

友の会の歴史をつなぐ

～第42回友の会春のつどい～

5月17日(土)苦小牧市民会館にて、第42回友の会春のつどいを開催し、会場には約150名が出席了。苦小牧健康友の会は、1994年12月に結成し、30年を迎えました。ウェルカム&オープニング演奏で幕を開け、開会には三隅会長、代表で松本院長よりご挨拶を頂きました。続いて、来賓の金澤市長からも高畑医師との関わりや地域医療に触れ、開催を祝うご挨拶を頂きました。結成30年企画では、「友の会の歴史をつなぐ」をテーマに、4名の方よりリレートークが行われ、友の会発足時のエピソードや活動への思いなどが語られました。また、長年友の会に関わってきた会員お一人ずつが紹介され、参加者全員で感謝の拍手を送りました。友の会の出し物では、合唱サークルあかい実のうたごえに続いて、かつぼれとフラダンスサークルの発表で盛り上がりしました。各事業所からは、勤医協苦小牧病院、福祉会、ひまわり薬局で、新入転入職員が一人一言の自己紹介が行われました。最後に北海盆踊りを参加者全員で踊りました。地域の会員と職員の交流の輪が広がり、たくさん笑顔があふれました。



金澤俊市長 リレートーク(左から：三隅会長、竹田、石、山畔、浦田 各氏) 松本巧院長

苦小牧健康友の会
友の会だより

発行所
苦小牧健康友の会
所在地
苦小牧市見山町
1丁目8-23
電話 72-3291
発行責任者
三隅 雅彦

令和7年度 苦小牧特定健診が始まります

苦小牧市より、対象者の方へ特定健診のご案内と受診券が順次発送されています。勤医協苦小牧病院では完全予約制で実施しており、受診券がお手元に届き次第、予約可能となります。ご希望の方はお電話・事務窓口にてお申込みください。

受診券には有効期限があります。

<勤医協苦小牧病院で実施できる健診内容>

●基本健診

●がん検診(胃がん・肺がん・大腸がん)

友の会会員の方は、特典として貧血検査・尿酸・心電図の検査が無料で受けられます。頸動脈エコー・前立腺がん検診など友の会会料金で受けられる検査もあります。

ご予約お待ちしております。



インターネットでも過去の友の会だよりもご覧いただけます。スマートフォンなどでQRコードを読み取りください。



健康講座 Vol.46

『たかが脂肪肝』と思いませんか？

勤医協苦小牧病院
検査科 花田 理子

日本人の3人に1人が脂肪肝といわれ、従来は軽い病気と考えられていました。しかし近年、脂肪肝が肝硬変や肝臓がんへと進行する危険性があり、様々な生活習慣病のリスクも高めることがわかってきました。お酒の飲みすぎが肝臓に悪いことは一般的に知られていますが、脂肪肝の状態を放置していると重篤な病気に進行することがあります。

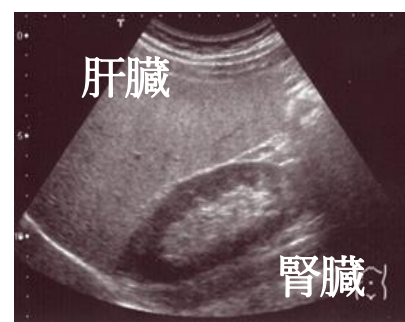
●まずは血液検査で肝機能チェック！

肝機能検査として広く測定されている血液検査項目にALT(GPT)値があります。日本肝臓学会ではALT値が30を超えていた場合、まずかかりつけ医等を受診することを勧めています。

●脂肪肝は超音波検査で診断できます！

腹部超音波検査で肝臓と腎臓のコントラストの差をみたり、肝臓内部の血管の見えづらさなどで脂肪肝の有無および、その程度が評価できます。さらに、肝臓の硬さも数値化して評価できるようになりました。

(医師の検査依頼が必要です)



《6月の予定》

お問合せ・お申込みは、友の会事務所へご連絡をお願いします

☎ 0144-72-3291

★スタンディング行動

「平和憲法を守る」

6月6日(金) 13:00～
病院前交差点 15分程度

★東部ブロック ハッピーダンス

6月10日(火)
10:00～12:00
住吉ライブラリーセンター

★ボランティア部 病院清掃

6月11日(水)
13:30～14:30
病院前

★健康サロン(居場所づくり部)

6月18日(水)
10:00～12:00
見山東福祉センター

★西部ブロック そば打ちサロン

6月24日(火)
11:00～13:00
しらかば総合福祉会館

★フラダンスサークル

6月4日(水), 18日(水)
25日(水)
13:00～15:00
豊川コミュニティセンター

★あかい実/合唱

定例練習会 毎週水曜日
13:30～15:30
☎ 0144-56-0315
(代表: 西谷)

友の会バスをご存じですか?
病院の受診の際に友の会員は
ご利用いただけます。
予約等お問合せは友の会事務所
へご連絡ください。
友の会事務所
0144-72-3291

友の会に新会員になって以来、自宅に新聞が届けられて、毎月ご苦労様と思つていました。毎月が苦役になり、新聞が家に届くまでに、毎月、会員さん達に折つたり、数えたり、封筒に詰めたりするのを見聞かして、中々宅配を始めました。花園町を担任して、最近、北町も始まりました。毎回、声がかかっています。お元気が、このインを宅配集中でいます。す。宅配仲間

シリーズ65 宅配者紹介 山手ブロック 小形 尚子 さん



あなたのご自宅が診察室に

訪問診療をご存じですか?
通院が困難な患者さんのご自宅や施設へ、医師が定期的に訪問して診療を行う医療サービスです。
※事前に契約の手続きが必要です。

【対象となる主な疾患・状態】 (一部抜粋)

認知症/脳卒中後遺症/心不全/神経難病(パーキンソン病、ALSなど)/がん末期における緩和ケア/重度障がいによる医療的ケア(人工呼吸器や胃ろうの管理など)

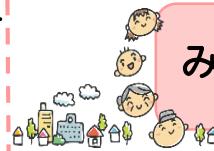
【対応可能な訪問範囲】

病院から半径16km圏内(北星公園～イオン周辺までが目安)

【お問い合わせ先】

病院窓口またはお電話にてお問い合わせください。
TEL: 0144-72-3151

みんなの 友の会活動



見山・松風「サロン」

4月4日(金)曇りで、小雨のぱらつくお天気でしたが、足元に気をつけながら8名が参加しました。福本講師の指導の下、まずは“ふまねっと”から開始。“ふまねっと”体験2回目の方も、「自信ない」と言いながら、しっかりと足取りで一步一步確実に歩いていました。今回も、講師の誘導が上手なので、笑いにあふれる“ふまねっと”の時間でした。

その後、草餅で一息入れ、“オカリナ”の演奏が始まりました。素敵な音色にみんな感動して聞き入っていました。その後、演奏者より、“イントロクイズ”という事で、オカリナの素敵な音色が少し流され曲を当てます。「うん?」「うん!」などと言いながら「もう少し長くして」という希望も出されるなど、脳はフル回転で和気あいあいと曲名が当てられていきました。「これで最後」と言われ、参加者のアンコールに応じて楽しい時間を過ごしました。

お家まで訪問します



タカ科の猛禽類、雌雄同色、上昇気流を利用し輪を描いて飛び、「ピーヒョロロ」と鳴き、街中でも見られる。カラスより一回り大きく、雌の方が少し大きい(タカ科)、羽をを広げると1.6mになる。飛んでいるときの尾は三味線のバチ型をしている(タカ科では本種のみ)。視力はヒトの8倍。非繁殖期は集団ねぐら。大木の枝に営巣(同じ巣を何年も使い大くなる)。2、3卵、雌は初卵を産むと抱卵、先に孵化した第一ビナは餌を先取りして生長、第二ビナは遅れる。狩りをして餌をとることは少ない掃除屋。動物・魚の死骸、残飯、カエルやトカゲ。空港で最も多く飛行機にぶつかるのはトビ。

シリーズ50

谷口勇五郎

鳥(トビ)

苦小牧の自然

