

# 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 11,000

## 西区・手稲区を駆け巡り17年

### 無料送迎車『げんき号』

2007年9月10日に運行を開始した「げんき号」は、コロナ禍後は西区病院職員が担当しています。2024年7月に17年間使用した「げんき号」を更新し、二代目「ニューげんき号」となりました。

現在利用されている友の会員さんの声を紹介します。

#### 〈手稲区前田在住のKさんご夫妻〉

「12年前から利用しています。バスだと片道30分以上掛かり、特に冬季は時間通りにならず、「げんき号」を利用させてもらい、大変助かっており、ありがとうございます」

#### 〈錢函在住のOさん〉

「2年前から2か月に1回利用させてもらっています。錢函からバスを利用するとき、札樽道の高速バス以外は手稲駅で乗換が必要なため、「げんき号」はとても便利で、交通費も節約出来、大変感謝しています」

#### 〈西区西町在住のKさん〉

「歩行が厳しく移動に自転車を使用して通院していましたが、冬季は自転車を使えずタクシーで通院していました。外来ボランティアさんに「げんき号」の利用を教えていただき大変助かっています」



西町在住のKさん（右）  
錢函在住のOさん（左）



前田在住のKさん夫妻

## 介護医療院

### その2 介護医療院の入所費用

西区病院介護医療院 ソーシャルワーカー 加藤 琢也

【利用条件】  
○西・手稲健康友の会会員であること  
○ご自身で安全に乗り降りできる方  
【運行】  
○月曜日～金曜日（平日）の午前中  
○西区・手稲区・錢函地域  
【申し込み】  
○ご利用日の3日前までに友の会事務局まで電話で予約してください  
○電話受付時間は午前中です

## 第31回友の会総会のお知らせ

【日時】2025年3月13日（木）13:30～15:30

【会場】ひだまり会館（旧ひだまりクリニック）

総会は多くの友の会員のみなさまの声をお聞きする場となります。是非ご参加ください。

## 札幌西・手稲健康友の会 30周年記念 春のつどい

【日 時】2025年4月19日（土）13:30～16:00

【会 場】手稲区民センター2階 区民ホール

【参加費】無料（飲食はありません）

【参加申込先】各班の幹事 又は友の会事務局

【内 容】

- ①オープニング「風雪太鼓」
- ②友の会30年の歩み
- ③記念講演：「北の息吹」写真家 中島 宏章 氏

札幌西・手稲健康友の会は北海道勤医協の共同組織として活動し30年を迎えました。

30周年を記念する春のつどいに是非ご参加ください。

	生活保護	住民税非課税世帯			住民税課税世帯		
		第1段階	第2段階	第3段階①	第3段階②	第4段階	2割負担
個室	入所できない	年金80万以下	年金120万以下	年金120万以上			
多床室	15,000円	5.7万	9～10万円	11.2～12.1万円	12.5～15.1万円	19.4万円	15.5万円

※月額料金です

# ハワイの風を感じて フラダンスサークル 会員募集中

歴史があり、現在7名の会員がインストラクターの指導のもと活動しています。

一緒にフランダンスを踊りませんか？仲間とのおしゃべりも楽しいですよ。

見学は自由です。

(月3回水曜日午後開催  
会費月2500円)



発寒中央班 坂野悠紀子

## 【3月の行事予定】

- |     |     |           |        |
|-----|-----|-----------|--------|
| 3日  | (月) | ふれあい喫茶    | 13:00~ |
| 4日  | (火) | ふまねっとサークル | 13:00~ |
| 5日  | (水) | フラダンスサークル | 13:30~ |
| 6日  | (木) | 絵手紙サークル   | 13:30~ |
| 7日  | (金) | 囲碁サークル    | 11:00~ |
| 7日  | (金) | 麻雀教室      | 13:30~ |
| 10日 | (月) | ちぎり絵サークル  | 14:00~ |
| 12日 | (水) | フラダンスサークル | 13:30~ |
| 13日 | (木) | 友の会総会     | 13:30~ |
| 15日 | (土) | いきいきお食事会  | 11:00~ |

【参加申込締切日：3/10(日)】

参加費・500円】

- 18日（火） ふまねっとサークル 13:00～  
19日（水） フラダンスサークル 13:30～  
21日（金） 囲碁サークル 11:00～  
21日（金） 麻雀教室 13:30～

友の会事務局  
電話・FAX 011-666-2877

# 『ひだまり広場』



西・手稲健康友の会では「いつでも元気」誌読者に、～私もひとこと～と題して「いつでも元気」の感想や身近な出来事を書いていただき、読者通信として届けています。「ひだまり広場」にも紹介します。

構わない政府自民党の対米追随の大軍拡が目とります。それだけではなく武器開発や軍事研究を戦略と捉え「死の商人国家」（武器の輸出国）へと突き進んでいます。

今年度の予算請求でも当初の予算の2倍近くになつてることで もわかります。自衛隊が对中国軍事戦略を推進している米軍の事實上の指揮下に組み込まれていると言ふことです。今求められていることは「戦争準備」ではなく、外交による「平和の準備」ではないでしょうか。大軍拡をきつぱりやめ、平和を目指しその予算を教育・福祉に向けることが大事だとつくづく思います。

2月7日、友の会での初めての試みとして「麻雀教室」を開催しました。初心者でもOK、申込不要としたところ、当日は27名が集まりました。事務局では4台の麻雀卓を用意していましたが、参加者の多さにびっくり。急遽、デイサービスから麻雀道具をお借りし、急場を凌ぎました。

麻雀に精通しているのプリントを用意してきかき指導してくれます、「どうなることかと思いまい、楽しかった」と帰友の会では、ご家庭をお願いしています。



麻雀教室大盛況

車と半世紀

發寒中央班

こんな言、あんな事 (第45回)

昨年3月、車を手離す日に車を念入りに清掃した。その時、走馬灯のように車との半世紀のアレコレが去來した。

昭和42年に厚岸町の小さな小学校に赴任した。本町まで10キロ余りで交通手段は中学生を送迎するスクールバスだった。

8時に本町について商店を開くのを待つて買い物をして、1歳8ヶ月の息子と午後4時の帰り便を待つ時間の長いことか。何かと時間が無駄になるので、夫共ども意を決しボーナスをはたいて、冬休み各々の実家で運転免許の取得に挑戦した。

そのころ教え子が「ボク、ホンダのセールスしてるんだ、先生車買つて!」とやつて来た。それからホンダ車9台、その教え子がスバルに移った



ので3台、札幌にはレガシイで来たが、小回りのきく軽自動車に乗り換えて3台と半世紀余の車人生を送った。「先生メカに弱いから新車なら安心だよ」と2年毎に新車が届き、退職まで車のローンと付き合っていた。

「高齢運転者の事故、高速道路の逆走」等のニュースが多く目に付く様になつた頃、気付けば私も82歳。立派な高齢者だと自覚し、車を卒業した。