



# 会員のこえ

## 癒しの土笛 オカリナ

私は、石狩市のポランティアに登録し、デイサービスなどでオカリナの演奏をしています。オカリナは粘土を焼いた土笛で、素朴で暖かい音色が聴く人も演奏する人も癒してくれます。

「数年前に覚えた花笠音頭と炭坑節を忘れてしまった。教えて欲しい！」と来られた方。もう一人の方は「(ねじり鉢巻と赤いタスキ、揃いの衣装を着た粋な姿と笑顔の写真。銭太鼓メンバーを見て、楽しそう、正座も出来るから:)」との申し出がありました。嬉しくて元気

### 友の会サークル

## ホップ ステップ ジャンプ

### 「コロナに負けたまるか!」

「コロナ禍の中、新たに2名の方が加わりました。百倍です。銭太鼓の筒の中には12個の銭(5円玉)が入っています。それを振り、床をドン!と鳴らしながら演じます。最後に「イ

百倍です。銭太鼓の筒の中には12個の銭(5円玉)が入っています。それを振り、床をドン!と鳴らしながら演じます。最後に「イ

「笑う門には福

今日は、私がオカリナボランティアを始めたきっかけを書かせていただきます。私は中学生の教員になってから吹奏楽漬けの日々を送って来ました。退職しました。退職の時に、演奏を聴かして何かでいい音に待って欲しいか」と考えた。自分の中で楽器と顔を合わせた。この日は同僚か葉に押し入れ、オカリナボランティアに決めた。この言をいただいたり、正に演奏者冥利にすぎない。また、昨年の11月から縁が、あつて勤医協のオカリナサークル「なの花」の指導をするつもりです。(牛島 富興)

### 有償ボランティア ひなたぼっこだより

2月は大雪の影響で除雪や買い物代行の依頼が増え、サービス利用回数が80回でした。4人の新規入会者がありました。除雪・買い物代行・外出同行の依頼です。地域包括支援センターや他のケアマネ事業所からの紹介が続いています。また、ボランティアさんの登録が1人ありました。

尚、利用にあたっては「地域支え合い生活支援の会」に入会していただきます。{入会金1000円・1回のみ・事務費に充てられます} 1時間のサービス料金は掃除等の家事サービスは800円・病院やワクチン接種の同行、入浴介助など身体介護は1400円・除雪は1200円、灯油運び・灯油入れは1000円、大型ごみ処理は500円、ゴミ捨ては250円です。全て30分単位で利用できます。

また、所得に応じて勤医協福祉会の減免制度もあります。是非、気軽に相談して下さいね!

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 檜引 電話【留守電あり】・FAX 766-7110 訪問などで不在時はFAXまたは留守番電話にお名前・電話番号を入れて下さい。折り返しご連絡いたしますのでよろしくお願い致します。

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

### 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

### いつでも元気

2022年4月号 380円 好評発売中

未来を担うみなさんへ

【この号】 認知症はよくなります(中) どうなっている日本の医療

うちでも元気 体操&脳トレ

【この号】 富山県朝日町 初めのお弁当

購読の申し込みは友の会事務局まで

### 今月の「6・9」行動

4月6日(水)午後1時~ 麻生駅イオン前

### 4月の診療案内

曜 日	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
	午前	午後	午前								
内 科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	△
特 定 健 診	予約	予約	予約								

<専門外来・すべて予約制です>

高齢者外来 / 毎週水曜日午前  
糖尿病・甲状腺外来 / 毎週火曜午後・金曜午前  
循環器外来 / 第1・3・5火曜日午後

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。  
◎第3木曜日の夜間診療は休診です。

### 不織布マスクの着用を

ほぷらクリニックでは、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円で販売もしています。ご理解とご協力をお願いします。

### 2022年4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
.	.	.	.	.	.	.

### 2022年5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	.	.	.	.

### 無料・低額診療制度を活用ください

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。

詳しくは、ほぷらクリニックまで

勤医協札幌北區ほぷらクリニック