静岡東部健康友の会

# 健康のひろば

安心して住みつづけられるまちづくりをめざして

2025 7 第411号

発行責任者
静岡東部健康友の会
下　山　一　美
三島市八反畑129-6
TEL･FAX 055-981-0408
toubukennkoutomonokai@yahoo.co.jp
編　集
健康のひろば編集委員会

静岡東部健康友の会 2025年5月会員数（世帯数）4,706（前月比−16）


## 2025年度友の会総会開催

6月21日に静岡東部健康友の会総会が行われました。総括・方針、会計報告・予算、役員体制について提案し、意見交換を経て決定しました。

### 健康友の会会長挨拶

静岡東部健康友の会会長　下山　一美

東部健康友の会では、「地域・職域の人びととともに、医療機関、福祉施設などとの連携を深め、安心して住み続けられるまちづくり」の実践として、三島市議会への「高齢者の補聴器購入費への補助制度の実施を求める請願」署名に取り組み、「補聴器装用モニター助成実証事業」が開始され、今後の補聴器購入費助成事業実施に期待が持たれます。函南町、清水町でも、地域のみなさまとともに町長と懇談し、切実な要望を届けてきました。

賃金が上がらず、年金の削減、コメ不足や食料品・日用品などの物価高騰による生活不安と政治への批判が高まり、誰もが住み慣れた地域でさえ、安心して住み続けることが困難になっています。

こうしたさまざまな課題、困難は、今日の政治が作り出したものであり、その政治を改革するためにも、私たちの果たす役割はますます大きくなっています。

みなさん、健康友の会は、民医連運動のパートナーです。友の会では、健康づくりとしてのヘルスチャレンジ、地域のシニアクラブとの共同、各地での特色のある班活動、行政との懇談や要望交渉、なとりさん家での「ちょっくらカフェ」、沼津支部での「みんなの保健室」事業など、多彩な活動がすすめられています。

友の会の会員を増やすことは、それ自体が健康な地域づくりになり、安心して住み続けられるまちづくりが前進します。現在、約4，700世帯の会員を、一人の会員が一人二人と呼びかけ、5，000を越える友の会を早期に実現させましょう。

三島共立病院の移転新築事業は、私たちもパートナーとして、地域のみなさまに期待される病院づくりに参加してきました。いよいよ完成を迎え、9月1日開院、8日からは新病院での外来診療が開始されます。

友の会の仲間とともに、地域に足を踏み出し、健康や人権を守り暮らしやすい地域づくりをすすめながら、友の会が豊かに発展することができるよう、ご一緒に取り組んでいきましょう。どうぞ、よろしくお願いいたします。

当日参加した新入職員の皆さんの紹介

### 静岡健生会理事長の挨拶

矢部　洋　理事長

皆さん暑い中、第43回健康友の会の開催おめでとうございます。

今、世の中では大変な状況になっていますね。お米やガソリンの高騰、病院へ行けば窓口負担が増える等々。あの大変だったコロナが終わったら、さまざまな国民負担が増えています。我々の頑張りではどうにもならない政治のあり方を変えていかないと。7月には参議院選挙もあります。今朝の新聞によりますと防衛費を5％に増やせとアメリカにせまられているとか。日本は憲法9条で守られていて、防衛費は1％と定められていて歴代の自民党もずっと守ってきたのに、今や2～3％になり財源は社会保障費、教育費、年金などの削減です。皆が気が付かないと取り返しがつかないことになる。中国の防衛費は1％です。

1978年民医連の診療所ができていろいろありましたが、ベッド数も増え、新しい病院建設となりました。新しい診療所ができた当時は、周りに病院はあったが救急車を受け入れる病院は少なかった。今でも断らない医療を続けて、田方地域でも3～4番目くらいになりました。

新しい病院の内覧会が8月23日にあります。ぜひお出かけください。命の尊厳を守り、地域に根ざした医療で経営を守っていきます。建設費が21億円の予定から諸々の事情で約1・5倍の30億を上まわる投資となりました。皆さんから集めている基金は現在6千万円程です。いろいろ大変なことは思いますが、地域の健康、命、平和を守る皆の病院建設資金へのご協力をお願い致します。

### 『健康ひろば』の隔月発行についてのお知らせ

7月号より『健康のひろば』の発行を2か月に1度の発行とします。

診療体制はホームページをみていただくか、病院やクリニックへお問合せください。ご不便おかけし申し訳ございません。

### 病院移転後の元気号運行についてのお知らせ

9月8日（月）より、新病院（玉川）での外来診療が始まります。それに伴い、患者送迎車『いつでも元気号』の時刻表が変更になります。

新しい時刻表を同封しましたので、ご覧ください。

### 三島共立病院移転のお知らせ・内覧会のご案内

三島共立病院は9月8日（月）より、新病院（玉川）での外来診療が始まります。

**内覧会**

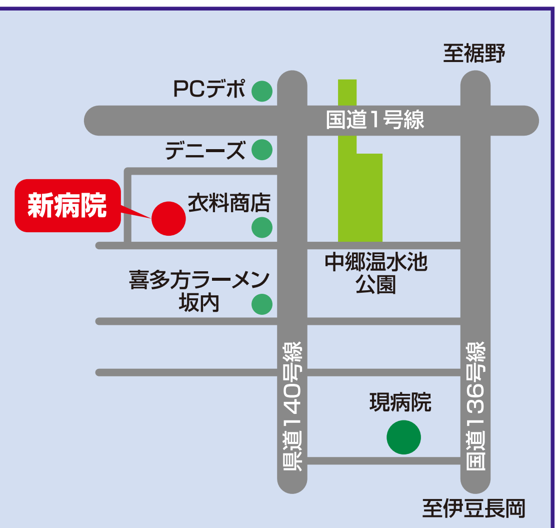
8月23日（土）　14時～17時　**予約不要**

・キッチンカー

・お子様にはくじびきを用意しています。

**休診期間**

8月29日（金）～9月7日（日）は引越や開院準備に伴い休診となります。みなさまにはご迷惑をおかけしますが、ご理解・ご協力をお願いいたします。




県道140号線　衣料品店の交差点を西側に280m進む（現病院から北西に｢2km）
富田町バス停（東海バス）より徒歩5分

## 2024年度の班会のまとめ

### ◎新しい班ができ、昨年発足した班は定例で活動

玉川班会は、新病院の所在地で、以前からチラシでの移転のお知らせや訪問をしてきました。矢部理事長の講演を開催し、地区の要望を聞き取って班会を発足させました。

清水町徳倉班は、昨年発足しましたが、今年度は定例になりました。体操や脳トレ、「いつでも元気」誌の記事を抜粋して音読し交流しています。

### ◎「いつでも元気」誌の活用で拡大

大仁班では、記事の抜粋を音読して交流し、読者を増やしました。

### ◎行政とのつながりを生かす

沼津のえんがわカフェは、包括支援から紹介された新メンバーを迎え、この方は、継続してカフェに参加しています。

長泉班では、町提供の講座を利用して、本宿用水の見学、「介護保険制度」の学習会を行いました。

三島、伊豆の国市では、給食費無償化の学習会や署名活動に取り組んでいます。

### ◎班会の持ち方の工夫・特徴ある活動

三島八鶴班は、元々の老人会の活動に、友の会が協力して健康体操や音読や歌を楽しんでいます。

ちょっくら班では、お手伝いやスタッフが充実して(ハーモニカ演奏、笑いヨガ等)活躍しています。

えんがわカフェでは、地域の人材や会員の特技を生かして、フルート演奏や折り紙などで活躍しています。

清水町新宿班では、毎回楽しいゲームや話題で交流しています。また、放射能検査や対町交渉を継続しています。

ちょっくら、韮山班、南小林写経の会では、お茶会や食事会を随時開催して交流しています。

### ◎オープン企画で仲間づくり

函南支部は、保健大学(ハイキングとプラネタリウム、タケノコ堀等)。

中郷班は、お花見、楽寿園の菊祭り等、計画実行。

清水町では、バスハイクを公募で実施しました。

### ◎世話人会を定期的に開き、見通しと変化のある活動を企画

函南畑毛班では、健康大学やハイキング、タケノコ堀を計画して実施しています。参加者の知り合いも参加し、楽しく活動しています。また、いろいろな人が活躍することができます。

### ◎ヘルスチャレンジに班で取り組み、計測し、励ましあう

班員だけでなく、知り合いに広げています。チャレンジの継続を声をかけ合って続けることができます。

**＊班会の内容やきっかけは、数人の希望から**

笑いヨガや○○制作、ハンドベル、写経、ウォーキング等、気軽に集まって班会を始めましょう。一人くらしの方、健康に関心がある方、知的好奇心がある方等、人が顔を合わせて交流することが、ますます必要です。

## 2025年度方針

### 健康づくり

(1)・健康づくりのための意識向上、保健講座開催などに取り組みます。
・「食育」「健康的な食事」を目標として取り組みます。
・すこ塩調理推進は、今後の課題として検討していきます。

(2)・ヘルスチャレンジは、取り組み方、記録の方法などを改善し、多くの会員が楽しく参加できるよう工夫します。
・転倒予防のための"足指力"強化は、ひきつづき取り組みます。

(3)・「健康づくりコーナー」では、食を中心に発信していきます。

### なかまづくり

(1)・支部・班活動を、「健康・食・学・交流」を基本に、職員と共に活動します。
・地域のシニアクラブと共同し、相互の要求を交えて楽しい健康班会を行います。
・新病院周辺へ、職員とともに地域や会員訪問を行い、班づくり、班会の開催に取り組みます。三島市内での支部づくりにも取り組みます。
・各地の地域包括・社協・保健センターなどと連携して、諸活動をすすめます。
・ヘルスチャレンジ、健康講座、ノルディックウォーキング、小旅行などに取り組みます。

(2)・病院の移転新築後の事業を支えるために、会員は新たに300世帯を目標に拡大し、5,000世帯の友の会をめざします。
・『いつでも元気』誌の拡大目標は30部とします。豊富な内容の『元気』誌を、未講読の会員や職員に勧めましょう。

### まちづくり

(1)・三島市では、「三島市医療と福祉をよくする会」などとともに、清水町、函南町では班・支部で会員や住民の声をあつめ、行政への要望書や懇談、署名活動に取り組み、医療・介護の制度充実と暮らし改善の活動に取り組みます。
・社会福祉協議会などに位置づけられている「なとりさん家」の「ちょっくらカフェ」や学習支援は、多世代が利用する地域の居場所として充実させ、参加者の拡大やボランティアスタッフの増員などでその役割を広げていきます。

(2)・患者送迎車「元気号」と個別送迎を、利用しやすいように改善し、利用者拡大のため周知をすすめます。安定した運営ができるよう、体制の改善・強化を図ります。

(3)・ピースフェスタ、健康まつりなどの病院と地域ぐるみの行事を開催し、会員、職員の共同で、地域住民など多数の参加を得て成功させます。

(4)・"平和あってのまちづくり"を理念に、民医連綱領に基づいて、引き続き、核兵器の廃絶と平和を守る活動に取り組みます。

### 友の会現勢

| 月末現在 | 会員数 | 元気誌 |
|---|---|---|
| | 世帯 | 部 |
| 4月末 | 4,722 | 218 |
| 5月末 | 4,706 | 216 |
| 増減 | －16 | －2 |

### 「我が家のペット」「私の趣味」の写真と文章募集!

掲載された方にはクオカード500円をお送りします。
下記宛先に氏名、ご住所、連絡先を記入しご応募下さい。

宛先：〒410-0817 三島市八反畑129-6 静岡東部健康友の会
写真は取材に伺うか、下記のEメールアドレスへ。
Eメール：toubukennkoutomonokai@yahoo.co.jp

「いつでも元気」をぜひお読み下さい。定期購読をご希望の方は友の会事務局まで。(月380円)
《連絡先055(981)0408》

### 2025年7月　米山町クリニック外来診療日のお知らせ

| | | 1(火) | 2(水) | 3(木) | 4(金) | 5(土) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| 午前 | | 桜井 | 桜井 | | 往診/矢部11:00~ | 桜井 |
| 夜間 | | (往診) | (往診) | 豊田 | | |
| | 7(月) | 8(火) | 9(水) | 10(木) | 11(金) | 12(土) |
| 午前 | 桜井 | 桜井 | 桜井 | | 往診/矢部11:00~ | 豊田 |
| 夜間 | | (往診) | (往診) | 豊田 | (往診) | |
| | 14(月) | 15(火) | 16(水) | 17(木) | 18(金) | 19(土) |
| 午前 | 桜井 | 桜井 | 桜井 | | 往診/矢部11:00~ | 桜井 |
| 夜間 | | (往診) | (往診) | 豊田 | | |
| | 21(月) | 22(火) | 23(水) | 24(木) | 25(金) | 26(土) |
| 午前 | | 桜井 | 桜井 | | 往診/矢部11:00~ | 豊田 |
| 夜間 | | (往診) | (往診) | 豊田 | (往診) | |
| | 28(月) | 29(火) | 30(水) | 31(木) | | |
| 午前 | 桜井 | 桜井 | 桜井 | | | |
| 夜間 | | | | 豊田 | | |

〈診療内容〉
内科・在宅医療・
健康診断・予防接種

医療法人社団　静岡健生会　**米山町クリニック**
〒410-0046 沼津市米山町12-30
**TEL:055-943-6600**

※診療体制は変更になる場合がありますので、お手数ですが、事前にお電話にてご確認下さい。
※木曜夜間診は15時30分からの受付とさせていただきますのでよろしくお願いいたします。