

発行日

2018. 1. 1

第274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 (12/14) 21,340名

友の会員のみなさん、明けましておめでとうございませう。私たちが友の会は昨年中も健康で安心して住み続けられるまちづくりの実現のために、協力の病院・事業所と共に、そして町内会や地域の方がたの協力を得て様々な取り組みをおこなっていました。

健康増進活動として「健康相談会」を100回取り組み、又、毎月開催の「おまねっと教室」を通して、一年を通して健康診断の受診を促める活動などをおこなっていました。又、高齢者の居場所づくり活動としておしゃべりサロンの開催や子どもの貧困問題にも「菊水にこども食堂を！」と運営委員会に参加し、親や高齢者も集まれる場所として「みんなの食堂★きらり」の開催などをおこなっていました。

季節ごとのお花見、観楓会、健康まつり、盆踊りと恒例の行事を開催し、たくさんの方の会員に参加していただき楽しいひと時を過ごしました。

9月と10月の「友の会活動拡大強化月間」では、職員と地域友の会員が一緒に、友の会員宅へ訪問してアンケート調査

安心して住み続けられるまちづくりの実現のために
安倍政権による改憲NO!
の年にしましょう

や署名などを行いました。友の会では同時に医療・介護の改善、暮らしや平和を守る運動も取り組みました。

昨年の総選挙では改憲勢力が3分の2議席を占める結果となりましたが、これは小選挙区制という選挙制度が作った虚構の多数であり、決して国民が改憲を認めたわけではありません。憲法9条に自衛隊が書き込まれるような改憲が行われ、日本が戦争に巻き込まれるようなことになれば、私たちが友の会の運動がいつか吹き飛んでしまいます。来年は正念場となる年です。現在全国で取り組まれている「安倍9条改憲NO! 全国三〇〇〇万人統一署名」をやり上げて安倍政権に突きつけましょう。今年もどうぞよろしくお願ひします。



(第23回友の会総会で報告している
長谷武雄 会長 / 2017年4月21日)

札幌白石健康友の会に関連する
院所・事業所、社員支部から
新年のご挨拶が寄せられていますので
ご紹介いたします

友の会員の皆さま
新年明けまして
おめでとうございませう
今年もよろしく
お願い申しあげます



- 勤医協札幌病院 院長 尾形 和泰 様
- 勤医協菊水こども診療所 所長 岡田 靖 様
- 勤医協札幌歯科診療所 所長 笠井 信行 様
- 北海道保健企画菊水ひまわり薬局 薬局長 野村 充代 様
- 勤医協菊水在宅総合センター センター長 榊引美穂子 様
- 勤医協北白石在宅総合センター センター長 田中 裕司 様
- 勤医協菊水社員支部 支部長 南里 保子 様



1月の『医療講演会』
どなたでも参加できます。
日時 1月25日(木) 14:00~15:00
テーマ「運動のススメ」
講師 大久保 彩織 医長 (札幌病院 内科)
会場 菊水ビル4階 大会議室 (札幌病院の裏)
参加費 無料
軽い運動のできる服装で参加して下さい

友の会・社員・職員
2018年 合同新年会
◆お友達を誘って参加しましょう
日時 1月27日(土) 12:00~
会場 札幌フローラ (白石区菊水3条5丁目)
参加費 2,800円
<お問い合わせ・お申し込み>
札幌白石健康友の会事務局 ☎820-1263



ねっこの治療

歯の根の治療で痛みを経験する患者さんはとても多いです。我慢できないほどの痛みから、ほとんど気にならない程度の痛み（違和感）まで含めると、6～7割の患者さんになんらかの症状が出るのが疫学調査でわかっています。

治療を受けるたびに起こる痛みや違和感はつらいですが、実はめずらしいことではなく、治療がうまくいっていても普通に起きる症状です。2～3日過ぎるとだいぶ楽になり（痛みのピークは48時間～72時間）、1週間もすれば、痛みのある患者さんの95%が治っていきます。治療の間隔は1週間に1～2回程度が理想です。しかし、我慢できないほどの痛みが出た場合はすぐにご相談下さい。



勤医協歯科診療所
事務長 植松 恵美

ホームページが新しくなりました

皆さんはパソコンでホームページを見たことがありますか？札幌病院と友の会のホームページが新しく、見やすくなりました。スマートフォンでも見ることでできます。インターネット画面で『勤医協札幌病院』または『札幌白石健康友の会』と入力してください。

病院 ～診療科・診療日・医師体制・健康診断などの案内とワクチンなど、病院からの「お知らせ」が見られます。
友の会～サークル・行事・友の会健診のご案内、友の会ニュース、イベント情報などを見ることができます。

「いつでも元気」をぜひお読みください

『いつでも元気』は全国の民医連と「友の会」など地域の共同組織で作成している月刊誌です。内容は、時々の社会情勢をわかりやすく解説、医療や健康について医師や他の職種の記事が載っていて好評を受けています。また、観光や映画情報などの娯楽面も読者から喜ばれています。ぜひ一度手にとって読んでください。

料金は1ヶ月（1冊）380円、郵送料80円

お問い合わせ・申込みは友の会事務所へ 820-1263

岩見沢市で「いつでも元気」の購読者7名！

販売所「たまねぎ」が開設！

署名にご協力ください！

国民生活に密接に関係する内容の署名に取り組んでいます。勤医協の病院や診療所、薬局、介護事業所などで署名用紙をみかけたらご協力をお願い致します。

●安倍9条改憲NO！憲法を生かす全国統一署名

戦後70年以上にわたって日本が海外で戦争をしなかった大きな力は、憲法9条の存在と国民の粘り強い運動があったからです。

自衛隊が海外で武器を使用すると日本本土が報復攻撃を受けるのは当たり前のことです。

私たちは日本国憲法の民主主義、基本的人権の尊重、平和主義の原則が生かされる政治を求めます。

●国の責任で社会保障制度の拡充を求める請願

現在の日本では、格差と貧困の広がり大きな社会問題になっています。高齢化が進む中、政府は社会保障費を抑えることに一生懸命です。一方で、企業が貯め込んでいるお金は100兆円とも言われています。憲法25条に明記されている国民の生存権を保障するのは国の責任です。

貧困をなくし、だれもが安心して生き続けられる地域社会の実現を目指して、今こそ憲法25条に基づき社会保障制度の拡充をすべきです。

医療、介護、福祉年金、傷害、教育、子育て、生活保護… 国の責任で充実を！

健康診断は毎年受けましょう！

特定健診の「受診券」を横において予約の電話をお願いします。
*がん検診も一緒に受けましょう！



40歳の方は「とくとく健診」が無料です！

札幌市の国民健康保険では、今年度から40歳になる方の基本健診の自己負担額を無料にしました。（対象者は、受診券の自己負担額欄の金額が0円と記載されています）

※年度末は予約が混み合いますので、早めに予約をしてください。

【友の会土曜・日曜健診日のお知らせ】

土曜日 ① 1月20日 ③ 2月17日 ③ 3月17日
日曜日 ① 3月4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

MIN-IREN

「いつでも元気」1月号

1ヶ月380円
郵送料80円

～あなたと民医連をつなぐ月刊誌～

特集1 守りたい憲法9条

ICAN 川崎哲さんと若手医師・医学生が語る

特集2 離島の医師養成

徳之島診療所の研修医師

健康教室 始めよう健康体操

食と健康 春の七草を使ったレシピ

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

お問い合わせ・お申込み 820-1263

東札幌UR団地 ふまねっと教室
一月は休みです

東札幌 ふまねっと教室
一月二十二日(月)午後二時～

東札幌会館二階ホールA

菊水ふまねっと教室
一月三十日(火)午後一時三十分～

菊水ビル三階会議室

※ふまねっと教室の申込みは
友の会事務局へ

※初めてのの方は、事前にご連絡ください

高年齢者のお食事会
一月十九日(金)菊水ビル四階
一月二十三日(火)3の1集会所
午前十時から 三〇〇円

手編みサークル
一月は休みです

絵手紙サークル
一月は休みです

菊水上町カラオケを楽しむ会
一月は休みです

カラオケサークル
一月は休みです

サークル活動