

多くの会員さんに繋がった月間



9月から10月「増やし、繋がり、広げる月間」の取り組みを行い、たくさんの方の話を聞くことが出来ました。訪問では、署名「現行の健康保険証を残してください」にもたくさんのご協力をいただきました。

日頃思っている事、心配事や要望などを聞き、「困ったことがあったらまずは友の会に相談しよう」と言っていたりするように取り組みを進めてきました。ありがとうございました。みなさんからいただいたお話の一部をご紹介します。



- ・【医療・介護について】他の病院にかかっている、病院代の他にもタクシー代がかかるので、薬がなくなっているのだからまだ受診していい。
- ・友の会バスは私も乗れることを知らなかった。話を聞かせて欲しい。
- ・来年80歳だが介護も何も受けていない、足が不自由になって来たのでどうしたら良いか。
- ・今はかかりつけに自家用車で行っているが、冬場や年を取ったらどうしようかと思っている。
- ・【生活について】近所のアパートの方が生活費が大変だと言っていた。
- ・物価高でかなり節約している。
- ・【保険証残して署名について】夫がデイサービスに通っていて自分も夫も手続きに行けないので本当に困っている。
- ・マイナンバーカードになってしまふと有珠の沢から役所に申請に行けないよ。
- ・自分はマイナ保険証を作ったが、保険証が無くなると困る人がいることを知った。
- ・マイナ保険証は、今は自分でもできるけど将来がね、パソコンも自分はやれるけど出来ない人は大変だと思ふ。
- ・マイナ保険証は一つにまとまるから便利だと思う。ただ落としてしまった時の不安や国に経済状況を管理される事に恐怖感がある。

苦小牧健康友の会 友の会だより

発行所
苦小牧健康友の会
所在地
苦小牧市見山町
1丁目8-23
電話 72-3291

発行責任者
竹田 登紀子

市民の思いが届いた 医療費助成拡大!



10月23日、苦小牧市は、現在中学生までの入院のみを対象としている助成を、2024年8月から、通院、入院ともに高校生3年生まで拡大する方針を固めました。

子ども医療について、子どもの貧困が問題となっている一方で、無料低額診療に該当する経済状況であっても当院の診療科目では対応できないことがあり、以前より院長や医療福祉課をはじめとする多くの職員がこの問題に取り組んできました。

市長懇談では2017年から、子どもの医療費助成の対象年齢を通院と入院ともに中学生卒業まで拡大するよう要望しました。また、「苦小牧社会保障推進協議会」でも署名活動を展開し、地域の皆さんと協力し、4,903筆を提出するなど苦小牧市へ粘り強く要望していました。この事は苦小牧民報でも報道いただきました。

現在、苦小牧市内では、障がい者などの交通弱者の貴重な移動手段である介護タクシーの業者が撤退し、病院としても患者さんの転院や搬送に支障をきたしています。引き続き、苦小牧社保協などと一緒に、運動をすすめてゆきます。

社会保障推進協議会代表...宮崎

インターネットでも過去の友の会だよりもご覧いただけます。スマートフォンなどでQRコードを読み取りください。



健康講座 Vol.32

「人生会議」はじめませんか

勤医協苦小牧病院 入退院支援室 斉藤看護師

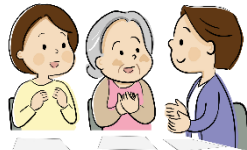
アドバンスケアプランニング (ACP) という言葉をご存じでしょうか? 愛称として「人生会議」と呼びます。



★「人生会議」ってなに?

将来の人生をどのように生活して、どのように医療や介護を受けて最期を迎えるかを計画し、ご自身の考えを心づもりとして、家族や近い人、医療やケアの担当者とあらかじめ意思決定しておく取り組みを、アドバンスケアプランニング (ACP) といいます。

愛称として「人生会議」と呼びます。



★将来でいよいよとなった時

どのような最期を迎えたいか、考えた事はありますか。

痛いのは嫌だ、寝たきりで意識もない状態になったら、人工呼吸器はつけてほしくない。いや、私はできるだけ延命治療もして努力してほしい。などいろいろな考えがあると思います。そのような心づもりを、どなたかと話し合ったことがありますか?

★いざとなった場合

ご自分の意思を表すことができないこともあります。

縁起でもないとは避けられるのではなく、向き合うようにしましょう。「お心づもり」は将来変わることもあるので、繰り返し確認されると良いでしょう。

医療・看護・介護・福祉の専門職チーム
が皆さんの「お心づもり」を支えます。

* 当院外来待合室において、「わたしの希望」パンフレットを置いてありますので、ご自由にお持ちください。不明な点は職員に声掛けしてください。

《12~1月の予定》

お問合せ・お申込みは、友の会事務所へご連絡をお願いします。 ☎ 0144-72-3291

★スタンディング行動

「平和憲法を守る」 12月1日(金) 13:00~ 病院前交差点 15分程度

★ふまねっと教室(ふまねっと部)

12月2日(土) 12月16日(土) 1月~2月はお休みします 各日とも10:00~11:00 勤医協苦小牧病院会議室

★ふれあいサロン(居場所づくり部)

12月20日(水) 1月17日(水) 見山東福祉会館 10:30~12:00

★車いす清掃(ボランティア部)

12月6日(水) 13:30~ *ボランティア募集中です!

★健康教室(健康づくり部)

12月5日(火) 14:30~ *詳細は先月のチラシをご覧ください

★見山松風班

健康サロン 見山東福祉会館 12月8日(金) 1月~2月はお休みします

★うさとブロック

ふまねっと 13:30~ 12月18日(月) 有珠の沢会館

★東部ブロック

「ハッピーダンス」 12月12日(火) 10:00~ 住吉コミュニティーセンター

シリーズ50 宅配者紹介

東部ブロック 大久保 淑子さん



友の会新聞の宅配の手伝いを再開して3年になります。夫の介護の時には友の会の皆さんにお世話になり、本当にありがたかったです。健康でいることの大切さをつくづく感じました。季節の移ろいを感じますね。春に雪が解けて近所の公園にたんぼ

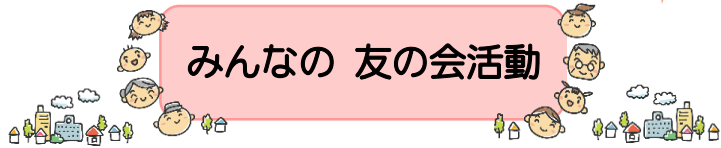
ぼが咲き乱れ、そして小学校の前の桜が咲き始め、心うきうきです。今年の夏は本当に暑かったです。そして冬はもうすぐそこに来ている。そんなことを感じながらほんのわずかな部数ですが、宅配を済ませると何となく充実感に満たされます。

病院回り清掃 ボランティア部

7月に予定していた病院回り清掃は悪天候のため中止となり、10月18日に今年初めての清掃となりました。昨年同様に落ち葉を拾う作業で、天気にお恵まれて1時間でボランティア袋30個になりました。 9名の参加で、初めての方 や、病院の荻生事務次長も参加されました。 12月には車いす清掃の予定です。(ボランティア部本波)



みんなの友の会活動



“親睦・交流・学び・語らい”

10月27日おむすび班・かえで班 合同「語らい喫茶店」に、松田放射線技師と沢井検査技師の講演で「検査でわかること」健康相談会を開催しました。エコーやCTなどの画像の見方や検査数値についての説明があり、質問にも丁寧に答えていただきみんな納得でした。(錦岡：荒川)



宅配者世話人交流会

10月17日健康相談会「マイナンバーカードと健康保険証に関わる問題について」のテーマで中田総務係長のスライドを見ながら丁寧に説明いただき、参加者から疑問不安など話され、やはり保険証はそのまま残して欲しいと意見があがりました。(東部：大久保)



パークゴルフ

9月30日しらかばパークゴルフ場で16名の参加で2回目のパークゴルフ大会を開催しました。4組に分かれて9ホールを2回回りプレーを楽しみました。「楽しかったまたやりたいね」との声も出ておりました。(西部：梅沢)

果物狩りバス旅行

10月4日、42名の大所帯でバスに乗り、四季彩街道、果樹園、壮瞥道の駅、大滝きのこ王国を回る旅行を行いました。初めて行く園でしたが丁寧な対応で、楽しく過ごすことができました。(西部：斉藤)



ミニディなごやか

10月24日ミニディなごやかを開催しました。健康体操に始まり、参加者全員の一人一言発言では皆さん元気な様子でした。今回は「マイナンバーカードと保険証」学習会に地域健康課浦野課長の講師の丁寧な説明に、皆さん現行の健康保険証はなくてははいけないと改めて感じとても良い学習会でした。(沼ノ端勇弘：西谷)



健康相談会とレクリエーション

11月1日山手・北光地区の皆さんを主に健康相談会「糖尿病にならないための食事」を病院の小嶋管理栄養士からお話を伺いました。学習の後は初めての「ポッチャ」を楽しみました。60代から90代までの参加者で山手ブロック世話人の山谷さんから指導と説明を受け「あら！まあ〜！えー！」の絶叫と笑いの中終了しました。(山手：小形)



足指がり・いグけは他も子で「冬ごもり」
指は続の目縞。殆の関育生活る。冬ごもり
あり白く黒のはアど哺わはし。家族
あり、大きく・さ周尾太イだ類。雄



アライグマ



エゾタヌキ



エゾタヌキ

中型犬ぐらいの大きさ、臆病なため殆ど夜行性でめつたに目につかない。ミミズ・木の実に昆虫・魚・残飯などの雑食性である。イヌの足跡に似る(イヌ科)。ふさふさした尻尾、短い足のため雪に弱い。木登りはうまい。巣穴は下草の茂った林の中、斜面にできた自然の穴、キツネの巣穴なども利用する。タヌキ寝入り：びっくりすると本当に気絶し、外敵をやり過ぎず。数頭のタヌキが決まるところに糞・性別・年齢・体調・食べ物などの情報交換をするという。

シリーズ34 苦小牧の自然 エソタヌキ 谷口勇五郎

