発行日：2026.11.1
第380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：011-820-1263
発行責任者：千葉　ひとみ
会員数（10/19）19,423 名

【2027年4月診療体制変更のお知らせ】
札幌病院 ～内科外来、眼科外来の診療体制が変更となります～

日頃より札幌病院の医療活動にご理解とご協力を賜り、誠にありがとうございます。

勤医協札幌病院は今年、一病棟60床の地域包括ケア病棟と在宅医療、高齢者の急性期患者に対応する入院機能、内科・眼科の外来機能を中心とする病院へ大きく転換し、経営的には効果が表れています。

なお安定的に事業を継続できるよう、来年4月からさらに新しい医療体制へ移行します。地域に根ざした持続可能な病院運営を目指す取り組みです。

主な変更点と今後の役割は次の通りです。

■在宅医療と入院機能の強化
引き続き「地域包括ケア病棟（60床）」を維持し、高齢者の急性期医療や社会的困難を抱える方の入院を積極的に受け入れます。また、平和通りクリニックとの連携を深め、白石区周辺の在宅医療体制をさらに強化します。



■内科外来の体制見直し
内科外来は規模を縮小し、地域医療機関からの紹介や、入院を必要とする救急外来を中心とした診療体制へ転換します。

■眼科手術の集約と連携
眼科手術は勤医協中央病院へ集約されます。札幌病院での眼科外来は縮小して継続し、手術が必要な患者さんを中央病院へスムーズに紹介する役割を担います。

勤医協札幌病院は地域の高齢者や、生活・経済的な困難を抱える方々を支える病院として、引き続き地域での役割を果たしていきます。

友の会の皆さまには、日頃より温かいご支援をいただき心より感謝申し上げます。今後の診療体制の変更により、皆さまにはご不便をおかけすることもあるかと存じますが、今後もより良い医療の実現に向けて取り組んでまいります。ご理解とご協力のほど、よろしくお願い申し上げます。

公益社団法人北海道勤労者医療協会の協力借入金にご協力ください！

札幌白石健康友の会の皆さまへ

日頃より北海道勤医協にご理解とご支援を賜り、心より感謝申し上げます。

北海道勤医協では、「寄付金」「協力借入金」「地域共同基金」へのご協力をお願いしております。少額からでも結構ですので、ぜひご支援をお願いいたします。

なお、来院でのお手続きが難しい場合は、お電話等でご連絡いただければ、ご自宅へ伺うことも可能です。どうぞお気軽にご相談ください。

院長　中野亮司

2026 「友の会活動拡大強化月間」 9月～10月
”つながろう1,100件対話
困難を抱えている人たちに寄り添い、
安心して暮らせるまちづくりを進めよう！

毎年9～10月にかけて取り組んでいる友の会活動拡大強化月間（以下、月間）が終了しました。多くの友の会員さんとお話しすることができました。

「物がどんどん値上がりし、生活が不安だ」「貯金を切り崩している。年金では暮らせない」など、様々なお話を聞くことができました。

友の会に48人が新たに入会
『いつでも元気』は3部増えました！
（10月18日現在）

ロビー行動で、「健診を受けたい」「送迎車を利用したい」と入会してくれたり、亡くなった両親が友の会に入っていたので、私も入会しますと言ってくれたりと新しい出会いがたくさんありました。

また『いつでも元気』も、札幌歯科の患者さんや入院患者さんからも「ぜひ読みたい」と申し込みがありました。

不安や困りごとはいつでも友の会へ

訪問や電話かけでは、様々な値上げ続く中で物価の高騰が落ち着かず「何とか生活をしなければ」と食費・光熱費を切り詰めるという声が多く聞かれました。しかし灯油も大幅に値上がりし、これからの冬が心配と言われる方が多いです。食事の質を落としたり、量を減らしたりすること、また交際費を削ることで社会との接点が減少することは、明らかに健康面への影響が心配されます。

皆さん、何か少しでも不安を感じたときは、遠慮せずに友の会へ、または周りの人へご相談ください。決して一人で悩まないでください。

楽しく学びました！ イキイキ「活動紹介」
健康相談会8回開催！

今年も『月間』中にたくさんの健康相談会が行われました。毎年人気の【体操】は毎回好評でした。更に今年は、社会情勢の学習希望もあり、【OTC類似薬保険外し】【どうなる？私たちの医療！】に皆さんの関心が集まりました。

身体を動かす健康相談会は、毎年好評です！▶





◀ふまねっと教室も、年々参加者が増えてきています！

～ たまには温泉でゆっくりとしませんか ～
友の会 観楓会

◆とき
11月26日（木）　集合　9：30（菊水ビル4階）
モエレ天然温泉　札幌病院着　15：00　予定

◆ところ　たまゆらの杜
お湯が自慢の天然温泉
札幌市東区中沼西1条1丁目11-10



◆参加費　3,500円

◆申し込み　友の会事務局
☎ 011-820-1263

◆受付期間　11/2(月)～11/13(金)
平日　14：00～17：00　/　土曜日　9：00～12：30



お食事は安心の椅子席です

健康なときにこそ、体をチェック！
健康診断のススメ

・まだ今年度、健診を受けていない方、受診券は手元にありますか？一度、ご確認をしてください！
・そして3月までに健康診断を受けましょう。友の会では助成金を準備してお待ちしております。





年に一度
必ずうけましょう！



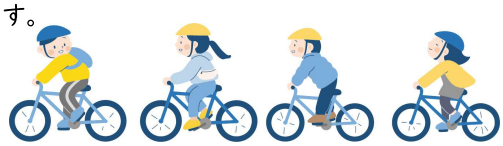
【 札幌白石健康友の会「元気」販売所 】
〒003-8510　札幌市白石区菊水４条１丁目９－２２
☎ 011-820-1263（友の会事務所）

「自転車の歩道通行」について

菊水ひまわり薬局

今年の4月から交通反則通告制度が改訂され、交通違反の取り締まりが厳しくなりました。

自転車に乗られる方は、法規がわかりにくく困っている方も多いと思われます。



特に分かりにくいのが、歩道通行に関してでしょう。

まず年齢での区分で13歳未満（子ども）と70歳以上（高齢者）は歩道でも自転車通行可能となっています。

また、自転車通行可の標識がある歩道は通行が可能です。

「ここから自転車通行可」「ここまで自転車通行可」と区分けのはじめと終わりはわかりやすいところに表示がありますが、その途中の道は何ブロックかに1枚標識があるだけとわかりずらい状況です。

私は札幌市内で自転車を乗り回すことが多いのですが、標識が街路樹で隠れていたりすることもあり、なかなかな難儀しています。札幌市内に限れば点字タイルが整備されている歩道は、8割ほどが自転車通行可のようです。

ただ、矢羽根マークで車道側に自転車レーンが設定されていたりすると歩道側は自転車通行可ではないことが多いので、実際の規制に従って自転車を使用してください。







菊水ひまわり薬局
副薬局長　井上祐樹

・～・相談室からコンニチハ・～・

大切な権利と暮らしを守る「成年後見人制度」

札幌病院

近年、身寄りのない方や一人暮らしの高齢者が増えています。成年後見制度は、認知症などにより判断能力が十分でない方に代わり、お金の管理や各種手続きを行い、安心した生活を支える仕組みです。

【主なサポート内容】

後見人は、ご本人の意思を尊重しながら、預貯金や不動産の管理、医療・介護サービスの契約手続き、悪質商法の被害防止などを支援します。

【ご利用（申し立て）の流れ】

①ご相談：
　札幌市成年後見推進センターや地域包括支援センターへ

②申立て：
　本人・親族・市区町村長などが家庭裁判所へ書類を提出

③審理・選任：
　家庭裁判所が後見人（専門家や親族など）を選任

④支援開始：
　後見人によるサポートが始まります

　関心のある方には、右欄の健康相談会でくわしくお話しをします。ぜひご参加ください。

菊水南西・北東ブロック 健康相談会　開催します！

12/8

『成年後見人制度』について

◆とき　12月8日（火）14：00～15：00
◆ところ　勤医協札幌病院１階 リハビリ室
◆講師　古川司法書士事務所 古川 良明さん（司法書士）

「聞いたことはあるけど成年後見人制度って？」「この制度は私達に関係があるの？」について、司法書士の古川さんが分かりやすく丁寧にお話します！ご期待ください。

【お申込み・お問い合わせ】友の会事務局　☎ 011-820-1263

★サークル活動など★ 11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。

◆おしゃべりサロンひまわり（第1火曜日）
11月3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）
11月21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・・・

◆菊水ふまねっと教室（第4火曜日）
11月24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 ふまねっと教室（第3月曜日）
11月16日（月）午後2時～
東札幌会館1階会議室（東札幌2条4丁目）

◆東札幌UR団地 ふまねっと教室（第4土曜日）
11月28日（土）午前10時30分～
東札幌UR団地集会室（東札幌6条3丁目 公団）

◆北郷ふまねっと教室（第3火曜日）
11月17日（火）午前10時～
北郷会館（北郷3条3丁目）

◆白石中央ふまねっと教室（第2木曜日）
11月19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・クレストふまねっと教室（第4月曜日）
11月23日（月・祝）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っと教室（第2金曜日）
11月6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）

◆菊水上町ふまねっと教室（第3水曜日）
11月18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 ☎ 820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。

