



第32回 友の会総会が開催されました！

4/24
(金)

4月24日(金)、菊水ビル4階大会議室にて新旧の友の会世話人など42人の参加で総会をおこないました。総会では、菊水在宅の飯尾紗綾香センター長と札幌病院の井下事務長からのあいさつの後、事務局から2025年度の活動のまとめ、2026年度の活動方針、会計報告がありました。

発言は、①「菊水地域の高齢者をめぐる現状と課題」介護予防センター、②「10数年ぶりに開催した清田区での健康相談会」世話人、③「1年間のロビー行動を振り返って」世話人、④「定期巡回型訪問介護うらら」と、デイサービスの紹介「北白石在宅の4人からあり、昨年の活動内容がいきいきと語られました。」

2025年度は、北海道協会の経営危機の状況の中で、年度初めから札幌病院の構造転換に向けた準備が始まり、外来の縮小や病棟の再編それに伴う人員の削減など、様々な変化がありました。その中で管理部との懇談などを重ねながら、活動をおこなってきました。また、ロビー行動や菊水納涼盆踊り、菊水健康まつりなどの友の会活動で元気を姿を見せることで、地域の人々や職員を励まそうと奮闘してきました。

2026年度もさらに元気な姿をたくさん見せることで、新しい札幌病院と地域の絆をより深めていけるように頑張ります。この日提案された全ての議案と新体制が、拍手で確認され、新年度のスタートとなりました。

健康づくりを地域に広げ、社会保障、憲法・平和を守り「安心して住み続けられるまちづくり」を！



◇ 総会で確認された今年度の目標 ◇

- * 会員拡大 300名
(友の会はそのうちの100名)
- * 健康相談会・医療講演会 35回
- * 「いつでも元気」の普及 30部
(友の会はそのうちの15部)
- * 友の会健診受診者の目標 2,590人

インフルエンザや他の感染症の状況を確認しながら、各行事の成功をめざします
社会保障の拡充・憲法を守り平和を守る
暮らしを守る活動をおこないます

新役員の紹介

(敬称略)

会長 千葉ひとみ
副会長 木村 邦子
事務局長 石井 和真
事務局次長 藤原 紀子
長谷 英子
長谷 晴美
坂本美恵子
佐川まゆみ
長谷 武雄
長能 國子
前川 雅子
穂積 静枝
南里 元昭
勝見みな子
木村 麗子
黒沢百合子
瓜生 富子
瀬谷 瞳
南里 保子
菅原 政美
山田八千代
葛西 慶子
佐藤ゆり子
佐藤美保子
了安由美子
福岡 美湖
梅下 佳敬
伊藤小百合
川口 雅人
松崎 彰
大古場恵利子
佐々木龍弥
久保田良子
久松 洋一
林 紀子

世話人

東札幌 清田区
札幌病院 札幌病院
札幌病院 札幌病院
札幌病院(新) 札幌病院(新)
札幌病院(新) 札幌病院(新)
北白石在宅 北白石在宅
札幌歯科(新) 札幌歯科(新)
菊水ひまわり薬局 菊水ひまわり薬局

退任された方)
▽地域 島岡 孝子さん

▽職員 飯尾 紗綾香さん・高木 彩也香さん
江良 祐子さん・植松 恵美さん

お疲れさまでした。

八重桜 お花見の会 in 駒岡



温泉の後は、みんなで余興を楽しみました!!

参加者全員でハイチーズ!!

札幌白石健康友の会
第28回 お花見の会

お花見の会

31人参加!

5月11日(月)、南区にある札幌市保養施設「駒岡」にてお花見の会をおこないました。

31人の参加者は、迎えに来てくれた「駒岡」のバス2台で向かいました。道中の景色を楽しみながら、ささやかな旅気分を満喫しました。

到着後はお風呂に入った後、館内や敷地内をお散歩したり、場所がら朝採れの山菜が売っている売店でお買い物したりと自由時間を楽しみました。その後の宴会ではおいしいご飯、「ビンゴゲーム」と「カラオケ」で盛り上がりました。「去年参加してとても楽しかったので、また来ます!」「先日のふまねつと教室が楽しくて、お花見も参加してみようと思いましたが、などの声が聞かれ、とてもうれしかったです。また「普段一人でご飯を食べ、あまり人と関わらず過ごしているの、こういう行事が本当に楽しい」と言っている方もいます。カラオケに「緊張する...」と言いながら、スカイなどの小物を準備してとても楽しそうに歌い、半年に一度の温泉が本当に楽しみ。ぜひまた参加したいや、「ほかのサークルなどにも行ってみたい!」と感想がありました。

秋の観楓会も開催を予定しています。みなさん楽しみにしててくださいね。

あなたと医を連をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-IREN

2026 6月号 380円 好評発売中

翻弄される人々 JVCのガザ報告①

けんこう教室 片頭痛に悩むあなたへ

ドクターは世界遺産博士 鹿兒島

まじのチカラ 山梨県身延町

似顔絵がつながる笑顔 北海道

食と健康 食事で認知症予防



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)

・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！
 ・「誕生月に受けよう」など、自分の計画を立てましょう！

健康診断

年に一度 必ずうけましょう！

☎820-1254 札幌病院 健診管理部 (13:30~16:00)

友の会で一緒に守りませんか？あなたの健康、家族や仲間の健康

友の会では健康をすすめるとりくみとして、健診の受診率を高める活動をおこなっています。会員には勤医協の病院や診療所で健診をおこなうと自己負担の一部を【助成】します。

また、各科専門の医師や技術職が、病気についておはなしする『医療講演会』や『健康相談会』の取り組みをおこなっています。そして、高齢者のお食事会や、子どもから大人までを対象にした『みんなの食堂』など、地域の中での【居場所】づくり、サークル活動など様々な取り組みをおこなっています。

皆さんのご家族やお知り合いでまだ友の会に入会されていない方がおられましたら、この機会にぜひ、入会をお勧めください。

札幌病院・白石健康友の会からお知らせ

友の会室が札幌病院内へ移動しました！

- 『健診助成金』の受け渡し場所は、総務課です。健診後会計が終わりましたら、総務課までお越しください。
- その他友の会事務所をお訪ねの際は、総務課にて職員へお声がけください。
- 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。

- ◆北郷ふまねつと教室(第3火曜日)
6月16日(火) 午前10時
北郷会館(北郷3条3丁目)
 - ◆白石中央ふまねつと教室(第3木曜日)
6月18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)
 - ◆菊水ラ・クレストふまねつと教室(第4月曜日)
6月22日(月) 午前10時
ラ・クレスト クレアホール(菊水1条2丁目)
 - ◆菊水スマイルクラブふまねつと教室(第1金曜日)
6月5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)
 - ◆菊水上町ふまねつと教室(第3水曜日)
6月17日(水) 午後1時30分
菊水上町会館(菊水上町4条1丁目)
- *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 ☎8200の1263 (必ずお申込みください)
- *他のサークルは、感染状況を見て検討します。

地域と手をつないだ取り組みをすすめていきます！


北白石在宅総合センター

北白石在宅総合センターには、訪問看護に24時間対応するうららという定期巡回サービスがあります。昨年度、当センターがある白石菊の里地区の民生委員・児童委員様に向けて定期巡回サービスを知ってもらうため説明して欲しいと包括支援センターから依頼を頂き、研修会に参加してきました。

当日は高齢者住宅や地域の高齢者の方へ実際にどんな支援をしているかを動画に撮り作成したDVDを観てもらい、資料をもとに説明させて頂きました。民生委員さんからは、この地区は高齢比率が高いのに相談が来ない地区でもあるとの事で、すぐに施設入所ではなく住み慣れた自宅で暮らしていくためのサービスとして今後は相談したいと言って頂きました。

その後も地域の認知症当事者と家族の会の集まりに呼んで頂くなど地域に介護サービスを認知して頂くよう活動してきました。また、2月には米里小学校の6年生の授業で認知症サポーター講習を行うことになり、近隣のグループホームや包括支援センターと一緒に授業を行いました。小学生の頃から認知症について学び、困っている高齢者の方達を地域で守っていくという取組みは学校の校長先生とも方針が一致でき、これからも地域と一緒に頑張ってまちづくりに貢献していければと考えています。

友の会の皆さまも介護についてお困りのことがあれば白石区には在宅センターが3か所ありますので気軽に相談ください。



米里小学校での講習授業



地域での研修会

北白石在宅総合センター ☎011-879-1273
センター長 伊藤 小百合

★第41回菊水健康まつりの開催★

とき：7月12日(日) 10:00~13:30
場所：勤医協札幌病院 1階・2階

第41回菊水健康まつりを今年もおこないます！メイン会場は札幌病院1階・2階、中央ステージ、医療講演会、健康チェック、こども病院探検、職員や友の会などの出店をおこなう予定です。皆さんに楽しんでいただけるおまつりになるようがんばります。

病院探検やバザー・食べ物屋さんも予定！



★サークル活動など★

6月の友の会行事について

参加者がゲームや体操やふまねつ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。

- ◆おしゃべりサロンひまわり(第1火曜日)
6月2日(火) 11時~14時 扇愛荘(北郷3条3丁目)
- ◆みんなの食堂★きらり(第3土曜日)
6月20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。
- ◆ふまねつと教室について...
- ◆菊水ふまねつと教室(第4火曜日)
6月23日(火) 午後2時
菊水ビル4階大会議室(菊水4条1丁目)
- ◆東札幌ふまねつと教室(第3月曜日)
6月15日(月) 午後2時
東札幌会館1階会議室
- ◆東札幌UR団地ふまねつと教室(第4土曜日)
6月27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)