

苦小牧健康友の会

友の会だより

友の会だより

あなたの家に届くまで

毎月発行される「友の会だより」は、ボランティア部を中心に手作業で準備されています。

宅配分約4,500部、郵送分約2,100部と、合わせて6,600部もの部数を仕分け、枚数を数え、同封する案内をすべて折り込み、それぞれの地域宅配者が届けやすいよう班ごとに仕分け。作業は間違いが無いよう、丁寧に進められます。



春のつどいのご案内

日時：5月30日(土)
14:00~
場所：苦小牧市民文化センター
会費：2,000円(予定)

企画準備中！詳しい内容は次回お知らせします！
乞うご期待

支えるボランティアの力

話ながら楽しく作業

作業に参加している皆さんにお話をうかがうと、「普段の忙しさを忘れて楽しい時間になる」「外に出る良いきっかけになり、張り合いが出る」「おしゃべりしながら作業できるのが楽しい」と、前向きな声が多く寄せられています。

地域のボランティアの方々が集まっているので、友の会の行事の話題もよく出るそうです。「健康相談会で先生のお話がとても良かった」「友の会の行事で出た食事が美味しかった」といった感想が交わされ、リハビリ職員から教わった運動内容を教えあう場面もあるなど、和やかな雰囲気で作業が進んでいます。

休憩時間には、お茶を飲みながらほっと一息。多くの方の手によって届けられている「友の会だより」は、こうした温かさに支えられ、地域をつなぐ大きな力となっています。



ボランティア募集

ボランティア部では、一緒に作業する仲間を募集しています。興味がある方はぜひご連絡ください。

内容…新聞仕分け作業
作業場所…勤医協苦小牧病院食堂
お問い合わせ…7233291
(友の会事務所)



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

インターネットでも過去の友の会だよりも含めご覧いただくことができます。スマートフォンなどでQRコードを読み取りください。



特集

医療崩壊と診療報酬改定

勤医協苦小牧病院 名誉院長 宮崎 有広

やすひろ



地域の医療機関の経営が厳しくて、ある日突然まちの病院が閉院になるかもしれないと、昨年から報道されるようになりました。2月25日付道新1面で、市立室蘭病院が2027年に閉院するという記事が出ました。なぜ、7割以上の病院が赤字なのでしょう？

医療機関の収入は、「診療報酬」と言って、一つ一つの薬、医療行為について、金額が決まっています。病院で勝手に金額をかえることはできません。

ところが、この異常な物価高です。食品、燃料、消耗品などがどんどん値上げされています。入る収入が変わらないのに、支出が増えるわけですから、経営は厳しくなります。

多くの産業では、賃金を上げていますが、医療、介護分野では、このような経営状況で、賃金を上げることが困難です。このため、医療機関の職員が退職し、別の分野に移動するとか、募集をしても、新しい職員が集まらない事態になっています。職員がいなければ、運営ができず、病棟を閉鎖、あるいは閉院せざるを得ないこととなります。

このニュースが配られる頃は、診療報酬改定の内容が明らかになります。医療団体などは10%増を要求していましたが、3.08%増の予定で、不十分だと思います。この改定で、自己負担のある患者さんの窓口負担が、増える(どれくらいかは、まだよくわかりません)ことについては、御理解をいただきたいところです。



【4～5月の予定】

★スタンディング行動

「平和憲法を守る」
4月3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

4月14日(火) 10:00～12:00
住吉コミュニティーセンター

★居場所づくり部 健康サロン

4月15日(水) 10:00～
見山東福祉会館

★フラダンスサークル

4月8日(水)15日(水)
22日(水) 13:00～
豊川コミュニティーセンター

★あかい実/合唱

定例練習会毎週水曜日 13:30～

★春のつどい

5月30日(土) 14:00～
苦小牧市民文化ホール

お問合せ・申込みは友の会事務所
へご連絡をお願いします。
尚、地域やブロックでの催しはどなた
でもご参加いただけます。

☎ 0144-72-3291

友の会バスの

ご利用について

通院にお困りの方！友の
会員は病院受診の際、バス
をご利用いただけます。

※バス事前予約必要

バス予約等のお問い合わせ
は友の会事務所へお願い
します。

住所変更はお済ですか？

お引越しが決まったら友
の会事務所へお知らせく
ださい。

友の会事務所

☎0144-72-3291

私が友の会に入会したのは、
4年くらい前になります。毎月
会報を届けてもらい、すごい
なあと感じていました。
会報の中のボランティアや宅
配募集の折込を見て、自分から
応募しました。初めは会員では
ない方の郵便受けに入れてし
まったり、1階と2階を間違
えたりしました。自分の注意力
のなさにガックリしましたが、
今となっては良い教訓です。
宅配を始めて3年程になりま
すが、会員の方が施設に入られ
たりと宅配数が少しずつ減り淋
しいです。私も衰えてきました
が、もう少し頑張ります。



シリーズ74
宅配者紹介
山手ブロック
小松 富佐子 さん



東部ブロック 春をよぶつどい

3月8日(日)、住吉コミュニティーセ
ンターで東部ブロック春をよぶつどいを
開催し、20名が参加しました。

紙芝居(曾根崎心中)や、全身をつかつ
たストレッチ、手を使った体操、アコー
デオンの合唱や、ギターの弾き語り、
手を使った脳トレなど、たくさんのお出
し物があり、参加者のみなさんはお弁当を
食べながらの賑やかな会となりました。

勤医協苦小牧病院職員から、全国の病
院の経営状況や北海道勤医協の経営危機
について触れ、「医療難民を出さないた
めに、ぜひご協力の程お願いします」と、
協力借入金
の訴えを行なう
場面もありまし
た。(東部・大久保)



みんなの友の会活動

うさとブロック 健康相談会

3月10日(火)、有珠の沢町内会館で
健康相談会を開催し、8名が参加しまし
た。

勤医協苦小牧病院へ実習にきていた、
学生2人が「今日からできる！フレイル
(虚弱)予防！食べて備える健康づくり」
をテーマに行いました。
フレイルとは身体的・心理的・社会的
に弱っていることです。筋肉量が減る、
体力がなくなる、気持ちが減入るなど症
状があります。
フレイル予防として「しっかり食べ
る」「体を動かす」「人と話す」ことが
大切なことや、食事の食べ方のアドバイ
スとして「タンパク質がとれる食品」
「食事のバランス」「3食しっかり食べ
ること」をレシピアク
イズも交えての話をして
くれ、参加者で話し合い
ながら、とても充実した
時間となりました。

(うさと・
三澤)



シリーズ
58

ツグミ(鶺鴒)

谷口勇五郎

苦小牧の自然



ヒヨドリはピーヨピーヨと鳴
き、留鳥(リゆうちよう)で年
中見られ、木などに止まり、
尾が長い。ツグミはヒヨドリ程
の大きさで、冬鳥又は旅鳥な
ので、秋から春に、草原や庭
先などの地上で見られる。真
冬は南下するものが多く、春
には数が増える。多くは単独
で、葉をほじくり、ミミズや昆
虫の幼虫を食べる。数歩、跳
ね歩いて胸をそらすポーズを
繰り返す。褐色の背、目の上
は白っぽい線状、胸は黒い斑
紋、雌雄ほぼ同色、尾は普通
の長さ、「クイクイ」と鳴く。
5月の初めには繁殖地のシベ
リアへ渡る。以前は渡りの途
中、カスミ網で捕らえられ、
食べられていた。今は狩猟鳥
ではない。まもなく、同科のク
ロツグミ・アカハラなどが渡来
し、林で美しいさえずりが聞
かれる。



ツグミ(写真上)

ヒヨドリ(写真下)