

札幌北・石狩健康友の会(2021.7.13現在)	
会員数	10,359人
宅配協力者	411人
友の会健診	155人(4/1-)
	住所変更 などの際は、 友の会へ ご連絡下さ

札幌北・石狩健康友の会ニュース

北斗星 第320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
＊不在時は北区ぱくらクリニックTEL 762-8811
発行責任者 乙坂 昭 編集長：伊藤洋子

緊急事態宣言で一時お休みしていた健診の受付を再開しています。感染対策で外出を控えて運動不足になつたり、ずっと家にいるので、つい食べ過ぎてはいる、または食欲が出なくていつも同じものばかり食べてしまうなど日常の変化やストレスで身体の調子が気になつていませんか？健診で健康チェックを行いましょう。友の会では年に一度の健診をおすすめしています。予約制となっています。お電話でも受けつけておりますので早めのご予約をお願いします。

～感染対策を実施しています～

- ・完全予約制です
院内の混雑を避け、出来るだけ短い時間で健診が終わるように予約制で行っています。
 - ・院内の清掃、消毒を徹底しています。
 - ・院内の換気を徹底しています。

～スムーズに健診を受けるために～

- ・事前にお渡しする問診表などの記載をお願いします。
 - ・忘れ物がないかチェック（受診券を忘れずに！）
 - ・当日は胸と手足がまくりやすい、ゆったりとした服装で。上半身（特に下着）に飾りや、ボタン、ホックなどの金具がないものがおすすめです

ほふらクリック健診委員会

今月の「6・9J行動

**8月6日(金)
午後1時30分～
地下鉄北24条駅前**

友の会新聞の宅配について

日頃、多くの友の会員さんに友の会新聞の手配りにご協力いただき大変感謝しております。新型コロナウイルスの感染がなかなか終息しない状況ですが、今後、札幌に緊急事態宣言が再発令となった場合、手配りを中止しすべて郵送にて対応させていただきます。ご理解とご協力お願いします。(友の会事務局)



8月の何でも相談会は中止です

急ぎの相談は 070-4796-6099（本間）まで

新型コロナ感染症
後遺症診療のご案内

新型コロナ感染症数は昨年2月以来累計で全国では70万、札幌市でも2万名を超え、少なくない方が後遺症に苦しんでいるということが報告されております。当院では新型コロナ感染症にかかり、1ヶ月以上経っても体調が思わしくない方の診療を始めます。毎週火曜、水曜の午後の一般外来で受け付けます。まずは、お電話でご相談ください。【電話番号】011-762-8811

勤医協札幌北区ほづらクリニック院長 平野 浩

勤医協住宅型有料
老人ホーム爽風館し
のろの現在の状況に
ついてご紹介させて
いただきます。

ほづら並木



ほふくう並木

● ● ● 每週月曜日
午後1時～ ぱふら会館
会費 3千円・入会金2千円

大正琴サークル「花音」
班・サークルの「案内」

第2布遊びサークル

● 第2・3・4火曜日(未定)
午後1時30分～ ぱふら会館
会費 200円

勤医協住宅型有料老人ホーム爽風館しのろの現在の状況についてご紹介させていただきます。

爽風館しのろは今年4月時点では40室の内8室が空室となつておりましたが、8月には空室が全て埋まる予定となりました。高齢者住宅は、札幌市内だけでも様々な形態で運営されており、選択が非常に困難です。その中で爽風館しのろを選択していただいたことに感謝し、住み慣れた場所で最後まで暮らせるよう、支援させていただければと思います。

ぱぶら図書サークル 毎週金曜日
午後1時～5時 ぱぶら会館
会費 100円

オカリナサークル「青い鳥」 每月第1・3水曜日
午前10時～12時 ぱぶら会館
会費 600円

古典を読む会 每月第1・3水曜日
午後1時～5時 ぱぶら会館
会費 2000円

コーラスサークル「青い鳥」 毎週金曜日
午後1時～5時 ぱぶら会館
会費 100円

第1布遊びサークル 每週木曜日
午後1時30分～ ぱぶら会館
会費 300円

フリーサークル「カトレア」 每週火曜日
午前10時～ ぱぶら会館
会費 2000円

書道サークル「書心会」 每週木曜日
午前10時～12時 ぱぶら会館
会費 1000円

錢太鼓サークル 每月第1・3土曜日
午前10時～ ぱぶら会館 (75分間)
会費 500円

ヨガサークル 每週月曜日 午前10時～
会費 1回1000円

スケッチクラブ「アレイダ 第1・3金曜日 ぱぶら会館
午前9時30分～12時
会費 1回1500円

麻雀サークル「百合の花」 每月第1・2・4水曜日
午後1時～4時
会費 無料

琴サークル「セシリア」 每月第1・3金曜日
午後1時～4時
会費 3000円

ふまねと 每月第1月曜日
午前10時30分～11時30分
会費 ぱぶら会館

飲み物を持参してください

