

発行日

2017. 2. 1

第263号

札幌白石健康友の会

友の会 ニュース

発行所

札幌白石健康友の会

札幌市白石区菊水4条1丁目

電話 820-1263

発行責任者 長谷 武雄

会員数 (1/16) 21,380名

第2土曜日、眼科外来の休診と 病院休診のお知らせ

勤医協札幌病院の眼科外来は、2017年3月から第2土曜日が休診となります。

これにより、札幌病院では第2と第4土曜日は全ての科が完全休診となります。

第1・3・5土曜日はこれまでどおり午前診療を行います。

みなさまにはご不便をおかけしますが、よろしくお願い致します。

第1土曜	第2土曜	第3土曜	第4土曜	第5土曜
診療	休診	診療	休診	診療



勤医協札幌病院
院長 尾形 和泰

友の会では「安心して住み続けられるまちづくり」の取り組みの一つとして『一年に一回の健診』をお勧めしています。

最近では「病気の早期発見と早期治療」が一般的になり、健康診断がさらに重要であると言われていきます。二月と三月は健康診断の予約が混み合います。まだ健康診断を終えていない方は、早めの予約で早めの実施することをお勧めします。下表にある各種がん検診も行っていますので、特定健康診査と併せて実施することをお勧めいたします。

また、土曜と日曜健診は三回予定しています。下表左は友の会員を対象とした健診日のため、平日よりはスムーズに健診を受けることができます。平日に受けることができない方や日程に都合のつく方にお勧めします。

今年度、健康診断を受けられていない皆さんへ
三月末までに
健康診断を受けましょう！

2月の『医療講演会』

予約は不要です。どなたでも参加できます。お友達とお誘いのうえお越し下さい。

日時 2月23日(木)
14:00~15:00

テーマ「健康寿命と歯科の
深〜い関係」

講師 荻原 真理子 歯科医師
(勤医協札幌歯科診療所)

会場 菊水ビル4階会議室
(札幌病院の裏)

参加費 無料



白石健康友の会では、新しい会員を増やすために毎年目標を持って取り組んでいます。

地域のみなさんの健康を守る取り組みとして、友の会の方が勤医協の病院や診療所で健康診断を行うと自己負担の一部を『助成金』としてお返ししています。

今年度も新会員150名を目標に取り組んでいます。一月十六日現在の新会員は89名で61名が不足しています。

地域のみなさんが健康診断を受け、いつまでも健康でいられることを目指して友の会員をご紹介ください。

ご家族やお知り合いの方を
ご紹介ください
友の会会員を増やして
地域の健康を守ろう！

土曜・日曜健診のご案内

①2月18日(土)

②3月5日(日)

③3月18日(土)



※いずれも予約制で予約は電話でも出来ます。お気軽に下記へお問い合わせください。

※現在友の会員でない方も、電話予約する際に当日入会する旨を伝えていただければ大丈夫です。周りの方やお友達への声かけもお願いいたします。

ご予約・お問い合わせ/健診コーナー 820-1254

札幌病院では、特定健診以外にも各種「がん検診」が受けられます。特定健診と合わせて受けられることをお勧めいたします。

【札幌市内の方】

- ・子宮がん検診(20歳以上の偶数年齢)70歳以上無料
- ・乳がん検診(40歳以上の偶数年齢)70歳以上無料
- ・胃がん検診(40~69歳)
- ・大腸がん検診(40歳以上)70歳以上無料

【札幌市民以外でも可】

- ・前立腺がん検診
- ・骨密度検診

【友の会40歳未満健診】540円(税込み)

- ※特定健診の対象とならない40歳未満の会員が対象
- ※健康保険本人の方は対象になりません

介護保険制度が変わります

国は介護保険給付費を削減するため、要支援者の訪問介護と通所介護の制度が4月から変わります。

札幌市は現在と同じ程度での制度運用と説明していますが、利用者さんにとっては自己負担額の増加や利用回数を減らすことに繋がる可能性があります。また、各事業所へ支払われる報酬が削減されるため、現在ある事業所でサービスを継続できないところが出てくる可能性があります。

介護職員をご紹介ください

全国的には介護職員の不足が続いています。勤医協の在宅事業所でも介護職員が不足しており、今後は人手不足による事業の縮小が余儀なくされます。そのため、皆さんのお知り合いに介護職員がいらっしゃいましたら、ぜひご紹介をお願い致します。

<連絡先>

札幌南勤労者医療福祉協会（本部） ☎811-8002

勤医協北白石在宅総合センター ☎879-1273

センター長 田中 裕司

友の会からのお願い

いつもご協力いただきありがとうございます。ご家庭で不要になったバスタオル、シーツ、Tシャツや綿の服など（100%でなくても良いです）の寄付をお願い致します。

そのままでも構いませんが、できれば 20×20 cm位の大きさに切っていただくと助かります。

（お手数ですが、洗濯済みのものをお願いいたします）

また、レジ袋も集めています。

総合案内、総務課、友の会事務局でお受けしていますので、ご協力をお願い致します。

おねがい

住所等の変更がありましたら、下記へご連絡下さい。そのままにしていると、「友の会新聞」「友の会ニュース」をお届けできなくなります。 よろしくお願いいたします。

札幌白石健康友の会事務局 820-1263



勤医協札幌歯科 診療のご案内

○受付時間

時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~11:40	●	●	●	●	●
午後	13:30~16:10	●	●	●	●	●
夜間診療	17:15~20:00	●	●	●	—	—

*休診日は日・祝祭日

*予約制ですが急患は随時受け付けております。初めての方も、まずはお電話下さい。

○訪問診療

*寝たきりなどで通院が困難な方はご相談ください。

時間	月	火	水	木	金
午前	●	●		●	●
午後	●	●	●	●	●

※月曜午前の訪問診療は2017年4月から開始です

○歯の矯正やインプラントなども実施しています。

○歯科技工士がおりますので、入れ歯の修理などは迅速な対応が可能です。

○必要により病院との連携も行っています。

○小児から高齢者まで、家族そろってかかれる診療所です。

友の会員の方へ

インプラントや歯の矯正などの自費診療には割引制度があります。歯の健診と共にご利用下さい。詳しくは歯科診療所にご相談・ご確認下さい。

勤医協札幌歯科診療所 ☎011-823-2596

インフルエンザにご注意ください！

札幌市内でインフルエンザが流行しています。学校の3学期が始まりましたので、流行が拡大する恐れがあります。ご家族みんなで注意しましょう。また、ノロウイルスにもご注意ください。

マスクをしよう



<インフルエンザの予防>

○外から帰ったら手洗いとうがい

○人ごみを避けてマスクをする

○部屋の加湿と換気

○バランスのとれた食事と睡眠 など

MIN-IREN 1ヶ月 380円
「いつでも元気」2月号 郵送料 80円

～あなたと民医連をつなぐ月刊誌～

特集 神社はどうなっている？

*氏子離れで衰退、忍び寄る国家神道の影

けんこう教室 睡眠時無呼吸症候群

命に関わる合併症も

食と健康 生活習慣予防の食事

他にも、興味ある特集がもりだくさん

写真も多く、大変わかりやすい内容です

お問合わせ・お申込み 820-1263

※ふまねっと教室の申込みは
友の会事務局へ
菊水ふまねっと教室
二月二十八日(火) 午後一時三〇分～
菊水ビル四階大会議室
東札幌ふまねっと教室
二月二十日(月) 午後二時～
東札幌会館一階会議室
東札幌UR団地ふまねっと教室
二月二十五日(土) 午後一時三〇分～
東札幌UR団地集会所

高年齢者のお食事会
*2月は休みです
菊水ビル四階(小)

手編みサークル
二月 七日(火) 午前十時〇〇分～
二月 二十一日(火) 午前十時〇〇分～

絵手紙サークル
二月 一日(水) 午前十時〇〇分～
二月 八日(水) 午前十時〇〇分～
菊水ビル四階(中) 会費 月二〇〇円

カラオケサークル
二月 十日(金) 午後五時三〇分～
菊水連絡所 五〇〇円

菊水上町カラオケを楽しむ会
二月 四日(土) 午後一時〇〇分～
菊水上町会館 五〇〇円

サークル活動