

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
三隅 雅彦

インターネットでも過去の友の会だよりも含めご覧いただくことができます。スマートフォンなどでQRコードを読み取りください。



第30回 友の会総会開催

3月16日苦小牧市民会館で、地域友の会役員33人、勤医協苦小牧病院・福祉会・ひまわり薬局から職員4人が出席し開催しました。



役員を始め世話人さんが奮闘し、感染対策を徹底し、工夫を凝らして取り組みをすすめました。地域の会館を借り広い会場で、ふれあいサロン、ふまねっと、健康相談会、ミニデイ、サークル活動など専門部や各ブロックの活動が再開し、友の会員や地域住民とのつながりを深めることができました。



23年度活動のまとめと会計の報告、24年度活動方針と会計予算案が提案、承認されました。23年度の活動は、コロナ禍で難しい事がありました。

月間の取り組みは、スタート集会後にブロックと担当セッションに分かれ具体的な行動計画を相談しました。また、4年ぶりに行った週1回のロビ―行動には各事業所の職員と各ブロック世話人で、病院の

健康相談会、ミニデイ、サークル活動など専門部や各ブロックの活動が再開し、友の会員や地域住民とのつながりを深めることができました。月間の取り組みは、スタート集会後にブロックと担当セッションに分かれ具体的な行動計画を相談しました。また、4年ぶりに行った週1回のロビ―行動には各事業所の職員と各ブロック世話人で、病院の

2024年度友の会役員の皆さん 今年一年よろしくお願ひします

役職名	氏名	
会長	三隅 雅彦	川治町
副会長	竹田 登紀子	澄川町
	石 圭子	のぞみ町
事務局長	山口 利子	大成町
	木村 眞智子	有珠の沢町
事務局次長	本波 妙子	豊川町
	豊島 ますみ	拓勇西町
役員	浦野 真咲	勤医協苦小牧病院
	荒川 玲子	北星町
	佐藤 邦司	明德町
	藤田 実智子	宮前町
	浦田 操	桜坂町
	斉藤 淑子	しらかば町
	梅澤 僚子	柏木町
	遠藤 久仁子	川治町
	相澤 綴子	ときわ町
	小形 尚子	花園町
	斉藤 由子	山手町
	畠山 忠弘	北光町
	越智 則子	緑町
	山田 久江	春日町
	竹内 美枝子	三光町
	西谷 隆	勇払
	山畔 年子	北栄町
	松永 しげ子	拓勇東町
	内野 陵子	見山町
	三間 浩	勇払郡あびら町
石井 碧	苦小牧ひまわり薬局	
会計監査	藤間 聰夫	錦西町
	病院職員	勤医協苦小牧病院

以上30名

発生しました。勤医協苦小牧病院も大きな被害を受けているなか、対応する職員さんに役員でお願いの差し入れをしました。また、大阪の友の会より座布団と激励のメッセージをいただき、むかわ町と厚真町の仮設住宅に届けて大変喜ばれました。友の会が全国と繋がっている事を実感しました。2020年からコロナ感染症で活動が制限され、会員さんの要望がありながら活動出来なかつたことが辛かったです。今年には副会長としてたくさんの人立ちと繋がりを活動していきたいと思っております。一と発言がありま

24年度は①安心して住み続けられるまちづくりをすすめる活動、②友の会の組織強化、後継者、担い手づくりをすすめる活動、③健康づくりの活動、④憲法と平和を守り、社会保障を学習・発展させる活動、⑤院内所・事業所との協力・共同をすすめる活動、⑥活動方針として運動をすすめることを確認しました。



つながり拡げ安心して住み
続けられる街づくりを
会長 三隅 雅彦

6年間会長を務められてきた、竹田さんの後を受けて3月16日の定期総会で新たな任を引き継ぎました。どうぞよろしくお願ひいたします。苦小牧健康友の会は、今年12月で設立満30周年を迎えます。この間、コロナ感染症による活動の自粛を経て、昨年以來、居場所づくりやレクリエーション・健康まつりの再開など徐々に従来の活動を取り戻しつつあります。又、昨年の「秋の拡大強化月間」では、職員の皆さんと共に地域訪問活動にも旺盛に取り組まれました。これらの活動を発展させて「まちづくりと健康づくり」の役割を一層果たしていきたいと思っております。平和と暮らしを守るための「独りにさせない」「困難に寄り添う」人と人を繋ぐ地域での存在意義を輝かせながら、ご一緒に取り組みの輪を拡げて参りましょう。

《4～5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」

4月5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)

4月6日 20日(土)

10:00～病院会議室

*5月は休止です

★ふれあいサロン(居場所づくり部)

4月17日(水) 5月15日(水)

見山東福祉会館

10:30～12:00

★見山松風班

健康サロン 見山東福祉会館

4月5日(金) 13:30～

★うさどブロック

ふまねっと

4月15日(月) 5月20日(月)

13:30～ 有珠の沢会館

★東部ブロック

「ハッピーダンス」

4月9日(火) 10:00～

5月は未定

住吉コミュニティーセンター

★西部ブロック

ふれあいサロン

5月21日(火) 14:00～

グループホームしらかばコスモス

三原町で少しだけ宅配の手伝いをさせて頂いてい
ます。この町で陶芸教室を開
て30年になります。先
先日、錦岡地区の世話人
さんと宅配者の新年会に参
加しました。コロナで数年
ぶりとか。お迎えくださった
ご一緒した方に「知ってま
すよ」と声をかけられ、教
室に通われていた近所の
方のお姉さまだと知って、
若くして逝かれた彼女の事
を思い出して懐かしいやら
嬉しいやら。思いがけない
出逢いでした。散歩が
月に一度ですが、散歩が
てら季節が変わってゆく
を楽しむながら宅配を続け
ていきたいと思っています。

シリーズ53 宅配者紹介 錦岡ブロック 秋元千恵子さん



みんなの 友の会活動

苦小牧合唱まつりに出演

3月2日、「苦小牧合唱まつり」に2度目の出演をいたしました。健康友の会『あかい実』として苦小牧合唱連盟に加盟して初めての参加となりました。

「春に」「山のいぶき」を発表し、市民会館の広いステージで少々緊張しながらも歌いきることが出来ました。これからの練習に増々熱がはいること間違えありません。指揮、伴奏の先生、みなさん、ありがとうございました。

(合唱サークルあかい実：川端)



事務局よりお知らせ

住所変更はお済ですか?

お引越しされたら友の会事務所へお知らせください。

友の会バスをご存じですか?

病院の受診の際に友の会会員さんにご利用いただけます。予約等お問合せは友の会事務所へご連絡ください。

友の会事務所の対応について

電話 0144-72-3291 時間 月～金曜日 9時～16時
会議や外出などで不在もあります。
緊急の際は病院へご連絡をお願いします。

ひなまつり

3月1日、新年初のサロンを行い、今月はお雛祭りをしました。朝から悪天候で心配しながらも開催を決めました。開催しているのか問い合わせもあり急遽車でお迎えに行くなど開始時間が遅れましたが、準備体操、その後ふまねっと開始。2ヶ月のお休みのためかネットの中を歩きながらほぼ全員何かしらのミスを起こしては大笑い。ひな祭りビンゴはなかなかビンゴになる人が出ず、ビンゴの機械を回す世話人の手と声も疲れ気味になりましたが、景品の中身を見てまた大笑い。今年も元気にふまねっとで笑いをもらいサロンを終了しました。いろいろな地域の方々の参加もお待ちしています。(見山松風：内野)



ハシブトガラ



ヤマガラ



ゴジュウカラ



シジュウカラ

カラは小鳥を意味し、カラ類はシジュウカラなどの山野の小鳥類をいう。ヤマガラ・ヒガラやゴジュウカラも含まれる。これらはスズメより少し軽い。シジュウカラのさえずり「ツツピーツツピー」は雄の繁殖期のみで雌へのプロポーズと縄張り宣言である。巣は木の穴・巣箱など。卵は7～10個産み抱卵。雄は腹の黒い縦帯は太く、雌は細い。他種では雌雄同色、ヤマガラは腹は橙褐色、ハシブトガラ(日本では本道のみ)とコガラは殆ど同じで、さえずりが少し異なり、後者は自分で巣穴を掘る。ゴジュウカラは幹を逆さに移動できる。秋から冬、カラ類は混群を作り、林を巡り、食物を得、集団で敵から守る。研究林でよく見られる。

シリーズ37 苦小牧の自然 カラ類 谷口勇五郎

