

札幌北・石狩健康友の会(2021.9.22現在)	
会員数	10,337人
宅配協力者	408人
友の会 健診	374人(4/1-)

## 札幌北・石狩健康友の会ニュース

## 北斗星 第322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  
\*不在時は北区ぽぶらクリニックTEL 762-8811  
発行責任者 乙坂 昭 編集長: 伊藤洋子

札幌北・石狩健康友の会(2021.9.22現在)  
会員数 10,337人  
宅配協力者 408人  
友の会 健診 374人(4/1-)  
住所変更などの際は、友の会へご連絡下さい

# 「コロナ収束はいつ?」「我慢も限界」不安の声続々と 友の会活動拡大強化月間の電話訪問スタート

1年前の2020年8月28日安倍首相(当時)が突然の辞任を表明しました。それから1年後の2021年9月3日、今度は菅首相が「コロナ対策に専念する」という理由で次期自民党総裁選挙への不出馬を表明しました。新型コロナウイルス感染症の収束が見通せないまま、現政権はそのような混乱の総括も反省もしないまま、臨時国会も開催せずに政権を投げ出し、次の選挙の願を選ぶことに夢中なようです。

この間の電話かけでは「ぽぶらクリニックで接種する予定だったがキャンセルとなり、つど一月中旬まで打ちに行かなければならなくなつた」「ワクチンの接種後にワクチンに異物が含まれていた報道を見て心配になり、保健所などに問い合わせたが、たらいまわしにされ

いた中で、2期連続で政権のトップが交代するという異常な事態となっています。國民に十分な補償をともなわない緊急事態宣言の頻発により、飲食業や自営業者などは生活苦に陥っています。また、政府による無計画なワクチン接種はワクチンの供給不足を招き、すでに予防接種予約をしていた多くの方の予約がキャンセルや延期になるなど大きな混乱をもたらしました。しかし、現政権はそのようないま、感染の収束が見えない中で地域や人々との交流の機会がもてないことへの感想をお話し下さいま、臨時国会も開催せずに政権を投げ出し、次の選挙の願を選ぶことに夢中なようです。

友の会ではこれからも引き続き、電話による対話・聞き取りを行い、コロナ禍の不安と生活への影響が長期化する中での皆さんの声を集め、自治会の「月間」では、感染症拡大防止のため、直接の個別訪問は中止し、電話による聞き取りを実施しています。

9月から開始した友の会の「月間」では、感染症拡大防止のため、直接の個別訪問は中止し、電話による聞き取りを実施しています。また、「友の会のサークル活動が長期間に渡つて再開できてしまつて残念」という声を聞かせてください。

この結果、なにもされずに終わった」といった新型コロナウイルスやワクチンに対する不安や不満。さらに、「一人暮らしで手足も不自由だが冬場の除雪をどうしようか」といった生活に直結する悩みも聞き取っています。また「友の会のサークル活動が長期間に渡つて再開できてしまつて残念」という声を聞かせてください。

（ぽぶらクリニック 山口哲範）

（ぽぶらクリニック 山口哲範）

明の「6・9」行動  
10月6日(水)  
午後1時～  
麻生駅イオン前

何でも相談会  
10月13日(水) 午前10:00～11:30  
011-762-9085  
070-4796-6099 担当 長原・本間



● 第2布遊びサークル  
● 大正琴サークル「花音」  
● 班・サークルの「案内」  
● 毎週月曜日  
● 午後1時～3時  
● 会費 3千円・入会金2千円  
● 会費 200円  
● 第2・3・4火曜日(未定)  
● 午後1時～3時  
● 会費 3千円・入会金2千円  
● 会費 200円

● 北在宅総合センター  
● 藤田義治  
● 年と半年間、友の会、13年  
● 生健会など関係各所の皆様のご厚情に心から感謝申し上げますと共に引き続き勤医協北在宅総合センターを今後とも宜しくお願ひ致します。

● ほぶら並木  
● 每週金曜日  
● 午後1時～2時  
● 会費 100円  
● 第1・3水曜日  
● 午後1時～2時  
● 会費 600円  
● 每月第1・3水曜日  
● 午前10時～12時  
● 会費 200円

● ● ● ● ほぶら図書サークル ● ● ● ● 每週金曜日 ● ● ● ● 午後1時～2時 ● ● ● ● 会費 100円 ● ● ● ● 第1・3水曜日 ● ● ● ● 午後1時～2時 ● ● ● ● 会費 600円 ● ● ● ● オカリナサークル「なの花」 ● ● ● ● 每月第1・3水曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 200円
● ● ● ● 第1布遊びサークル ● ● ● ● 每週木曜日 ● ● ● ● 午後1時～3時 ● ● ● ● 会費・無料 「枕草子」 ● ● ● ● 第3水曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 300円
● ● ● ● 書道サークル「書心会」 ● ● ● ● 每週火曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 200円 ● ● ● ● 第1・3木曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 1000円
● ● ● ● フラサークル「カトレア」 ● ● ● ● 每週木曜日 ● ● ● ● 午後1時～3時 ● ● ● ● 会費 300円 ● ● ● ● 第1・3木曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 1000円
● ● ● ● 古典を読む会 ● ● ● ● 每週木曜日 ● ● ● ● 午後1時～2時 ● ● ● ● 会費 200円 ● ● ● ● 第1・3水曜日 ● ● ● ● 午前10時～12時 ● ● ● ● 会費 300円

※10月のサークル活動は中止です

友の会サークル  
ボランティア  
「ひなたぼっこ」  
活動について

**第一布遊びサークル**

現在の活動はぱぶらクリニックの署名カードの横に季節ごとの手作りの飾り物を展示しています。

3月からまだ収束しないコロナ禍の中、会館の会議室を使用出しがして、2020年3月からいます。

第一布遊びサークルは会員8名毎週木曜日1時からぱぶら会館で活動しています。

ア「ひなたぼっこ」に参加したのは、今年の2月札幌北・石狩健康友の会「ユース「北斗星」のボランティア募集を見て応募しました。退職後、土・日曜日の午前中マンション管理員のアルバイトをしていましたが、新型コロナウィルスの影響で、趣味の合唱や団体等の活動が制限さ

れています。自分の活動として、ボランティア募集を見て応募しました。依頼者のほとんどが高齢のため、ボランティア活動が出来ないとのことで、ボランティア活動により綺麗になつたことと安価だと喜ばれました。

5月以降の作業依頼は、庭の草取りや屋敷周りの整理等依頼がありました。私は、これらの修理

振東部地震が発生し、大規模停電で社会活動が数日間ストップしました。そして2020年からは新型コロナウイルス感染症の大規模停電で社会活動が数日間ストップしました。そして2018年には北海道胆振東部地震が発生し、自然災害に翻弄されつくづく実感します。

私が入職した2018年には北海道胆振東部地震が発生し、自然災害に翻弄されつくづく実感します。私は、この修理依頼がありました。

私は、これらがわからぬのでコーディネーターの櫛引さんと一緒に作業を行いました。依頼者の方と一緒に活動が出来たことで、ボランティア活動が出来たことと安価だと喜ばれました。

## 有償ボランティア「ひなたぼっこ」始めます。

みなさま、コロナ禍、どのようにお過ごでしょうか。まだまだ、1人1人の感染対策が重要です。マスクは不織布にされていますか？今できる最大限の対策を行いましょう！8月はひなたぼっこにまでに入会されている利用者さんの紹介が続きました。「とても親切にしてもらつた」「サービス内容が良かった」「料金が安い」など、ボランティアさんのサービスが評価され、大変うれしいかぎりです。電球交換など短時間のサービスも喜ばれました。不要物品の整理などもOKです。引き続き、感染予防には十分留意してサービスを実施しています。

最初の活動は、シャンデリア清掃でした。

初めての訪問は、家がわからぬのでコーディネーターの櫛引に入職してから今までを振り返る。今までの経験のない大きな自然災害に翻弄されつくづく実感します。

私も高齢になり、屋敷周りや家のことが出来なくなったら、

（齊藤 孝行）

## 3年半振り返ります。

症の流行が始まり今までお終息が見通せない状況です。

私は、この修理依頼がありました。私は、これらがわからぬのでコーディネーターの櫛引さんと一緒に作業を行いました。依頼者の方と一緒に活動が出来たことで、ボランティア活動が出来たことと安価だと喜ばれました。

是非、気軽にご相談下さいね。尚、1時間のサービス料金は掃除等の家事サービスは800円、草取り・庭整理などは1000円、病院やワクチン接種の同行は1400円です。ゴミ捨て（15分程度の通常ごみ捨て）は1回250円、大型ごみは500円です。また、30分から利用できます。勤医協福祉会の減免制度もありますので相談して下さいね！

勤医協福祉会 地域支え合い生活支援室

### 有償ボランティアひなたぼっこ

担当 櫛引

電話【留守電あり】・FAX 011-766-7110  
(火曜日・木曜日の午前事務所にいます)。

その他の時間帯は留守番電話にお名前・電話番号を入れて下さい。こちらから、ご連絡しますのでよろしくお願いします)

いつでも元気 MINREN  
2021年10月号 380円 好評発売中  
みんなで作った無医療の看板 宮城  
都心教説 転倒予防の知恵  
うちでも元気 体操＆脚トレ  
映画館でまちづくり 深谷シネマ  
まちの力 山梨県忍野村  
医と薬局 のぼる健康寿命

購読の申し込みは友の会事務局まで

## 10月のお食事会・ふれあい喫茶は中止です

◆ 北海道勤医協では、生活の困窮を払が困難な方に對して、医療費の減額、免除をあこなう制度を実施しています。就学援助世帯のみなさんも活用できます。

詳しくは、ぱぶらクリニックまで

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

曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
時 間 帯	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内 科	○	○	○	○	○	△
特 定 健 診	予約	予約	予約	予約	予約	予約

医師の退職による担当医変更のお知らせ  
土屋慶容副院長が9月末をもって当院での勤務を終えることになりました。これにより10月からの医師体制が変更になります。

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。

電話(011)762-8811

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	·	·	·	·	·	·

2021年10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	·	·	·	·	·	·

2021年11月の休診日

不織布マスクの着用を

ぱぶらクリニックでは、院内での不織布マスク（使い捨てマスク）の着用をお願いしています。お持ちでない方には1枚30円で販売しています。ご理解とご協力をお願いします。