

無料法律相談会のお知らせ

弁護士による無料の法律相談会を定期的に実施しています。ご相談は事前予約制です。医療福祉問題に限らず、ご相談が可能です。ぜひ多くの方にこの機会をご利用いただければと思います。ご相談お待ちしております。

日程	時間	担当者
11月13日(金)	13時~	深谷駅前法律事務所
12月11日(金)	13時~	けやき総合法律事務所

※相談終了時間は相談希望者の人数等によって異なります。



- ◆会場…熊谷生協病院
- ◆予約…熊谷生協病院 医療福祉相談室
- ◆電話…048-524-3841 (松本・山口・松島)

簡単朝食のレシピ キャベツと豚肉のごま和え

【材料】(2人分)
 キャベツ……………2~3枚 しゃぶしゃぶのタレ(ごま) …… 大さじ1
 豚肉……………120g すりごま…………… 少々

【作り方】

- ① キャベツを食べやすい大きさに切る。
 - ② お湯の沸いた鍋にキャベツを加えて再び沸騰したら豚肉を加えて火が通るまで加熱する。
 - ③ 加熱後、冷水にさらして水気を切りタレとすりごまをかけて出来上がり。
- ※ タレは、ポン酢など色々変えても良い。



《朝食の必要性》

起床時には、体内のエネルギーが飢餓状態にあります。朝食を抜いてエネルギーを補わないと、集中力・記憶力などに影響が出るばかりでなく筋肉が減っていったりと悪影響を及ぼします。朝食を摂る事で、身体を目覚めさせ脳を活性化させます。又、寝起きで下がっている体温を高める事で生活リズムを整えて免疫アップの効果もあります。暑さなどで乱れがちな自律神経にも朝食を摂る事は有効だと言われています。朝食を摂っていない方や簡単に済ませがちな方に、栄養のある物をおすすめし今回のレシピを提案させて頂きました。(食養科：新井)

2020年、笑顔ではじまる健康づくり……………

ほほえみ 第332号 11月号

<http://www.kumagaya-hospital.coop/>

病院理念 県北地域に安心と協力の創造を いついかなる時も利用者の権利を尊重し、そのニーズにふさわしいサービスを、保健・医療・福祉の事業を通して、誠実に提供します。

コロナ禍でこそ社会保障の充実を!

新型コロナウイルス感染症の陽性患者数が毎日報道され続けていますが、一方で「Go To トラベル」や「Go To イート」等、大ダメージを被った旅行業・飲食業等への経済支援も始まり、更なる感染拡大も懸念されています。経済回復と感染拡大防止を両立しながらコロナ禍を乗り越える難しさを皆様も感じていると思います。そのような中で「持続化給付金」や「特別定額給付金」等、様々な経済支援策も創設されました。一定の評価はできるものの、申請手続きの煩雑さや何が利用できるのかが分からないといった声も多数きかれました。一過性の制度も多く、継続した救済制度がまだまだ必要だと感じています。

そのような中で私たちの元に寄せられた「医療費の支払いに困っている」という相談も多数ありましたので一部紹介します。

患者さんは糖尿病の治療を中断してしまい病状が悪化してしまいました。コロナ禍の影響により自営の仕事も休業せざるを得ず、収入も著しく激減し病院での医療費と薬代に困っていました。「持続化給付金」や「緊急小口資金」(生活費の貸付制度)等を利用しましたが、会社の維持と食べていくだけの生活費でやっとの状況でした。病状がこれ以上悪化しないようすぐに治療再開が必要でした。

国民健康保険に加入していた為、国民健康保険法44条の「一部自己負担(3割負担部分)の減免」が活用できないか熊谷市役所の担当者と相談しました。一定の要件(生活保護基準の1.15倍の収入以下であることを満たせば可能だという事が分かり、さっそく患者さんと確認しながら市役所に行き申請する事ができました。その後、市役所より「一部自己負担免除の証明書」が発行され、医療費の心配なく当院に受診する



事ができるようになったのです。ただし、利用できる期間は3~4ヶ月程度なので、その後の生活状況を確認しながら継続して治療が続けられるように支援をしていかなければなりません。

コロナ禍の影響により多くの方が経済困窮に陥り失業者が6万人を超えるなど、今後も厳しい情勢は続くと思われます。その為に病院にかかるのを我慢して病状が悪化してしまう事がないように、私たち相談員(社会福祉士)も皆様の「困った!」に相談にのります。

政府は「全世代型社会保障」として医療・介護・年金・労働の各分野で自己負担増(自己責任)の施策を狙っています。こうした動きにも注視しながら、地域で困っている方がいれば是非「地域総合サポートセンター」(正面玄関横)にお寄せ下さい。また、コロナ禍だからこそ「国保44条」のような制度活用が広がるように、医療生協の組織として自治体に働きかけていきたいと思っています。

(地域連携・医療福祉相談室 社会福祉士：松本 浩一)

11月 外来診療のご案内 電話(総合案内) 048-524-3841

当院は予約優先となっております。予約なしの受診を希望される方は、来院前にご連絡下さるようお願い申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い診療体制が変更になっております。受診を希望される方は、来院前にご連絡を下さるようお願い申し上げます。

訪問診療は随時行っております。詳しくは病院までお問い合わせください。

●休診日/日曜日・祝祭日・土曜日午後

内科 休診案内
 11/ 9(月)…宮岡医師 休診
 11/20(金)…古市医師 休診
 11/20(金)…午後の内科休診

	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科	午前(8:15~11:30)	宮岡 須田	田中 鷲塚 笠巻	鷲塚 遠井 診療時間 10:00まで	宮岡 鷲塚 岡本 本田	田中 古市 担当医	大塚 担当医 新井 てんかん外来 (第1・3)
	午後(13:30~16:00)	鷲塚 頭痛・めまい 外来 須田	笠巻	※専門外来のみ 鷲塚 もの忘れ・小刻み歩行外来	岡本 本田	大澤	
小児科	午前(8:15~11:30) 第2・4金曜日は 受付11:00まで	小堀	新井	遠井 受け付け時間 10:00~11:30	小堀	小堀	小堀 (第1・3・5) 早川 (第2・4)
	午後(13:30~16:00)	休診 予防注射 (14:00~15:00) 乳児健診 (第4)	休診	休診 アレルギー 外来 (第4)	休診	休診	1歳6ヶ月 健診 (予約制)
胃カメラ	午前		西巻	山下	渡辺	大澤	

	月	火	水	木	金	土
介護相談	月~土いつでもご相談をお受けします 生協ケアセンター 048-524-0030					
デイケア	○	○	○	○	○	○

無料送迎をご利用ください。受付に時刻表がございますので、ご利用ください。

※担当医師は都合により変更することがあります。ご了承下さい。 ※岡本、早川は女性医師です。

フードパントリー開催 食をとおして「困った」に寄り添う

フードパントリー・・・食品無料配布のことです。

コロナ禍の影響で多世代ふれあい食堂の開催を中断する中、埼玉県子ども食堂ネットワークを通して提供していただいた多くの食材を活用するためにフードパントリーを5月、7月、9月に計4回開催してきました。

この取り組みは、多世代ふれあい食堂HAPPYくまここ実行委員会、熊谷生協病院、熊谷生協ケアセンターが一緒に行いました。

5月から7月の取り組みでは、近隣自治会、小学校へチラシを配布し、100名を超える方が食材を受け取りに見えました。

9月は、ハローワーク熊谷の了承を得て、正面玄関前で案内チラシを配布し、お申し込みいただいた14名の方へ食材をお渡しすることができました。

「学校給食がなかったの、食費がかさんで大変でした」「コロナの影響で就職先が断られました。切り詰めて生活をしているところ、この取り組みを知り、本当に命拾いしました」など多くの方々からコロナ禍の影響で生活が苦しいという声が聞かれました。

またこの取り組みを聞いた、企業、農家、医療生協組合員からお野菜、おもちなどの食材の提供を頂きました。本当にありがとうございます。

コロナ禍で普段の生活が変わり、「困った」の声が表面化しだしていることがわかりました。困ったの声に寄り添えることは限られています。しかし、利用した方々から私たちの取り組みが生活をつなぐ機会になったことをみんなで感じました。これからもボランティア、組合員、地域のみなさんと共に職員も専門性を生かして連携していきたいと思えます。

※詳細は「けんこうと平和12月号」に掲載されます。合わせてお読みください。

(地域総合サポートセンター 組合員サポート課：曾田)



「10の基本ケア」からの事例紹介

10の基本ケアとは・・・利用者様の尊厳を護るため、基本となる介護の考え方と支援の方法を、1～10まで順番に整理したものです。

通所リハビリテーションくまここでは、生活リハビリによって日常を取り戻すだけでなく、生活の中で夢中になれることを引き出し、利用者様が社会に役立っていると思えるような場面を作れるようお手伝いさせてもらっています。その中で、園芸療法をしている方の事例をご紹介します。

くまここの中庭で野菜やお花を作っているのですが、詳しい職員がいなかったため、若い頃にご自宅でお花や野菜などを作っていたという利用者様にご指導をお願いしました。植え付けや肥料など様々なことを教えて下さり、職員の知識もだいぶ増えました。また他の利用者様とも会話が弾んでおり、信頼関係が築けてきたと感じています。他のご利用者様も、「毎回収穫するのが楽しみ」と、よい相乗効果ができています。園芸療法に興味のある方は、「通所リハビリテーションくまここ」までお問合せ下さい。

(通所リハビリテーションくまここ：坂本 由美子)



オクラのお花です

花・苗の販売をします

園芸ボランティア・フラワー班

日時 11月22日(日) 10:00～13:00
場所 デイケアくまここ西側出入口付近 (小雨実施予定)

昨年もお好評をいただきました花・苗の販売を今年も行います。今年は寄せ植え教室などのワークショップ・カフェは見合わせ、花苗や寄せ植えの販売のみ行います。

お散歩がてら寄ってみませんか？お待ちしております！

<連絡先> 048-523-8705 森川(折り返しの連絡になります)



組合員活動ニュース

問合せ：組合員サポート課 曾田(そた)、平嶋

11月の組合員活動について

新型コロナウイルス感染防止の状況により、計画している組合員活動が延期・中止になる場合がございます。ご理解いただきますようお願いいたします。 お問い合わせ▶組合員サポート課 曾田(そた)平嶋または最寄りの支部運営委員さんまで

組合員行事のお知らせ

中条南河原支部主催 けんこうひろば「フレイル」

- 日時：11月17日(火) 13時30分～15時終了予定
- 会場：中条公民館(中条農村センター)1階ホール(熊谷市上中条812)
- 内容：キャップバック体操します。

※コロナウイルス感染防止のため、マスク着用し、手指消毒にご協力ください。



「そうだ、ボランティアしよう」～地域デビューしませんか?～

「子どもと遊ぶのが好き!」「いろいろな人と出会いたい!」「自分の経験を地域で生かしたい!」「組合員として何かやってみよう!」とお考えのみなさん。みなさんのちょっとしたことで地域デビューしてみませんか。

募集しているボランティア

- くらしサポーター(※有償ボランティア)
- 多世代子ども食堂(食事づくり、盛り付け、片付け、レクリエーションなど)
- 「けんこうと平和」などの配布ボランティア(見守りボランティア)

お問い合わせ：曾田(そた)070-2154-7357 平嶋070-2154-7358

フードドライブ実施中 ～食材提供にご協力ください～

<提供して頂きたい食品内容(常温保存可能な食品)>

- 缶詰(肉、野菜、野菜、くだものなど) ●インスタント・レトルト食品 ●パスタなどの乾物
- 醤油、砂糖などの調味料 ●コーヒー・紅茶・お茶などの嗜好品 ●お米

<提供時の注意事項>

- 未開封で包装、外装が破損していない ○賞味期限が明記されている、また賞味期限が2か月以上先のもの ○生鮮食品以外のもの ○アルコール ○自家製品 ○冷凍品・冷蔵品 ○開封済み
- ※お持ちいただいた食品の状態によってはお受け取りできない場合がございます。ご了承ください。



(地域総合サポートセンター 組合員サポート課：曾田)

熊谷生協ケアセンターだより

介護のご相談窓口 電話 048-524-0030

「納涼祭、敬老会を開催しました」

小規模多機能型居宅介護くまここでは8月に納涼祭、9月に敬老会を行いました。

納涼祭では少しでも屋台の雰囲気を感じていただけるよう、焼きそばとみそポテトを食べていただきました。午後はスイカ割り模したボール叩き行いましたが、「難しい、出来ない」等の声が上がったので職員が叩く役になり、利用者様には声を出しながら誘導する方に代わっていただき楽しく行うことができました。最後にみんなで作成したお神輿を担ぎ、お神輿の前で記念撮影しました。

敬老会では、写真付きの感謝状をお渡ししました。おやつには手作りのタコ無しのたこ焼きと綿あめを食べました。コロナ禍ではありますが、少しでも利用者様が楽しめる場を提供出来る様工夫しながら行って行きたいと思えます。

(小規模多機能型居宅介護くまここ 管理者：乙川 敏之)



●熊谷生協ケアセンター【ケアプラン作成・訪問ヘルパー・訪問看護・訪問リハビリこころハ・小規模多機能くまここ】
〒360-0012 熊谷市上之3851-1(介護複合施設くまここ内) TEL:048-524-0030 FAX:048-524-9667