～17時30分
電話(333)6475

訪問看護ステーションいくわ
月～金 8時30分～17時30分
電話(333)6472

ヘルパーステーションいくわ
月～土 8時30分～17時30分
電話(337)8885

通所リハビリいくわ
月・火・水・金・土
8時30分～17時30分

デイサービスいくわ
月～土 8時30分～17時30分
電話(337)8895

電話(333)6756

【いくわ診療所】

四日市市生桑町1455番地
電話 059(333)6471

日・祝日・木曜日休診 【予約制】
★在宅療養が必要な方には住診も行います★

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

休日の病気やケガなどで緊急に医療機関を探したいときは左記をご利用下さい。

◆医師会の応急診療所◆
電話 059(353)1759

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

いんぐ クイズコーナー

今月はこれ!!

そろそろ雨が多くなる季節になりました。傘を手放せなくなってきましたね。では、世界初の折りたたみ傘はどこで作られたのでしょうか？

- ①ドイツ ②イギリス ③アメリカ ④日本
—是非調べてみてくださいね

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」

333号(5月号)の答え
問題>柏餅にはどのような願いが??
答え>③子孫繁栄 でした。 難しかったかな??

健康づくりウォーキング 2024

◎6/5(水) 中央緑地公園

集合時間: 10:30

オレンジ色のベストが目印です

屋内ウォークのため雨天でもあります

【スペシャル企画】

◎7/4(木) プラネタリウムへでかけよう

集合時間: 11:00 場所: じばさん玄関(南側)

オレンジ色のベストが目印です

*お昼ご飯を一緒に食べましょう。博物館へは14:00頃に行きます。プラネタリウムは午後の投影しかありません。事前にチケット購入をしますので6/30までにお申込み下さい。(入場料は550円) *14:00現地集合可

◆申し込み先◆佐藤まで(337-2589・留守電の場合は必ず名前と連絡先を入れてください)

★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！」

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。



※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。

いくわ診療所 電話059-333-6471

アベノマスク集めています

コロナ流行初期に全戸配布されたガーゼマスク(通称:アベノマスク)を再利用する活動に協力しています。(新品・未使用に限ります)

★生協本部までお寄せ下さい(担当:古野・桐山)

読者参加新企画!

わたしのオススメ。

『わたしの好きなモノ・事・場所etc』
なんでも紹介。

【その1】 日帰り温泉が大好きです。
アクアイグニス(片岡温泉)・ゆうゆう会館・満天の湯・ジャブ・湯守座…結構近隣には温泉があります。最近では休憩・食事スペースも充実してきて、お風呂だけでなくリラックスできる空間が提供されていますね。

題材は何でも構いません。食べ物でも本でも映画でも旅行先でも趣味でも。是非、機関紙編集委員会(もしくは組合員活動部)まで投稿下さい。

地域委員会だより

【2024年5月16日ひまわりにて】

(AM) 総代会議案討論会

- ・班会開催月間とフレイルチェック
- ・総代会準備(発言内容等)
- ・近日中に開催の各種活動について

★次回は 6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。

大人気。折り紙教室 (中止のお知らせ)

当初6月14日(金)の予定でしたが都合により【当面中止】とします。楽しみにしていただいた方には大変申し訳ありません。再開の目途がたちましたら再度いんぐ紙上等でお知らせいたします。

原水爆禁止国民平和大行進

★核兵器で日本の安全は守れない。核も基地もない平和の日本をつくらう!!
★戦争する国づくり反対! 憲法を守り、活かそう!
★ノーモアヒロシマ・ノーモアガサキ・ノーモアビキニ・ノーモアヒバクシャ、核兵器をなくそう!

【北勢一津コース・日程(抜粋)】
6/13(木) 四日市市役所9:20(出発)⇒旧東海道⇒中央緑地公園・スタンディング(10:40~11:00終了)

*歩ける部分だけでも良いのでご参加下さい!
もちろん職員も参加します。
*参加ご希望の方は当日現地に集合していただくか、組合員活動部・古野、桐山までご連絡下さい。

【いきいきくらしの会の協力員 募集中】

内容:草刈り・ゴミ出し・日曜大工・網戸の張替等。利用料金1名あたり1時間900円

※有償ボランティアのため、1名あたり1時間700円協力金をお渡ししています。(15分ごとに加算・200円は運営費として扱います)