



# 楽しく支部活動

## あがた支部誕生 四日市地域で12支部に

# いんぐ

長年、支部が空白だったあがた地域に、みえ医療福祉生協・四日市地域として12番目の『あがた支部』が6/7に誕生しました。2021年度のテーマは『楽しく支部活動』です。みなさんのご参加お待ちしております。

### 【あがた支部今後の予定】

#### ■「マンダラ塗り絵」

日時：7/7(水) 10:00～12:00

会場：地域交流センターひまわり・あおぞら3階(各会場10名まで)

持ち物：色鉛筆

\*感染防止対策として人数制限があります。

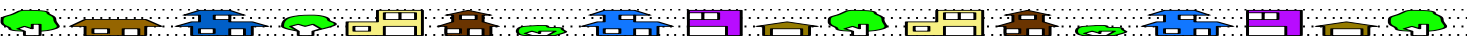
#### ■「笑いヨガ」

日時：11/2(火) 10:00～12:00 会場：地域交流センターひまわり

※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。

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)  
4604世帯  
6月加入数5世帯  
6月脱退数0世帯  
2021年度  
出資金増資 (四日市地域)  
134名270回  
2,382,000円  
(6/25現在)



### 送迎ボランティア募集中(患者さんご自宅⇄いくわ診療所の送迎)

このような方大歓迎。「運転が好き」「人と関わるのが好き」「道を覚えるのが得意」など。そして何より人のお役に立つことが好きという方は、ぜひ「いくわ診療所・患者さん送迎ボランティア」に登録してみませんか？

【お問い合わせ先】059-330-0808 生協本部まで

- 年齢：不問 ●男女：不問 ●提供時間：9時～12時
- 提供曜日：月曜日～土曜日 (木曜・日曜・祝日・お盆・年末年始は除く)



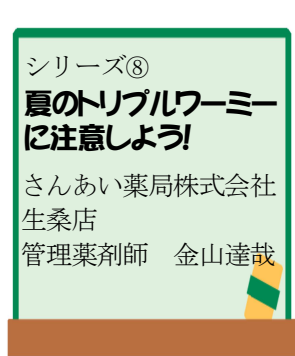
みなさんは何か“こだわり”をもっていますか？ “好きなものは最後に食べる”や “体を洗うのは右足から”というのをよく耳にします。自分には大きな“こだわり”が2つあります。◆1つ目は、職場のよく使うファイルの並び順です。帰る前に違う順に立ててみると、こっそり並び替えてあります。◆2つ目は、自宅でテレビを1チャンネルにして消すことです。朝起きるとすぐテレビをつけるので毎日初心にかえって1からのスタートという思いではじめました。“こだわり”は他人からみれば小さいことでも、その人にとっては大事なものだと思っています。◆今働いている職場には、人生の大先輩である利用者さん、とても頼りになる職員さんがいます。その人たちの“こだわり”を大切にしていきたいと思

ばんご

トリプルワーマー **Triple Whammy** とは、日本語に訳すと「**三段攻撃**」。何かと言うと、

RAS、ロニン、アンジオテンシン系阻害薬・利尿薬・NSAIDs、非ステロイド性抗炎症薬)の3種類の薬剤の併用による三段攻撃のことです。この3種類の攻撃により、急性腎障害(AKI)のリスクが高まります。利尿薬による循環血液量の減少、RAS阻害薬による輸出細動脈の収縮抑制、NSAIDsによる輸入細動脈の収縮増大など、異なる機序によって相乗的に腎虚血が起るためと考えられています。

皆さんも一度は耳にしたことがあるロキソニン®などが挙げられます。



まず、RAS阻害薬とは高血圧治療によく使用される薬で、オルメサルタンやリシノプリルなどがあります。利尿薬とは心不全や高血圧の治療で使用され、フロセミドやスピロラクソン、ベハイドなどがあります。NSAIDsとは整形外科でよく処方される薬で、

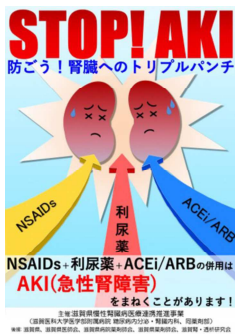
個々の薬剤にも腎障害の副作用がありますが、NSAIDsと利尿剤の併用は利尿剤単独に比べて心不全による入院リスクを2倍に高めることが知られています。RAS阻害薬と利尿剤の併用は、ミコンビ®などARB、RAS阻害薬のひ

して欲しいところです。利尿薬は、循環血液量を減少、血管内の血液量の減少)させるため、腎臓の血流量も減少し腎機能が低下します。補足ですが、脱水のまま利尿薬を使用すると、さらに腎虚血を進める結果となるため、特にこれから暑くなる夏場では注意が必要です。適度に水分補給を行うようにしましょう。

**AKIの発症防止に役立つのは「かかりつけ薬局」やお薬手帳です。**

かかりつけ薬局は、複数医療機関の薬の重複や相互作用をチェックしており、トリプルワーマーを見つけたことが可能です。お薬手帳は受診時に医師に渡して、他院の服用薬を確認してもらいましょう。

STOP! AKI ポスター 滋賀医科大学医学部付属病院HPより



私たち四郷支部の班は「高花平班」と「笹川・日野班」の2班がありますが、その中でもなかなか親睦を行うことが出来ないのでは、班同士で交流をしたいなというものがきっかけで親睦会が始まりましたが、2班だけでなく、西郷にはもつと組合員さんがいる」ともつと多くの組合員さんたちと関わりたいという欲(ぞ)がでてきて、多くの組合員さんに呼び掛けようということになりました。そして「交流会」から「親睦会」へと名称も変更し、多くの方が集うのであれば「食事は必須!」ということでも、食事場所を探していたところ、何と、組合員さんがお勤めしているお好み焼き屋

さんで開催することができました。親睦会の内容は、ビンゴゲームやおしゃべりをしながらのお食事。ソフトクリームのサービスもあってお食事はなお「層美味しく感じました。店長さんも男前にみえました。来年もここで開催と一致団結。2回、3回と続けて行くうちに今まで全く参加していなかった方が参加し、またお隣の支部の日永支部の方との交流もできたりとして、本来の目的を達成することができました。しかし、現在はコロナで開催することができない状況でフラストレーションたまりまくりです。コロナがあけたらパワーアップして再開するぞ! お楽しみに!

西郷支部運営委員(二回)



# 地域委員会だより

【2021年6月17日・ひまわりにて】  
(コロナ対応・対策)

6/1～班会・サークル活動再開(食事×、歌を歌う班会×)  
これまで通り三密を避け、少人数(10名まで)、感染予防策(マスク着用・検温・県外移動等のチェック)を徹底して行う。

【第11回通常総代会、総代会報告会・感想会について】

総代会の会場が久居アルスプラザに変更。

★次回は 7月15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(急募・パ・登録いずれでも可)
- ◇通所事業所介護職(ハ)
- ◇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

## 知つとくポイント くらしまちづくり委員会

## 国保の保険料 減免について

国保の保険料減免については国保法第77条が定めており、四日市市も条例で減免に該当する者を(1)災害(2)世帯員の死亡、疾病(3)事業の休止、廃止、損失(4)失業、などにより収入減少した者、等と定めています。この減免制度はコロナが拡大する以前からあった制度です。

コロナが拡大し、生活が苦しくなり、保険料が支払えないという人に対し、国は救済措置として新型コロナウイルスに関わる国保料・税の減免制度を、各市町村に、条例に基づき、制度を行ってよいとしました。対象は(1)主な生計維持者が、新型コロナウイルス感染によって死亡または重篤な疾病を負った場合(2)事業収入等が前年収入から3割以上の減少が見込まれる場合とし、減免割合は主な生計維持者の前年所得金額に応じて10割8割6割4割2割の5段階となりました。

四日市市も条例に(新型コロナウイルス感染症の影響による保険料の減免の特例)として開始しました。ただしこの特例は令和2年度中の措置と四日市市のホームページに出ていました。令和3年度も引き続き継続している市町村もあるので市に問い合わせたところ、明確な返事は頂けず、個別対応にするような返事でした。広報6月下旬号22ページにも保険料のお知らせとともに下線で保険料減免については保険料収納室にお問い合わせ下さいと記載がありましたので、お困りの方はご相談ください。(平山)

## 電子カルテ導入の お知らせとお願い

いくわ診療所では、6月14日から電子カルテが導入されました。多くの病院・クリニックで電子カルテが用いられており、いくわ診療所もリニューアルを機に導入する運びとなりました。

これにより院内情報共有や伝達がスムーズになり、効率的な診療が可能となります。今までは一つしかない紙カルテを、順番に回しながらそれぞれの作業を行なっていました。どこにあるのか分からなくなり、探し回ることもありました。紛失はしていません。過去の情報をさかのぼって確認したい時にも、どこに書いてあるのか分からない時がありました。

電子カルテでは、使いたい時にすぐにカルテを確認することができ、過去の情報もサクッと確認すること

### 診察室から



所長 田中 啓太

ご理解・ご協力を  
お願い致します

ができます。また、電子カルテには様々なチェック機能があり、間違いを機械的に確認してくれるため医療安全の観点からも便利なのです。

導入当初は電子カルテの操作が慣れないことや、全体の流れの変更等により、診察の待ち時間が多少長くなることも予想されます。また、ついパソコンの方に視線が行きがちになってしまいかもしれません。慣れるまでの間、ご迷惑をおかけすると思いますが、混乱の無い様に職員一同気を付けますので、ご理解とご協力をお願いいたします。



いんぐ  
クイズコーナー

今月はこれ!!

なぞなぞ。頭を柔らかくして考えて! ③4

お父さんがきらいな食べ物は?

\*今回は少し難しいかな?\*

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  
いくわ診療所内 「いんぐ編集室」

297号(5月号)の答え  
問題>ロン毛とスキンヘッドが喧嘩をはじめた!  
原因はどちらに?  
答え>ロン毛(長髪だから→挑発した)

★コロナ禍での活動の諸注意について★

コロナ拡大状況に応じて活動を展開します。自粛・延期・中止等柔軟な対応をお願いします。これまで通り三密を避け、少人数、感染予防策(マスク着用・換温・県外移動等のチェック)を徹底して下さい。体調が悪い時等は参加を見送って下さい。

- ◎6/1~班会・サークル活動再開。(感染防止対策強化の上実施)
- ◎食事を伴う集まり、歌を歌う班会は当面中止とします!
- ◎事業所(あおぞらホール・ひまわり等)の使用制限(定員10名までとします)。
- ◆ご不明点・お問い合わせ等は◆  
生協本部・組合員活動部 TEL 330-0808



IKS  
(いくわをきれいに掃除をする会)

日時2021年7月29日(木)9時~10時  
集合場所:あおぞら玄関前  
持ち物:軍手、草刈り道具(あれば)

★当日はマスク着用お願い致します。あおぞら裏側の草刈りをします。  
※雨天の場合は7月31日(土)9時~10時に延期致します。

利用委員会

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51回)

☆日時☆7月9日(金)10:00~  
☆場所☆ひまわり・あおぞらにて(各会場10名まで)  
☆参加費☆100円(材料費)  
☆連絡先☆加藤みはる(尾平 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致します。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。



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 9時~17時30分  
電話 333-6472

ヘルパーステーションいくわ  
月土 9時~17時30分  
電話 333-6472

通所リハビリいくわ  
月火水金土  
9時~17時30分  
電話 333-6475

デイサービスいくわ  
月土 9時~17時30分  
電話 333-6756

◆分譲保険関連事業◆  
◎在宅療養の相談はまず左記へ  
電話 059-229-1199

◆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

住所変更等された方はご連絡ください。また、当人が亡くなられて名義変更が必要な場合もご連絡をお願いいたします。