

札幌北・石狩健康友の会 (2023.10.17現在)

会員数	10,121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	352人	
友の会健診	814人(4/1-)	

札幌北・石狩健康友の会ニュース

北斗星 第347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

健康まつり大盛況

9月23日(土)新琴似プラザにて4年ぶりの健康まつりを2000人の参加で開催しました。

実行委員長のぽぷらクリニック平野院長は挨拶で、コロナ禍で自粛している患者さんが多く、体力の衰えや認知機能の低下などが見受けられること、健康まつりの開催等で外に出る機会を増やして皆さんと交流を広げようと言われました。オープニングは勇壮な新琴似太鼓で始まり、コーラスやオカリナ演奏、フラダンスや銭太鼓、ヨガサークルは先生の模範演技で会場全体が参加することができ日頃の疲れがほぐれました。今年新たに出来た太極拳やカスターネットサークルの発表もあり、練習の成果を発揮できました。

地元の新琴似天舞龍神によるよきこいソーランで締め括りました。会場からの飛び入り参加もあり賑やかに会場が盛り上がりました。閉会挨拶では長屋いずみ副会長から札幌市で2027年度までに中学生や高校生の医療費が無償化になることが決まり、皆さんの長年の要望や運動で実現できたと嬉しい報告もありました。最後は恒例のお楽しみ抽選会で盛り上がりました。



ふまねっと
 11月10日、24日(金)
 10:30~11:30
 ぽぷら会館2階
 飲み物を持参して下さい

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、ぽぷらクリニックまで

ぽぷら並木

今年も友の会活動秋の強化月間では、勤医協福祉会(在宅)の北センターとしてのろセンターで健康相談会の講義をいくつかお引き受けしました。「介護保険制度」や「高齢者の住まい」「介護保険で利用できるサービス」などのお話をさせていただきました。介護保険サービスを利用するにはどこに相談したらよいのか、どのようなサービスがあるのか等、介護保険制度の基本的な考え方やサービスの種類などを説明させていただきました。また、一人で暮らす事に不安が出てきた場合、高齢者の住まいにも皆さん関心があたりです。勤医協福祉会で運営している高齢者向けの住宅は、「サービス付き高齢者向け住宅」と「住宅型有料老人ホーム」がありますが、その違いは何か、認知症になってもそのまま暮らし続けるのか?などは、よく訊ねられることが多いです。基本的に要介護3以上の人が介護保険サービスで利用できる施設のサービスも「特別養護老人ホーム」や「介護老人保健施設」など色々です。介護保険サービスも様々な訪問系サービスや、通所サービスもあり、利用金額もそれぞれ違いがあり、複雑な印象があると思います。

日本は1970年に「高齢化社会」に突入したと言われています。その後高齢化率は急速に進み、1994年に「高齢社会」、2007年に「超高齢社会」へと突入しました。今後も高齢化率の上昇が予測されており、2025年には約30%、2060年には約40%に達するとみられています。
 介護保険制度は介護を社会全体で支える制度として2000年に創設されました。日常生活に介護や支援が必要になったら、不安な事がたくさんあると思います。躊躇せずにご相談ください。秋の月間が終わっても、相談会などにぜひお呼びください。

センター長 田中亜樹

班・サークルのご案内

- 大正琴サークル「花音」
●毎週月曜日 ぽぷら会館2階
●午後1時~ 会費 3000円・入会金2000円
- 第2布遊びサークル
●毎週火曜日
●午後1時30分~ ぽぷら会館
●会費 2000円
- ぽぷら囲碁サークル
●毎週金曜日
●午後1時~5時 ぽぷら会館2階
●会費 1000円
- コーラスサークル「青い鳥」
●第1・3水曜日
●午前10時~12時 ぽぷら会館2階
●会費 6000円
- オカリナサークル「なの花」
●毎月第1・3木曜日
●(5月は第2・4木曜日)
●午前10時~12時 ぽぷら会館2階
●会費 20000円
- 第1布遊びサークル
●第1・3木曜日
●午後1時30分~ ぽぷら会館2階
●会費 3000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 20000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 10000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 無料
- 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10000円
- スケッチクラブ「アレイダ」
●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15000円
- 麻雀サークル「百合の花」
●毎月第1・4水曜日
●午後1時~4時 ぽぷら会館2階
●会費 無料
- カスターネット
●毎月第1火曜日
●午前10時~
●ぽぷら会館1階
●会費 10000円
- 場名時太極拳「すずか」
●第1・3木曜日 午後1時~3時
●ぽぷら会館2階
●会費 20000円

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。

