

札幌北・石狩健康友の会(2019.7. 20現在)		
会 員 数	10,687 人	住所変更 などの際は、 友の会へご 連絡下さい。
宅 配 協 力 者	426 人	
友 の 会 健 診	339 人(4/1)	

札幌北・石狩健康友の会ニュース

北斗星 第296号

【発行】札幌北・石狩健康友の会事務局
住所：札幌市北区新琴似10条2丁目1
電話：(011)762-9085
*不在時は北区ぽぷらクリニックTEL 762-8811
発行責任者 乙坂 昭 編集長：伊藤洋子



2020年・被爆75年をめざし 核兵器のない平和で公正な社会へ 歴史的な一歩をふみだそう！

広島・長崎への原爆投下から74年。今年も原水爆禁止世界大会が開催され、札幌北・石狩健康友の会からも長崎へ代表を派遣します。

来年2020年は被爆75周年にあたり、核不拡散条約(NPT)発効50年の再検討会議が開催、核兵器禁止条約発効への動きが注目されるなど重要な年となります。その年を目前に控えた今年の大会は「命あるうちに核兵器のない世界を」との被爆者の願いを表現する上で、大きな意味を持つ大会となります。

2017年7月に国連が決定した核兵器禁止条約は加盟国の3分の2を超える国々に支持され、批准国も23力国に達しています。核兵器廃絶を求める声は世界中で大きな流れとなっています。

地域から「ヒバクシャ国際署名」を大きく広げ、日本でも核兵器禁止条約の批准を求める声を大きく上げていくことが大切です。

北・石狩健康友の会では各団体と協力し、毎月6日または9日にイオン札幌麻生店前で署名・宣伝行動を継続しています。また、クリニック外来待合にある友の会コーナーでは「ヒバクシャ国際署名」をはじめ、多くの署名を用意し、友の会員が交代で署名の訴えを続けています。

これからの取り組みを更に大きく広げ、この地域からも核兵器廃絶を目指し、平和を守る声を上げていきましょう。

わたしと戦争

父が樺太の王子製紙工場で働いていた。比較的平穏に生活をしていました。しかし昭和20年8月15日の敗戦後ソ連が侵攻してきました。製紙工場を接収されてしまいました。父はそのまま製紙工場に働いていました。私は18歳で学校は卒業してソ連の病院の清掃や樺太北部の漁師場の炊事婦等に強制的に動員されて働きました。2年後の昭和22年6月に日本に帰ることが許可され復員船で父母と妹の5人でリュック1つで帰りました。船の中で兄が沖縄で戦死していたことが知らされました。

遺骨は無く白木の箱に小石が一つ入っていました。20年の終戦前に沖縄の兄から私宛に届いた葉書きの最後は「さらば」の言葉で締めくくられていました。覚悟していたのではないかと思います。葉書きは今も大事に持っています。後に兄が戦死した場所に行き手を合わせて来ました。

復員船は函館に着き父の生まれた江差町に行き伯父さんの家の物置で仮住まいをして私は江差町の役場で事務員として働きました。家族の平穏な生活、兄を奪った戦争。二度と起きないことを願います。

高清水 登美江
(聞き手 乙坂 昭)

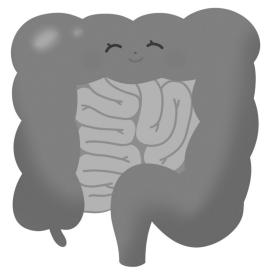
ぽぷらクリニック 健診だより

大腸がん検診を受けましょう

大腸がんにかかる方は年々増え続け、今ではがんの死亡率で、女性では1位になっています(2017年度)。大腸がんが出来ると、便の中に微量な血液が混ざります。その血液の有無を調べるのが大腸がん検診です。大腸がんが進行すると肝臓や肺など、多くの臓器に転移し手遅れになる可能性が高くなります。

そんな大腸がんを早期に発見するためにも、年に一度の大腸がん検診をぜひ受けてください。

(臨床検査技師 柳 昌宏)



今月の「6.0」行動

8月6日(火) 午後1時より

イオン札幌麻生店前

(旧ダイエー麻生店前)



ぽぷら並木

長年続いたコラム「篝火」から「ぽぷら並木」に代わって、もう五回を数えました。以前のコラムとは趣を異にしていますが、その案内・紹介・解説なども歓迎され、多くの方に読まれているようです。一面の紙面にふさわしく位置づいていくことができるように、みなさんからの声をお寄せください。「篝火」は地域医療室があった頃に塚越修室長が始められた(二〇〇七年三月一日、一四七号)コラムです。「篝火」の名は遠くからその明かりを見つけてほしいと思いつき安心して頼ってこられる所に、また、篝火の明かりに人々が寄ってきることばを交わし合い、結びつきを深め、広げていく機会になれば―そういう思いを込めて名付けたといえます。

札幌北社員支部運営委員 戸田 輝夫

- 班・サークルのご案内
- 大正琴サークル「花音」
- 毎週月曜日
- 午後1時～ ぽぷら会館
- 会費 3,000円・入会金 2,000円
- 第2布遊びサークル
- 第2・3・4火曜日
- 午後1時30分～ ぽぷら会館
- 会費 2,000円

- ぽぷら囲碁サークル
- 毎週水曜日 午後2時～5時
- 毎週金曜日 午後1時～5時
- ぽぷら会館 会費 無料
- コーラスサークル「青い鳥」
- (8月2日再開)
- 第1・3水曜日
- 午前10時～12時 ぽぷら会館
- 会費 600円
- オカリナサークル「なほ」
- 第1・3水曜日
- 午前10時～12時 ぽぷら会館
- 会費 2,000円
- 古典を読む会
- 8月21日(水)
- 午後1時～ ぽぷら会館
- 会費 無料 「枕草子」
- 第1布遊びサークル
- 毎週木曜日
- 午後1時30分～ ぽぷら会館
- 会費 3,000円
- フラサークル「カトレア」
- 毎月第2・3・4金曜日
- 午前10時～ ぽぷら会館
- 会費 2,000円
- 書道サークル「書心会」
- 第1・3木曜日
- 午前10時～12時 ぽぷら会館
- 会費 1,000円
- 銭太鼓サークル
- 毎月第1・3土曜日
- 午前10時～ ぽぷら会館
- 会費 500円
- ヨガサークル
- 水曜日(不定期・要問合わせ)
- 午後5時30分～(75分間)
- 会費 1回1,000円
- スケッチクラブ「アレイダ」
- 第1・3金曜日 ぽぷら会館
- 午前9時30分～午後1時
- 会費 1回1,500円
- ちぎり絵サークル
- 8月8日(木)
- 会費 1,000円
- 麻生サークル「百合の花」
- 月3回水曜日(古典を読む会開催日以外)
- 午後1時～4時
- 会費 無料
- 琴サークル「セシリア」
- 第1・3金曜日
- 午後1時～4時
- 会費 3,000円
- ふまねこ
- 第1月曜日(8月5日)
- 午前10時30分～11時30分
- ぽぷら会館
- 飲み物を持参してください

原水爆禁止2019年
世界大会・長崎
**わたしが
参加します**

石狩 牛島富興さん

禁止世界大会」にも目にしてきまし
北・石狩健康友の
会の代表として参
加させていただく
ことになりました。
たいへん光栄なこ
とと感謝しており
ます。

原爆の惨状は、
今までに「はだし
のゲン」に代表さ
れる漫画や写真、
テレビなどで何度
も目にしてきまし
た。そのたびに無
益で残忍な核兵器
の恐ろしさを感じ
てきました。今回、
その地を訪れ、そ
の空気を吸い、肌
で感じ、日本各地
の核兵器廃絶を願
う仲間たちとも

約1万4500
発もの核兵器が
存在し、その威
力は広島や長崎
に投下されたも
のより、はるか
に強いものであ
るにもかかわら
ずです。

世界大会のテ
マである「核兵器
のない平和で公
正な世界のため
に」、そして日本
の核兵器禁止条約
批准に向けて、被
爆者の方の体験を
直接聞いたり、日
本を含め世界の取
り組みや行動を肌
で感じて学んでき
たいと思います。

平和を求める日
本人として、一度
は行かなければと
思っていた、広島・
長崎・沖縄。まだ
一つも実現してい
なかった私ですが、
このたび長崎で開
催される「原水爆



北山順之さん

原爆投下から今
年で74年を迎え
ます。自分自身、

小さな頃からテレ
ビや新聞などをと
おして知っている
だけでしたが、こ
の度はじめて長崎
での世界大会に参
加させていただく
ことになりました。



歴史的な一歩が踏み
出されたなか、唯
一の被爆国である
日本はこの条約に
賛成していません。
世界にはいまだに



2017年に核
兵器禁止条約が採
択され、核兵器禁
止・廃絶に向けた
世界にはいまだに



勤医協きたく歯科診療所
北区新琴似10条2丁目4
(勤医協北在宅総合センターとなり)
電話 762-8211 FAX 762-8241 *休診日/日曜・祝日・第4土曜日

みなさんこんに
ちは、フラダンス
サークルです。
フラダンスサー
クルは60代から
80代まで幅広く、
毎週金曜日の10
時から11時30分
くらいまでぽら
会館2階で練習に
励んでいます。フ
ラダンスの曲に合
わせて、最初はス

トレッチ、基本の
動きから始めます。
フラのゆっくりと
した動きは適度な
運動になります。
毎年、健康まつ
り、サークル交流

フラ サークル



は達成感があり、
ドレスに身を包み
最高の気分です。
フラダンスを覚え
るので頭の体操や
適度な運動にな
ります。ぜひ一度フ
ラダンスサークル
に来て体験してみ
てください。
(北川瑠子)

※8月のお食事はお休みとなります

ふれあい喫茶

●毎週水曜日 ぽら会館
●午前10時30分～午後2時
●飲物すべて100円

今月の健康相談会は
第4水曜日です



国保・介護・後期110番

高すぎる国保料支払い、
資格証・短期証などでお
困りの方は気軽にご相談
ください。北区社保協(生
活と健康を守る会)

電話011(214)0107

勤医協きたく歯科診療所

診 療 時 間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○
13:30～17:00	○	○	○	○	○	○
17:00～20:00	○	○	○	○	○	○

勤医協きたく歯科診療所 北区新琴似10条2丁目4
(勤医協北在宅総合センターとなり)
電話 762-8211 FAX 762-8241 *休診日/日曜・祝日・第4土曜日

健康相談会のお知らせ

8月28日(水)13:30～ぽら会館1階
ふれあい喫茶

特定健診 何を検査して、何がわかるか

北区ぽらクリニック
検査技師 柳 昌宏さん



8月の診療案内

電話(011)762-8811

曜 日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
時 間	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	○	○	○	○	○	△
専門外来 (予約制)			循環器 第(1,3,5)	高齢者		
特 定 健 診	○	○	○	○	○	○

受付時間
<月～水・金>午前8時30分～11時30分 午後1時00分～4時30分
<木>午前8時30分～11時30分(午後休診) 午後4時30分～6時30分
<土>午前8時30分～11時30分(午後休診)
◎第2,4土曜日は休診日となります。
◎月～木(午前)再来予約を行なっています。

無料・低額診療制度をご活用ください

◆北海道勤医協では、生活の困窮を理由に医療費の支払が困難な方に対して、医療費の減額、免除をおこなう制度を実施しています。就学援助世帯のみならずも活用できます。

2019年8月の休診日

日	月	火	水	木	金	土
・	・	・	・	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

2019年9月の休診日

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	・	・	・	・	・

年に1回健診を受けましょう
友の会では、年1回の健康診断を受けること
をお勧めしています。ぽらクリニックでは、
予約時間内いつでも受け付けています。午前は
予約も承っております。

勤医協札幌北・ぽらクリニック

診療の案内