

発行日

2018. 3. 1

第276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 (2/15) 21,416名

勤医協札幌病院より

小児科外来移転のお知らせ

勤医協札幌病院の裏側にありました「菊水こども診療所」は、2月27日(火)から札幌病院2階の耳鼻科の隣に移転しました。

尚、小児科の受付時間が次のようになっていますのでよろしくお願い致します。

午前 8:00~12:00

午後 13:00~16:30

健診コーナーは、既に病院の1階(元の内科療養室)へ移動しています。



3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ください。

日時 3月15日(木)

14:00~15:00

テーマ 「腰痛・膝痛の克服のために」パート2

講師 猫塚 義夫 医師

(札幌病院 整形外科)

会場 菊水ビル4階 大会議室

(札幌病院の裏)

参加費 無料



(挨拶する長谷武雄実行委員長)

1月27日(土)に友の会・社員・職員合同の「新年会」が開催されました。友の会員や地域の皆さんが61名と札幌病院、札幌歯科、菊水ひまわり薬局、勤医協在宅などから職員が34名、8町内会4団体から来賓の方が14名、合計109名の参加がありました。

「新年会」は実行委員会を代表して長谷武雄札幌白石健康友の会会長と尾形和泰札幌病院院長、北海道勤医協常任理事のあいさつで幕を開け、来賓を代表して本田忠男菊水西町連合町内会会長から「健康まつりや納涼盆踊り等で今後も一緒にまちづくりを行っていききたい」との挨拶がありました。石井秀夫副実行委員長は音頭で乾杯し、第2部に入りました。バウムクーヘンの全員合唱は町内会役員さんからも「良かった!」との声がありました。友の会の輪踊りでは、「久しぶりに踊って楽しかった」「良かったよ」と好評でした。お楽しみ抽選会は景品がたくさんあり参加者から喜ばれました。

安心して住み続けられるまちづくりの二〇一八年がスタート
新年会に109名が参加!



(毎年好評、乱拍子の獅子舞)

昨年から今年にかけて地域との関わりでは、恒例の健康まつりと盆踊りに加えて子ども食堂のとりくみ、更に7月に発生した3条1丁目の火災など、病院と友の会・地域がいったいとなって地域を考える機会や出来事がたくさんありました。
国民の安全と暮らし、民主主義を守り安心して住み続けられるまちづくりを地域の人たちと一緒に進めていきます。

札幌白石健康友の会

第24回 総会と懇親会

日時 4月20日(金)

午後6時から

場所 菊水ビル4階会議室

懇親会
参加費 500円

開催のお知らせ

※懇親会のみ参加はできません

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

気になる口臭を止めましょう！

口臭の原因を「胃腸の不調が原因だ」なんて思っていませんか？実は、口臭の原因の約9割はお口の中にあり、特に歯周病は、強烈な口臭の元凶なのです。口臭には種類があり、健康な人でもある生理的口臭と食べ物などが原因の軽く一時的な口臭、そして実際に多い歯周病など口の中の病気が原因の口臭があります。口臭は自分では気づきにくく、周りの人が指摘するのは心苦しいものです。病的な口臭は、歯科治療とセルフケアで治すことができます。「しばらく歯石をとっていない」「近ごろ歯ぐきが浮く感じがする」なんてことはありませんか？ぜひ歯科医院で口臭を「治療」しましょう。



札幌歯科診療所 橋 亜紀

手配り活動に参加していただける方を募集しています。

<内容>

- ・毎月1回、友の会新聞の手配り
- ・所要時間は 30分～1時間程度
- ・1部につき20円の手配り料を支給します
- ・手配り地域等は相談

募 集 中



<問い合わせ先>

友の会事務局 820-1263

インフルエンザにご注意ください！

今年はインフルエンザの猛威が続いています。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。

<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

マスクをしよう



おねがい

引っ越しの季節です。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。よろしく願いいたします。

札幌白石健康友の会事務局 820-1263

署名ハガキにご協力ください！

2月1日発行の友の会ニュース2月号と一緒に署名付きのハガキを同封いたしました。手元にハガキがありましたら、ぜひ署名にご協力ください。署名していただいたハガキは切手不要です。切手を貼らずに郵便ポストに入れてください。

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。

私たちは日本国憲法の民主主義、基本的人権の尊

健康診断はお済みですか？

※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。



40歳の方は

特定健診（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）

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。

土曜・日曜健診のご案内

- ①3月 4日（日）
- ②3月17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

MIN-IREN
「いつでも元気」3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
秋田県中通病院友の会のとりくみ

特集2 歯科酷書

健康教室 花粉症について
食と健康 透析を受けている方の食事
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
お問い合わせ・お申込み 820-1263

サークル活動

カラオケサークル
三月 九日（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
三月 三日（土）午後一時〇〇分～
菊水上町会館 五〇〇円

絵手紙サークル
*三月七日（水）は中止です
三月 十四日（水）午前十時〇〇分～
菊水ビル四階（中）会費 月二〇〇円

手編みサークル
三月 六日（火）午前十時〇〇分～
三月 二十日（火）午前十時〇〇分～
菊水ビル四階・小会議室

高齢者のお食事会
三月 十六日（金）菊水ビル四階
三月 二十七日（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
※心まねごと教室の申込みは 友の会事務局へ
菊水ふまねごと教室
三月 二十七日（火）午後一時三〇分～
菊水ビル四階会議室

東札幌ふまねごと教室
三月 十九日（月）午後一時～
東札幌会館二階ホールA

東札幌UR団地ふまねごと教室
三月 二十四日（土）午後一時～
東札幌UR団地集会所