収活のま入続事 入と数し院きを50 しなかた手仕し代/ しなり月。術事ての かり、け かありません。 事例1 事例1 事にも影響が出たため、 で受けることになり できるまで のA氏は建築関係の仕 のA氏は建築関係の仕

コロナウイルス感染症拡大で経済不安がひろまり、失業したり収入が 大幅に減って生活が苦しくなったという方が増えてきました。そうし た状況で生活の見通しがたたず、医療に回すお金を捻出できなくなり、 我慢をして体調を悪化させてしまう… そういったケースが少なくあり ません。そんな困難を解決するために、無料低額診療制度があります。 この制度を利用された方の事例をご紹介します。

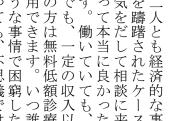
室検腸をおかいは暮 へ査力受腹らてわら60 検銭ねたもう 費メけの受いず 費用に困ったB氏は相談 がましたが、金銭的心配 ですが良くならず検診 でいましたが、金銭的心配 ですが良くならず検診 ですが良くならず検診 ですが良くならず検診 ですが良くならず検診 ですがです。体の不調が続 し。月に自由になるお金 治療を受けたいと、心配さえ解消されたけど、やっぱんだけど、やっぱんだけど、やっぱんがいいかい ・など ん歳 いされ ŋ

れこて「 Aま 無たと説無A氏す せ療 がわかると、 がおかると、 がわかると、 がわかると、 ではンフト かると、心底安堵さい、制度を利用できるい状況をお聞きし、の状況をお聞きし、の状況をお聞きし、の状況をお聞きし、の状況をお聞きし、の状況をお聞きし、 は仕事に復帰、無 出支がたが、 Hできそうになるが激減。住宅 なっていたることがで 住口の に一宅ナ化あが、声が

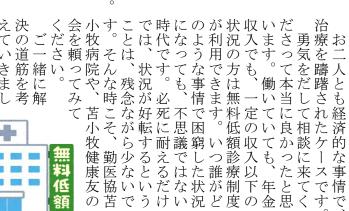
ばた。 を面さ入みを無

発行所 苫小牧健康友の会 所在地 苫小牧市見山町 1丁目8-23 電話 72-3291

> 発行責任者 竹田 登紀子







相談窓口 **C**0144-71-6066 勤医協苫小牧病院 医療福祉課

- 生活の困窮により、医療費の支払いが困難な方
- 国民健康保険の短期保険証、資格証明書の方
- 病気や障がい、失業などで収入が減った方 医療費の支払いをすると生活が困難になる方
- 就学援助、高校の奨学給付金を受けている 世帯の児童・生徒・同居家族
- 保険証をお持ちでない方 (保険加入から支援致します。)

お困りの時は、

まずは勤医協苫小牧病院 医療福祉課 へご連絡ください

ま料 で



私たちソーシャルワーカーが お話をうかがいます

【 無料低額診療とは 】

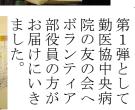
医療が必要にもかかわらず経済的な理由に より医療費の支払いが困難である方に、北海道 勤医協の病院や診療所、老人保健施設では「無 料・低額診療」を実施しています。自己負担の 全額または一部を免除・減額する制度です。

生活が改善するまでの一時的な措置ですが、 ソーシャルワーカーなどが公的な制度の活用を ふくめ問題の解決に向けて相談に応じます。

「まえ

面 再 ず。





ま布に絡かしが切をら パ号で た。 ったって た。 って た問

で布切ボラン で布切ボラン たくさんの方と たくさんの方 でか でき、丁寧 でいただいたと できんの方 の会だより」 6

ш

П

П

П П

ш П

П

П

П

П

П

П

П

П П

П

П П

ш

П

П

П П

シリーズ23 **宅配者紹介**



東部ブロック 越田 いみ子 さん

来な等達明のの入会参日友私まい、市善善お会」加帰達は し所自の寺光花後には約 たに分さの寺見は八た温誘れ

にがなわ伝友 り員イイ祭 たのがと降が、 ロナで再び郵送の周りを散歩しりることになり、利聞の宅配お手したはなり、 交蔓いの 流延 う 未コ年 もし な友知口札 くのなけっている。

ではすることなくマスクにすることなくマスクの声を聞き、草花を見い、近所の子どもたちいがら、また宅配が出ながら、また宅配が出まるようになることを頼っています。 一日も早く、何も気を吸が出また、友の会行事もまた、方の会行事もある。

コロナを乗り切る 健康講座 Vol.5 窒息予防で

おいしく楽しく食事を続けましょう!

勤医協苫小牧病院 リハビリ科 言語聴覚士 栃谷

窒息とは、食べ物がのどに詰まって呼吸困難の状態になることです。 窒息を起こしやすい年齢として**65歳以上が80%以上**を占めています。 窒息を起こした食物としては**米(お粥含む)、餅、パン**が上位と なっています。

窒息がないことが一番ですが、対策方法と窒息した場合の対処方法を ご紹介します!

≪ 対策・対処方法 ≫

- ★ 丸のみや詰め込み・早食べを避けましょう
- ★ 歯がない部分は入れ歯を作成しましょう
- ★ もし窒息してしまったら・・・

意識がなければ119番通報!!



≪ 腹部突き上げ法 ≫

後ろから抱えるように腕を まわし、片方で握りこぶしを 作りへそより上・みぞおち より下の部分にこぶしを 当てます。

すばやく手前上方に向かっ

≪ 背部殴打法 ≫

手の付け根で 肩甲骨の間を 力強く何度も 連続してたた きます。



て圧迫するように突き上げます。



苫小牧 ഗ 自然

谷口勇五郎

⑪鳩(はと)



ております。

事務局だより

なかなか、対面でのイベントなどできない 日々が続いていますが、この紙面「友の会 だより」を通して皆さんの声を発信していき、 会員さん同士の交流の場になればと考え

是非みなさんの身近な話題や情報をお寄 せください。お待ちしています。











植雄キ似がせ多夫はるずトるどポ 物雌ジてキんく婦「のり(こかー のはバいジ。、のクででヤとなポ 種同トるの体群行ウす縄マが鳴ー 子じでの雌のれ動ツ。張バりかきや色すでに色まが」雌を)まが

ます



まが林 まず間の 主のす。 主のでなる場とでなる。 までなるようにない。 またかしてない。 またいだいでいた。 またいだいでいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいた。 またいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいたがらいた。 共 地 鳴

類は当て雛もとミ作の共はハる(写秋6こ森水で羽かり声の3地まをのいルるうに雌ト雌バ真にくとでをすのらまが八種にす育でうク鳩で素雄類でラはは9はは飲。部)す間 が



デカまい (かまい) 7