

会員数 23,158人  
 班数 49班  
 宅配会員 266人  
 宅配部数 5,517部  
 特定健診受診者数 143人 (4月末)

# 札幌東健康友の会

発行 札幌東健康友の会  
 発行責任者 佐藤広美  
 〒007-8505  
 札幌市東区東苗穂5条1目8-3  
 勤医協 共同ビル内  
 011-782-3317

## 「9条守れ！」の声全国で1500万人をこえる



元気に  
団地訪問へ  
GO!



5月7日、安倍9条改憲NO！全国市民アクションは「安倍9条改憲NO！憲法を生かす全国署名」（3000万人署名）の第1次署名1350万人分の署名を提出しました。  
 この運動は全国各地で取り組まれ1500万人が署名し、北海道では71万5千筆が集約されています。  
 東健康友の会は東区民医連3000万人署名実行委員会に参加し、民医連職員と一緒に様々な活動を行ってきました。  
 3・4・5月に東区団地署名行動を行ない15日間で参加113人、訪問件数1820件、署名300筆を集めることができました。訪問では「9条ってなに？」「9条が改憲されることを知らない方がいた」「改憲の恐ろしさが伝わっていない」など地域の状況から、訪問・対話が必要と参加した職員の間感がありました。  
 他に中央病院・10条クリニックの待合での署名行動、札幌市中心街での昼宣伝行動、9日と25日の憲法宣伝、札幌新道でのスタンディングが取り組まれました。  
 2月に友の会新聞に折り込んだ署名はがきには多くのおみなさんから返信をいただき、5067筆のご協力をいただきました。

### 原水爆禁止2018年世界大会友の会代表に 浦野助政さんに決定



「原水禁世界大会」へ友の会代表に選ばれ光栄に思います。

被爆者を先頭に「核兵器廃絶」「被爆者援護法制定」などを求めた運動がついに、

昨年国連で「核兵器禁止条約」が採択されました。まだ、世界では必ずしも平和になってはいませんが、核のない世界へ着実に進んでいると思います。

残念なことは、世界で初めての被爆国日本政府は「核兵器禁止条約に調印」していない、恥の上塗りを世界に重ねています。安倍政権は憲法改悪、特に9条を変え戦争する国に変えようとしています。これは世界平和に逆行しています。

安倍政権を終わらせ私たちの子どもや孫たちに平和な世の中を残していきたいそんな思いで世界大会に参加してきます。



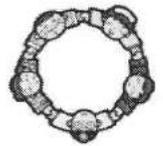
札幌中心街での署名宣伝行動



これからも、目標の3000万人達成をめざします。みなさんのご協力を引き続きお願いいたします。



6月9日憲法宣伝 北丘珠地域のおみなさん



### 幹事のつぶやき

65歳を迎え札幌市から介護保険証が送られてきました。簡単な説明用紙1枚が同封され、制度についてさらに知りたい人は「窓口に来ればパンフレットを配布します」とのこと。いっしょに送ってくれば親切なのにと感じました。

3月に「札幌市高齢者支援計画2018」が出されました。介護保険では要介護認定者の70%（2017年度）しかサービスを利用できていない現状ですが、3年後には約67%とさらに下回る見込みです。介護予防や日常生活支援、社会参加などで「自助・互助・共助」「意欲と能力」「生涯現役」が強調され、行政の責任・役割のあいまいさを感じます。

国の社会保障制度の後退格差と生活苦が広がる中で、住民の身近なところで生活を支援し、防波堤になってくれる自治体であってほしいと思います。

私たちの地域でも高齢者の住宅や入浴、交通、相談相手など様々な生活問題が横たわっています。地域とのつながりを強め、暮らしの改善と医療・介護を守る運動を総合的にすすめる「安心して住み続けられるまちづくり」の課題に挑戦しましょう。



医療費が心配な方はご相談を

011-782-9111

勤医協中央病院（代表）

### ★サークル行事案内板★

会場はすべて勤医協共同ビル

(東苗穂5条1丁目中央病院 駐車場東側)

【園 藝】毎週木曜日 午前9時～午後3時  
連絡先 齋藤 (791-9583)

【こども・初心者・園藝教室】

第2・第3・第5土曜日 午前10時～午後3時  
第1・第4土曜日 午前10時～正午

園基 連絡先 杉橋 (612-1668)  
上田 (782-0688)

【社交ダンスサークル「すてっぷ」】

毎週火・金曜日 午後7時～8時30分  
月会費4千円

連絡先 亀村 (090-3390-6585)

【フラダンスサークル「カトレア」】

第2・4 全曜日 午後1時30分～3時

連絡先 佐藤 (782-0942) 目黒 (782-9276)

【ふまねっと教室】 参加費無料

7月11日(水)・19日(木) 午前10時から  
担当 吉岡 (214-9650)

【手作りサークル】 参加費 100円

7月7日(土) 午前10時～午後4時

連絡先 川口 (783-7020)

【ウォーキングサークル】

7月25日(水) 百合が原公園

集合場所: 旧中央病院駐車場

集合時間: 午前10時

連絡先 眞鍋 786-3738

東友の会 782-3317

【パークゴルフサークル】 当面休会します

### 古布募集 \*布が不足しています

ご家庭で不要になったTシャツ・タオル・タオルケットなど綿の物でご協願いたします。

連絡先: 782-3317 友の会事務局

## ふれあいの家 さくら草

「おしゃべりサロン」

7月9日・23日(月)

○開催時間: 午前10時30分～午後3時  
食事とお茶・コーヒー付300円

○住所: 東区北26条東22丁目7-3

(都合の良い時間においでください)

☎: 782-3317 (事務局)

\*勤医協送迎バス③新道東・元町ルート「さくら草」付近に停所します。

保険料が払えないなど

困っていませんか

国保・介護・後期110番

相談日 7月26日(木)

午前10時～12時

ご相談の方は、事前にご連絡下さい。

電話 723-3366

(事務局: 東区生活と健康を守る会)

### 憲法宣伝

☆7月 9日(月)

市宮東新道団地

(北34条東28丁目)

☆7月25日(水)

東区役所前

午後1時友の会事務局

現地は午後1時30分集合

## お試し! 「食事会」開催



当日のメニューは役員手作りのおにぎり、漬物と豚汁、フルーツに「いつもはこんなに食べないのに、もうお腹いっぱい」豚汁のお鍋は空っぽになりました。「今度はいつするの」「また来るね」と期待の声が寄せられ準備をしたボランティアも参加者もみんな笑顔の「食事会」でした。

5月26日、札幌南ブロックが東雁来自治会館で初めての「食事会」を開催しました。「若葉班」では、毎月班会議、健康相談会を行ってきています。その中で、「気軽にいつでも場所がほしいね」「さくら草までは遠いし」と要望が出され話し合われていました。まだ名称も「食事会」の内容も決まっていませんが、お試しで足を踏み出そうと開催されました。16名が参加し3名が初めての参加でした。「食事会ってどんなことをするのか」何か落ち着かない様子でした。佐藤悠久子班長の開会あいさつのと準備を進めてきた矢幅操さんから今後どのような運営をしていくのかみなさんと進めていきたいとお話がありました。

### サークル紹介

## 読書サークル

毎週木曜日20人前後のみなさんが集まり、基盤をはさんで真剣勝負を繰り返しています。定年退職後、初めて基石を手にした方は「基本から丁寧に教えてもらい楽しいです」と話していました。興味のある方お待ちしています。



### 73人が温泉を満喫!



寒い日でしたが6月14日73人(職員14人)で、なんぼろ温泉に行ってきた。恒例の研修医による紙芝居「うたって健康に!」では全員で「ふるさと」を唄い会場が盛り上がりました。「寒かったけれど、温泉に入って心も身体もあったまったわ」「友達ができた」職員からは「友の会の方とたくさんお話を楽しくした」と感想がありました。

### 健診のお知らせ

特定健診・各種がん検診(友の会助成あり)・歯科検診を受けます。平日も健診を実施しています。ご都合の良い日を決め、お電話下さい。

10条クリニックでも特定健診・大腸がん検診を実施しています。

▽友の会特別健診

7月14日(土)

勤医協中央病院

予約・問合わせは健診センターへ

(782) 91224

▽友の会歯科検診

7月21日(土)

札幌ふしこ歯科

診療所

予約・問合わせ先

(784) 6810



ボランティア作業日のご案内  
○古布切り 7月4日・18日(水) 9時30分

○友の会新聞 郵送・宅配作業 7月26日(木) 9時

\*どちらも東友の会事務局集合(共同ビル)

○車いす清掃 7月9日(月) 12時20分

\*中央病院1階 ボランティア室集合

☆外来ボランティア・図書ボランティア募集中 連絡先 782-3317