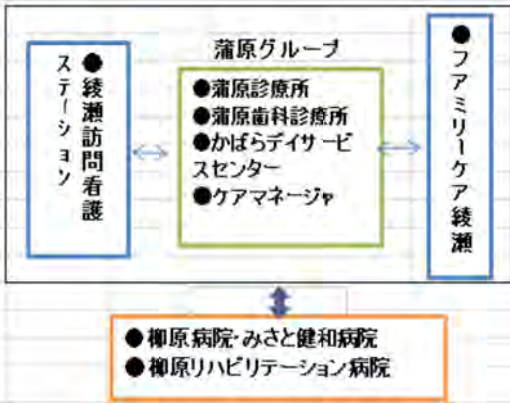


足立健康友の会 かばら支部 ニュース

入会案内特別号

入会案内号

2016年9月17日
電話 3605-5594
http://kabarato-nokai.kenwa.or.jp/
mail:kabarashibu@ahoo.co.jp



みなさん、ご自分やご家族のみなさんは、すこやかな毎日をお過ごしでしょうか。

安倍内閣によって医療・介護保険が年々利用しにくくされました。

日本の高齢化が急速に進む中で、要支援の介護利用者が介護保険からはずされ自治体が民間の力を中心にサービスの提供をやるように改悪されました。

この中で医療と介護と福祉が総合的に連携して行う「地域包括ケアシステム」がはじまりました。

友の会に入会していっしょに 安心して住めるまちづくりを

私たちは利用者から見ると「要介護度3」以上になり身の回りの日常生活の支援は介護保険からはずされ、ボランティアが行う生活支援になります。また、自治体が独自に行うのでお金がある自治体とない自治体で格差がでる恐れもあります。

民医連に加入している蒲原診療所は同じビルにある蒲原歯科診療所・かばらデイサービスセンターが核となり訪問看護部門、訪問介護部門と連携して皆さんが安心して住んでいける街をつくるため友の会と一緒に頑張っています。〔参考〕

私たち足立健康友の会がばら支部は、職員と連携して地域に気軽に集まり食事をしたりお話ができる「居場所」づくりに取り組んでいます。

地域の居場所 友の会の楽しい班会

すみれ班は楽しい

友の会の班の一つである「すみれ班」はほぼ毎月、集まりを持っています。みなさん顔見知りなので遠慮なくおしゃべりに花を咲かせます。そのひとときをとても楽しみにしています。手を動かして手芸をしながらおしゃべりに花を咲かせればボケ予防に役立つと思っています。



あじさい班

辰沼・神明地域の人が気軽に話し合える場として続けてきました。今年の7月みんなでそうめんをゆで、持ち寄った、かき揚げ・ワ

イン・スイカ・サクランポ・漬け物・酢の物などをたべながら念願だった班の名前を「あじさい班」と決めました。9月には保健師を招いて生活習慣病にならないために野菜中心の食生活と適度の運動が大事なことを学びました。笑いながら集まるのが楽しい班会にしたいと思っています。



第30回 蒲原健康まつり
日時 10月23日(日)
午前10時～午後2時 雨天決行
蒲原診療所 駐車場・待合室

家族そろって楽しい秋の一日を！
お店＝焼きそば、山菜ごはん、お好み焼き、おもちゃの病院
舞台＝銭太鼓・南京玉すだれ、フラダンス、シャンソン、コーラスなど

第14期 蒲原健康講座の御案内

課	開催日時	テーマ	講師
第1課	9月17日(水) 14:30~16:30	心筋梗塞の話	高重義先生 蒲原診療所 所長
第2課	10月1日(水) 14:30~16:30	認知症を支える	高橋文代先生 北千住訪問介護ステーション 認知症看護認定看護師
第3課	10月19日(水) 14:30~16:30	生活習慣病と 編食	島根佐江子先生 みさと健和病院栄養課 管理栄養士
第4課	11月2日(水) 14:30~16:30	歯無しにならない話	尾崎哲也先生 みさと健和歯科 ・所長

会員の特典は？

胃カメラ・・・・・・・・15,500円⇒10,500円
腹部超音波検査・・・5,775円⇒4,620円
動脈硬化検査・・・2,100円⇒1,680円
インフルエンザ予防接種
65歳未満 3,240円⇒2,916円
65歳以上は2,200円(自治体料金)です
★このほか各種ありますので、詳しくは窓口でお問い合わせ下さい。
電話 3605-5594 蒲原診療所受付

かばら支部活動の紹介

サークル紹介

支部にサークルは6つあります。書道サークル、歌声サークル「こもれび」、川柳、歩こう会、パソコン教室、囲碁将棋サークルとそれぞれ個性豊かに活動をしています。みなさんも好きで興味のあるサークルに仲間入りしませんか。

歌声サークル「こもれび」

毎月2回の例会で、心ゆくまでコーラスを楽しんでいます。前半は先生のご指導による課題



曲の練習。お楽しみタイムはお茶菓子を食べながら政治の話や健康の話と花がさきます。後半はリクエスト曲を出し合い歌っています。一度遊びに来て下さい。

書道サークル

メールにはない温かみ、日本の字の美しさを感じています。書に向かうと気持ち



かとうと気持ちになり同じ思いの仲間と過ごす大切な時間です。

かばら 歩こう会

年2回ほど名勝・旧跡を求めて近郊へ出かけます。時には季節の花に合わせ、少し遠くても意見が合えば出かけます。



今年「あけぼの山農業公園」に行き、また年間を通じて花を楽しめま

かばら パソコン教室

パソコンを使ってデジタル写真を整理したい、集まりの案内チラシを作り



たい、インターネットで料理のレシピを探したい、買い物したいなど個人の要望に合わせて勉強できます。

囲碁・将棋サークル

囲碁が好きな人が集まり2年前にサークルができました。その後、将棋が好きな人が参加し両方ができる



サークルに発展しました。初めての人も石を置くことにより楽しむことが出来ます。

写真サークル

写真好き会員さん有志が集まり、写真サークルが新しく生まれました。

カメラがうまく使えない、写真がうまく取れない、パソコンに取り込めない、いろいろ悩みをお持ちの方大歓迎です。

日時 毎月第一水曜日
午後3時から5時
場所 かばら診療所2階食堂

親睦を深める催し

会員の交流と親睦を深めることを目的としての行事も行っています。

恒例のバス旅行

いちご狩りやみかん狩りなどを盛り込んだ日帰りバス旅行を行います。

春には大花見の宴

診療所の近くの東綾瀬公園で1品もち寄りで豪華な花見も実施

かばら川柳

最近の「時事・他」より

- 亡霊がしがみついている核の傘 平 哲夫
- 我が国の 未来が不安 何処行くの 戸村 末野
- マイナンバ一届かぬ先に詐欺が来る 平野 千世子
- 気持だけそっと入れたよ募金箱 福島 久美
- 孫がきて平和が一番笑顔なり 美濃 哲夫

★2か月に1回、課題にもとづき作品を公募しています

□歌声サークル「こもれび」

日時：毎月第1・第3（火） 3時～5時
会場：東和住区センター
会費：月700円

□書道サークル

日時：毎月第2・第4（土） 3時～5時
会場：蒲原診療所2階食堂
会費：月2000円

□かばらパソコン教室

日時：毎月第1・第3（土） 3時～5時
会場：蒲原診療所2階食堂
会費：月500円（参加した月のみ）

□囲碁・将棋サークル

日時：毎月第2・第4（火）
2時30分～5時
会場：蒲原診療所2階食堂
会費：当面なし