

静岡西部健康友の会ニュース

2024年1月1日

隔月 第313号

発行 静岡西部健康友の会

〒430-0807
浜松市中区佐藤1丁目22-22

☎ 053 (465) 0 2 2 9

FAX053 (465) 0 2 6 9

seibutomonokai@ivory.plala.or.jp

- ◆老人医療を無料化せよ!
- ◆国保料の値下げを実施しよう!
- ◆国家補償の精神に基づいた被爆者援護法の制定を!
- ◆1日もはやく核兵器の全面廃棄を!
- ◆生活と健康破壊につながる消費税をやめさせよう!

へるしーらいふ

友の会会員数 11/30現在 2,977世帯



ご挨拶

岸田内閣のいのち・人権・平和に対する無策にはあきれます。マイナ保険証はどのようなのでしょうか。軍備増強するための増税とは……。

ロシアのウクライナ侵略は続き、イスラエルのガザ侵攻は子どもたちの命を奪っています。いのちと平和を守れる声をあげていきましょう。

昨年、初めて「秋の健康まつり」を開催しました。診療所駐車場に子どもたちのにぎやかな声があふれました。この子どもたちを戦場に送るような日本・世界にさせてはいけません。憲法9条の存在が今ほど輝いているときはありません。佐藤町診療所や友の会が戦争反対の旗を降ろすことがあつてはなりません。今年もいのちと暮らし、平和を守る活動を大いに進めましょう。

二〇二四年 元旦
会長 村松 幸久



※もちつき大会は今年も行いません。

浜松佐藤町診療所

所長 水谷民奈

昨年は大変お世話になりました。身近なところでは円安・物価高など、生活に影響が出てきます。世界では戦争や紛争が絶えません。病院が襲撃され、十分な医療ができない状況をニュースで見て、本当に残念でなりません。平和でない医学・医療の発展が閉ざされてしまうことを改めて痛感しています。世界に平和が訪れますように、私たちにできることを一緒に探していきたいと思います。

今年もよろしくお願ひいたします。



あけまして
おめでとうございます



デイケア秋桜

所長 中村健代

日頃から皆さまにはご理解とご協力を賜り職員一同心より感謝申し上げます。

昨年は新型コロナウイルス感染症が5類感染症に変更され外出の機会や人と会う機会が増え活動的に過ごされた方も多かったと思います。

今年は更に誰もが活気ある1年になることを願ひ、皆さまの気力体力の維持向上に貢献できるよう身近なりハビリ施設として全力で取り組んで参ります。

本年もどうぞよろしくお願ひ致します。



ヘルパーステーション

ぼぶら

所長 栗田幸子

日頃から会員の皆様には、ご協力、ご支援いただきありがとうございます。昨年は、若い職員1名が寿退社ともう一人が産体に入り新規の利用者様が獲得できない状況で苦勞致しました。今年は、医療・介護・障害のトリプル改定の年ですが、皆様にとって不利益が生じないようより一層の努力をしております。また、新紙幣発行やオリンピック開催など多くの行事もあります。楽しみを見つけより健康で充実した毎日が過ごせますようお祈り申し上げます。

本年もよろしくお願ひ致します。

ひまわり薬局

中村薬局長 中村ほなみ

コロナ禍から続く薬の供給不足は改善せず、今もなお咳止め・切り・一部の抗生物質などの、いわば「ありふれた薬剤」が薬局に入ってきません。また、巻では「やせ薬」として人気になった糖尿病薬も入ってきません。また薬だけでなく薬剤師不足も深刻です。薬局の存続も危機的状況に直面しています。

ひまわり ケアプランセンター

所長 倉田一步

一步

日頃から地域・会員の皆様のご理解ご協力を賜り職員一同心より感謝申し上げます。

昨年は二名の退職がありましたが、一名の入職もあり、うれしいこともありました。少ない職員ではありますが、一同力を合わせ、頑張ってきました。今年も引き続き、医療・介護の連携を図り、皆様が相談しやすい居宅になるよう職員一同努力していきたいと思ひます。

訪問介護ステーション

あすなろ

所長 東 ゆり

アフターコロナとなり、少しずつ活気が戻ってきていると感じる一方で、経済的なことであつたり、人との距離であつたり、まだまだもとの生活に戻れない方が多いとも感じます。

今年も私たちの看護が、一番弱い人にも光があたる看護でありたいと思ひます。

また一年、よろしくお願ひいたします。

我が家の自慢のペット



♡光来くん♡
車でのお出かけが大好き!
中村光来くん
~我が家の一員です~

犬ケア秋桜の
中村さん家の
「中村光来くん」

自由俳句

心に刻めガザの死体と赤い血
黒い宇宙に静かに浮かぶ青い地球
十軒町 雨宮智彦様

山柳

考えぬ 人間増える デジタル化
磐田市 勝野廣宣様

俳句

兄弟喧嘩 泣きて許して 秋日和
冬来る 変はる世を見る 万華鏡
遠州浜 金子典子様

かるたとり 双六遊びも 見なくなり
磐田市 勝野廣宣様



一言メッセージ

いつも友の会のおたより(クロスワードパズル)楽しみにしています。届いてさっそくやってみました。解答の「もみじのいろどり」まさに見ごろのころになってきましたね。今年はいつまでも暑さが残り、朝は冷え込んで、皆様の体調を崩されないうような元気な毎日をお過ごしください!
三島町 川瀬康子様

親切な職員の方、いつも気を使っていたいただきありがとうございます。
木戸町 榎原久子様

今回のクイズは解きやすかったです。
小池町 瀧川敏子様

やっと慣れ親しんだ区編成。また変わってしまったて……。何年後かにはぎつと、東区・南区・西区・・・あったなあーになるんでしょうか……。もう変わらないでほしいな。
中田町 田光里見様

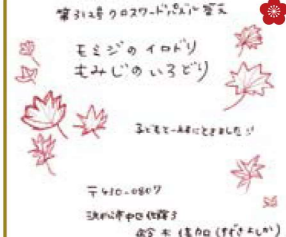
秋が来ると楽しみなことがあります。11月に入るとファーマーズで渋柿を買い求め、干し柿作りをします。今年で二度目です。おいしくなあれ😊
積志町 村上照子様

今回は難しすぎて全くマスに字を入れられず。でしたが、今回は何とか入れられました。正解かどうかはわかりませんが、よろしくお願ひします。
今年夏は長すぎて、うんざりでしたが、喉元すぐれば・・・で、今は最高に快適!!
早出町 伊藤笑子様

寒暖差が激しい日々、体調が崩れそうです。
和田町 守屋モト子様

あつという間に明日は12月。寒くなりました。ご自愛ください。退職したら忘年会の機会が増えました。自宅でプランターに、チューリップを植えました。春になったら持っていく予定です。
浜北区中条 池沼栄子様


佐藤3丁目 鈴木佳加様



猫ははるかに可愛らしい
モミジのいろどり
もみじのいろどり

募集しています

俳句・短歌・一言メッセージ・わが家の自慢のペット
あなたの投稿をお待ちしています。



アルミ缶回収

※空カンはすすいで出して下さい。 11/30現在
福祉用具・備品購入の為に、御協力お願いします。 現在**339kg**集まりました。

事務局からのお知らせ

次回の「へるしーらいふ」発送準備は、2024年3月4日(月)午前9時より行ないます。ご協力をお願いします。

いつでも元気

2024年1月号 380円 好評発売中

世界を翔る民医連
ガザ地区はいま

お口は健康のパロメーター
お口のケア 福島県下郷町

精進おせち



車検・点検・一般修理・ちょいキズ
钣金・塗装・新車・中古車
自動車保険・バイクの自賠責保険

翔映自動車(株)

TEL425-5250/FAX425-5268



病院・医院等処方箋調剤(保険薬局)

(有)静岡健康企画
ひまわり薬局
センター
ケアマネージャー
募集中!

中区佐藤1丁目23-3 TEL 463-4312 FAX 460-4612





浜松駅前広場で横断幕などを掲げて市民にアピール

2人の弁護士さんが扮した「阿佐ヶ谷姉妹」ならぬ「四谷姉妹」、笑いの中にピリリと決まった憲法談義に会場は大盛り上がりです。「憲法は私たちの権利を守ってくれる。平和・人権・ジェンダー平等も」と、分かりやすいお話でした。講演後、会場から浜松駅前まで「イスラエルに平和を」とピースウォークをして、浜松市民に平和を訴えました。



ピースウォークの先頭を歩く「四谷姉妹」

行事・サークル案内板

なんでも相談会	<input type="checkbox"/> 日 時	1月18日(木) / 2月15日(木) 9:00~12:00
	<input type="checkbox"/> 場 所	友の会室 (佐藤町診療所1階)
いつでも元気読者会	<input type="checkbox"/> 日 時	1月17日(水) / 2月14日(水) 10:30~12:00
	<input type="checkbox"/> 場 所	友の会室 (佐藤町診療所1階)
太極拳	<input type="checkbox"/> 日 時	1月・2月 毎週水曜日 14:00~ 第5水曜日除く
	<input type="checkbox"/> 場 所	ひまわりサロン (ひまわり薬局2階)
健康ミニウォーク	<input type="checkbox"/> 日 時	1月9日(火) / 2月13日(火) 13:30~
	<input type="checkbox"/> 場 所	診療所に集合
体幹ヨガ	<input type="checkbox"/> 日 時	毎月曜日14時~/第2火曜日除く 毎火曜日 13:30~
	<input type="checkbox"/> 場 所	ひまわりサロン (ひまわり薬局2階)

☆新型コロナウイルス感染拡大状況により変更することがあります。
 ☆もちつき大会 今年度も開催いたしません。



クロスワードパズル

カギをヒントにマス目を埋めて、**ローマ字の中の文字**を並べ替えてください。それが答えです。



[解答ヒント]
 ヒントはここを込めて、今年〇〇〇〇
 〇〇〇〇をお願いします。

正解者の中から抽選で3名の方に図書カードを差し上げます。はがきに答えと住所・氏名を書いてお送り下さい。(FAX可)

×切日1月31日

1	2	3	4	5
6			7	
8			9	
	10		11	
12				
			13	
A			F	



【ヨコのカギ】

- 勢いがよくなる、活気が出ることです。気持ち〇〇〇〇。
- ノーマルタイヤとは異なるゴム素材を用いて製造されるタイヤで、雪でも優れた牽引力を誇ります。
- ドボルザーク作曲 交響曲新世界より 第2楽章。♪遠き山に日は落ちて~
- 慶事・吉祥のシンボルとして松・〇・梅の3点を組み合わせたものです。
- 貴人の乗るりっぱな輿の事。1月20日はこの日です。
- 年賀状によく使われます。正月を意味します。
- 一価アルコールの脂肪酸エステルで、英語でワックスといいます。

【タテのカギ】

- 深緑の半透明な宝石の一つ。古くは玉と呼ばれ東洋や中南米で人気の高い宝石。
- 2024年の干支のこと。甲辰。
- インドにある総大理石の霊廟。世界遺産に登録されています。
- ブドウ科の落葉性の蔓(つる)植物。吸盤のある巻ひげで木や岩に固着します。
- 農業生産に従事する人。古代においては「もろもろの姓を有する公民」を意味していました。
- 神前に奉仕して、神楽(かぐら)を奉納する少女のこと。
- 物の上にあがる事です。
- 鳥が空を飛ぶための器官の事です。



ローマ字				R				
ひらがな				ん				

ローマ字で英単語、ひらがなで一文ができます。

11月号の正解は「モミジのいろどり」でした。正解者17名の方から抽選で鈴木千佳様、瀧川敏子様、倉田昇様に図書カードをお送りします。

※一言メッセージをお寄せ下さい。「会員のひろば」に掲載させて頂く場合があります。