

# 苦小牧健康友の会

# 友の会だより



## 友の会活動を支える

### 担い手づくりの年に

苦小牧健康友の会 会長 竹田 登紀子



会員のみなさま、新年明けましておめでとうございませう。  
昨年はコロナの扱いが2類から5類に引き下げられました。友の会は感染対策を講じながら活動をおこないました。

そんな制約の中、9月に4年ぶりの健康まつりを市民会館大ホールを会場にして行うことができました。この行事のなかで、皆さんに元院長の宮崎名誉院長と新しく院長になられた松本院長の二人を紹介する機会を持つことができました。4年間に苦小牧病院や薬局・福祉会に

入職さんを紹介する機会と、啓北中学校のブラスバンドやフラダンスと合唱サークルの発表の場を持つことは大きな成果でした。参加された方々から「ゆつくり聞くことができ良かった」と声をたくさんいただきました。準備に奮闘くださった職員や役員の皆さんお疲れ様でした。今年、青空の下で多くの会員のみなさんと共にお祭りができることを楽しみにしております。

さて、昨年はマイナビカードについての学習に力を入れ、錦岡ブロックを皮切りにいくつかのブロックが病院の職員さんや市会議員などを講師に学習会を開催し、9月10月の会員訪問時には積極的に署名を訴えて歩きました。「現行の保険

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

証を残してください」との訴えは反響がよくたくさん署名が集まり、署名数は1200筆を越えました。世界に誇る日本だけが持つ「皆保険制度」が無くならないよう引き続き署名を広げましょう。

昨年は原水爆禁止世界大会長崎大会に4年ぶりに友の会から代表を派遣してきました。今世界では、ロシアのウクライナ侵攻、イスラエルのパレスチナへの攻撃が、世界中の良識を持つ人達を失望と怒りに駆り立てています。世界核兵器廃絶運動は賛同国を増やしながら続けられ希望の光となつていきます。こうした情勢の中、私たちにできることはSNSやスタンディングアップ、署名など様々な方法を駆使し、声をあげていくことが大切です。

2024年は「平和で安心して住み続けられるまちづくり」の運動をより一層広げ発展させていきたいと思つています。皆さんのお力をお貸しく下さいます。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

## 勤医協苦小牧病院 院長 松本 巧



友の会のみなさま、新年あけましておめでとうございます。この友の会だよりを手にしているあなたにとつて、昨年はどのような1年だったでしょうか。私個人としては昨年夏に肺の感染症で勤医協苦小牧病院と勤医協中央病院に入院し、自分が患者の立場に

なつて職員のみなさんと向き合うことになりました。私にだけでなく、多くの患者さんに温かな言葉をかけている沢山の職員の姿を目にし、手前味噌ですが、忙しい中でも優しい気持ちを持って患者さんのために一生懸命働く姿を見て、「職員たちの日々の地道な努力を無駄にせずより良い病院を作っていきたい」と気持ちを新たにしました。現在は元氣になり、沢山の患者さんからお見舞いの言葉をいただきました。この場をお借りしてお礼申し上げます。

昨年、久しぶりに健康まつりを開催でき、皆様の前で直接院長就任の挨拶ができてほつとしています。これからも友の会のみなさんと一緒に住み良いまちづくりに取り組みたいと思つています。お力添えをどうぞよろしくお願ひいたします。

## 勤医協苦小牧在宅総合センター センター長 大門 真



新年あけましておめでとうございます。今年、地域訪問行動や健康祭りなど活動が再開し職員が参加できました。訪問の際「近所に勤医協があつてよかつた」といった声を直接聞くことができました。

介護分野は事業所の廃業やヘルパー不足が深刻で、施設の利用や通院手段がますます困難になつていく状況です。昨年12月に苦小牧市と懇談し介護事業存続の危機を伝え、市としての取り組みをうかがいました。すぐ好転するような結果は得られたわけではありません。月間の取り組みの

経験を活かし、地域の声を聞きながら介護制度の問題を発信することも重要だと感じております。継続的かつ職員内で広がりを持つよう、取組みを進めていきたいと思つています。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。

## 苦小牧ひまわり薬局 薬局長 五十嵐 栄一



友の会のみなさま、新年あけましておめでとうございます。や去痰薬（痰きり）もより一層不足している状況にあります。北海道民医連の薬剤師と協力しながらこれらの諸問題について改善できるように望んで行きたいと考えております。

テレビや新聞などの報道にもありますように、一部の地域だけでなく全国的に様々な医薬品の供給不足がここ数年続いています。昨年9月以降、咳止め薬

貴重な経験をさせていただいた友の会の皆様ありがとうございました。2024年度も友の会の活動に参加させていただきます。共に学びそして安心安全に皆様が生活できますよう努めていきたいと思つています。本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。





# みんなの友の会活動

## 1年を振り返って 2023 → 2024

**③ 八区ブロック**  
**2023年**は健康相談会「物忘れについて」を開催したくさんの方に参加いただきました。**2024年**は運動や食事面での健康相談会を開催出来ればと思います。**皆さんへ**ご近所で友の会新聞を配ってくださる方を募集しています。  
 (越智則子/緑町)



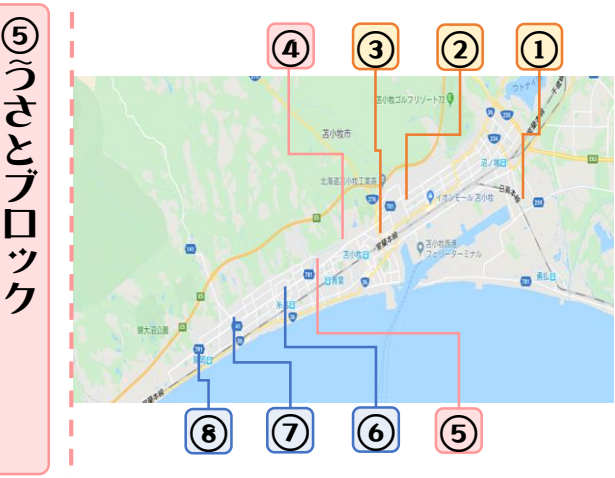
**② 東部ブロック**  
**2023年**は宅配者・世話人交流会で学習会を開催しました。**2024年**も引き続き月一回のハッピーダンスを行います。**皆さんへ**ハッピーダンス参加の方や、世話人さんを募集しています。  
 (大久保淑子/三光町)



**① 沼ノ端勇払ブロック**  
**2023年**はミニディを再開し、学習やレクレーションやパークゴルフも行い交流ができました。**2024年**は日帰りのバス旅行を考えています。**皆さんへ**友の会新聞の宅配者を募集しています。  
 (山畔年子/北栄町)



**2023年**は感染対策をしながら春は桜を主に自然観察、夏はウォーキング。ふまねっとも毎月行いました。「こどものお弁当支援」を夏休み・春休みに継続して取り組みました。**2024年**も昨年同様に取り組みます。バス旅行も考えています。  
 (内田弘隆/有珠の沢町)



**④ 山手ブロック**  
**2023年**は人数を制限しながらですが「新聞宅配者世話人ミニお出かけ」「地域を限定した健康相談会」を開催しました。**2024年**は健康相談会など行事を増やすよう頑張っていきたいと思ひます。  
 (畠山忠弘/北光町)



**⑧ 錦岡ブロック**  
**2023年**は宅配者交流会や学習会・健康相談会を開催したり新しい会員さんとの交流も出来ました。**2024年**は小規模でも新年交流会を企画準備しています。**皆さんへ**世話人・ご近所で友の会新聞の宅配をしてくださる方を募集しています(石圭子/のぞみ町)



**⑦ ときわ澄川ブロック**  
**2023年**は川沿公園遊歩道ウォーキングや健康教室、サロンを開催し交流しました。**2024年**はアルデンで焼肉を食べ散策もしたりサクランボ狩りツアーもやりたい。**皆さんへ**新聞の宅配・世話人をしてくださる方を募集しています。  
 (相澤綴子/ときわ町)



**⑥ 西部ブロック**  
**2023年**は果物狩りやふれあいサロンなど会員さんの要望を取り入れながら交流を行いました。**2024年**は年間を通して行事を行います。**皆さんへ**フレイル予防し健康で楽しい生活を送るために誘い合っご参加ください。地域でのつながりを広げてください！  
 (齋藤淑子/しらかば町)



**年に一回は健康管理のために健康診断とがん検診を受けましょう!!**

特定健診は、糖尿病や高血圧症、脂質異常症などの生活習慣病の発病・重症化の予防を目的として行われる健診です。併せて苦小牧市がん検診もおすすめています。

**苦小牧市の特定健診クーポンは2月29日までとなっております**

★1〜2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。  
 ☎ 0144-721-3291

★スタンディング行動「平和憲法を守る」  
 1月は休会  
 2月2日(金) 13:00〜  
 病院前交差点 15分程度

★ふまねっくと教室(ふまねっくと部)  
 1月〜2月はお休みします

★ふれあいサロン(居場所づくり部)  
 1月17日(水) 2月21日(水)  
 10:30〜12:00  
 見山東福祉会館

★学習会(教育学習部)  
 1月30日(火) 14:00〜  
 苦小牧市民会館  
 \*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  
 1月〜2月はお休みします

★つさとブロック  
 ・ふまねっくと  
 有珠の沢会館  
 12月18日(月) 13:30〜

★東部ブロック  
 ・ハッピーダンス  
 1月9日(火) 2月13日(火)  
 いずれも10:00〜  
 住吉コミュニティセンター