



春のリンリン作戦
2022

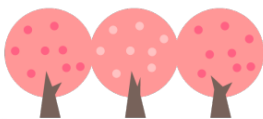


友の会では3月より、友の会員さんに向けて「お元氣ですか？お変わりはないですか？困っていませんか？」と電話掛けを始めています。

コロナワクチン3回目接種が始まったり、ウイルスの変異株など：不安や心配が尽きない毎日かもしれません。その中で少しでも皆さんの不安が和らげば、少しでも困りごとの解決のお手伝いができればと考えています。

また、今年の冬は「こんなに雪の降る札幌は初めてだ！」という声が何度も聞こえるほど、雪が多く、誰にとっても大変な冬となりました。今までなかった困りごとなどはありませんか？ぜひ遠慮などはせず、何でもお聞かせください。困りごとだけでなく健診のこと、送迎車のこと、ボランティアのことなど、疑問に感じていることなどでも大丈夫です。

職員や友の会の役員などから電話がありましたら、ぜひお声を聞かせください。皆様の元氣なお声が聞けることを、楽しみにしています。



記録的な大雪・・・コロナの感染拡大
灯油高騰が、地域のくらしを直撃！



37回を一人で頑張った、「わくわく」の澤本さん



▲道路は深いわだちで、歩くのが大変です

この冬の出勤は
のべ37回！
くらしを守る！
雪かき
ボランティア

記録的な大雪に見舞われた今冬。勤医協福祉会の有償ボランティア事業「わくわく」では、依頼のあった高齢者などのお宅4件を訪問し、除雪をおこなっています。

ケアマネージャーさんやヘルパーさんの訪問がある家は、駐車スペースのこまめな確保が必要だったり、雪かきで訪問すると生活状態が非常に悪化していて、柏ヶ丘在宅センターへ連絡しヘルパー導入に繋がった事例もあり、くらしを守るお手伝いをしています。

有償ボランティアが大活躍！

地域で暮らす方の生活を支えたい

有償ボランティアを募集しています

介護保険では出来ない掃除、片付け、調理、洗濯、草取り、除雪、外出援助、買い物代行、病院受診中の付き添いなどのサービスを安価に提供する有償ボランティア事業を行っています。

あなたもボランティア活動をしてみませんか？



下記までお問い合わせください。(月～金・10:30～14:30)

社会福祉法人 勤医協福祉会 有償ボランティア事業「わくわく」
電話 817-3040 白石区菊水4条1丁目9 第2菊水ビル1階

4月の健診が
おすすめです！

受診券が届いた方は予約を！

みなさん、昨年度、健診は受けられましたでしょうか？

暦(こよみ)は春となり、今年度(2022年度)が始まりました。お手元へ受診券が届く季節です。受診券が届いた方は、健診を是非受けましょう。又、同時に、各種がん検診もおすすめしています。病気の「早期発見と早期治療」が大切です。

友の会では「健康を守る」取り組みの一つとして、会員や会員家族・地域の皆さんに、一年に一度健康診断を受けられるようにおすすめしています。

豊かな人生を送るためには、健康であることが基本となりますが、健康診断はついつい後回しになりがちのようです。

実は、「元氣だから大丈夫」と思っている人に病気が隠れていたります。

定期的に健康診断を受けて、自分の健康状態を把握しておきましょう。

4月はまだ予約にゆとりがあります。「健診、受けた？」と周りの人に声をかけ、早めに今年度の健診を済ませましょう。



札幌白石健康友の会 第28回 友の会総会のお知らせ

第28回総会は4月22日(金)に世話人のみでおこないます。

例年4月に友の会総会をおこなっていますが、現在もコロナウイルス感染に気を抜けない状況が続いています。そのため今年の第28回総会は世話人のみで開き、2021年度の活動の総括と2022年度の活動方針、「2021年度決算」「2022年度予算」「2022年度の新体制」を決定します。

会員のみなさんには今後も白石健康友の会ニュースを通じて、日々の活動の様子を伝え、取り組みの案内、参加を呼び掛けていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

札幌白石健康友の会会長 長谷 武雄

あなたと民医連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2022 4月号 380円

好評発売中

未来を担うみなさんへ

けんこう教室 認知症はよくなりますヨ(中)

どうなっている日本の医療

うちでも元気 体操&脳トレ

まじの子カラ 富山県朝日町

食と健康 初めての弁当

発行=特保健医療研究所 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と労働センター8階 電話 03(5842)5656 FAX 03(5842)5657



どんな小さなことも！ 介護についてご相談下さい

北白石在宅
総合センター

皆さん、こんにちは。勤医協 北白石在宅総合センターです。3月に入り少しずつではありますが、排雪も進み道路も走りやすくなりました。今年はとにかく大雪に悩まされた冬でしたね。職員の中には「今日は出勤するのに4時間かかった」という話や、朝6時に家を出たと言う話なども…。

デイサービスの送迎も本当に大変な状況で、お迎えに行けずに利用中止せざるを得ない状況もありました。訪問介護でも予定訪問時間より1時間、2時間遅れることもしばしばでした。遅れる旨の電話を入れると「今日は雪ひどいからね。何時でもいいから気を付けてきてね。」と快く受け入れてくれる方も多かったです。一方で「札幌市は何やってるんだ。」とお怒りの言葉を聞くことも多かったです。ゴミの収集もままならない状況などもあり、生活に明らかに支障が出ている実態がみられました。

その年によって雪の量は変わりますが、今年のような大雪に対応できるよう、行政にはもっと力を注いでほしいと感じた今年の冬でした。

北白石在宅総合センターでは介護が必要な方へ通所介護(デイサービス)、訪問介護(ヘルパー)の利用者を随時募集しています。居宅介護支援事業所(ケアマネージャー)もありますので「ちょっと気になる事があるんだけど。」「介護保険ってどうやって使うの?」と言ったご相談にも対応します。ぜひお気軽にお問い合わせください。

★介護の疑問など、いつでもお気軽にご相談ください!
北白石在宅総合センター ☎ 011-871-7721

求人情報



ヘルパーを募集しております！

最短2時間から最長7時間まで、勤務可能な時間帯で相談致します。

介護福祉士やホームヘルパーの資格を持っておられる方大歓迎です。

※札幌病院 看護管理部：澤田 (☎ 011-820-1239)

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

北白石センターと一緒に働きませんか!?

介護スタッフ・厨房スタッフ を募集しています!

北白石在宅総合センターでは一緒に働いてくれる方を大募集中です。介護のお仕事だけでなく、厨房で働いてもらえる方も募集中です!

北白石在宅総合センター☎ 011-871-7721

勤医協バス夏時刻表のお知らせ



4月1日より勤医協バスが
夏ダイヤに変わります

便	中央病院 ↓ 札幌病院	札幌病院 ↓ 中央病院
1	8:00	8:35
2	9:15	9:50
3	9:45	10:20
4	10:35	11:10
5	11:05	11:40
6	12:25	13:00
7	14:00	14:35
8	14:50	15:25
9	15:25	16:00
10	16:50	17:25

2022年4月1日〜2022年11月30日予定。
中央病院の休診日(第4土、日曜、祝日)は全便運
休です。
第1・第2・第3・第5土曜日は、第6便(中央病
院12時25分発)が最終です。
交通事情などにより遅れることがあります。
病院正面玄関に時刻表、路線図がありますので
ご利用下さい。

★サークル活動など★4月の友の会行事について

居場所について・・・

飲食をとまなう開催は自粛します。お弁当配布のみ。これまでの参加者に開催のお知らせをします。

◆みんなの食堂★きらり(お弁当配布予定です)
4月16日(土) 菊水ビル
*参加希望の方は、必ずお申し込みください

ふまねっと教室について・・・

◆開催予定は未定です。
友の会事務所へお問い合わせください。

*サークル等への申込み・お問い合わせは友の会事務局へ
☎ 820の1263 (必ずお申込みください)

その他のサークルなどは、
すべてお休みの予定です。