

札幌西・手稲健康友の会ニュース ていねやま

発行所：札幌西・手稲健康友の会
札幌市西区西町北19丁目1-5 勤医協札幌西区病院内
直通666-2877（FAX兼用）
発行責任者 高際 一男 友の会員数 10,800人

友の会活動拡大強化月間実施中



【9月11日訪問行動初日】

職員4名・友の会員3名・社員支部長が参加。発寒中央班と富丘班地域を3組で24件訪問し、9件対話、署名10筆集めました。

9月4日にひだまり会館にて友の会活動拡大強化月間スタート集会を開催しました。友の会高際会長は、「職員が地域に出る友の会員さんとの対話し、要望を聞くことでつながりが深まり、色々な事が見えてくる」と地域訪問の重要性を訴えました。

今回の訪問行動は、今まで同様に西区・手稲区の各地域に広範囲に訪問するため、友の会各班の幹事さんや宅配者さんと職員が組んで訪問します。

また、昨年取組んだ市営団地一斉訪問を今年も実施します。



シリーズ身近な健康

北海道保健企画

西区ひまわり薬局 その1

「かかりつけ薬剤師」について 薬局長 丸山 春恵



西区ひまわり薬局は、色々な病院の処方箋を受け付けている中規模の調剤薬局です。薬剤師8名、調剤助手2名、事務5名で業務を行っています。また、一般用医薬品（OTC薬）医療材料（血糖測定器や電極など）も取り扱っています。

「かかりつけ薬剤師」とは、患者様と一對一の契約を結ぶ

この制度を利用することで、複数の医療機関で処方された薬の飲み合わせや、医療機関や介護職員との連携、市販薬・介護用品・サプリメントなど、健康に関するさまざまな悩みを相談することができます。

かかりつけ薬剤師は、専門的な研修を受けた認定薬剤師であり、地域での医療活動などに携わる中で一定以上の知識と経験を有しています。

制度を利用することで、自己負担額が1割負担の方で30円程度増える場合がありますが、継続的に同じ薬剤師が対応することで、細かな要望にも応じやすく、緊急時の相談にも迅速に対応できるなど、多くのメリットがあります。

実際に制度を利用されている方々からは、高い満足度の声が寄せられています。

現在、西区ひまわり薬局には4名の「かかりつけ薬剤師」が在籍しています。ご希望の方は、薬局窓口で「かかりつけ薬剤師について相談したい」とお申し出ください。

第18回北海道民医連友の会活動交流集会



北山良三氏が記念講演

9月7・8日に北海道民医連友の会活動交流集会がTKP札幌駅カンファレンスセンターで開催されました。会場・オンライン参加合わせ一日目105名、二日目86名が集まり、西・手稲健康友の会から11名が参加しました。

記念講演は「大阪市

西淀川区での街づくりの取組みの経験について」と題して西淀川・淀川健康友の会会長の北山良三さんが講演され、西淀川区で友の会が中心となり幅広い団体と共同でまちづくり活動を実践している取組みが紹介されました。

分科会では、西・手稲健康友の会から高松副会長が「友の会ニュースていねやまの役割」、羽野事務局次長が「ふれあい喫茶を再開して」の2演題を発表しました。6年振りに開催された懇親会には61名が参加され交流を深めました。

「とくとく健診」「後期高齢者健診」を
10/23（木）・11/27（木）13：30から
内科休診時に実施します

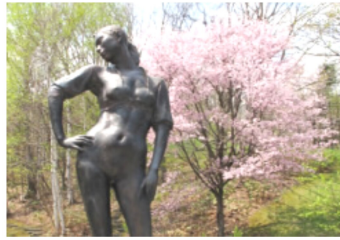
札幌市の受診券をお持ちの方が対象で、健診は事前予約制です。
○勤医協札幌西区病院 予約専用電話：011 - 663 - 6550

【友の会員特典】

- 胸部レントゲン検査を追加します。
- 札幌市「とくとく健診」「後期高齢者健診」の費用の半額を助成します。
- 札幌市付加健診の費用を全額助成します。
- 札幌市がん検診の費用の全額又は半額を助成します。

健歩会10月

札幌芸術の森野外美術館
芸術の森を楽しむ



と き : 10月15日 (水)
集 合 : 地下鉄南北線 真駒内駅 バス2番乗場 (中央バス)
9時40分集合 10時出発
行 程 : 真駒内駅⇒バス⇒芸術の森⇒野外美術館 (ガイドあり)
⇒昼食⇒バス⇒真駒内駅
※入園料 65歳以上団体560円 (年齢がわかるもの)
昼食持参、小雨決行、事前申し込み不要

パークゴルフ 10月

と き : 10月14日 (火) ※小雨決行
場 所 : 五天山公園パークゴルフ場
集 合 : 9時30分現地集合 10時プレー開始
申込み : 友の会事務局 締め切り9月30日 (火)

プレー終了後納会を行います
多くの方の参加をお待ちしています

あなたと民衆をつなぐ月刊誌

いつでも元気

MIN-REN

2025 10月号 380円 好評発売中

歴史の岐路で

認知症が気になるあなたへ(下)

夢をかなえる分身ロボット

世界に医師を派遣 キューバ

夢の力 宮城県南三陸町

食と健康 楽しく食べよう糖尿病

発行＝厚生労働省医政課 〒113-0034 東京都文京区湯島2-4-4 平和と発展センター8階 電話 03(5642)5656 FAX 03(5642)5657



(定価380円)

みなさんも「いつでも元気」の読者仲間になりませんか?
見本誌差し上げます!!

友の会月刊誌「いつでも元気」10月号のいきいき活動・あらかるとに、西・手稲健康友の会の「ふれあい喫茶」七タの様子が掲載されました。

本物の柳に短冊や七夕飾りをして準備、短冊には各々願いを記しました。昭和の七夕の様子を語り合い、ピアノ演奏による歌声も楽しんだ「ふれあい喫茶」でした。



『ひだまり広場』

(第9回) ～よこ顔～

前田すみれ班 羽野 けい子 さん



羽野けい子さんは長野市出身、実家は農家の四人姉妹の次女です。地元の赤十字看護学校を卒業し赤十字病院に勤めます。2年後、東京民医連の代々木病院に就職します。東京で夫と知り合い結婚、1986年に夫の地元札幌市

手稲区前田に移住、勤医協札幌西区病院が開院するタイミングで就職しました。勤医協を定年退職後地域の活動に参加、2022年から友の会前田すみれ班の幹事となり、昨年からは事務局次長を担っています。



として培われてきたものです。羽野さんの趣味は洋裁やバッグ作りで、他に花壇の手入れも本格的で、羽野宅の庭は見事なバラ園になっています。これからも持ち前の行動力で「いきいきお食事会」や「ふれあい喫茶」のボランティアとして積極的に関わっていきたい」と語ります。

【10月の行事予定】

1日 (水)	フラダンスサークル	13:30～
2日 (木)	絵手紙サークル	13:30～
3日 (金)	囲碁サークル	12:00～
6日 (月)	ふれあい喫茶	13:00～
6日 (月)	ちぎり絵サークル	14:00～
7日 (火)	ふまねっとサークル	13:00～
8日 (水)	フラダンスサークル	13:30～
10日 (金)	麻雀サークル	12:00～
14日 (火)	パークゴルフ	9:30～
15日 (水)	健歩会	
16日 (木)	絵手紙サークル	13:30～
17日 (金)	囲碁サークル	12:00～
18日 (土)	いきいきお食事会	11:00～
【参加申込締切日: 10/14 (火)】		
21日 (火)	ふまねっとサークル	13:00～
24日 (金)	麻雀サークル	12:00～
27日 (月)	友の会幹事会	9:30～
29日 (水)	フラダンスサークル	13:30～

友の会事務局
電話・FAX 011-666-2877

こんな言、あんな事 (第51回)

発寒中央班 Y・S

友の会の皆さん、忙中閑ありのひととき、ひだまり会館のげんき号待合室を覗いてみませんか? 友の会雑誌「いつでも元気」の裏表紙を5年間に渡って飾った宮竹眞澄さんの粘土人形の写真がフアイルされています。

一枚一枚めくる毎に思わず「そうそうこんな洋服着ていた」「母もこんな表情で近所の人と話していたっけ」「馬ソリの後を追って息を切らして走った岩見沢の小学校時代、まるで同じ風景だ」と、私の生きた昭和の時代がよみがえって来るのです。毎月添えられている短い文章もとても暖かさにあふれています。

作者、宮竹さんは、28歳の時独学で粘土と水彩だけで人形創りを始めたと言います。どの作品も表情が豊かで、特に笑顔の人形たちに癒やされます。2008年から夫の車で全国を巡り48市町村で30



宮竹眞澄「心のふる里人形展」

郷愁にさそわれて・・・

0回以上の《心のふる里人形展》を開催、今年6月で幕を降ろしました。

人形を運んだ距離は地球4周分を超え延べ入場者数は17万人というから驚きです。

私は実物を見たことがなく「いつか・・・」と思っていたので最終回と聞きとても残念です。人形創りは続けるそうですので、宮竹さんの《心のふるさと》がどんな人形を誕生させるのか楽しみしています。できる事なら人形展パート2を期待しているのですが・・・