

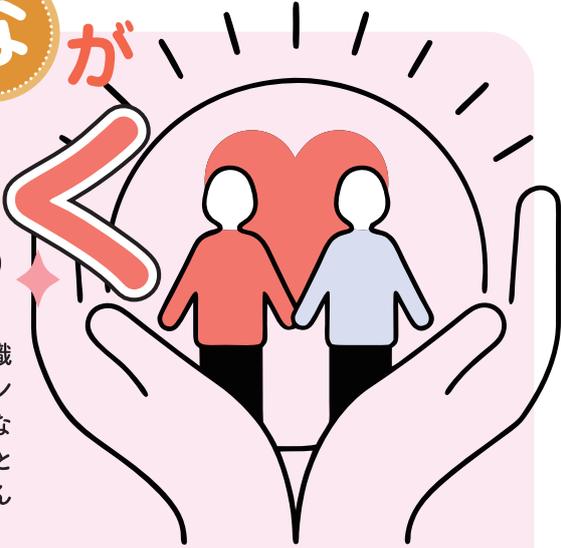


イメージキャラクター  
みんみん

みんな

みんな

## 支える輝く



医療福祉生協  
で広がる  
笑顔

医療福祉生協では、くらしと健康を支える事業と活動を、職員と組合員とが協力して取り組みをすすめ、多くのボランティアさんがイキイキと活躍されています。だれもが主役になれる環境で、“できるときにできることを”を大切に、笑顔と安心を地域に広げる組合員さんの姿を紹介します。みなさんも活動に参加してみませんか？

津地域

白塚診療所院内ボランティア



IKS (いくわをきれいにそうじする会)



四日市  
地域



みんみん  
ベスト

今年度新たに作成した「みんみんベスト」。背面にはみえ医療福祉生協のイメージキャラクターみんみんが印刷されています。ボランティアさんが一目でわかるようにベストを着用していただいています。

ひまわりカフェ



機関紙仕分け隊

### 【理事コラム】

おいなおいな | 桑名地域 藤原 祥品さん

表題にコラムとありますが、提示するテーマが何にせよ、それらに対しての知識や経験またデータの蓄積が私にはありません。であるので今回はコラムではありませんので悪しからずご了承下さい。さて、人に身近な動物と言えば犬や猫ですが、先日9年一緒に暮らした愛犬を亡くしまして、今もお愁嘆の思いを払拭出来ずにおるわけです。愛犬家は連れ添った犬が亡くなると「虹の橋を渡る」なんて表現したりしますが、我が愛犬も保護犬として我が家へ来るまでは相当酷い環境下にあり命からがらの状態で保護されましたので、もしも今は虹の橋を渡り五取

蘊苦(ごしゅうんく)から解放されて心安らかであるならばせめてもの救いだなぁ、なんて思っております。私も一応仏教徒の端くれなので、死後のことは南無阿弥陀仏を唱える事で極楽浄土へお迎えくださる気前の良いお釈迦様の教えにお任せして、生きているうちはせめて自分の手の届く範囲の人達(や動物)の為に出来ることをしてあげられれば良いなぁと思います。一日一善なんて言いますが、そうやって皆がお互いに他人を思いやれる世界になれば良いですね。



### \*各支所連絡先

津生協病院 0570-022848(ナビダイヤル) / 〒514-0015津市寿町16-24 伊賀町診療所 0594-22-5761 / 〒511-0036桑名市伊賀町55-2 いくわ診療所 059-333-6471 / 〒512-0911四日市市生桑町1455 白塚診療所 059-232-0749 / 〒514-0101津市白塚町口起3568-4 高茶屋診療所 059-234-5384 / 〒514-0819津市高茶屋5-11-48 伊勢民主診療所 0596-24-7156 / 〒516-0062伊勢市浦口4-2-13 デイサービスふれあい 0597-22-0400 / 〒519-3648尾鷲市小川東町30-15

2025年1月末の組織現勢 組合員数 37,632人 / 出資総額 1,453,913,000円

定価 / 1部80円(組合員の購読料は出資金に含まれています)

お知らせ 出資金はみんなの願いを実現するための大切な資金です。寄付ではありません。一口200円、出資金増資にご協力をお願いいたします。

## 支え合いでつくる 安心の診療所

～白塚診療所の新たなとりくみ～



津地域

# みんなで支える輝く



四日市地域

### 白塚診療所院内ボランティア

10月から白塚診療所では、院内ボランティアさんのサポートが始まりました。オレンジのベストには、みえ医療福祉生協の文字とイメージキャラクター「みんな」がプリントされ、名札も準備して一目で分かる工夫をしています。

この取り組みが生まれた背景には、医療現場の切実な課題がありました。インフルエンザやコロナワクチン接種のシーズンになると、問診票の記入が難しい高齢の患者さんが多く、安全な接種を行うために看護師は奔走していました。採血や接種、診察の介助といった看護業務をこなしながら、患者さんの記入支援や待合室での安全確認までは十分に手が回らない——そんな現状を「なんとかしたい」という声があがったのです。

そこで、診療所を支える組合員さんに相談したところ、「私たちの診療所の力になりたい」と快く協力を引き受けてくださいました。当初は白塚支部の組合員5名でスタート。さらに声掛けの範囲を広げ、元診療所の看護師さんも加わり、心強い仲間が増えました。

サポートは、問診票の記入をお手伝いするだけでなく、移動のサポートや体調の変化を確認しながら、時には寄り添うようにお話を伺います。その温かい姿に、利用者さんからは「安心して接種を受けられる」との声が寄せられ、看護スタッフも看護業務に集中できるようになりました。ボランティアさんも「患者さんや職員に喜ばれるのがうれしい」と笑顔で取り組まれています。

白塚診療所には、互いを思いやり、支え合うあたたかなつながりがあります。組合員さんと職員が力を合わせ、診療所を支え、地域の健康と安心をつくる協同の姿がここにはありました。

### IKS (いくわをきれいにそうじする会)



IKSは毎回機関紙で呼びかけをして組合員さんにボランティアをお願いしています。ふだん忙しくて活動に参加できていない組合員さんもこの時だけはと助けに来てくれます。5月は土手の草がボー

ボーになり、介護事業所の職員さんは利用者さんの洗濯物を干すのに苦労します。IKSが終わるときれいに草が刈られ洗濯物に毛虫がつく心配もなくなります。しかし、長年続くこの活動も参加して下さる組合員さんの高齢化で人数が集まりづらくなっています。活動内容はお掃除ですが普段は遠くて会えない組合員さん同士の貴重な交流の場にもなっています。1時間程度の活動で事業所の周りが見違えるようにきれいになります。見た目の変化での達成感も味わえますし、その喜びをみんなで分かち合えるこの活動をこれからも続けていきたいので、お知らせを見たらぜひ来てください。

### ひまわりカフェ

事業所の近くに誰でも参加できる居場所を作りたいと組合員さんが立ち上がりました。住んでる場所がバラバラの組合員さんが集まって、飲み物とお菓子の買い出し、会場設営、お客様の呼び込みまですべて組合員さんで運営します。普段は組合員活動に参加しない診療所の患者さんにも参加してほしい、活動に触れてほしいと診療所の前で診察が終わった患者さんに声を掛けます。最初はドキドキして声を掛けるのにも勇気が必要でしたが、続けるうちに慣れてきました。断られることが多くて心が折れそうになりますが、たまにお誘いに応じて下さるととっても嬉しいです。カフェを始めた頃は、背伸びしすぎてして続けることが辛くならないように、スタッフも余裕をもって楽しめることに注意しました。まずは飲み物を飲みながらおしゃべりができる空間を。当初はそれが目標でした。計画を立ててからもうすぐ1年が経ちます。「おしゃべりだけでは飽きちゃうよね」「なにかお客さんに楽しんでもらえることをしたいよね」そんな声がスタッフの組合員さんから上がりました。ただいま新たな催しを計画中です。



四日市地域

## 1月 理事会報告

日時 2025年1月25日(土)14:00~16:50

会場 地域支援センターえがお 2階会議室・WEB

出席者 (出席理事)32名中26名 (出席監事)4名中3名

#### 協議・報告事項

- 2025年度の予算づくりに向け津生協病院の事業方針について報告があり、討議しました。
- 2025年度のみえ医療福祉生協の活動方針案について討議しました。

#### 議決事項

- 特別養護老人ホーム設立を視野に入れた社会福祉法人の設立支援が可能かどうかを判断する準備会の立ち上げについて確認しました。
- 住所不明組合員の脱退処理について確認しました。

四日市地域

### 機関紙仕分け隊

機関紙を配付するための準備は組合員さんが行なっています。機関紙仕分け隊は数千枚の機関紙やニュースを数えて、各地区に必要な枚数を振り分ける作業を担っています。一昨年の12月結成、メンバーは5名でスタートしました。午前中に作業を始めるのですが、最初は作業に慣れずお昼過ぎまで掛かっていました。どうしたら早く、正確に作業が進められるか。組合員さん同士で相談し、作業の方法や役割分担など自分たちで考え工夫していきました。仕分け隊のメンバーも口コミで仲間を誘って、結成当初から人数が2倍になりました。今では作業にも慣れ、メンバー同士のコミュニケーションの時間も増えました。この作業がなければ各地区の組合員さんが機関紙を配る準備ができません。機関紙仕分け隊は四日市地域の組合員さんに機関紙をお届けするための心臓の部分の部分を担ってくれています。



できることはすべて利用者さんに

誕生日会のぜんざいづくり

津地域では、デイサービス「えがお」は「まかせ」「なすな」をはじめ、訪問看護や居宅介護支援事業所、通所リハビリ、訪問リハビリ、津市委託事業の包括支援センターの8つの介護事業を展開しています。しかし、通所系サービスでは利用者さんの減少や介護保険制度の厳しさから、事業の持続可能性が課題となっていました。こうした中、今回は「えがお」が新たな新しい挑戦についてご紹介します。

「私たちが本当にやりたい介護って？」から始まった改革  
「えがお」は、2024年4月に利用者さんが16名まで減少し過去最低に。選ばれる事業所にしようとしてスタッフで「私たちが本当にやりたい介護とは？」を話し合った結果、「利用

者さんの自己決定を尊重し、自宅での暮らしにつながる支援をする」という方針を打ち立てました。従来のプログラムを見直し、利用者さん自身が過ごし方を選べる環境へ変更し、これまでのプログラムを見直しました。例えば、おやつ時の飲み物は職員が用意するのではなく、給茶機を置いて好きな飲み物を自分で入れられるように。おやつも選べるようにしました。みんな、一緒にレクリエーションや体操を見直し、教室(ものづくり・体操・パソコンなど)、個別リハ(カラオケ・ボードゲーム・園芸・散歩など)その日の希望を伺いながら選択できるようにしました。



クリスマス会バイキング

お好きな料理を選んでます!

「できることは、自分で生活リハビリの工夫」  
デイサービスの時間を、自宅での生活につなげることも大切にしました。例えば、タオルの洗濯物たたみや食器洗いを利用者さん自身でやってもらう機会をつくったり、希望があれば料理にも挑戦できます。職員が見守る中、包丁を使うことも。誕生日会やイベントも利用者さんと協力しながらつくっています。「やりたくないときは無理にしない」「休みたいときはゆっくりする」といった自由も大切にしています。

えがお編集委員からの挑戦状!!

BINGO 今月号を読んでビンゴを狙おう!

Table with 3 columns and 3 rows containing bingo clues like 'ボランティアさんと一目で分かるように身につけるものが何かあった'.



どうしてもビンゴができない! そんなあなたに。お困りの方は私が相談に乗ります。

組合員活動部 古野まで 059-330-0808

ビンゴが何個できるか、挑戦してみてください! みんなのえがおを読んでくれた方なら簡単でしょうか? 「みんなクイズ」の応募はがきに、ビンゴのご意見・ご感想もお待ちしています。

住所変更はお済みですか? 住所不明組合員の脱退処理の公示

定款第9条第2項の規定ならびに「住所不明組合員の脱退手続きに関する規約」にもつき、住所の所在が確認できず、2025年3月28日までに住所変更の申し出がない組合員を、2025年3月31日をもって自由脱退処理を行う予定で

「地域のみなさんつながる デイサービスへ」  
地域の組合員さんとのつながりを活かした活動も進めていきたいと思っています。囲碁・将棋・麻雀などの希望をかなえるために、組合員さんに声掛けをして一緒に楽しめる場をつくられたらと考えています。

「地域の皆さんへ あなたのお力を貸してください」  
送迎の運転手が不足しています。私たちの目指す介護は、職員だけでなく地域みんなまで支え合うことで、もっと温かくなって安心できる場所になっていきます。お手伝いできる方がいれば、ぜひご協力をお願いします。

津地域 「やりたい介護」と「利用者の自己決定」を大切に 津地域介護事業所の改革

みんなクイズ

解けなくても考えることで脳が活性化します。少し難しいかもしれませんが、チャレンジしてみてください。

二字熟語パズル

□には同じ漢字が入ります。リストから1つ漢字を選んで、4つの二字熟語を完成させてください。

2月号の答え 15+41+44=100

応募方法① ハガキに、①答え ②住所 ③氏名 ④電話番号 ⑤「みんなのえがお」へのご意見・ご感想をお書き添えのうえご応募ください。抽選で5名の方に500円の図書カードを差し上げます。

締切日 ハガキ・QRともに2025年3月20日(当日消印有効) ※当選の発表は発送をもって代えさせていただきます。

問題 リスト 仕雑 案 笛 音事草言 答え

◇お詫びと訂正◇ 「みんなクイズ1月号」の回答に誤りがございました。読者の皆様にご迷惑をおかけしましたことを、深くお詫び申し上げます。(訂正内容) (誤)105+56+39=200 (正)35+62+103=200

●転居および氏名に変更があった場合は、組合員活動部(059-213-8668)までご連絡ください。なお、定款に基づき、毎年定期的に全組合員に対して「みんなのえがお」を郵送し、住所の確認を行っています。住所の確認ができず、3年間連続して郵便物が返送されてきた場合は、みなし脱退の対象となります。

あることを公示します。なお、該当の組合員より住所変更の申し出がなされ、住所の確認がされた場合は脱退処理の対象から除外します。今回対象となる組合員名簿は組合員活動センター(津)、伊賀町診療所(桑名)、いくわ診療

所(四日市)、伊勢民診療所(伊勢)、デイサービスふれあい(尾鷲)で閲覧できます。新しい住所を事業所までお知らせください。 みえ医療福祉生活協同組合

はじめまして!

# 津生協病院 放射線科



私たち放射線科は、診療放射線技師6名が在籍しており、主に放射線を使用した検査機器で画像検査をすることが業務になります。X線を用いる装置は、皆さんも健康診断で検査されているレントゲン装置、バリウム検査で使用するX線TV装置、マンモグラフィー装置、CT装置、骨密度測定装置(DEXA)などを扱います。放射線を使用する機器以外にも、脳ドック検査などにも用いられるMRI装置も駆使し、診断に必要な画像や動画を提供しています。

新津生協病院になって **検査機器** が **パワーアップ** しました!

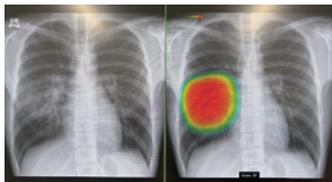


当院は、今年の6月で新病院が開院して2年が経とうとしています。2年もの月日経ってしまいましたが、新病院になり、放射線科の検査機器がどのように変わったのか、ご紹介させていただきます。

## ☑レントゲン検査

**スピーディー** で優しい検査に!

新病院にはレントゲン検査室が3つあります。内1室はレントゲン装置とマンモグラフィー装置が設置されており、女性は健診時に移動がなく、1室で完結するようになりました。また、旧病院のレントゲン装置やマンモグラフィー装置は、放射線を出してから、写真ができるまで1分ほど時間を要しましたが、現在は数秒で写真が完成し、さらに以前よりも綺麗な写真(診断しやすい写真)が作成できるようになりました。その他にも、各検査室の壁面や検査装置には植物や花が描かれていて、検査への不安軽減に繋がる雰囲気、デザインとなっています。胸部レントゲンは「AI」を用いた、「肺の病気を見つけてくれる」ソフトウェアを導入しました。レントゲン写真を解析し、「肺」の病気があるかもしれない「場所」と「確率」を写真上に表示してくれます。当院では、外来と健診で撮影した胸部レントゲン全てにAI解析をおこない、医師の診断をサポートしております。



↑通常画像    ↑AI診断の画像

◀病変が疑われる領域を自動解析し、確信度に応じて0から100までのスコアを色分けして画像上にわかりやすく表示します。\*AI診断は津生協病院のみ対応

## ☑CT検査

**短時間** でより詳しく

旧病院のCT装置は、息止めが必要な部位(肺やおなか)を検査する場合、息を止めていなければならない時間がとても長いことが問題点でした。最低でも10秒~15秒、最大25程度秒間息止めが必要でしたが、短い検査では5秒~7秒、最大でも13秒程度と、約半分となり、1回の検査にかかる時間が短くなり、患者さんへの負担が軽減されました。患者さんへの負担が減ったにもかかわらず、以前よりも被ばくが減り、写真がより鮮明に細かい所まで見やすくなったため、医師の診断のサポートが、以前よりもさらにできているのではないかと日々感じています。

## ☑骨密度検査

わずか **5分でチェック完了!**

骨密度測定装置(DEXA)は旧病院では検査に15分以上の時間を要するため、寝ておこなう検査とはいっても、患者さんへの負担が1つの問題点でした。しかし、新病院では5分程度と1/3程度になり、患者さんの負担が大幅に減少しました。

## ☑MRI検査

**もっと見やすく**、心臓の検査を可能に!

MRI装置も、画質が向上しました。また、MRI装置の大きな課題は、検査時間が長く、患者さんの負担が大きい点ですが、以前よりも少し短くなり、負担軽減もおこなえています。一番の変化は、検査中に動いてしまうと正確に検査ができないMRI装置で、常に動いている「心臓」の検査が可能になったことです。心電図を見ながら、心臓の動きに合わせて検査していくことで、MRI装置での検査が可能となりました。画像検査と聞くと、大きさや形など、「見た目」だけを評価するものと想像されるかもしれませんが、心臓MRI検査では、心臓の筋肉の壁運動や、ポンプ機能など、見た目だけではなく、心臓の「機能」も数値化できるようになりました。



新設した全ての装置において画質が向上し、検査を受ける方だけでなく、働く技師にとっても、検査の負担が軽減しました。これからも、より正確で負担の少ない検査ができるよう努力してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。

## とっておきレシピ

### ●材料(2人分)

小麦粉	60g
チヂミ生地	20g
水	90cc
ニラ	1束
にんじん	1/2本
醤油	大さじ1
みりん	大さじ1
すりごま	小さじ1
ごま油	小さじ1/2
お好みでコチュジャン	少々
又は一味唐辛子	
サラダ油	大さじ1(焼き用)

### 作り方

- 1 みりんを耐熱容器に入れレンジ600wで1分加熱し、アルコールを飛ばす。醤油、すりごま、ごま油を加え、よく混ぜ合わせ、タレを作っておく。
- 2 ニラを5cm程度の長さ切る。にんじんは、ニラに長さを揃えた千切りにする。
- 3 ボウルにチヂミ生地の材料をすべて入れ、よく混ぜ合わせ②。のニラとにんじんを加え、野菜を生地にまぶすように混ぜ合わせる。
- 4 フライパンに油を入れ、よく熱したら、③の生地をフライパンに流し入れる。ヘラで軽く押しながら両面カリッと香ばしく焼く。
- 5 食べやすく切り分け、タレを付けてお召上がりください。

1人分  
282kcal  
塩分1.4g



ニラチヂミ

いか、キムチ、チーズなどを加えてもおいしく作れますよ!



生地が少なく、焦げやすいので、最初は小さめのものを何度かに分けて焼くと作りやすいです。蓋をせずに中火でフライパンを揺すりながら焼くと焦げにくく、カリッとした仕上がりになりますよ!

津生協病院 加藤唯(調理師)