

年に1度は受けよう

国保特定健診・後期高齢者医療健診

●検査項目

問診、身体計測、血圧測定、血液検査、尿検査
(できるだけ空腹の状態を受診してください)

●実施期間

来年3月31日まで(予約不要)

●検査費用

国保特定健診は8000円相当の検査が500円
(市民税非課税世帯は無料)

後期高齢者医療健診は無料



●持ち物

受診券、健康保険証

新型コロナウイルス類以降後、受診がおっくうになってはいませんか。健康が気になる今だからこそ、心と身体、口腔のケアが必要です。コロナに負けない心と身体の健康づくりの第一歩は、少しでも具合が悪いところがあれば、早めに医科・歯科の医療機関を受診し、しっかりと検査・治療を受けることです。

コロナ5類移行後だからこそ しっかりと受診、健診・検診、 ワクチン接種をしましょう

健康診断もしっかり受け、定期接種ワクチンも必ず接種しましょう。

コロナ5類移行後だからこそ早期受診・早期治療をこころがけてください。
なお、新型コロナウイルス感染症の疑い
の場合は、事前に連絡をした上で、受診しましょう。

高齢者インフルエンザ予防接種

実施期間

10月2日(月)～来年1月31日(水)
(1人1回、予約不要)

接種料金(自己負担額) 1,510円

※生活保護、または非課税の方は免除

対象者

- (1) 接種当日65才以上の方
- (2) 接種当日60～64才で障害1級相当の方

持ち物

- 健康保険証などの本人確認書類
- 上記(2)の方は、身体障害者手帳
- 自己負担額が免除になる方は証明に必要なもの(保護手帳または介護保険納入通知書)



新型コロナワクチン

23秋開始接種

〈実施期間〉

2023年9月～12月(予約必要)

〈対象者〉

初回接種(1・2回目接種)を終えた
5才以上のすべての方

〈接種費用〉

今年度は無料

〈持ち物〉

予約票・接種券
予防接種済み証
健康保険証などの本人確認書類
おくすり手帳(お持ちの方)

はぎわら先生の 心とこと

八月と診察室

八月が近づくと、診察室でも戦争の話を書くことが多かった。
夫はガダルカナル島で戦死しました、と老婦人。父はニューギニアで食べられないものがなくて死んだと聞いています。もの言えぬ母に付き添う娘さん。あいつはおれの身代わりになって死んだだと、十四才少年兵時の戦場面を泣きながら語ってくれたお年寄り。時は過ぎ、戦争体験を持つ人たちは数少なくなってきた。十二才七ヶ月で兵士にさせられた戦争、一三〇万人もの戦死者、その六割が飢えて死んだという、馬鹿げた戦争があり、それを許容してきた日本の歴史があったことを、私たちは、後世(こうせい)に語り継がなければならぬ。



こども食堂で地域交流しています

こども食堂10周年 ワークショップと講演

「こども食堂10周年・ワークショップと講演の集い（こども食堂北海道ネットワーク主催）」が札幌で開かれました。道内全域から子ども食堂運営者、支援事業者、行政職員など約200人が、こども食堂の社会的役割について学びました。「みんなのカフェ銀座」も食堂からは、旭川大学短期大学部食物栄養専攻岸山ゼミの皆さんと太田が参加しました。

やっつてよかったな！

第1部は「こども食堂やっつてよかったな」のワークショップ。「旭川おとな食堂」の岡本代表の事例発表が印象的でした。中学1年生から食堂に来ていた女の子。暴言、暴力でボランティアも敬遠、岡本さんは毎回「みぞおちパンチ」を食らう役でした。料理が好きな子で一緒に作って、一緒に食べる関係が出来てくる。学校のことなど話してくれるようになっていたが、コロナで食堂がお休みになり、最後に手紙をくれました。「岡本千晴さんへ。」

最近テレビでこども食堂やっつてよね。私はここが好きです。これからも続けてね。」と。

こども食堂は「居場所」

第2部では、認定NPO法人「全国こども食堂支援センター・むすびえ」理事長の湯浅誠さんの講演がありました。

湯浅さんは、こども食堂でボランティアに見守られながら勉強する小学生と、「家ではこんなに集中して勉強する姿を見たことがない」と驚く父親の動画を紹介し、「誰かが見てくれている、尊重されていると感じられる「居場所」があるから普段は出ない力が出る。家庭では必ずしも得られない体験や人との接触があって、それが多様な価値観を身に着け、人生の選択肢を広げていく場所がこども食堂。」と語りました。

（太田 元美記）

みんなのカフェ銀座で月に一回こども食堂を開催中です！詳しくはみんなのカフェ通信をご覧ください。公式ラインアカウントをお友達登録してください。



こども食堂10周年・ワークショップと講演の集い参加者記念写真

銀座通内科クリニック

* 休診日▶日曜/祝日

外来診療	月	火	水	木	金	土
9:00 ▼ 12:00	萩原 仲谷	萩原 仲谷	仲谷 (萩原)	仲谷	萩原 仲谷	萩原
14:00 ▼ 17:00	仲谷	萩原	仲谷	休診	萩原	休診

* 当院は在宅支援診療所です

訪問診療	月	火	水	木	金	土
午前	(萩原)	(仲谷)	萩原	/	(仲谷)	/
午後	/	仲谷	萩原	/	仲谷	/

〒070-0033

旭川市3条通15丁目

銀ビル2F

P 指定駐車場あります



電話：0166-24-2233

