

発行日

2017. 7. 1

第268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 (6/16) 21,013名

山菜も海鮮も持ってきました

山菜とりに二十二名が参加

5月21日(日) 地域友の会員20名職員2名が参加して山菜とりに行ってきました。

午前8時30分に札幌病院に集合し浜益に出発。初めて山菜とりに参加した会員も5名いました。途中雨に降られる天気でしたが、山道を気持ちよく歩き、フキやワラビなどの収穫がありました。ベテラン(?)の方に色々説明を受け、料理の方法なども聞きながらさくさく山菜をとる人や、街ではめずらしい草花に写真を撮る人などで自由に楽しみました。採った山菜を持って浜益温泉へ。昼食後に温泉にゆっくり入ったり、採ってきた山菜のお話しをしながらくつろいでいました。帰りは休憩を兼ねて海鮮市場で魚介類を買い、無事札幌病院へ帰ってきました。



(山菜とりの後、全員ではい、ポーズ)

7月の「医療講演会」

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 7月27日(木) 14:00~15:00

テーマ「めまい」について

講師 白取 謙一 医師 (札幌病院 耳鼻科医長)

会場 菊水ビル4階大会議室 (札幌病院の裏)

参加費 無料



街路樹と花壇に花を植えました!

見た目が少し良くなりました

5月のとある日、一人の友の会員さんから事務所に電話がかかってきました。内容は「病院まわりの街路樹の下や花壇が雑草で見栄えが悪い。雑草を抜いて花を植えたら病院のイメージも良くなる。自分がやってもいいですか?」との話でした。さっそく白石区の土木課に相談し、病院職員と協力して花を植えることを計画しました。

6月2日(金)の午後、友の会員13名と職員4名が参加して作業開始。友の会員や町内会、職員から寄贈された花の苗90本や種を札幌歯科の前から菊水ひまわりデイサービスの前まで植えました。抜いた雑草は大きなごみ袋で14袋もありました。まだ整備できていない花壇があります。随時整備していきます。ご協力頂いた皆さん、ありがとうございました。

第41回菊水納涼盆踊り

今年もやってきました



踊って食べて、暑い夏を満喫しよう!

盆踊り参加者には景品があるよ

日時 8月13日(日)と14日(月) 午後6時30分から8時30分まで
場所 菊水公園 菊水5条2丁目 (青葉保育園横)

第36回菊水健康まつり

開催日 7月30日(日) 10:00~13:30頃
場所 札幌病院とその周辺

中央舞台とその周辺に楽しい企画がいっぱい! バザーや野菜売りなども予定しています。



※新しい企画も検討中!

薬害根絶は私たちの願いです

～ 8月24日は薬害根絶デー ～

1999年8月24日、厚生労働省はサリドマイド・スモン・薬害エイズなど悲惨な薬害の発生を反省し、薬害根絶のために最善の努力を重ねていくことを国民に対して近く決意のもと、厚生労働省の敷地内に「誓いの碑」を建立しました。

この「誓いの碑」を薬害根絶のシンボルとして、国や製薬企業が国民一人ひとりの命を大切にしているか、医薬品の危険性に注意を払い適切な対策をとっているかなど、絶えず厳しい監視の目を向けていくことが私たち国民の重要な役割です。毎年8月24日を「薬害根絶デー」と位置づけ、全国各地で薬害根絶のための取り組みが行われています。

(2017年度の薬害根絶デーin札幌集会は8月26日です)

「薬害」とは

医薬品は有効性と同時に副作用も併せ持っています。日常の治療の中で残念ながら副作用が起こることもあります。それは「薬害」とは定義されません。「薬害」とは

- ① 重大な副作用が起こることを知りながら、製薬企業が利益追求のために販売を続けた
 - ② 危険性を察知した厚労省が早期に販売の中止を指示しなかった等によって、副作用被害者が大量に発生するといった、いわば「人的な被害」によるものです。
- それゆえ、「薬害」はなくさなければならぬのです。

菊水ひまわり薬局 職員一同

1年に一度は、健康診断を受けましょう！

【友の会土曜・日曜健診日のおしらせ】

- | | | |
|-----|----------|---------|
| 土曜日 | ① 9月16日 | ④ 1月20日 |
| | ② 11月18日 | ⑤ 2月17日 |
| | ③ 12月16日 | ⑥ 3月17日 |
| 日曜日 | ① 7月16日 | ③ 3月4日 |
| | ② 10月15日 | |

《健診に関する予約や問い合わせ》

勤医協札幌病院 健診コーナー 820-1254

友の会からお知らせ

勤医協歯科で毎年恒例の

『サマー感謝セール』

- ライオンEX歯間ブラシ（4本入り各サイズ）
- 薬用リステリン（ケルミン・フレッシュ）
- 薬用リステリン（ターターコントロール）
- その他

7月1日～7月30日

詳しくは札幌歯科へおたずねください。

電話 823-2596

8月の長崎へ代表を派遣します

原水爆禁止世界大会

世界に誇れる「憲法9条」を守り

核兵器も戦争もない世界を作ろう！

◎今年も友の会から代表を1名検討中

◎反核国際署名と代表派遣募金にご協力ください

◆◆◆白石・厚別区代表団壮行会◆◆◆

7月28日(金)18:00～

菊水ビル4階(勤医協札幌病院裏)

「みんなの食堂★きらり」オープン

今年1月から準備を進めてきた「こども食堂」は、公募された名称の中から『みんなの食堂★きらり』という名前が5月27日(土)午後4時にオープンしました。

参加者を子どもだけに限定せず、子どもの親も地域の高齢者にも参加してもらおうと地域に宣伝を行ってきました。当日は子どもとその親・祖父17名が参加、地域高齢者12名、ボランティアと見学者も含め65名の参加者で大盛況でした。友の会からも運営委員に長谷会長と千葉事務局長が参加し、企画に関わってきました。友の会員数名からもボランティアの申し込みがあり、食事の準備や会場作りのお手伝いをしました。参加者からは「カレーライスがおいしかった」「輪投げやけん玉がおもしろかった」「みんなで食べるとご飯がおいしい」と感想があり、「来月が楽しみ」と言って帰る方もいました。

運営委員会ではボランティアを募集しています。『食堂』への参加希望者とボランティアについての問い合わせ・申し込みは友の会事務所までご連絡ください。



『みんなの食堂★きらり』

日時：毎月 第4土曜日 午後4時～6時

場所：白石区菊水4条1丁目8番17号

申し込み・問い合わせ：札幌白石健康友の会

011-820-1263

MIN-IREN 1ヶ月380円

「いつでも元気」7月号 郵送料80円

～あなたと民医連をつなぐ月刊誌～

特集 沖縄と日本

あきらめない、基地が無くなるその日まで

健康教室 良い睡眠のススメ

生活習慣の改善で快適な眠りを

食と健康 貧血予防の食事

夏場は特に注意！

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

- ※ふまねつと教室の申込みは 友の会事務局へ
- 菊水ふまねつと教室 七月二十五日(火) 午後一時三十分～午後三十分 菊水ビル四階大会議室
- 東札幌ふまねつと教室 七月二十四日(月) 午後二時～午後三時 東札幌会館二階ホールA
- 東札幌UR回地ふまねつと教室 七月二十一日(土) 午後一時～午後二時 東札幌UR回地二階ホール

- 高年齢者のお食事会 七月二十一日(金) 菊水ビル四階 七月二十五日(火) 3の1集会所 午前十一時から 三〇〇円
- ※初めてのの方は、事前にご連絡ください。

- サークル活動
- カラオケサークル 七月 十四日(金) 午後五時三十分～ 菊水連絡所 五〇〇円
- 菊水上町カラオケを楽しむ会 七月 一日(土) 午後一時～二時
- 絵手紙サークル 七月 五日(水) 午前十時～二時 七月 十二日は中止です 菊水ビル四階(中)会費 月二〇〇円
- 手編みサークル 七月 四日(火) 午前十時～二時 七月 十八日(火) 午前十時～二時 菊水ビル四階(小)