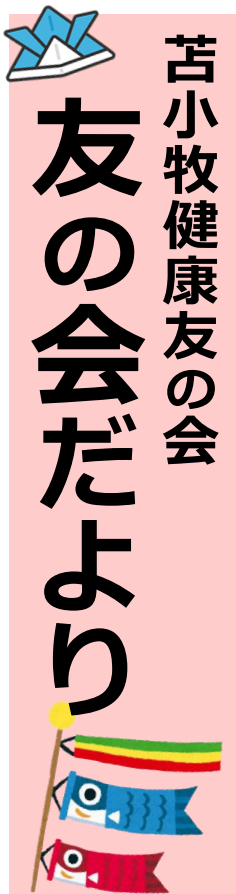


# 第32回友の会定期総会開催



## 苦小牧健康友の会

# 友の会だより

3月19日(木)第32回友の会総会を開催し、全体で40名が参加しました。三隅雅彦会長、勤医協苦小牧病院島垣事務長、苦小牧ひまわり薬局石井係長から挨拶を頂きました。

25年度活動のまとめと会計の報告、26年度活動方針と会計予算案、会計支出基準改定案が提案、承認されました。各ブロックの友の会、職員から取り組み報告が行われました。三隅会長より3つの取り組みについて報告がありました。

①担い手づくりについて  
昨年は札幌で行われた担い手づくりの研修会に、苦小牧から9名の方が参加しました。新たに3名が専門部に入り、地域に新しい風を吹かせてくれました。役員も高齢化している今、新しい担い手づくりを強化していきます。

②原水爆禁止世界大会について  
今年の原水爆禁止世界大会はカンパを募って代表団を派遣する予定、みなさんにご協力を仰いで新たな取り組みを作っていきます。

③居場所づくりについて  
新年度は、居場所づくりのふれあいサロンについても、参加者をより多く募り充実させたいと抱負を語られました。

写真・三隅会長の挨拶



### 2026年度 役員新体制

役職名	氏名	地域
会長	三隅 雅彦	西部
副会長	竹田 登紀子	ときわ・澄川
	石 圭子	錦岡
事務局長	山口 利子	ボランティア
	木村 眞智子	うさと
事務局次長	本波 妙子	ボランティア
	工藤 ますみ	沼ノ端・勇弘
	荒川 みき	西部
	中田 智大	職員
役員	荒川 玲子	錦岡
	佐藤 邦司	
	藤田 実智子	
	福岡 あゆみ	西部
	斎藤 淑子	
	三澤 正子	
	相澤 綴子	ときわ・澄川
	小形 尚子	山手
	斎藤 由子	
	畠山 忠弘	八区
	山田 久江	
	弓場 弘子	
	加藤 隆夫	東部
	西谷 隆	沼ノ端・勇弘
	三浦 伝	追分
内野 陵子	有償ボランティア	
石井 碧	保健企画	
会計監査	藤間 聡夫	錦岡
	伊藤 圭亮	職員

お疲れ様でした

### 新任役員

荒川 みきさん  
弓場 弘子さん  
加藤 隆夫さん

左から山畔年子さん、越智則子さん、梅澤僚子さん

### 近所の底力！それこそが友の会の役割

高年齢者のひとり暮らしを支える取り組みを行う畠山さん。地域で気になる方を地域包括支援センターに結びつけたことで、大切な命が救われた報告をしてくださいました。

畠山さんの行動がきっかけとなり、介護認定を受け、デイサービスに通うこともできています。

独居で暮らしていると近所の支えが力になると、それが地域に根ざした友の会の力。この見聞が話してくれました。

畠山さんより

## 心の距離を整え身近な喜びを創る友の会へ

### 地域と職員がともに育む友の会活動

総会の中で勤医協苦小牧病院、医事課相藤さんから、友の会活動に参加しての報告がありました。

部署ごとに友の会ブロック担当職員を配置し、より多くの職員が友の会や地域のみなさんと交流ができるようになった。

この活動を通し、対話や楽しい時間を一緒に過ごす大切さを感じた。地域の方が温かく迎えてくれた事に感謝します。

勤医協苦小牧病院 医事課 相藤 優奈

### 職員さんとの嬉しい心の通い合い

25年度は30周年記念誌を発行し、30年の歴史を振り返りながら勉強し、友の会の活動の素晴らしさを実感した。

勤医協の病院や民医連事業所の職員さんと心の付き合いが距離を近く感じられるのは嬉しい。世界の戦争のニュースを聞いて、こんなにも戦争を身近に感じたことはなく、改めて日本国憲法の大切さを感じた。

来年度はもっと活発に活動し、孤独にならない救える取り組みを進めたい。

### 身近なことで楽しい思い出を作りたい

2014年から始まった健康サロン。血圧測定したり、ふまねつとや歌を歌ったりしていた。あの時はみんなで楽しみながら活動していた。コロナで中断してしまっただけ、身近な活動からやっていたら、心配事とも出し合えて有意義な時間を作れるのではないかなと思う。

藪さんより

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

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。

### 【5月の予定】

#### ★スタンディング行動

「平和憲法を守る」

※5月はメーデーのため中止です

#### ★居場所づくり部/健康サロン

5月20日(水) 10:00~

見山東福祉会館

#### ★フラダンスサークル

5月13日(水)20日(水)

27日(水) 13:00~

豊川コミュニティセンター

#### ★沼ノ端ブロック/ミニデー

5月26日(火) 11:00~

沼ノ端コミュニティセンター

#### ★春のつどい

5月30日(土) 14:00~

苦小牧市民文化ホール

(マルチホール)

#### ★あかい実/合唱

定例練習会毎週水曜日13:30~

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



(エゾムラサキツツジ)



(ヨドガワツツジ)



(ムラサキヤシオ)

私たちの八区地域では、友の会のボランティア部で仕上げられた「友の会だより」を折り、帯封する作業をみんなでおしゃべりをしながら作業しています。そして階段など「気をつけて」と声かけしながら配達に向かいます。私が配達を始めてからどの位になるでしょうか。続けていられるということは、元気な証拠だと思えます。年齢を重ねてきましたが、転ばないように気をつけて、もう少し頑張りたいと思います。



シリーズ75  
宅配者紹介  
八区ブロック  
弓場 弘子さん



### ■合唱サークル「あかい実」

3月14日(土)、苦小牧文化会館にて第34回苦小牧合唱まつりに参加しました。今年3月末に閉館となる文化会館ホールでの合唱発表でした。参加団体12組中一番最後の発表で「地球星歌」笑顔のためにと「大地讃頌」を地球上の平和を願い、心をひとつにして合唱できました。

歌い終わり「ブラボー」の声援や「あかい実」は素晴らしい良かったよ」との声を頂き、一同感激しました。指揮者の竹中先生や伴奏の井内先生、みなさんの頑張り感謝です。(友の会・川端)



### ■スタンディング行動

4月3日(金)「平和憲法を生かす苦小牧連絡会」は、山手・北光バイパス交差点で今年2回目となるスタンディングを行いました。全体で20名を超え、友の会からも数名が参加しました。

勤医協苦小牧病院宮崎名誉院長は「平和憲法を持つ日本だから、対話を通して戦争止めろと大きな声を上げていきましょう」と訴えました。放射線科堀主任からは、石油関連ナフサ由来の医療資材が、不足と値上がりによって、今後命に関わる懸念について発言されました。

車から手を振って応援して下さる方々もおられました。スタンディングは、毎月第1金曜日の午後1時から行われていきます。皆様の御参加を、お待ちしております。(友の会・三隅)



シリーズ60  
苦小牧の自然  
ツツジ (躑躅)  
谷口勇五郎



ツツジは低木で、庭木や街路樹など園芸種も含め多くの種類がある。当地のツツジの庭木で多いものは、エゾムラサキツツジである。落葉する葉と越冬する葉があるので半常緑である。本道では一番早く4~5月に咲くツツジで、紅紫花は越冬した葉の脇に付け、新しい葉は花後に出る。本道の北部や東部に自生する。ムラサキヤシオ(紫八染)は樽前山や紋別岳中腹にも自生し、落葉で、サクラよりもやや遅れて濃いピンク色の花をつけ、紫で8回染めたような美しい色だ、という。庭先に時々見かける。街路樹で1番多いのはヨドガワツツジで6月に淡紫色の八重咲、半常緑である。ツツジで八重咲は本種のみで、朝鮮原産である。サツキは常緑で初夏に咲く。