



健康なときにこそ、体をチェック！

健康診断のススメ

- ・受診券は届きましたか？なくさないよう、保険証などと一緒にしておきましょう！
- ・「誕生日に受けよう」など、自分の計画を立てましょう！



年に一度
必ずうけましょう！

豊かな人生をおくるためには、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」と思っている人ほど病気が隠れている可能性があります。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。

日本では法令によって、40〜74歳までの国民全員を対象にメタボリックシンドロームに「当てはまる人」と「当てはまりそうな人」を見つけ出し、重篤な生活習慣病になる前に生活習慣を改善するなどの予防に取り組みでもらおうと「特定健康診査(特定健診)・特定保健指導」を行っています。

がんをはじめ、心筋梗塞、脳卒中、糖尿病、高血圧症などを予防するために、「自分自身の体質を知り、定期的な健康状態を確認し、体の付き合い方を決める」ことが重要です。

健康診断は、健康な人生を設計するために欠かせないものです。「受けない」のが一番よくありません。体調が悪くないから今年度は受けましょう。

健康診断を受けた後には検査の結果をしっかり確認しましょう。

大事なのは「異常なし」でも健康に全く問題がないと判断するのは間違いです。「異常なし」は健康であることの証明ではなく、今回の検査では異常が発見されなかったというにすぎません。

定期的に健診を受けて自分の健康状態をチェックし、生活習慣を振り返る機会にしましょう。

健康診断を人生設計の一部にしましょう

健康診断を受けたら、その結果を自分自身の健康管理に生かさないケースも少なくないことから、「職場の健康診断の結果、異常なしと出たけど不安」「数値が悪くなったが、どう自己管理して良いのかわからない」といった患者さんには、健診結果を持って内科の受診をおすすめします。

説明や生活指導、再検査・精密検査の指示などを行い、必要があれば適切な診療科を紹介しましょう。

健康診断を受けていますか？

健康診断後のフォローもしっかりおこないます



署名のお礼とご報告 新たなご協力をお願いします

友の会で100万筆を目標に皆さんへお願いしていた『地域医療を守る』署名が8万筆となり、先日国会に提出することができました。皆さんのご協力に感謝いたします。引き続き集めていきますので、どうぞよろしくお願ひいたします。

また、4月より新たに『憲法改悪に反対する』署名を集めることとなりました。どちらも大変重要なお願いとなっておりますので、ぜひこちらにもたくさんのご協力をよろしくお願ひいたします。

健康診断を受けたら、その結果を自分自身の健康管理に生かさないケースも少なくないことから、「職場の健康診断の結果、異常なしと出たけど不安」「数値が悪くなったが、どう自己管理して良いのかわからない」といった患者さんには、健診結果を持って内科の受診をおすすめします。

説明や生活指導、再検査・精密検査の指示などを行い、必要があれば適切な診療科を紹介しましょう。

健康診断を受けたら、その結果を自分自身の健康管理に生かさないケースも少なくないことから、「職場の健康診断の結果、異常なしと出たけど不安」「数値が悪くなったが、どう自己管理して良いのかわからない」といった患者さんには、健診結果を持って内科の受診をおすすめします。

説明や生活指導、再検査・精密検査の指示などを行い、必要があれば適切な診療科を紹介しましょう。

健康診断を受けたら、その結果を自分自身の健康管理に生かさないケースも少なくないことから、「職場の健康診断の結果、異常なしと出たけど不安」「数値が悪くなったが、どう自己管理して良いのかわからない」といった患者さんには、健診結果を持って内科の受診をおすすめします。

説明や生活指導、再検査・精密検査の指示などを行い、必要があれば適切な診療科を紹介しましょう。

勤医協札幌病院 産婦人科閉科セレモニー

3/30 (月)

56年間

ありがとうございました

女性にとって産婦人科は、お産のいとこの関わりではありません。思春期から老齢期までほぼ一生を見守り続けます。中央病院へうつっても、安心していらしてください！

感謝や励ましのメッセージをたくさんいただきました！

3月30日、札幌病院の4階病棟の1室にて、産婦人科の赤やんが産まれた。分娩室に響く産声とほっとしたお母さんの表情、そして初めて赤やんを抱いたご家族の涙。ここ札幌病院の4階は、言葉にしがたいほどに、この56年間の歩みの中で、地域医療に果てた役割を、この節目に改めて振り返り、胸に刻んでほしいという思いを込めて、『56年のあゆみ』のスライドを上映しました。かつて札幌病院にもあったNICU(新生児集中治療室)を守るため、新生児医療に対する助成金や診療報酬の改善を実現するための国会請願活動をおこなってきたことや入院助産制度取得など、安心・安全な周産期医療の発展に深く関わってきた歴史がありました。

近年は5Gといふ、陣痛・分娩・回復を一つのお部屋でおこなうことができるよう、全個室化なども含めた病室の改装をおこなったり、お祝い膳の導入やSNSを活用するなど、時代に求められたり、新しい方を模索し実践してきました。

喜ばれていました。

この会ではもう一つ「産婦人科を支えた仲間たち」のスライドが用意され、懐かしい顔がたくさん紹介されました。56年間で中々関わってきただけでなく、たくさんいます。その誰もが「困難な背景を持った人でも、十分なケアを受けられる」ことをめざし奮闘してきました。その勤医協における産婦人科の役割は、中央病院へうつっても、変わることはありません。

毎日のように話し合いながら奮闘してきた姿を回想し、「長きにわたりに話してきた医師や助産師それぞれが、これからの絆にたくさんの感謝を伝えたい、これからの未来への希望を約束する。」終了間近に何とか駆けつけた西岡医師は「みんなで培ってきたものや大切にしていたことを、これからはみんなが継いでいきたいと思います」と呼びかけ、長島医師のひと声で合唱が始まる。そんな温かなセレモニーでした。

みなで合唱♪
=たしかなこと=

中佐藤医師は「偉大なる」父で賞

助産師チーム

産婦人科に携わった職員全員に、『〇〇〇で賞』の表彰がありました

▲ 56年を支えた産婦人科チーム
来賓：中佐藤医師を囲んで(産婦人科医・小児科医・麻酔科医・助産師)

どんな時も きっとそばにいるから
=合唱~たしかなこと(小田和正)~より=

あなたと医進をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2026 5月号 380円

好評発売中

壁は意外と薄かった 山梨

けんこう教室 未来のためにロコモ予防

新連載 ココロとカラダのツボ療法

長崎に初の9条の碑

まちなかカフェ 大阪府和泉市

食と健康 野菜寿司を楽しもう!



お問合わせ・お申込み

【札幌白石健康友の会「元気」販売所】

〒003-8510 札幌市白石区菊水4条1丁目8-22

☎ 011-820-1263 (友の会事務所)

札幌病院・白石健康友の会からお知らせ

5月中を目途に

友の会室が札幌病院内へ
移動します



●移動後の『健診助成金』の受け渡し場所は、総務課となる予定です。

●詳細な日程が決まり次第、院内に掲示します。その間友の会事務所をお訪ねの際は、病院受付窓口や職員へお声掛けください。

●友の会事務所移動に伴い、菊水社員支部の事務所も移動となりますので、ご承知おきください。

札幌病院1階の公衆電話横にありましたタクシー専用電話が、4月より【札幌病院 正面玄関 風除室】へ移動しました。よろしくお願いたします。



菊水ひまわり
薬局

駐車場のご案内



札幌病院向かいにありました、菊水ひまわり薬局の立体駐車場が、老朽化に伴い解体となりました。

今後も駐車場として運用予定ですが、6月7日(日)までの予定で、リニューアル工事をいたします。工事中は駐車場として利用できません。ご不便をおかけいたしますが、何卒よろしくお願いたします。

●工事中は札幌病院青空駐車場(札幌歯科向かい)、旧小児科駐車場をご利用ください。

*感染状況により開催の変更がある場合があります。各行事・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)

◆菊水上町ふまねっと教室(第3水曜日)

5月 20日(水) 午後1時30分
菊水上町会館(菊水上町4条1丁目)

※いつもと開催週が違います

◆菊水スマイルクラブふまねっと教室(第2金曜日)

5月 8日(金) 午前10時
参加費100円
菊水まちづくりセンター(菊水連絡所 菊水7条2丁目)

◆菊水ラ・クレストふまねっと教室(第4月曜日)

5月 25日(月) 午前10時
ラ・クレスト クレアホール
(菊水1条2丁目)

※3月より開催時間が変わっています

◆白石中央ふまねっと教室(第3木曜日)

5月 21日(木) 午後2時
白石中央福祉会館1階Aホール(中央1条5丁目)

◆北郷ふまねっと教室(第3火曜日)

5月 19日(火) 午前10時
北郷会館(北郷3条3丁目)

※3月より開催時間が変わっています

◆東札幌UR団地ふまねっと教室(第4土曜日)

5月 23日(土) 午前10時30分
東札幌UR団地集会所(東札幌6条3丁目 公園)

◆東札幌ふまねっと教室(第3月曜日)

5月 18日(月) 午後2時
東札幌会館2階Bホール

※いつもとお部屋が違います

◆菊水ふまねっと教室(第4火曜日)

5月 26日(火) 午後2時
菊水ビル4階大会議室(菊水4条1丁目)

◆みんなの食堂★きらり(第3土曜日)

5月 16日(土) 16時
菊水ビル4階

*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...

★サークル活動など★
5月の友の会行事について
居場所について...

参加者がゲームや体操やふまねっとなどで交流します。これまでの参加者に開催のお知らせをします。



ご理解とご協力をお願い!

いつも当薬局をご利用いただき
ありがとうございます。

菊水ひまわり
薬局

現在、全国的に一部のお薬が手に入りにくい状況が続いており、皆様にはご不便をおかけしております。この1年の動きと現状について、説明いたします。

① お薬の不足状況が続くことについて

きっかけは数年前、一部の製薬会社で製造工程のルール違反が見つかり、業務停止命令が出たことでした。これにより、その会社で作っていたお薬がストップし、他社に注文が集中したことで、業界全体の在庫が底をついてしまいました。

この1年も、以下の理由から綱渡りの状況が続いています。

- **増産が追いつかない**
お薬は高度な品質管理が必要なため、急に工場を増やしたり、生産量を数倍にしたりすることが難しいためです。
- **海外情勢の影響**
原料の多くを海外に頼っているため、世界的な紛争や物流の混乱により、原料が入ってこなくなるトラブルも発生しています。
- **感染症の流行**
インフルエンザや新型コロナなどの流行に伴い、咳止めや解熱剤などの需要が一時的に急増し、在庫が枯渇することがありました。

② 今後の見通しについて

明るい兆しも見え始めています。

- **政府と企業の対策**
国は「安定供給」を最優先とする新しいルール(2026年度診療報酬改定など)を導入しました。無理な値下げを抑え、しっかりお薬を作っているメーカーを支援する仕組みに変わっています。
- **供給の回復**
ジェネリック医薬品を中心に、多くのメーカーが増産体制を整えており、2026年度中には多くの品目で不足が解消に向かうと期待されています。

③ 皆様へのお願い

お薬を安心してお使いいただくために、以下の点についてご理解とご協力をお願いいたします。

- **お薬の変更(代替品)へのご理解**
いつものお薬が手に入らない場合、同じ成分の「別メーカーの薬」や、効果が似ている「別のお薬」をご提案することがあります。
- **調剤日数の調整**
より多くの方にお薬が行き渡るよう、一時的に調剤する日数を調整させていただきます。
- **「一般名処方」**
処方箋に「商品名」ではなく「成分名」で記載されているお薬は、薬局にある在庫の中から選定してお渡しができます。

私たちは、皆様に必要な治療が途切れないよう、近隣の医療機関や卸業者と連携し、最大限の努力を続けております。不安なことがあれば、いつでも医師や薬剤師にご相談ください。



薬局長 山本 貴禎

菊水ひまわり薬局 ☎ 011-816-4193