

札幌西・手稲健康友の会ニュース

ていねやま

発行所：札幌西・手稲健康友の会
 札幌市西区西町北19丁目1-5 勤医協札幌西区病院内
 直通666-2877 (FAX兼用)
 発行責任者 高際 一男 友の会員数 11,200人



各班で総会を開く

今年に入り班活動が動き出した、宅配ご苦労さん会・レクリエーション・学習会などが行われています。また、4月からは班総会も開かれています。

「銭函班」

4月14日に10人が参加して開き、勉強会・健康相談会を各2回計画し、お楽しみ会も行い事を決めました。さつそく5月30日に学習会を行いました。

「平和班」

6月16日に8人参加して開き、9月にお散歩会・10月に学習会・12月宅配ご苦労さん会・2月新年会を計画、健康まつりが開かれ、きはバザーの出店を行う。総会後に懇親会を開き病院にたいする要望がだされました。

「新発寒班」

7月6日に16人参加で開きました、新発寒班では初めての総会でした。コロナ前の活動を総括して、「たんねの里での活動」「教会でのお食事会」「温泉での宅配ご苦労さん会」「友の会活動拡大月間の取り組み」などの報告がなされました。

新発寒班の現状では19人の人が宅配に参加、「いつでも元気」販売所では17部を取り扱っていること、続いて財政報告がなされました。2024年度の活動は健康相談会・健康まつりの参加・拡大月間の取り組みと会員3名と「いつでも元気」1部を拡大する。意見交換ではお食事会の再会、たんねの里のフマネット体制、病院の実態を知る学習会などの活発な意見が出されました。

○各班でもぜひ班総会を開いて下さい。

シリーズ身近な健康

無料・低額診療制度

その2 無料・低額診療制度の具体例

勤医協札幌西区病院 ソーシャルワーカー 加藤 琢也

今回は具体的な事例をもとに無料低額診療をお伝えしたいと思います。
 Aさん夫婦(70代)はAP(家賃40,000円)で2人暮らし。夫婦の年金を合わせて16万円/月で生活。足腰が悪くなってきたり、買い物や受診には車が必要。車の維持費や家賃・光熱費を支払うと、日々の生活で手一杯になり貯金をすることはできていない。電気代の高騰により、生活がさらに困窮し、医療費の支払いさえも大変になったため、病院の相談員に相談が入った。
 夫婦の年金 160,000円
 生活保護基準 155,890円
 無料低額診療の対象(生活保護基準の120%) 177,780円
 今回の事例では生活保護基準よりは、年金が高く、生活保護基準の120%よりも低いため、無料低額診療の申請が対象

となり、医療費の支払いが免除されることになり、Aさん夫婦よりも生活が困窮されている方がたくさんいます。中には生活保護基準よりも低い年金で何とか生活されている方もいるのではないのでしょうか。勤医協ではこうした相談に対応するために相談員がいます。ご自身も対象となるのではないかと思われた方は病院の職員までお気軽にお声掛けください。

「無料・低額診療制度」実施中
医療費のこと、ご相談下さい

原水禁大会代表派遣決まる

友の会から派遣 平和班 阿部 勇 さん
 西区病院から派遣 さん

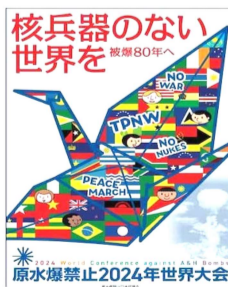


平和班 阿部 勇 さんの 決意

いつになったら紛争が収まるのか。そしていつになったら核の脅威から解放されるのか。何十年過っても「だめなものダメ！」とそれは核使用であり核による威嚇、脅威だと思いません。人類滅亡までの終末時計が100秒から90秒に短くなったことは核の偶発的な事故を含め、核保有国のロシアやイスラエルが戦争の当事国になっているか
 らではないでしょうか。日本政府の今取るべき道は「核の傘」核抑止論の立場を投げ捨て、世界でたった一つの被爆国として国連の核兵器禁止条約の署名・批准の123番目の賛成国な
 ことだと思いません。
 私はこの原水爆禁止広島大会に参加し、非核のこの運動がビキニ環礁で第五福竜丸が被爆した昭和29年3月1日が大きな契機となっていた事を知り、正に私の生年月日と同日であることからこれからも非核日本の実現に向け運動を押し進めていく決意です。

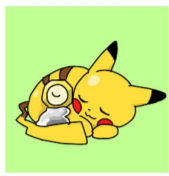
原水禁世界大会参加報告会

日時： 8月27日 17:30～
 場所： ひだまり会館



健歩会

8月休みです



9月は札幌競馬場探索を計画中

パークゴルフ 8月

と き: 8月27日(火) ※小雨決行

場 所: 五天山公園

集 合: 9時30分現地集合

参加費: プレー代230円 運営費100円

申込先: 友の会事務局 締め切り: 8月20日(火)



麻雀はグループで申し込みご利用ください

ひだまり会館2階に麻雀卓2組用意

平日 9:30~12:30 13:00~16:00

1組 3~4人のグループで

友の会事務局へお申し込みください。



読者コーナーにお便り募集中

絵手紙、絵はがき、ちぎり絵、小物作りや趣味。旅行、ハイキング、食べ歩き体験。孫、ペットや連れ合いのこと。小言、大言や雑言。希望、願望や妄想。などをお寄せください。文章は150字程でお願いします。粗品出ませんが、班名(住所)、お名前(ペンネーム)を記入の上、友の会事務局に、郵送、ファックス、ご持参で届けてください。「ていねやま」をより豊かな紙面にするために、読者の皆さんのご協力をお願いします。

【8月の行事予定】

- 1日(木) 絵手紙サークル 10:00~ (ひだまり会館)
 - 2日(金) 囲碁サークル 13:00~ (ひだまり会館)
 - 6日(火) ちぎり絵サークル 14:00~ (ひだまり会館)
 - 7日(水) フラダンスサークル 13:30~ (ひだまり会館)
 - 16日(金) 囲碁サークル 13:00~ (ひだまり会館)
 - 17日(土) いきいきお食事会 11:00~ (ひだまり会館)
(参加申込締切日: 7/16火 参加費: 500円)
 - 20日(火) ふまねっとサークル 10:00~ (西区病院3階大会議室)
 - 21日(水) フラダンスサークル 13:30~ (ちえりあ)
 - 22日(木) 絵手紙サークル 10:00~ (ひだまり会館)
 - 26日(月) 西・手稲健康友の会幹事会 9:30~ (ひだまり会館)
 - 27日(火) ふまねっとサークル 10:00~ (西区病院3階大会議室)
 - 27日(火) パークゴルフサークル 9:30~ (五天山公園)
 - 28日(水) フラダンスサークル 13:30~ (ひだまり会館)
- (※ 旧ひだまりクリニック ☎ 通称: 「ひだまり会館」)

友の会事務局 電話・FAX 666-2877

シリーズ 宅配ありがとう 第28回

人とのふれあいを大切に

稲積班 長谷川 節子 さん



「おはようございます!」 「気をつけてね!」 子どもたちの元気な挨拶から長谷川節子さんの一日が始まります。町内会でスクールガードとして、朝8時から子どもたちの見守り活動を続けて4年になります。交通量の多い所なので気が抜けません。子どもたちからのお手紙や折り紙のプレゼントを貰うととても嬉しく、やりがいを感じると話しています。長谷川さんは1949年池田町で生まれ、2歳の時にお父さ

んの仕事の関係で札幌に転居、それから27歳まで札幌で暮らします。9人兄弟の下から2番目で、明治生まれの父は食事で長男にだけ優遇していた事に不満でしたが、それ以外は貧しいながらも生活で困ったことはない。大家族で育ったことで、人とのふれあいを大切にすることを考へ方が培われたと言います。札幌の高校を卒業し市内の会社に就職、労働組合の活動に参加しました。25歳の時に地域の活動で知り合った夫と結婚。2年後、夫が「しんぶん赤旗」の記者に採用となり、東京に転居します。34歳の時、東京八王子市の共産党から市議候補の要請があり立候補し、初当選しました。それから5期20年、二人の子育てをしながら議員活動を続

けました。地域のお母さんたちに支えられた議員活動だったと当時を振り返ります。2010年60歳の時、夫の退職を契機に札幌に戻り、手稲前田のマンションに転居しました。八王子市議時代に東京民医連の友の会や年金者組合に入会し、手稲でも引き続き年金者組合手稲支部の執行委員として活動しています。西・手稲健康友の会でも宅配に参加して12年になり、稲積班活動に積極的に携わっています。何事にも前向きでフトワークの良さには感心させられます。活動を続けているのは、「正義を貫きたいという理想を追求する気持ちがあるのでは!」と長谷川さんは力強く語られます。

こんな言、あんな事 (第39回)

『ヒゲマが転げ落ちるほど急な山』鉄北班 K・Y
6月に日高山脈が国定公園から「日高山脈襟裳十勝国立公園」になった。日本最大の国立公園です。公園の真ん中に背骨のように、140kmに渡り日高の山が連なっている。日高山脈は地核変動により、盛り上がりが出て出来た山脈でヒマラヤと同じように誕生したミニニヒマラヤである。氷河期に氷河よ

りカールが出来、川が山肌を削りV字谷を作った。けっして高くはないが、その険しさは他に無い、登山者にとって憧れ山である。私も退職してから、日高の山に挑戦してきた、その中でも中央日高の「カムイエクスウチカウシ山(1979m)」は鮮明に記憶にある。名前がアイヌ語で「ヒゲマが転げ落ちるほど急な山」という意味があり名前のとおり



の険しさである。登山者は訳して「カムエク」という。カールはヒゲマのテリトリで昭和45年に福地元では国立公園になったことを期に観光にはずみを付けようとしている。日高山脈はこのまま遙かなる山であって欲しい。