

会員数 21,766人  
 班数 49班  
 宅配会員 237人  
 宅配部数 4,497部  
 特定健診受診者数 2,259人(2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 阿部真智子  
 〒007-8505  
 札幌市東区東苗穂5条1丁目8-3 勤医協 共同ビル内  
 011-782-3317

## 無料低額診療をご存知ですか

道内では50を超える医療機関で無料低額診療事業（以下、無低診）を実施しています。

- 生活の困窮により、医療費または老人保健施設入所費用の支払いが困難な方
- 国民健康保険の短期保険証、資格証明書が発行され困っている方
- 病気や障害、失業など収入がなくなり困っている方
- 医療費の支払いをすると生活が困難になる方
- 就学援助を受けている世帯の児童・生徒・同居家族
- 高校生等奨学給付金を受けている世帯の児童・生徒同居家族（高等学校等就学支援金ではありません）

そのうち北海道勤医協では、4つの病院と17の診療所すべてで無低診を行っています。

この事業の対象者は、病気や失業などで収入が減少した方、慢性的な低年金で預貯金が少ない方、就学援助世帯等です。医療費の一部負担がかからないので自己負担なく受診することができます。セーフティネットとして知られている生活保護制度に比べて収入証明の提出などで済むので比較的容易に制度を利用できることが特徴です。

この間の事例では、「癌の治療が高額で医療費の支払いが難しい」「灯油代が高く、年金生活なので医療費の支払いが難しい」「コロナの影響でパート収入が減少した」「子供が就学援助の認定を受けている」こんな相談の方に利用いただいています。

相談先：中央病院医療福祉課(直通 ☎782-4660)  
 ・北海道勤医協各病院・診療所

## 第28回札幌東健康友の会 総会開催



会長  
阿部真智子

3月24日総会を開催しました。感染予防のため、昨年同様参加人数を制限して行いました。

21年度は新型コロナウイルスが感染拡大する中、班会・健康相談会・憲法宣伝・サロンなどの活動が続きましたが、友の会のスローガン「誰もが安心して暮らせるまちづくり」を実現するために、今できる活動を旺盛に取り組み

会員さんとのつながりをもつため電話などで「お元氣ですか」「困りごとはありませんか」と声をかけを行い、コロナ禍でも友の会らしい活動をと、模索してきました。今年度も、これまでと変わらず感染予防をしっかりと行い、あった時には友の会へ、友の会が活動できなかったところへ、せ取り組んでいきます。総会の最後に、ロシアによるウクライナへの侵襲、ロシアの軍事行為に強く抗議し、ロシアのウクライナへの侵襲を即時止めるよう特別決議を確認しました。



### 中央病院・新型コロナワクチン追加接種【3回目】4月分のご案内

中央病院では、4月、5月、6月の期間新型コロナワクチン追加接種（3回目）の予約を行います。18歳以上の方で、接種券がお手元に届いている方が対象です。予約希望の方は下記専用番号へお電話ください。

- 4月接種予定日 (※定員になり次第終了となります)
- 金曜日午後 4月8日・15日・22日
- 土曜日午前 4月2日・9日・16日・30日

病院専用電話 ☎070-7405-2266

【予約受付時間】  
 平日午後1時30分  
 一午後4時30分

友の会事務所 ☎011-782-3317

### 2022年度役員紹介

- 会長 阿部 真智子  
 副会長 岩本 萬  
 小林 雄一  
 目黒 貴美子  
 森真知子  
 吉岡 恒雄  
 佐藤 実千子  
 大須賀 峰敏  
 十河 一雄  
 高田 和昌  
 吉岡 ゆう  
 幹事46名  
 会計監査2名

### 幹事のつばき

昨年9月末から12月にかけて、二女の住む米カリフォルニア州の都市オレンジカウンティに滞在して来ました。空港を出てまず驚いたのは、片側6車線の広い道路と蛇のように延びるハイウェイ、そして日本の車の多いことでした。さらには日本の家電商品の多さにはまるで日本に居るのかと錯覚するほどでした。日本は多くの工業製品を輸出し、代わりに農産物を輸入させられていることを実感しました。ショッピングモール等ではほとんどの人がマスク着用。その一方で、レストランではマスク無しで飲食、日本のように仕切りもなく客もいっぱいで賑わっていました。ワクチン接種については希望の日とワクチン予約。娘の3回目と一緒の薬剤師さんに接種してもらいました。国籍も問われず、念のためのパスポートも不要、あつけないほど簡単でした。日本の大騒動は何なのか、不思議です。

参考までに、海外渡航検査費用は日本では4万円、アメリカはその半分以下でした。

(庄)



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)

●かかりつけ薬剤師について知りたい！

あなたの『かかりつけ薬剤師』がお薬の「どうしよう？」を一緒に解決します

東区ひまわり薬局薬剤師 広奥 智恵



みなさんかかりつけ薬剤師という言葉を目にしたり聞いた事はありませんか？今日は、知っているようで知らないかかりつけ薬剤師についてお伝えします。

かかりつけ薬剤師とは、薬のことはもちろん健康や医療に関する豊富な知識と経験を持ち、患者さんの様々な相談に応じるあなた専門の薬剤師です。かかりつけ薬剤師は、誰もがなれるわけではなく、かかりつけ薬剤師としての知識や経験など、厚労省の決めた基準をクリアした薬剤師だけがなることができます。

かかりつけ薬剤師を登録すると、毎回同じ薬剤師がお薬をお渡しします。ので安心してお薬をお使いいただけます。

「薬の飲み方はどうだったかしら？」 「薬がたくさんあって訳が分からなくない？」 「市販薬と一緒に飲んでいい？」 「新しい薬を飲んでから調子が悪いような気がするけど薬のせいかしら？」 「薬や治療、病気について聞きたいけど先生も薬局の人も忙しいから聞いていい？」 「こんな風に思うことはありますか？」

複数の医療機関から処方された薬や、市販の薬剤師

『かかりつけ薬剤師』あなたもぜひご登録を！



- ・新道ひまわり薬局 伏古10条クリニック隣
- ・東区ひまわり薬局 中央病院向かい側

がまとめて管理します。また薬の重複や相互作用、効果や副作用なども同じかかりつけ薬剤師が継続して確認しますので安心です。

また薬のことだけでなく健康食品や日々の健康に関する様々な相談も受け付けています。

ひまわり薬局には多くのかかりつけ薬剤師が働いています。ぜひご登録ください。

ご希望の方は、薬局窓口へお声掛けください。手続きには契約書の記載が必要です。1回の利用につき負担割合によって60円〜1000円程度のお薬代がかかります。

署名を... お願いいたします



住所変更の連絡をお願いします

引っ越しなど住所を変更されたときは、下記までご連絡をお願いします。

☎(782)3317

◆活動は中止しています

- ・おしゃべりサロン
- ・ボランティア活動
- ・サークル活動
- ・健康相談会
- ・ふまねっと教室

▽お問い合わせ

☎(782)3317

友の会新聞 郵送宅配作業について

- ・宅配の準備は4月26日(火)午後
- に整えます。
- ・郵送作業は引き続き中止です。

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 4月28日(木)  
午前10時~12時  
※ご相談の方は事前に下記までご連絡下さい。

☎(723)3366 (東区生活と健康を守る会)

憲法宣伝

◆4月9日(土)

東区役所前

◎午後1時30分開始

感染状況により中止とする場合があります。お問い合わせは右記へ。☎(782)3317

ほっと元気ふしこ

ほっと元気ふしこは、へくの開催クリニックへ直接お問い合わせください。

お問い合わせ ☎(786)5588



勤医協 伏古10条クリニック ☎(786)5588

勤医協中央病院 中央病院健診センター 1 ☎(782)9124

4月は新しい年度のはじまりです。年に一度は特定健診、がん検診を受けましょう。予約はお電話でご相談下さい。友の会員は助成があります。

健診のお知らせ