

# 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 11300人

## 勤医協札幌西区病院は新体制でスタート



2015年4月に開院した「勤医協西区ひだまりクリニック」は、2024年3月末で閉院しました。9年間、地域や友の会員のみなさまに支えられてきました。ありがとうございました。  
4月からは、「勤医協札幌西区病院」で内科・特定健診の診療を開始します。ひだまりクリニックでの診療記録はそのまま引き継がれますのでご安心ください。

4月より内科・特定健診の診療を開始します

### 【診療時間】

- 診療日 … 受付 月～金 午前8:30～11:30、午後1:00～4:00、第1・3・5土 午前8:30～11:30
  - 休診日 … 毎週日曜・祝祭日、第2・4土曜、毎週木曜：午後
  - 夜間診療… 毎週木曜（受付 午後4:30～7:00）※内科のみ
  - 特定健診… 予約制
- ※ひだまりクリニックの診察券はそのままご使用いただけます。  
問い合わせ先・・・勤医協札幌西区病院 Tel 011-663-5711



### シリーズ身近な健康

## 訪問診療

### その1 訪問診療を知っていますか？

勤医協札幌西区病院 院長 吉澤 朝弘



みなさんは「訪問診療」という言葉を聞いたことがありませんか。心身が衰えて独りで通院が難しくなった患者さんのお宅を、医師が定期的計画的に訪問し、自宅で診察し、より良く生活するためのアドバイス（療養指導）を行うのが「訪問診療」です。

高齢者や、回復し得ない後遺症を負った障がい者が、自宅で医療を受けたいと思う時、治療が見込めないがん患者さんが、住み慣れた家で苦痛を和らげ穏やかに最期まで過ごしたいと考えた時、訪問診療はその望みを叶えるためのお手伝いをいたします。

年をとると誰でも、段々と体の動きや生活するための働きが低下します。走る、歩く、立つなど次第に出来なくなることが増え、ついには身の周りのことをすることも難しくなります。これを讀まれて

も必ず年をとり、いつか、この現実に向き合います。その時、病院や施設に入ることを望みますか？ それとも、自宅で治療が継続でき、介護が受けられるならば住み慣れた我が家に戻りたいと思いませんか？ 又、自分が最期を迎える時、どこで暮らしたいとお考えですか？



## 北海道勤労者医療協会の協力借入金にご協力ください

友の会新聞4月号にチラシ・払込取扱票を折り込みました。  
ご協力くださる場合は、建設協力会員になっていただけます。（会費：500円/5年間）  
借入金額に500円をプラスしてお払込み願います。  
※お問い合わせ先  
勤医協札幌西区病院代表 (011-663-5711)

## 第95回 メーデー 北海道集会に参加しよう

第95回メーデーが開催されます。西・手稲健康友の会も参加します。西・手稲健康友の会の旗を目印に集まり友の会の黄色いハッピーを着てデモ行進をしましょう。

- 日時：5月1日 午前10:00 開会
- 会場：中央区 中島公園「自由広場」

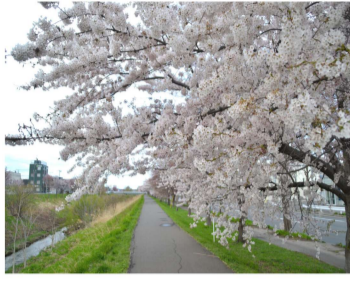


2023年メーデーに参加した友の会の皆さん



# 健歩会 4月

## 新川桜並木ウォーキング みんなで楽しく歩きましょう



とき： 4月26日(金)  
集合： JR学園都市線・八軒駅  
10時集合

<列車>札幌駅発9時51分⇒桑園駅発9時55分  
⇒八軒駅着9時58分

<JRバス>地下鉄琴似駅ターミナル3番 琴46 麻生駅前行  
9時39分発⇒八軒8条1丁目下車⇒徒歩5分で八軒駅着  
八軒駅から新川桜並木を散策し農試公園まで4km歩き昼食・解散  
※昼食持参、小雨決行、事前申し込み不要

# パークゴルフ



今年も5月28日(火)から行う予定です。  
場所は例年通り五天山公園です。  
詳しくは5月号でお知らせします。

# 読者文芸コーナー



友の会事務局 電話・FAX 666-2877

## 【4月の行事予定】

- 2日(火) ちぎり絵サークル 14:00~ (サロンわたぼうし)
- 3日(水) フラダンスサークル 13:30~ (ちえりあ)
- 5日(金) 囲碁サークル 13:00~ (サロンわたぼうし)
- 9日(火) ふまねっとサークル 10:00~ (西区病院3階大会議室)
- 10日(水) フラダンスサークル 13:30~ (サロンわたぼうし)
- 17日(水) 西・手稲健康友の会幹事会 10:00~ (西区病院3階大会議室)
- 19日(金) 囲碁サークル 13:00~ (サロンわたぼうし)
- 20日(土) いきいきお食事会 10:00~ (サロンわたぼうし)  
(参加申込締切日: 4/15月 参加費: 500円)
- 23日(火) ふまねっとサークル 10:00~ (西区病院3階大会議室)
- 26日(金) 健歩会

# シリーズ 宅配ありがとう 第25回

## みんなの食堂「ヤッホー三角山」で調理の腕を振るう

福井班 日光 純子さん



日光純子さんの調理の手際の良さには驚きです。西区山の地域で食事提供を行っているみんなの食堂「ヤッホー三角山」は、西区病院・友の会・地域のボランティアで取り組まれています。毎回弁当を100食ほど作ります。日光さんは発足時から調理責任者として関わっています。病院で調理師として働いた25年の実績と経験が物を言っています。

オホーツクの留辺蘂町(温根湯)の生まれで、お父さんはイトムカ鉱山で仕事をしていた。小学校5年生の時に北見市に移住し、市内の高校を卒業して和文タイプの資格を取り、札幌の印刷会社就職します。その後北見に戻りますが、34歳の時に両親が西区福井に移り住んでいたため同居しました。

1987年に勤医協札幌北区病院の調理員として働き始め、働きながら調理師の資格を取得。その後、勤医協丘陵病院、中央病院で勤務し65歳で退職します。「北区病院では調理は全て自分たちで行っていたので大変な作業でしたが貴重な経験になった」と言います。友の会には丘陵病院勤務時に東友の会に入会、退職を期に西・手稲健康友の会に移り地域の宅配に参加、7年前に幹事として今村さんと共に福井班の活動を支えています。勤医協入職前には新婦人西支部の専従を勤めており、今も新婦人福井班の活動に参加し忙しい毎日です。特にウォーキングは新婦人、友の会の「健歩会」に参加し年間10回以上歩いています。「お喋りしながら歩く事が健康のもとです!」と、いつも元気です。

## こんな言、あんな事 (第37回)

4月になると思い出す入学式  
転動して久しぶりに一年生の担任となった。入学式の朝、「どんな子ども達だろう」緊張して迎える。両親と連れ立って、大きなランドセルを背負い教室に入ってくる子ども達。緊張と不安のなかにも希望が感じられかわい。

人生初めての体験だった。親も子ども達も学校生活に期待をしているのだと再度緊張する。「学校を好きになり、休まずに毎日元気に登校してほしい」と願い毎日を過ごしていたような気がする。遠い昔のことである。

先日、NHKのテレビで不登校の問題が放映されていた。現在30万人も不登校の子も達がいるという事に驚かされた。自分が勤めていた頃と違い世の中の価値観も多様化し、子ども達の環境も大きく変わってきた。しかし、学校はどうだろう。35人もの一斉授業のやり方は昔と同じではないだろうか。はみ出す子どもが出て当たり前だと思ふ。



もっと教育予算を増やし、教員の人数を増やし、クラスの人数を少なくして一人ひとりの子どもに寄り添った教育のできる学校であってほしいと願わずにはいられない。

星置班 A・S