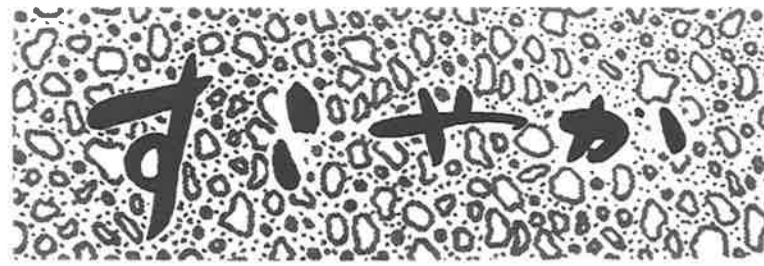




医療福祉生協連

みえ医療福祉生活協同組合



みえ医療福祉生活協同組合
伊勢地域ニュース すこやか編集委員会
伊勢市浦口4丁目2-13
TEL <0596> 24-7141 FAX <0596> 23-4716

伊勢民主診療所 ☎ 0596-24-7156 宮川さくら苑 ショートステイ ☎ 0596-21-1110
 居宅介護支援事業所 ほのぼの ☎ 0596-20-5211 夜間対応型訪問介護 ほっとステーション ☎ 0596-21-1199
 訪問看護ステーション まごのて ☎ 0596-23-2332 認知症対応型デイサービス こもれび ☎ 0596-20-0120
 訪問介護 ちからもち ☎ 0596-20-5211 サービス付高齢者向け住宅 ☎ 0596-21-2525
 宮川さくら苑 デイサービス ☎ 0596-21-1100 宮川さくら苑 そよかぜ ☎ 0596-21-2525

私たちつくし班は、班活動の年間計画を立てて、6月は健康で長生きできるようにと定例健康班会として2005年6月より医療生協の方々にお世話になってきました。当時は高齢化が進むにつれて寝たきりにならない

ために予防として運動や骨密度を強くしようと世論が高まりました。わたしたちの班も医療生協の方に来てもらって、血圧・骨密度・体脂肪測定やその時々々の要望する題目をこころよくうけていただき10年間継続でき

健康班会

戸上 米子



近くなのにあまり行く機会がなかったので拾い物をしたような気分でした。例会は毎回あまり変わ

は笑い声でにぎやかに楽しくすごしました。健康班会は、自分の健康を確認するバロメーターです。来年の健康班会にむけて健康維持挑戦が始まります。

宮山班は26年10月14日に第一回目の班会を開催し、6月で9回になりました。いつもは8〜9名で4名の時もありました。

みんな健康づくり!!

宮沼支部 宮山班 大和 隆道



「認知症カフェ」として脳いきいき体操や認知症予防の日常生活の過ごし方を話し合いました。参加した一人暮らしの人は料理をしても同じおかずで2日も3日も食べなければならず料理はしたくない、出かけたたくても足が痛くて買物が大変などいろいろな苦労話が出ました。また脳いきいき体操では手指体操のできそうでできない反応に会場

り映えないのですが、終わりに歌をみんなで一曲歌うことにしています。初めはあまり乗り気でない人もいたようですが、今では定例になりました。これからも皆で話し合いよりよい会にしていきたいと思います。



7月の診療案内

曜	午前8時半~12時	午後3時~6時半
月	堀内	堀内
火	堀内	訪問診療(堀内)
水	堀内	堀内
木	内山	訪問診療(堀内)
金	内山	内山
土	大山	

☐内は予約優先(急患を除く)
予約は当時の電話でも受け付けます。
土曜午後・日曜・祝日は休診です。
訪問診療・往診をご希望の方はご相談ください。

+ 健診のお知らせ +

伊勢市の特定健康診査、後期高齢者健康診査、伊勢市がん健診が7月1日より始まっています。11月末までの健診予約を受け付けておりますので、健診を受けられる方は診療所受付で予約をおとり下さい。(健診予約受付電話番号 TEL24-7156)

お盆休みのお知らせ

伊勢民主診療所は8月14日、15日がお盆休みとなります。休診中の急病時には、伊勢市休日夜間応急診療所(伊勢市保健センター内、TEL25-8795)をご利用いただくか、救急医療情報センター(TEL28-1199)に電話をかけて診療を行っている医療機関を問い合わせてください。

つぶやき

6月23日、沖縄戦から70年となる「慰霊の日」に「沖縄全戦没者追悼式」が開かれました。翁長雄志知事は「政府においては固定観念に縛られず、普天間基地を辺野古へ移設する作業の中止を決断され、沖縄の基地負担を軽減する政策を再度見直されることを強く求めます」と力を込めました。安倍首相は「沖縄の基地負担軽減に全力を尽くす」とあいさつしましたが、辺野古新基地についてはふれませんでした。沖縄県民の民意、声を無視して基地建設をすすめる。国民の声を無視して憲法違反の「戦争法案」をこり押ししようとする。民主主義を否定する行動はまるで独裁者です。しかしこんな首相、こんな政党を選んだのは国民です。国民に真実を知らせ、国民の力で、今度こそまともな政権を選びたいものです。(は)

平和行進に参加して

戦後70年・被爆70年の今年も原水爆禁止を訴える平和大行進「伊勢↓松阪」に医療生協として参加しました。前日までの下り坂の天気はどこへやら上天気すぎるほどの日でした。何年も連続して参加してくれる職員さん、今年初めて参加してくれた職員さんの顔もあり、忙しい業務の間をぬって共に平和を訴える仲間がいることを嬉しく思いました。ゴール地点の松阪までは3人の職員が歩きました。

以下、初参加の職員さん方の感想文です。

○初めて平和行進に参加させて頂きました。暑



○今回、初めて平和行進に参加させてもらい、戦争について考えるきっかけになった。今まで過ぎてきた日常は昔の戦争をしてきた人々が築いてくれたものであり、私達はこの日常を当たり前前に思っていた。この平和な日常を私達は守っていき、次世代へつないでいくためにはもっと一人一人が政治

のこともへ関心をむけ、関わっていかねばならないと感じた。伊勢民主診療所 橋本尚子

○平和行進に初めて参加させていただきました。みなさんの熱い気持ちを感じました。暑い中歩き、私は途中まででしたが次へのバトンを繋げることが出来たと思います。たくさんの方と関わることも出来てよかったです。河北千晴

植田みて ふと思ひ出す 農作業
新緑や 車椅子押す 翁かな
あじさいや わが家の庭の 生きくと
更衣 志摩の女の 颯爽と
朝市に 宿下駄はいて 能登の夏

川柳
青田みて 思い出多し 農作業
三世代 笑顔をみせて 平和な世
いっだって 気持ちは若し 相聞歌
戦事中 航空機で いじめられ
話し合う 笑顔ですごす 世の平和
いつの世も 平和を守る 余生の身

◎日本母親大会
日時：8月1日(土)12時15分～2日(日)15時まで
場所：神戸

◎原水爆禁止世界大会(被爆70年)
日時：8月4日(火)～6日(木)まで
場所：広島

参加者募集中!

*お詫び：先月号で原水爆禁止世界大会参加日程を7日～9日長崎としましたが上記のように広島に参加となりました。訂正してお詫び申し上げます。

こもればサロンのご案内

- 7月26日(日) 午前10時30分～午後1時 こもればにて
- 内容：①エゴマ油を使った認知症予防食(昼食会)
※先着15名です ※昼食代500円
②夏の雑貨作り(小物作り)
③セラバンド体操
- ◆7月17日までに予約をお願いします。(☎20-0120)

6月地域委員会報告

- ①専門委員会からの報告
- ◆健康づくり委員会◆ 6/17ばら班が医療福祉生協の情報誌「comcom」の取材を受け、班会でのコグニサイズの取り組みが「comcom」9月号に掲載されること、健康チャレンジが伊勢市からの後援を受けることができ、伊勢市広報でも案内されることなどが報告されました。また、9月6～7日に鳥羽で開催される「東海北陸地域共同組織活動交流集会」への参加呼びかけがありました。
 - ◆社保平和委員会◆ 6/10の原水爆禁止国民平和大行進には理事・職員で8名の参加があったこと、7月に地域包括ケアについて伊勢市と懇談を行う予定であることなどが報告されました。
 - ◆利用委員会◆ 5/21に開催した学習会「エンディングノートの活用について」が好評で出張講座の依頼も受けていること、介護保険の周知に向けてパンフレットの作成を検討していることなどが報告されました。
- ②事業所報告として、6月20日より診療所で土曜日の診療を開始したこと、5月は訪問看護やショートステイで利用者数が減少したこと、また、サービス付き高齢者向け住宅「そよかぜ」の事業開始から2015年3月までの収支状況などが報告されました。
- ③各支部長から支部役員交代や支部総会での講演会などの様子が報告され、情報交換しました。
- ④平島地域委員より「つながりマップサポーター養成講座」、山中理事より「健康づくりチャレンジミーティング」の出張報告がありました。
- ⑤事務長より健診班会の開催の呼びかけがありました。

今後の予定

中島支部	◆7月2日(木) 13:30～ 支部運営委員会
	◆7月14日(火) 14:00～ 夕鶴カフェ
	◆7月29日(水) 10:00～ 支部行事 ヘルシー料理教室
早修支部	◆7月6日(月) 14:00～ 支部運営委員会
	◆7月7日(火) 10:00～ あおぞら・なかよし班会 ストレッチ、セラバンド体操、尿中塩分測定
	◆7月7日(火) 14:00～ -ときわ班会 ストレッチ、セラバンド体操、尿中塩分測定
	◆7月15日(水) 14:00～ しあわせ・旭ヶ丘班会 ストレッチ、セラバンド体操、尿中塩分測定
小俣支部	◆7月27日(月) 10:00～ 支部行事 手づくり食会
	◆7月8日(水) 14:00～ 支部運営委員会
	◆7月16日(木) 13:30～ 北本町班会 ストレッチ、セラバンド体操
	◆7月17日(金) 13:00～ 明野班会 ストレッチ、セラバンド体操

城田支部	◆7月6日(月) 14:00～ 支部運営委員会
	◆7月16日(木) 14:00～ 支部行事 ポテトチップづくり
	◆7月21日(火) 14:00～ 中須班会 ストレッチ、セラバンド体操、「脳いきいきトレ」
宮沼支部	◆7月23日(木) 14:00～ 川端班会 ストレッチ、セラバンド体操、「脳いきいきトレ」
	◆7月10日(金) 14:00～ 沼木班会 熱中症予防について、ストレッチ、セラバンド体操
	◆7月21日(火) 14:00～ 宮山班会 ストレッチ、セラバンド体操
	◆7月24日(金) 14:00～ 円座班会 ストレッチ、セラバンド体操
支部外	◆7月28日(火) 14:00～ 大倉うぐいす台班会 ストレッチ、セラバンド体操
	◆7月9日(木) 14:00～ つくし班会 「脳いきいきトレ」
	◆7月14日(火) 14:00～ ポップコーン班会 「脳いきいきトレ」
	◆7月21日(火) 10:30～ のぎく班会 「脳いきいきトレ」