

戦争も核兵器もない世界を

いまこそ



原水禁世界大会・広島 2024

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)

3785世帯

7月加入数 0世帯

7月脱退数 6世帯

2024年度

出資金増資 (四日市地域)

141名 307回

1,753,000円

(7/31 時点)

平和記念式典では、アメリカ・ロシア・韓国等の人の平和への熱いメッセージを聞くことができました。アメリカやロシアの国の人でも「核兵器は持ってはならない・戦争はしてはならない」という考えを持って生きている人々がいます。私は少し驚き、安堵しました。

また、平和公園の原爆ドームや資料館へ行くことができ、資料館内には目を疑うような事実の写真が

多く展示されていました。こんな事実が二度とあってはならない、ひどい歴史だと思いました。気分が悪くなる人もいたようです。移動分科会では数々の原爆の歌を聞くことができ、思わず涙ぐんでしまうと同時に励まされた気持ちになりました。多くの歌に触れることができ、とても良い経験が出来たと思います。3日間広島を訪れ、多くの学習の機会をいただきました。(宮田紫帆・通所リハ職員)

右膝が急に痛くなった。機械の油切れで動きがギクシャクしたときのような。とにかく動かすと痛い。◆左足の不調でひと月ばかり無理をしていたので、かばった足が痛みだすのでは、と気になっていった。よくいう変形性膝関節症です、と言われあついに・あれほど膝の使い方に注意していたのに、劣化が進んでいたのにメンテナンスしてなかったことを大いに反省した。◆体の固さから膝に痛みがくるのでストレッチをすること、湿布をはること、と処方された。ストレッチは足の付け根、太ももの前側、ふくらはぎの簡単なものだ。それで翌日痛みがとれストレッチの効果を実感した。◆今年の健康づくりチャレンジは膝のぼしやスクワット! (下肢筋力強化) 膝のまわりの筋肉をつけるための運動とストレッチをコツコツ続けたい。

(よ)

はんこ





ここの地域の2つの施設を紹介します。

①農村環境改善センター
通称・農村センター」。

菰野町消防署の隣の建物です。ここでは、菰野支部の班会『メイ体操』『タオルでマツト』『支部運営委員会』等で、月6回程利用。

菰野町の方に、医療福祉生協はどんなことをしているのか知って貰えたら、との

支部のお店・ たまり場 紹介①

菰野支部 『農村センター』 & 『YKガーデン』

思いから毎月「いんぐ」10部を置いています。

②「ハーブカフェ・YKガーデン」。元々はハーブティーと手作りケーキとマフィンのお店。今はそれらに加えてランチも人気。フランス料理で腕を磨いた息子さんが加わり、そのジャンルもみんなが気軽に楽しめる料理にと、「創作料理」として、身近な食材を使つての工夫や技術が感じられるランチです。

場所は、「県民の森」の前の道路をどんどん北へ、杉谷、鈴鹿台の山へ入っていくような道路の入り口にお店の看板がいくつか立っています。その中の「YKガーデン」。自然いっぱい環境、店主さん一家との会話に、落ち着く雰囲気があります。注文のランチが運ばれると、テーブルごとにメニュー・材料・調理法の簡単な説明が始まり、すらすたと説明される様子に毎回感心してしまいます。ここにも「いんぐ」5部を置かせて貰っています。

入職のキッカケ

受付事務のパート募集があった際、以前から興味があったものの、医療事務の資格を持っていないとそもそも応募できない、と思っていたので諦めていました。が、「資格の有無は問いません」の文言があったので、応募してみました。

実際に採用となりました。実際受付事務とは言っても、保険証と診察券を受け取って問診に回すというだけでなく、細かい受付の流れや、診察・予防接種・感染外来・健康診断等、それぞれの受付の違いがあります。

様々な対応が必要

一度流れを覚えたと思っても、また違うパターンがあったり、と覚えても覚えても新しく覚える内容があり、教えてもらった事をまた確認するために教え直してもらおうという事が多々あります。日頃の業務は教えてもらった事を忘れないようにメモ書きし、メモした

落ち着いた対応

いくわ診療所
青柳 真矢
外来事務



チェック&ミス予防

ことで安心してしまつて、また忘れてしまうのを少しでも減らせる様に、次の業務の日までにまたノートに書き直して思い出せるようにしています。何度も同じことで質問するのを減らしたいと思っています。

問診から診察室や処置室に患者さんが移動していった際、受付のチェックミスや、問診票等の処理ミス・処理忘れなどで、最終的に看護師が受付に戻つて、間違いや忘れを指摘しなければいけない、という二度手間を起さないうようにも気を付けたいです。受付の時点で落ち着いて処理や、患者さんへの対応ができるようにしたいと思っています。忙しい期間も患者さんへの対応が雑にならないように心がけていきます。今後も様々な場面でご迷惑をおかけするかもしれませんがよろしくお願いします。

【いくわ診療所 診療時間】

四日市市生桑町145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

【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
電話 (337)8895

デイサービスいくわ
月・土 8時30分～17時30分
電話 (333)6756

いんぐ クイズコーナー

今月はこれ!!

秋の味覚が食品売り場に出てきますね。さて栗はトゲトゲなイガの中に入っていますが、1つのイガに栗は何個入っているのでしょうか？
(決まっているそうですよ)

① 1個 ② 2個 ③ 3個 ④ 4個 ⑤ 5個

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」

336号(8月号)の答え
問題＞花火で作れない色は？
答え＞③黒 でした。 出せないし、綺麗ではないですね。

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。



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。

【その4】

趣味でやっている絵手紙。新聞に載りました!

いんぐにも是非ご紹介。

健康づくりウォーキング 2024

◎9/27(金)パラミタミュージアム

集合時間 10:30 現地集合

◎オレンジ色のベストが目印です◎

*現地集合のため、近隣の駅等からウォーキングしてきていただいてもOKです。

【予告】10/15(火)松阪へおでかけ予定です
(松阪木綿の町散策) *詳細は次月号にて*



健康づくり チャレンジ 2024

三重まるごと!
脚力アップで元気ライフ

結果を報告して参加賞をゲット!

1 まずは測る

フレイルチェックで、体の状態を知ろう!
フレイルは健康な状態から徐々に弱体化し、
要介護状態に至る可能性がある。早期発見・早期対応が重要。

2 こつこつ運動する

下肢筋力アップを目標に、取り組んだ日は
専用のチャレンジシートに記入しよう!

3 もう一度測る

10日分取り組んだらまたフレイルチェックで、
体の状態を確認しよう!変化はあったかな?

4 結果を報告する

WEBの場合
専用のQRコードから報告してください

用紙を提出する場合
専用の結果報告用紙を切り取り、お近くの事業所へ
ご持参いただくか郵送してください

〒514-0015 津市南野1-6-2-4
みえ医療福祉生活協同組合 組合活動部宛

締め切り 1月31日(金)

～2025年

健康をつくる。平和をつくる。いのちを輝かせる。

みえ医療福祉生活協同組合

〒514-0015 三重県津市南野1-6-2 0930-313-0068

いくつになっても
元気に歩こう!

*パンフレット(取り組み用紙)は
いくわ診療所か組合員活動部まで*
今年下半身筋力アップ(下半身の筋トレ)
がチャレンジテーマです。

地域委員会だより

【2024年8月22日ひまわりにて】

- ・健康づくりチャレンジの開始、拡大へ
～フレイルチェック⇒下肢筋力アップ～
- ・なかまふやしキャンペーン(生協強化月間)
の取り組み 全県統一増資(伊勢応援)
- ・組合員/職員の交流企画について検討開始
- ・支部活動援助金規定(用途)について

★次回は 9月19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。

いくわ診療所・公式LINE

友達追加して下さい!

- ・休診日のお知らせ
- ・健診案内や予防接種案内
- ・イベント情報etc.

を随時お知らせします。

*8月～諸事情により予約機能を
中止しました。



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)

*再利用で作成したガーゼタオル
を販売予定です(400円)*

肉や魚、スイーツ何でも
食べることが好きです。同
じくらい買いたい物も好きで、
自分や子供の洋服等可愛い
ものをすぐ買っちゃいます。



デイサービス
看護師
阿川 美香

最近実家と自宅の断捨離
にハマっています。でもな
かなか捨てられないものが
多いです。



いくわ診療所
看護師
伊藤 千恵

はじめまして