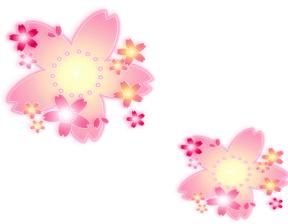


隠れた桜の見どころよ。



通所介護事業所（リハビリ・デイサービス）
でお花見をしました。いくわ診療所の南側の
堤防の川沿いは満開でとても綺麗でした。
(意外と知られていない??)



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)
 4278世帯
 3月加入数 8世帯
 3月脱退数 8世帯
 2023年度
 出資金増資 (四日市地域)
 250名 941回
 4,663,000円
 (3/31時点)

組合員活動部の人員体
 制逼迫により当面機関紙
 「いんぐ」を4面構成か
 ら2面構成へ変更してい
 ます。
 (機関紙編集委員会)

 ◆日曜日の朝、中学校のグ
 ラウンドに行ったら、共同
 地区の町ごとの9チームで、
 毎年4月から10月までリー
 グ戦を行なっていると知り、
 参加するようになりました。
 ソフトを続けながら、仕事
 をリタイアした年の3月に、
 平日の朝7時から町内の公
 園で行っているラジオ体操
 の会にも参加するようにな
 りました。翌月、ソフトを
 したら身体の動きが大変良
 く、感動し「体操を続ける
 ぞ」と決意し今日まで21年
 以上続けています。◆膝を
 痛めて69歳でソフトは断念
 しましたが、しなやかな身
 体をつくるラジオ体操はお
 勧めです。2年前に妻を亡
 くして健康の大切さを痛感
 しており、今後も体操を続
 け、できればあと6年・90
 歳まで元気に頑張ってい
 たいと願っています。(義)



機関紙名「いんぐ」は…ING (～している) の意味から付けています。



四日市の中心、近鉄とJRの駅を囲む『まんなか支部』では、屋内の班会(催し)の時は、JR四日市駅に近い【本町プラザ】を利用しています。近くには本町通り商店街があり様々なお店が集まっています。

まちかど博物館」には大入道に関する人形やポスター・



まちかど博物館」には大入道に関する人形やポスター・

（まんなか支部 K）

郷土玩具等のコレクションが所狭しと展示されています。道路を挟んだ

私達の役割は利用者さんが自らの問題を解決するための手段(サービス等)を提案し、一緒に解決策を考えることです。そのために私達ケアマネはよりよい提案ができるよう、介護・医療等様々な研修を受けています。利用されるサービス

斜め前には、「ねぎやき茶屋」があります。班会後に立ち寄り、こだわりの食材を使用した、美味しいねぎ焼きを食べてホッとすると時を過ごすこともありま

私達ケアマネージャー(以下ケアマネ)のところには、様々な介護の悩みを抱えた利用者さんとそのご家族が相談に来られます。

まずは相談から

ケアマネは相談の内容の中から情報を収集し、課題は何であるかの分析を行ないます。そしてその悩みとなる問題にどう向き合っていけば良いか、と利用者さんと一緒に考えていきます。その根底にあるのは、「ご本人の力を信じる」ということです。

が決めれば、目標と一緒に決め、計画書を作成します。介護保険サービスの利用が始まれば、定期的にその経過を確認し、継続で良いのか、変更の必要はないのかな等と一緒に考えていきます。

一緒に解決

居宅介護支援事業所 仁木美香 ケアマネージャー

共有・連携を大切にしています。

＊私達ケアマネは利用者さんがその人らしく、できる限り自分の能力を活かして、在宅生活を続けていけるように支援する仕事をしています。

変化にも対応

また、ご家族の介護負担が増大になっ

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。

【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

【いくわ診療所】

四日市市生榮町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	○	×	○	×	○	×

◆医師会の応急診療所◆

電話 059(353)1759

◆救急医療情報センター◆

電話 059(229)1199

いんぐ クイズコーナー

今月はこれ!!

端午の節句（子どもの日）には柏餅を食べますが、柏餅にはどのような願いが込められているでしょうか？

- ①金運上昇 ②無病息災 ③子孫繁栄

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」

332号（4月号）の答え
問題>タケノコは何処の部分を食べている??
答え>①茎（くき） でした。 難しかったかな??

★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）

地域委員会だより

【2024年4月18日ひまわりにて】

- ・理事会報告
- ・決算見込み報告
- ・2023年度総括・2024年度方針作成 ②
- ・支部総会／議案討論会／総代会へ向けて

★次回は 5月16日に開催予定です。

◎午前中に総代さんと議案討論会を行います

【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。

健康づくりウォーキング 2024



【2024年度の予定】

開催場所及び日程案内

◎5/9（木）九華公園

★10:10 桑名駅東口集合
オレンジ色のタオルが目印

◎6/5（水）中央緑地公園

※日程が合う時だけでも是非ご参加下さい。

◆詳細・資料 健康づくり委員

または生協本部まで

TEL : 059-330-0808

知っとくポイント くらしまちづくり委員会

エンディングノート



2月のくらしの学校では『終活・遺言・エンディングノートの書き方』というテーマで学びました。

エンディングノートと言えば、遺された家族が困らないように自身の情報や希望などを書き残しておくノートです。でも家族のためだけのものではありません。私達自身が今後も安心して幸せに生きるためのものでもあるのです。私達が倒れた時、物忘れが気になり始めた時、キャッシュカードやスマホを紛失した時、パソコンが壊れた時などいろんなピンチの時にもノートに情報が書いてあれば安心です。書くべき事柄は多いです。自分自身の基本データ・緊急連絡先・持病・常用薬・かかりつけの病院・預貯金・加入している保険や年金・財産・介護が必要になった時の具体的な希望・葬儀についての希望・遺言書についてなどなど。他に趣味、今後旅行したい所などの欄があるノートもあります。楽しく書ける1冊をぜひ見つけて下さい。

（くらしまちづくり委員会・丹賀）

【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）