＜2026年4月末現勢＞
会員数　20,566人
班数　47班
宅配協力者数　234人
宅配部数　4,376部
特定健診等(4/1～)　139人

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

第32回 札幌東健康友の会「総会」を開催



4月18日、中央病院で開催した東友の会総会には、63人（友の会員38人、職員25人）が参加しました。



阿部会長は冒頭、４００回目の憲法宣伝に触れ、「本当にすごいこと。宣伝が必要ないのが一番ですが、世界のひどい情勢と憲法を変えようとする恐ろしい動きがあります。誰もが安心して住み続けられるまちづくりを進めるためにも、みなさんの力をかりながら運動をすすめたいと思います。１年間よろしくお願いします」と呼びかけました。

まとめと方針

大須賀事務局長が、昨年度のまとめと決算を報告し、26年度方針と予算を提案。討論では班やサークル、ボランティア、事業所から10人の発言がありました。

産婦人科の新たな展開

中央病院の西岡副院長は、中央病院での産婦人科の新たな展開について報告、「札幌病院では57年間、経済的に困難な背景をもつ妊婦さんに寄り添い、行政や地域と連携して母子の将来につなげる医療を実践してきた。出産をゴールではなくスタートと捉え、中央病院でもこの理念を継承し、入院助産制度の活用、無痛分娩の開始に取り組み、さらに性教育などを通じて地域全体で誰もが自分らしく生きられる環境づくりを友の会と一緒にとりくみたい」と話しました。

最後に、すべての議案と新しい役員体制が拍手で確認されました。





中央病院 湯野暁子院長 あいさつ

地域との「架け橋」に

昨年は、過酷な医療情勢のなか、法人内や地域での医療連携を強化しながら病床稼働率や救急車を断らないとりくみを前進させてきました。今年は「愛・合い・AI」を合言葉に、人と対話を大切に「育ち合い・支え合い・学び合い」で新しい医療の形をつくっていきたいと考えています。

友の会のみなさんには、ぜひ地域との架け橋になっていただきたいです。中央病院が「地域医療支援病院」の役割を担い、地域連携で患者さんを診ていく仕組みがすすむ一方、当院へ通院継続ができず「見放された」と思われる患者さんがいるかもしれません。私たちの医療機能を理解していただき、連携のなかで診ていくということをご説明いただけると大変うれしく思います。

また、次世代に向けてみなさんが「大切にしてきたこと」を「みなさんの言葉で」言語化して伝えてほしいです。特に平和や憲法のことでは納得と共感が大切です。日常的に対話できる関係づくりや、研修世代の教育にもぜひご協力をお願いいたします。

中央病院が「地域医療支援病院」に認定されました

中央病院は３月３１日、北海道知事により札幌市内９番目、東区では初めての「地域医療支援病院」の承認を受けました。

その役割は、地域の「かかりつけ医」・医療機関と連携して、地域で必要とされる急性期医療、高度な専門医療を提供することで、二次救急の分野で地域医療をささえることにあります。専門治療や手術を必要とする患者を地域の医療機関から受け入れ、救急の分野では「救急車を断らない」運営をめざすとしています。

26年度 役員紹介

会　長　阿部 真智子
副会長　近藤 良明
　　竹下 満高
　　福士 慧子
　　宮川 潤
　　目黒 貴美子
事務局長　大須賀 峰敏
事務局次長　小林 雄一
　　高橋 えり
　　樋口 厚子
　　平野 純生(新)
　　湯本 亘
他、幹事42名・会計監査2名

幹事のつぶやき

３月に北大病院で緑内障の入院手術を行いました。40代後半に偶然見つかって、20年以上の点眼薬治療を経て、失明予防の手術でした。初めての目の手術でそれも局所麻酔（意識ある）なので、当日は不安なまま手術室に入りました。でも、１時間の手術中、執刀医の声がけが絶妙で、途中からは不安も消え、無事手術を終えることができました。

同室の患者さんには両眼が緑内障で視力がほとんどないという方もおられ、緑内障外来にはいつも大勢の患者さんが来ています。

目に違和感がなくとも、40代になったら眼科で緑内障の検査を受けることを強くお勧めします。

ところで、看護師さんに聞くと医師は遠くは帯広まで全道をまわって診察しているということでした。しかし、このように重要な役割を担っている大学病院や地域の拠点病院である公立病院の７割以上が赤字になっています。

こんな日本の医療政策、なんか変だと思いませんか？（十）



案内版

◎会場は主に「勤医協共同ビル１階」
中央病院東側駐車場の向い
◎お問い合わせ:東友の会事務所 TEL782-3317

健康相談会や健康体操など

○ **ふまねっと教室**
6月10日・17日(水) 10:00 ～ 11:00
吉岡 TEL214-9650

○ **栄東ふまねっと運動**
6月8日(月) 10:30 ～
栄新和町内会館(北48条東10丁目3-8)

○ **ほっと元気ふしこ**（定員30名）
→申し込みは伏古10条クリニックへ

○ **東区ひまわり薬局(中央病院向い)**
「かんたん！血圧・心電図測定会」会場:薬局
6月13日(土) 9:00 ～ 12:00（15分程度）
＊都合の良い時間にお越しください TEL786-8700

サークル

参加費100円
雨天中止

○ **ウォーキング 6月16日(火)**
八紘学園ポプラ並木コース（申込:TEL782-3317）
地下鉄南郷18丁目駅改札口 **10:00** 集合

○ **囲碁 6月1日(月)・8日(月)・13日(土)**
20日(土) 9:00 ～ 12:00
＊会員募集中！(初心者・女性・級位者歓迎！)
佐々木TEL783-3021 ／北條TEL773-0660

○ **手づくり 6月6日(土) 9:30 ～ 12:00**
橋場TEL782-5108 ／竹田TEL782-5968

○ **社交ダンス すてっぷ 毎週火・金**
19:00 ～ 20:30 ちひろダンススクール
亀村 TEL090-3390-6585

おしゃべりサロンなど

○ **おしゃべりサロン さくら草**
6月15日(月) 10:30 ～
ふれあいの家さくら草(北26条東22丁目7-3)

○ **おしゃべりサロン さくらんぼ**
6月9日(火) 13:30 ～ ふしこ地区センター2階

○ **ふれあいサロン りれい**
6月19日(金) 10:00 ～ 利尻礼文会館

○ **おしゃべりカフェ 6月17日(水)**
13:00 ～ 15:00 東雁来自治会館

○ **いきいきサロン 6月27日(土) 12:30 ～**
東雁来自治会館(東雁来7条1丁目12)

ボランティア

＜病院ボランティア＞

○ **布きり 6月2日・16日(火) 9:30 ～ 11:00**

○ **車いす清掃**
6月9日(火) 12:30 ～ 13:30

○ **病院案内 月～金 9:00 ～ 11:00**

○ **図書**「患者図書室こらぼ」**月～金(半日)**
10:00 ～ 12:00 ／ 13:00 ～ 15:00

募集中

＜友の会新聞作業ボランティア＞

○ **ラベル貼り作業 … 6月23日(火) 9:30 ～**

○ **郵送作業 … 6月26日(金) 9:00 ～**

＊午前の都合の良い時間に共同ビルへお越しください

7月号の宅配 ⇒6月26日(金)午後からお渡しできます

～憲法は財産！ 平和と人権を守ろう～



５月１日、「力による支配にあらがい、平和と人権を守ろう」をスローガンに、メーデー北海道集会が中島公園自由広場で開催され、１３００人が参加しました。参加団体によるステージ上からの要求アピールに会場から共感の拍手が寄せられました。集会後は、初夏を思わせる天気のなか、狸小路までデモパレードが行われました。

東友の会から参加した１９人も「憲法は財産！子や孫に残したい」などプラカードを手に元気にアピールしてきました！





＼満開の桜を堪能しました／

ゆっくり 歩こう会

＊コスモス班＊

４月３０日、今年初めての歩こう会には１１人が参加、なかよし公園から伏古公園、一の村公園へと歩き、満開の桜を堪能しました。

健脚の方もゆっくり歩きの方も最後はみんなで完歩することができて、桜の見事さとともに感動しました。

健康相談会のご案内

→お問合せ・お申込みは友の会事務所（TEL・FAX 782-3317）まで

● **6月11日(木) 10:00～ 「からだとこころの健康～毎日を生き生きとくらすために～」**
講師:伊古田明美医師 （主催:コスモス班） 会場:ふれあいの家さくら草 (北26条東22丁目7-3)

● **6月11日(木) 14:00～ 「産婦人科のおはなし」**
講師:西岡利泰医師 （主催:若葉班） 会場:東雁来自治会館 (東雁来7条1丁目12-12)

● **6月22日(月) 13:30～ ①健康体操・脳トレ ②免疫を高める簡単レシピ**
講師:山平有希子管理栄養士 （主催:どんぐり班） 会場:栄西地区会館 集会室B (北39条東4丁目1-1)

第402回
憲法宣伝
6月9日（火）
13時30分 開始
ウィズマート丘珠店付近
（北丘珠3条1丁目）

特定健診・がん検診を受けましょう！

＊友の会員は「特定健診」「がん検診」の一部助成があり、友の会付加健診「胸部レントゲン・心電図・貧血検査・クレアチニン・尿酸・尿検査」が無料追加となります。

勤医協中央病院
健診センター
伏古10条クリニック
（782）9124
（786）5588

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)