

札幌北・石狩健康友の会 (2022.4.15現在)		
会 員 数	10,281 人	住所変更 などの際は、 友の会へ ご連絡下さ
宅 配 協 力 者	394 人	
友 の 会 健 診	19 人 (4/1-)	

札幌北・石狩健康友の会ニュース

北斗星

第329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

ロシアのウクライナ侵略を許さない

戦争反対！ウクライナに平和を！



毎月行われている「核兵器廃絶」を訴える行動で、多くの友の会員も参加し訴えました。

ロシアのプーチン政権によるウクライナ侵略が始まりました。プーチン政権は武力の行使を禁止した国連憲章に反する侵略を行い、原発、病院、民間人等無差別に攻撃しています。また核兵器の使用をちらつかせて威嚇する等しています。平和を求め、私たちは友の会では絶対には許す事は出来ません。長屋いずみ、長原徳治両副会長が心を込めてマイクを握り訴えました。市民の方から署名や募金も寄せられ元気の出た行動でした。安倍元首相や維新の会が主張している「核共有」論や、自公政権は敵基地攻撃能力の保有等をいれていますが、核兵器を使用させない唯一の保証は核兵器を全世界から無くす事です。唯一の被爆国の日本政府は、核兵器禁止条約に参加せよとの声を挙げていきましよう。憲法改悪を許さないハガキ署名にもご協力下さい。

咳・発熱外来のご案内(予約制)

当院では、発熱・咳などの症状がある方は、通常の診療と分けて診察しております。

受診を希望の方は、必ず事前にお電話(011-762-8811)でご相談ください。お電話にて症状を伺い、来院日時と受診方法などをお伝えいたします。事前連絡なく直接来院された場合は、車内で待機いただくか一度帰宅していただくことがあります。

ご不便をおかけいたしますが、新型コロナウイルス感染症の感染対策にご理解とご協力をお願いいたします。(勤医協ぽぷらクリニック)

いざと何でも相談会
5月11日(水)午前10:00~11:30
011-762-9085 場所：ぽぷら会館
担当：長原・本間

「会員のこえ」原稿募集中! 毎月10日締め切り
お題「趣味・ペット・憲法・健康法等々」
採用になった方へ「図書券500円」を贈呈します。
E-mail kita-soum@kin-ikyo.or.jp
FAX 011-762-1835



ぽぷら並木

北在宅総合センターでは、北32条西8丁目1に「サービス付き高齢者向け住宅 虹」という高齢者住宅があります。全41室の高齢者住宅ですが、併設介護事業として看護小規模多機能型居宅介護(通い・泊り・訪問)と訪問看護ステーション、6月には定期巡回随時対応型サービス(24時間の訪問介護サービス)が併設します。

建物内はバリアフリーで、エレベーターも完備。車いすや歩行器での移動も楽々です。約11畳の個室にトイレ、洗面、収納(クローゼット)が付いております。浴室は共有ですがおひとり様用でゆつくりとご利用いただけます。一日3食の食事提供と、食堂ホールでお食事の際には、感染予防としてお席に感染防止パネルを設置しております。また、生活保護世帯や低所得の方には、法人独自の減免制度を設けていますのでぜひご相談ください。介護や日常生活の支援が必要となっても、自分らしく生活できることをお手伝いいたします。ご見学、入居予約申し込みなど随時受付しておりますので、お気軽にご連絡ください。お待ちしております。

勤医協北在宅総合センター
副センター長 勤医協サービス付き高齢者向け住宅
虹 管理者 藤田 義治

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2階
●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(未定)
●午後1時30分~ ぽぷら会館
●会費2,000円
- ぽぷら図書サークル
●毎週金曜日
●午後1時~ ぽぷら会館2階
●会費1,000円
- コーラスサークル「青い鳥」
●第1・3水曜日
●午前10時~ 12時 長生会館
●会費6,000円
- オカリナサークル「なな花」
●毎月第1・3木曜日
●午前10時~ 12時 ぽぷら会館2階
●会費2,000円
- 古典を読む会
●第3水曜日
●午後1時~ ぽぷら会館2階
●会費・無料
- 第1布遊びサークル
●毎週木曜日(未定)
●午後1時30分~ ぽぷら会館2階
●会費3,000円
- フラサークル「カトレア」
●毎週火曜日
●午前10時~ ぽぷら会館2階
●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1階
●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2階
●会費5,000円
- ヨガサークル
●毎週月曜日 午前10時~
●ぽぷら会館(75分間) 2階
●会費1回1,000円
●ストレッチ・アラビタ
●第1・3金曜日 ぽぷら会館1階
●午前9時30分~ 12時
●会費1回1,500円
●麻酔・フル百会の花
●毎月第1・2・4水曜日
●午後1時~ 4時 ぽぷら会館2階
●会費無料
- ふまわと
●毎月第2金曜日
●午前10時30分~ 11時30分
●ぽぷら会館2階
●飲み物を持参してください

5月のサークル活動は、新型コロナウイルス感染症の状況により判断します。

将棋ほど認知度は少ないが「囲碁」というゲームがある。白い石と黒い石を交互に置いて、自分の置いた石で囲んだ陣地が多い方が勝つという簡単なルールだ。簡単と言っても、手数が何と10の365乗あるのだ。

友の会サークル
ホップ
ステップ
ジャンプ
「ボケ防止に
囲碁を打とう」

4月1日に看護師長として着任いたしました。



原田 師長
野坂 真貴子さん

よろしく
お願いします
転入職員紹介

これまで勤医協本部看護部で、後継者育成に携わっておりました。医療現場は札幌病院以来3年ぶりで、緊張していますが患者さんや友の会の皆さん、地域の方とお会いすることを楽しみにしています。

出身は小樽で、趣味は写真を撮ることです。これから皆さんと一緒に住みやすい「まちづくり」実現に貢献出来



事務長 佐藤 和穂さん

勤医協札幌西土台を築かせて
区病院から4月 いただきました。
より着任しまし 勤医協で働い
た佐藤和穂（さ ていくうえで い
とかずほ）と 番大切にしてい

申します。入職すること、困つていきます。19年目です。診ている人のために、療所勤務は、入に何ができるのか」を考え、行職時に働いた黒か」を考へ、行松内診療所以来動することです。療所では患者さひとりの方から学んできた、初心を忘れず働きます。北区でも皆さんと一緒に課題に立ち向かっていく所存です。ご指導のほどよろしくお願ひいたします。



介助など身体介護は 1400 円・草取、庭の手入れ、畑起こしは 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。

交通費はバス料金実費・ボランティアさんが自家用車を利用した場合は1Km20円頂きます。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 櫛引

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します。

奇 偉
ボランティア ひなたぼっこ だより

3月の新規入会者は4人で、定期清掃・病院同行・話し相手の希望でした。入会のきっかけは北区第3地域包括支援センターからの紹介3人と北斗星を見ての方が1人でした。サービス回数は89回で、今までの最高でした。サービス内容では3回目ワクチン接種や眼科手術後の同行・身体介護・買い物代行などの依頼が多くありました。

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

勤医協きたく歯科診療所

[illegible]

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



購読の申し込みは友の会事務局まで

今月の「6・9」行動
5月9日(月)午後1時~
麻生駅イオン前

5月の診療案内

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

<専門外来・すべて予約制です>

高齡者外来／每週水曜日午前

糖尿病・甲状腺外来／毎週火曜午後・金曜午前

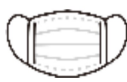
循環器外来／第1・3・5火曜日午後

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。

電話(011)762-8811

不織布マスクの着用を

ぽぷらクリニックでは、院内での
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	・	・	・	・

2022年6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・低額診療制度をご利用ください
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、ぽぷらクリニツクまで

勤医協札幌北区
ぽぷらクリック

診療の案内