



作 南坂部 古川さん

謹賀新年

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)	
4630世帯	
11月加入数	11月脱退数
1世帯	6世帯
出資金増資 (四日市地域)	
277名	730回
4,901,800円	
(11/30現在)	

新年号特別カラーのため発行日を遅らせています。2月号は紙面を縮小し、いつも通り1日発行です。
機関紙編集委員会

本年もどうぞよろしく お願いいたします



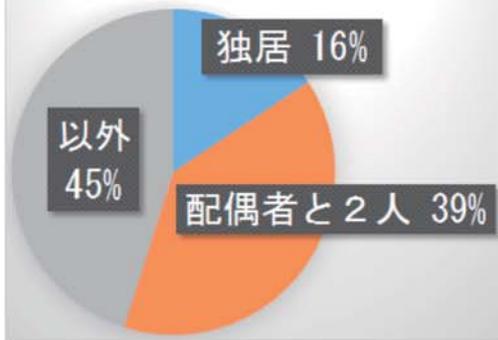
みえ医療福祉生活協同組合・四日市地域 役職員一同

医療生協・四日市が新年を迎える祝辞を書こうと思うのだけど、この閉塞感は何なんだろう。◆健康と命を守る医療生協にとって、戦争反対・平和を守る運動は最重要課題。しかるに、安倍政権の昨今の政策は平和を切り崩すものばかり。「戦争法案」「秘密保護法案」「武器輸出」「沖縄の基地問題」、ついに自衛隊は戦争任務を付与されて南スーダンに『出撃』した。不気味なのは、一昔前までならこぞってマスコミの批判を浴びたような悪政が批判されず、NHKニュースは安倍政治宣伝放送に化してしまった世間の変化である。◆平和憲法擁護の識者はマスメディアに登場しなくなり、朝鮮や中国に嫌悪を掻き立てる報道が目立つ。憲法九条を守ろうなどと声をあげるのが、空気を読めないやつの愚行のように見られる世の中が広がってきている。多くの国民が反対する先述の法案が推し進められていく。なぜか。「最大の悲劇は、悪人の圧政や残酷さではなく、善人の沈黙だ」(キング牧師。ならば、新年に叫ぼう。戦争反対、平和を守ろう。あけましておめでとうといえる年になりますように。

ばんご

(文)

同居状況



【設問3 同居状況】

独居の方が約2割・配偶者と2人の方が約4割で合わせると約6割の方が独居・若しくは夫婦のみで暮らされています。家族構成人数はほとんど縮小しています。中には3世代で暮らされている方もみえますが、ごく稀です。

生協まるごとアンケート集計結果 ①

昨年7月～9月まで取り組みました「生協まるごとアンケート ～医療福祉生協25周年 組合員さん4000人の声を聞かせて!～」の集計が出来ましたので、今月号より複数回に分けて結果を報告していきます。

回収数1007通(有効回答983通)でした。配布数に対して実に約25%もの回収ができました。ご協力大変ありがとうございました。

—みえ医療福祉生協・四日市 地域委員会—

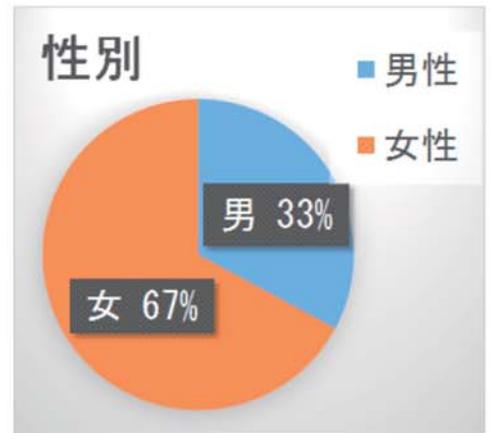
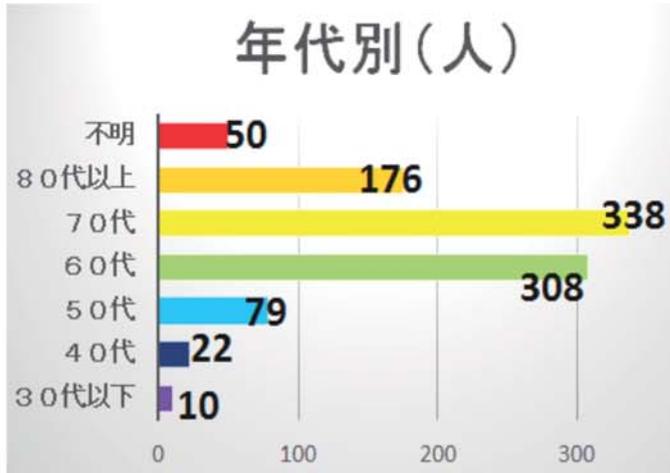
【設問1 性別】

男性が3割・女性が7割でした。医療福祉生協の活動等への参加も圧倒的に女性の方が多くなっています。男性をいかに巻き込んでいくか、参加を促せるか今後の大きな課題です。



【設問2 歳・年代】

明らかに組合員さんは高齢化していつています。60代～80代が圧倒的多数を占めています。25年前の医療生協の立ち上げ・築き上げに関わってきた世代や医療生協の事業を利用される方が60代～80代に集中しています。医療生協の事業や理念の継承に力を入れるために、担い手・利用者の拡大が最重要課題です。



健康チャレンジウォーキング 2017 年間計画



恒例になった連続ウォーキングの取り組みです。今年も楽しく取り組みましょう! ご都合の合うときだけの参加でもOK。スタンプラリー形式になっていますので、参加してスタンプを集めてください。



- ◇第1回◇ 1月19日(木) いくわ診療所～毘沙門
- ◇第2回◇ 2月24日(金) 南部丘陵公園
- ◇第3回◇ 3月29日(水) 川島千本桜
- ◇第4回◇ 4月26日(水) ふれあい牧場
- ◇第5回◇ 5月15日(月) 伊坂ダム
- ◇第6回◇ 6月21日(水) 垂坂公園

- ◇第7回◇ 7月14日(金) こもの県民の森
- ◇第8回◇ 9月27日(水) 南部丘陵公園
- ◇第9回◇ 10月16日(月) 中央緑地公園
- ◇第10回◇ 11月29日(水) こもの県民の森
- ◇第11回◇ 12月21日(木) いくわ診療所～毘沙門

いずれの回も10:30～11:30頃まで 雨天中止・自由参加(申し込み不要)
お問い合わせ・スタンプ帳・地図等ご希望の方は 生協本部・田村まで

ノルディックポールを使うこともあります。



春夏秋冬、季節を感じながらウォーキング。

いんぐ クイズコーナー 今月はこれ!!

この国は今の何県!? (生桑町・Oさん)

- ①蝦夷(えぞ) ②越前(えちぜん)
- ③肥後(ひご) ④因幡(いなば)
- ⑤下野(しもつけ)

伊勢一三重県 琉球一沖縄県 のように答えて下さい
全問あって正解とします。

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

いんぐ診療所内 「いんぐ編集室」

243号(11月号)の答え

- ①リゾート 保養地 ②ポジティブ 積極的
- ③パイオニア 先駆者 ④ライフスタイル 生活様式 でした。

健康チャレンジウォーキング 2017

【1月、2月の予定】

★第1回★ 1月19日(木) いんぐ診療所～毘沙門
スタートダッシュの第1回!

*特別に雨天でもひまわりで健康チェックと運動を行います

★第2回★ 2月24日(金) 南部丘陵公園
梅がそろそろ見られる??

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 330-0808

健康チャレンジウォーキング
オリジナルタオルが完成しました!

是非ご購入下さい。
1枚500円(カンバ込)



2016年度 気づいて築く 健康づくり教室

いよいよ今年度の健康づくり教室も終盤です。ご興味のある講座だけでも是非ともご参加下さい。

(基本的には 毎月第2土曜日の開催です)

-2月に教室はありません。

◇第7回◇ 3月11日(土) 14:00~15:30

『閉校式 ~腸内環境を整えて生活しよう~』

講師:看護師



主催:健康づくり委員会

パラダイス190 (いくわ)

*みんなで作るたまり場
(しゃべり場/相談場所に)
一度のぞいてみて下さい。

◆次回は 1月21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 杉本まで

大人気 折り紙教室

第28回

☆日 時☆ 1月13日(金)
10:00~

☆場 所☆ ひまわり

☆参加費☆ 100円(材料費)

☆連絡先☆ 加藤みはる

(尾平 332-5841)

もしくは 組合員活動部

(330-0808)

すこしおモニター募集中

減塩の取り組み

2011年に国連から「生活習慣対策のために世界がとるべきアクション」が発表されています。その対策の優先順位は 1位:タバコ 2位:減塩 3位:肥満・不健康な食事・運動不足となり、肥満・運動不足よりも減塩の取り組みが上位です。塩分の過剰摂取は血圧を上げるだけでなく、ガン・脳梗塞・腎臓病・心疾患のリスクを高めます。

今回、日常的に減塩に取り組む組合員を広げ、「すこしお生活」の普及につなげることを目的として、医療福祉生協連の「すこしおモニター」への登録・参加を全国的に進めています。



塩と上手におつきあい
すこしお

【取り組み方】

- ①塩分測定器で週1回、味噌汁等を測る
- ②塩分測定シートで月1回、尿中塩分濃度を測る
(推定一日摂取量を知る)

【取り組み期間】

1月~3月あたりに3か月間

【報告書提出】

変化や気を付けたこと等、簡単な記入で結構です。2回。

詳細・申込み 組合員活動部・田村まで

募集

是非ご紹介
・応募ください!!

介護職員・厨房職員・訪問看護師が人手不足です。
是非ご応募・ご紹介をお願いします!!

- ①介護職員(常勤・パート) 急募!!!
- ②厨房職員(パート) 急募!!!
- ③訪問看護師(常勤) 急募!!!
- ④医師(常勤・パート)

<お問い合わせ> みえ医療福祉生協・四日市地域
いずれの応募も 330-0808 桐山まで

特技はトライアスロン、趣味はウルトラマラソン。10月に100km完走。冬はタイとラオスでボランティヤ。タイ語とラオス語は少しできます。



送迎運転手
小林 秀樹さん

趣味・特技はゴルフ(好きだが下手) 空手歴50年・五段。宮崎国体組手の部・三重県代表。信条「努力は天才に勝る」性格は優しい 特に女性に!



送迎運転手
伊藤 清亮さん

はじめまして

【介護保険関連事業】

◎在宅療養の相談はまず左記へ
休診時の急病については医師会の
の応急診療所をご利用下さい。
電話(353)1759

日・祝日・木曜日休診
午後診は休診とさせていただきます
(往診時間にあてています)

	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(333)6471

【いくわ診療所 診療時間】

居宅介護支援事業所いくわ	訪問看護ステーションいくわ	ヘルパーステーションいくわ	通所リハビリいくわ	デイサービスいくわ	年中無休
月 9時~16時30分	月 9時~17時	月 9時~17時	月 9時~16時	月 9時~15分	電話(333)3333
火 9時~16時30分	火 9時~17時	火 9時~17時	火 9時~16時	火 9時~15分	電話(333)3333
水 9時~16時30分	水 9時~17時	水 9時~17時	水 9時~16時	水 9時~15分	電話(333)3333
木 9時~16時30分	木 9時~17時	木 9時~17時	木 9時~16時	木 9時~15分	電話(333)3333
金 9時~16時30分	金 9時~17時	金 9時~17時	金 9時~16時	金 9時~15分	電話(333)3333
土 9時~16時30分	土 9時~17時	土 9時~17時	土 9時~16時	土 9時~15分	電話(333)3333