

会員数 23,265人
 班数 49班
 宅配会員 267人
 宅配部数 5,577部
 特定健診受診者数
 1,788人(9月末)

札幌東健康友の会

発行 札幌東健康友の会
 発行責任者 佐藤広美
 〒007-8505
 札幌市東区東苗穂5条1目8-3
 勤医協 共同ビル内
 011-782-3317

来てくれてありがとう



「友の会活動拡大強化月間」では、職員と友の会が地域訪問をおこない、すでに1000軒を超えています。今年9月6日に発生した北海道胆振東部地震での被害の状況などのアンケートも実施しています。アンケートの中には「地震後から子供の体調があまり良くない」「今回の停電は短い時間だから良かったが、長い間停電になっていたら心配だ」などの切実な想いが聞けたほか、「テレビのテロップで中央病院が何度も流れていて感動した」「中央病院は地震が起きても診療を継続して助かった」などの感謝の気持ちを聞くことができました。引き続きアンケートをおこなってまいります。参加した職員からは「地域で



会員が増えました



訪問にいきます



会員と職員と一緒に

10条クリニックでも対話広がる
 10条クリニックでは9月5日と10月3日に伏古地域をいっせいで訪問しました。行動には10条クリニック、新道ひまわり薬局、ふしこ歯科の職員と友の会員42名が参加、219軒のお宅を訪問し、58軒から地震の影響や、何か生活で困ったことがないかなどを伺うことができました。未だに地震の揺れのようななまめいを感じていると不安を話す方もいました。

みなさんへお願い
 友の会に入会していただける方をご紹介ください
 友の会事務局 011-782-3317 まで

どんなことが困っているか聞くことができた」「自分の働く病院が地域からどう思われているかを確認することができた」などの感想がありました。今年度の地域訪問の目標件数は2000件です。みなさんのお宅伺った際にはぜひ協力をお願いいたします。

健康相談会開催
 10月10日、北丘珠班が丘珠新栄団地会館で健康相談会を開催し、10名が参加しました。講師は研修医の森有実医師と湯浅駿医師で「うたって健康に！」のテーマで紙芝居をおこないました。医師たちは歌うことで誤嚥性肺炎を予防することができると説明。「ふるさと」をみんなで合唱しました。参加者からは自分の健康状態や物忘れについての質問がたくさん出され、森医師は「参加者の健康に対する関心の強さに驚きました」と感想を述べていました。

友の会入会コーナー開設
 10月18日より、中央病院と10条クリニックに友の会入会コーナーを開設しています。コーナーでは、友の会の入会のお誘い、各種署名のご協力をお願いしています。また、中央病院のコーナーでは、職員も一緒になってお誘いしています。みなさまのご協力をお願いいたします。

あ！停電
 (潤)
 道民生活と道内産業を守る立場に立つなら、電力安定供給を最優先にしなければならない。泊原発や厚真の大型火力発電にたよらず、再生可能エネルギーを分散配置する北海道のエネルギーの再編が必要だ。

幹事のつぶやき
 多くの方は「ブラックアウト」という言葉を初めて知ったのではないだろうか。全道が停電するなど思いもよらないことだった。故障した発電所は苫厚真発電所だけだ。そこから全道の半分の電力を供給していた。巨大発電所で大量に発電をおこなうほうが「効率的」つまり儲かるのだそうだ。全道に安定的電力供給をおこなおうとするなら、当然、各地に分散させて発電所を設置するはずだ。ブラックアウトの根本原因は北電の「儲け最優先、安定供給は二の次」の基本姿勢であり、それを許してきた高橋知事の責任は重大だ。利尻・礼文では停電しなかったそうだ。独立した系統の電力を使っているからだ。



医療費が心配な方はご相談を 011-782-9111 勤医協中央病院 (代表)

★サークル行事案内板★

会場はすべて勤医協共同ビル

(東苗穂5条1丁目中央病院 駐車場東側)

【囲碁】毎週木曜日 午前9時~午後3時
連絡先 齋藤 (791-9583)

【こども・初心者・囲碁教室】

第2・第3・第5土曜日 午前10時~午後3時
第1・第4土曜日 午前10時~正午
囲碁 連絡先 杉橋 (612-1668)
上田 (782-0688)

【社交ダンスサークル「すてっぶ」】

毎週火・金曜日 午後7時~8時30分
月会費4千円
連絡先 亀村 (090-3390-6585)

【フラダンスサークル「カトレア」】

第2・4 金曜日 午後1時30分~3時
連絡先 佐藤 (782-0942) 目黒 (782-9276)

【ふまねっと教室】 参加費無料

11月14日(水)・22日(木) 午前10時から
担当 吉岡 (214-9650)

【手作りサークル】 参加費 100円

11月3日(土) 午前10時~午後4時
連絡先 川口 (090-5224-2054)

【手芸の和】

11月19日(月) 12月17日(月)
午前10時~午後4時
連絡先: 古賀090-6695-9077

【ウォーキングサークル】

11月2日(金) 野幌森林公園
集合場所: JR大塚駅改札出口
集合時間: 午前10時00分

連絡先 眞鍋 786-3738
東友の会 782-3317

【パークゴルフサークル】当面休会します

ふれあいの家 さくら草

「おしゃべりサロン」
11月5日・19日(月)

- 開催時間: 午前10時30分~午後3時
食事とお茶・コーヒー付300円
○住所: 東区北26条東22丁目7-3
(都合の良い時間においでください)
☎: 782-3317 (事務局)
*勤医協送迎バス③新道東・元町ルート
「さくら草」付近に停所します。



▽友の会特別健診
11月11日(日)
勤医協中央病院
ご予約・問合わせは
健診センターへ
(782) 9124
▽友の会歯科健診
11月17日(土)
札幌ふしこ歯科
診療所
ご予約・問合わせ先
(784) 6810

保健講座
脳梗塞 治らない病気から治る病気へ

9月25日、中央病院みなくなるで、脳血管診療部長の河野龍平医師を講師に保健講座を開催し、22名が参加しました。

脳梗塞、脳出血、くも膜下出血などの病気の違いや、脳梗塞の病態、脳卒中かもしれない症状について、スライドを使ってわかりやすく説明しました。

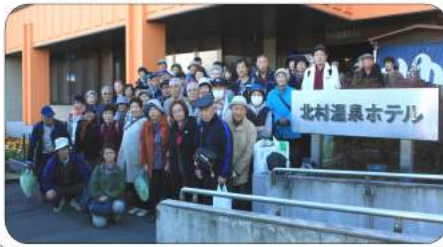
また、現在中央病院でおこなわれている治療法である「血栓溶解療法」と「血栓回収療法」について、実際にあった症例を提示しながら、どういった治療法なのか詳しい説明がありました。

参加者からは、「脳梗塞の症状が出た時に、どこの病院にどうやって受診したらよいか」「すぐに救急車を呼ぶべきか、歩けるのなら徒歩で受診すべきか」などの質問がたくさんでした。
河野医師は予定時間を超えてもすべての質問にひとつひとつ丁寧に答え、参加者は理解を深めることができました。



目帰りに温泉ツアー

10月17日、秋の温泉ツアーに70人が参加して北村温泉に行ってきました。
昼食交流会では、研修医の紙芝居「ご老公が、転んだら」で転倒の危険性や予防方法を説明し、カラオケやビンゴゲームをして盛り上がりしました。



SOSネットワーク札幌東
無料なんでも相談会

日時: 11月14日(水) 12時~15時
場所: 勤医協共同ビル1階会議室
(東苗穂5条1丁目8-3)
生活保護、法律、医療費、介護のことなど気軽にご相談ください
費用はかかりません
主催: 東区社会保障協議会

＜お詫びと訂正＞

10月号の地震の記事で誤りがありました。中央病院は「災害拠点病院」ではありませんでした。お詫びして訂正いたします。

健診のおしらせ

特定健診・各種がん検診(友の会助成あり)・歯科検診を受けましょう。平日も健診を実施しています。ご都合の良い日を決め、お電話下さい。

- ボランティア
作業日のご案内
○古布切り
11月7日(水)
9時30分~
○友の会新聞
郵送・宅配作業
11月26日(月)
9時~
*どちらも東友の会事務局集合(共同ビル)
○車いす清掃
11月12日(月)
12時20分~
*中央病院1階
ボランティア室集合
☆外来ボランティア・図書ボランティア募集中
連絡先
782-3317

憲法宣伝

- ☆11月9日(金)
美香保団地
(北17条東10丁目)
☆11月25日(日)
東区役所前
午後1時友の会事務所
現地は午後1時30分集合

保険料が払えないなど困っていませんか
国保・介護・後期110番
相談日 11月29日(木)
午前10時~12時
ご相談の方は、事前にご連絡下さい。
電話 723-3366
(事務局:東区生活と健康を守る会)