

ドクターTのひとりごと その73

市民サービスの心得

市職員の仕事は「行政サービス」の提供であるが、仕事の内容からライバルとなる企業がなく、受け身の仕事（市民からの要望や申請）が多く、競争心が働かないことから、職員は常に自らが「サービス向上」を心掛けなければならない。

これまでから「窓口サービス」を向上するために、案内表示の充実、市民利用の多い窓口を1階に集約、可能な限りワンストップで手続きができる窓口配置、受け付け機能を強化する「総合案内所（2人体制）」の設置などの改善を行ってきた。また、市民目線で、各種申請手続きの簡素化、分かりやすい記入例の作成、担当者不在でも統一した対応や正確な事務ができる「業務マニュアル」の整備も行った。さらに、来庁者への積極的な「声かけ」手続きの時間を快適に過ごせるプライバシーを確保した「窓口環境」の創出「窓口サービス能力向上研修」の継続実施など、職員の接遇力アップにも取り組んできた。

いずれにしても、自分の仕事（事業）の対象者は誰なのか、その対象者から評価されるにはどうしたら良いか、さらに、どの事業にも、対象者（恩恵を受ける人）ではないが、その事業を陰で支える市民（納税者）がいることにも配慮して、職員は仕事をしなければならない。

もっともアツい中国情報 国際交流員 朴 蓮姫

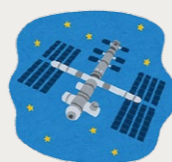
独身の日に小型宇宙ステーションを活用

中国で11月11日は1が続くことから「独身の日」といわれています。この日は「独身の日セール」というネット通販が行われ、1年で最も盛り上がるイベントです。中国のネット通販最大手・アリババの今年の「独身の日」の売上は2,135億人民元（約3兆5千億円）でした。最近、この独身の日は海外ネット通販でも人気が出てきています。

アリババは「独身の日セール」に合わせてイベントを開催するなど、いつも斬新なアイデアで注目を集めています。今年10月には小型宇宙ステーション「糖果罐号」と通信衛星「天猫国際号」を打ち上げ「独身の日セール」イベントで、ユーザーの祝福メッセージの音声を衛星を通して受取人に届けられると紹介しました。

今回がアリババの宇宙事業拡大の重要な第一歩であり、今後はさまざまな用途での応用が期待されています。

《みなと振興・国際交流課》



くらしの豆知識 始めよう エシカル消費!

買い物で地域を応援

地元や困っている地域を応援したいけど、直接何かをするのは難しい。そんな人へおすすめの「地域の応援方法」を4つ紹介します。

◆地産地消をする

地元で生産されたものを、地元で消費する「地産地消」は、買う人には新鮮なものが手に入り、自分の住む地域のつくり手にお金が還元される双方にうれしい消費スタイルです。

◆地元で買う

身近なお店や地域の商店街で買い物をすることが、地域の活性化につながります。

◆困っている地域の商品を買う

自然災害に遭った地域や風評被害で困っている地域の産品を積極的に購入することで、被災地に直接行かなくても、間接的にその地域を応援していることになります。

◆伝統工芸品を手にとってみる

伝統工芸品には素晴らしい技術が詰まっており、一生ものになるものも少なくありません。また多くの伝統工芸品は、木材など自然の材料を用いる「エコ」な製品です。

《舞鶴市消費生活センター（市民課内）》

※エシカル消費…「地域の活性化や雇用なども含む人や社会、環境に配慮した消費行動」のこと

図書館だより 今月のおすすめ本

スティーブ・ジョブズ 世界を興奮させる組織のつくり方
桑原晃弥

ジョブズ亡きあとも成長を続けるアップル社。そのゆえんは彼が生前「魂を持ち合わせた100億人企業にしたい」と語り、情熱を注いだ「すぐれた組織づくり」にあると著者はいいます。先見性やプレゼン力について語られることの多いスティーブ・ジョブズの組織論に迫ります。 (西)

ハマる縄文!?
山岡信貴（編著）

縄文土器や土偶というと、どのようなものをイメージしますか？ この本では、全国を巡った著者が各地のユニークな出土品を紹介しています。何か言いたげな土偶や角度によって違う表情を見せる土器。縄文の魅力が詰まった写真集です。 (東)

▶詳しくは、東図書館 ☎62・0190、西図書館 ☎75・5406 へ。



高齢者と薬

あなたの笑顔のために 舞鶴市民病院

高齢者は、疾患に応じた薬による治療の優先順位が、若い人とは異なり、今までの薬が必ずしも最善の選択とはならない場合があります。それは、加齢に伴い体に変化するからです。例えば、胃液の分泌が低下し、酸性度が低くなるほか胃腸の動きも低下し、吸収されにくくなる薬があります。また、肝臓は加齢とともに容積が小さくなり、流れる血液量の減少や酵素の働き低下で、薬を分解する能力が低下します。腎臓も細胞数が少なくなり、血流量も減少するため、薬を体外へ排出する能力が低下します。

他にも、加齢と共に皮膚のつやや弾力は失われていきます。これは体内の水分量が減少するためです。逆に、脂肪の割合が増えていくことで、体内の水分バランスが変化し、水溶性の薬は血液中の濃度が高くなりやすく、脂溶性の薬は、体の中に蓄積されやすくなります。

高齢になると複数の病気があり、たくさんの薬を飲むことも多く、それらの薬が互いに影響し合い、効き目が変化したり、思わぬ症状を引き起こす場合があるため注意が必要です。

特に「ふらつき」「転倒」「記憶力・注意力の低下」などが起こりやすくなります。また、ちょっとした転倒が骨折などの大けがにつながる点もあるため、1人ひとりの体調や状態にあわせて薬の効きすぎや副作用に注意が必要です。

市民病院では、急性期の治療を終え自宅へ帰るまでの人や終末期を迎え、自宅での介護が困難な80～90代の高齢の患者さんがほとんどです。そのため、入院時には薬剤師が現在服用している薬を確認し、作用や副作用、組み合わせなどを調べます。その上で安全性という視点から医師と共に検討することが薬剤師の大切な役割となっています。

このように薬剤師だけでなく、院内感染対策、栄養管理、褥瘡(びくそう)管理、認知症ケアなどのチーム、院内デスタッフ、オムツフィッターなどさまざまな部門ごとに専門知識を有する医療スタッフが連携し、互いの専門性を生かして患者さんやそのご家族ともコミュニケーションをとりながら、より安全で安心な医療を目指しています。

《舞鶴市民病院》

簡単レシピで手軽にヘルシー まいづるレシピ帖 年越しおろしそば Vol.30

舞鶴の食材…ソバ（下東ほか）、カマボコ



年末といえば欠かせないのが「年越しそば」。日本で江戸時代ごろから見られた風習です。ついつい暴飲暴食になりがちな年末年始。今年の最後は素朴な味付けと体を温めるショウガを使った体に優しいおそばをつくってみませんか？

【協力】谷口久美子（食生活指導士）

材料 [4人分] 1人分 287kcal 塩分3.3g

- ◆ソバ(乾燥) …230g
- ◆ダイコン…400g
- ◆天かす…80g
- ◆青ネギ…1/2本
- ◆おろしショウガ…大さじ1
- ◆カマボコ…100g
- ◆削り節…25g
- ◆水…400ml
- ◆みりん…100ml
- ◆濃口醤油…大さじ2
- ◆薄口醤油…大さじ2
- ◆砂糖…大さじ1

作り方

- ①ダイコンは皮をむき、すりおろす。青ネギは小口切りにする。
- ②小鍋に①を入れ、ふたをせず中火にかけ、煮立ったら2分ほどで火を止める。布巾か紙タオルなどを敷いたザルで削り節をこし取り、温めておく。
- ③2.5%の湯を沸かし、そばを入れほくしながら強火で5分ほど茹で、素早く水でもみ洗いし、再度熱湯をくぐらせ、湯を切って器に盛り、②のつゆをかける。
- ④③に軽く汁気を切ったダイコンおろし、天かす、青ネギを乗せたら一番上におろしショウガを置き、カマボコを添える

一言メモ

安寿姫の伝説が残る加佐地区の下東ではソバが栽培されており「安寿そば」の名前で地域の特産品として販路拡大に取り組んでいます。このほか、酒米や万願寺甘とうなどを栽培しています。