道東勤医協

護2まで保険外

実施されれば、要介護者も事業者も共倒れに

現場はそのたびに振り回さ月に分けて実施され、介護

を減らして重度者に絞るこ

、担を増やすこと、利用者

、利用者の

報酬の改定が4月、8月、9

昨年、介護保険法と介護

れています。 昨年の改定は、

巾町村まかせに

介護保険の現状と次期制度改定の動向 服部万里子

町村の

判断で設定され、事

と同等のサービスから、ボ

ランティアによるものなど

に分かれます。これらが市

れ、次期通常国会での法改悪が計画されています。釧路社保協 が6月12日に開催した介護問題講演会での日本ケアマネジメ しようとしています。介護保険は大幅な給付抑制策が検討さ 年5千億円削減する方針を掲げ、社会保障の改悪を次々具体化 ・ト学会副理事長・服部万里子氏の講演(要旨)を紹介します。 安倍内閣は「1億総活躍社会」と言いながら、社会保障費を毎 服部万里子氏が講 全 国 律の制度が

発行所

愛道東勤労者医療協会 釧路市治水町3番5号 ☎ (0154)25-6479

発行責任者

野 和 彦

毎月1日発行

演

|布した未使用の検査キットをぜひご活用下さい。

|路根室地域にお住まいの40歳以上の友の会員対象

の検査キットがご自宅にある方は、ぜひ検診をされ、治療につながっています。配布した未使用診をご利用いただき、11人から大腸がんが発見

これまで2500

人以上の皆さんに、この

検



日本ケアマネジメント学会副理事長、 東京医科歯科大学講師などを務める 服部万里子氏

通所介護は4つに類型化さ

れ、専門職によるこれまで

の内容は訪問介護は5つ 総合事業に移行します。そ 来年4月までに市町村の新

介護問題講演会には市民と介護従事者ら100人が参加しました

次期の改定は、昨年の改

の所得が年160万円以上 の人は、利用料が2割負 やし給付を減らそうとして になりました。今は全利 います。昨年から年金など

なっています。 まず、利用者の負担を増

定を更に押し進める内容と

割負担に、75歳以上も所 が世帯非課税の場合は、 象者を拡大します。 所費用の負担を軽減する 特養や老健施設の入所

利用者負担増や 付を減ら す

す。次の改定では、65歳から 基準を下げて2割になる対 74歳の前期高齢者は全員2 者の9・2%が2割負担

サービス利用者減・重度者に絞る

H27年:①特養は要介護3以上 ②要支援の利用者109万人の85%(訪 問介護・通所介護利用者)を市町村事業を 移行

次期改正

居宅介護支援

①要支援~要介護2までは総合事業へ移行

~要介護2の生活援助は自費

〜要介護2の**福祉用具は自費**

~要介護2の**住宅改修は自費**

(標準単価決め、用具は介護度別品目を決め メンテナンスの費用も決め)⇒自費

要支援~要介護2は介護保険サービスから外す・自費 保険給付から外れる利用者の割合% 老健施設 29% 特定施設 | _ _ 54% 認知GH 44% 短期入所 42% 訪問リハビリ ■ 52% 訪問看護 福祉用具 61% 通所介護 75% 訪問介護 73%

出典:厚生労働省介護給付費実態調査平成28年11月審査

1000

1500

□要支援 ■要介護1 ■要介護2 ■要介護3 ■要介護4 ■要介護5

2000

2500 3000

500

所介護の2大サービスが 行くことが特徴でした。 を市町村まかせに移行して 要支援者の訪問介護と通 律の制定 度 業者の報酬単価も市町村で バラバラになります。

と、そして全国

がる可能性があります。 ら、生活支援で事故につな の自立度も分かりませんか クリストでは疾病も認知症 の要介護認定です。チェッ 書などの情報があってこそ ました。しかし、主治医意見 判定しても良いことになり 25項目のチェックリストで 否は要介護認定の代わりに また、サービス利用の

設で29%、特定施設は54%、 利用者の割合は、老健

改修」を自費にしようとし 要介護2までのサービスの 外して市町村事業へ移行さ 内、「訪問介護の生活援助 せようとしています。また、 介護1・2も保険給付から 支援1・2に続いて、次は要 を減らすため、保険給付を 福祉用具レンタル」「住宅 要支援から要介護2まで 一度者に絞り込みます。要 次に、介護保険の利用者

利用者の 危機

改定は在

問看護は52%、福祉用具は入所44%、訪問リハビリ・訪グループホーム44%、短期

スモゲージ」を検討して 売却して精算する「リバ と考えて、死んだ後に家 だけでなく、

で2千万円以上あれば、補 貯金が1人1千万円、夫婦

補足給付」があります。

から世帯非課税でも、

預昨

受けて大腸がんから

いのちを守りましょう。

足給付の対象から外されま

た。次の改定では預貯金

重度者に絞

介護保険給

付を

持ち家も資産 かを

> 業になります。(図参照) 訪問介護は73%が市町村事61%です。通所介護は75%、

も経営していけません。まます。これでは介護事業所 ラン作成は63%がなくなり 費になってしまいます。居 なると訪問介護の63%が自また、生活援助が自費に た、市町村も対応できない 宅介護支援事業所のケアプ 思います。

宅サービス利用者の危機で

域から利用者の声を代弁し 払い続けても利用できない 月を切りました。保険料を 介護保険にしないよう、地 参議院選挙までもう1ヵ

サービスを利用できなく付は下げられます。それがより長く在宅で暮らせば給

なれば状態が悪化し、在

宅

生活を継続できなくなっ

て

まいます。次期改定は

て声を上げましょう。

の笑いをさそいました総会の発言では若返りレッスンの実演もあり、参加は

友の会連合会は6月4日

も健やかに暮

去最高数を更新しているこ 回・延参加5590人と過 くり活動は開催数387 務局長は、昨年度の健康づ

について語りました。 聰則先生がこれからの医療 協の理事長に就任した黒川 拶に続き、新たに道東勤医 各支部の代議員と職員ら 135人が参加しました。 に第32回定期総会を開き、 議案を提案した高橋滋事 総会では亀井武会長の挨 を提案しました。

員体制が確認されました。 あり、活動方針と新しい役 討論では6人から発言が

(3面に続く

拡大を目標にすることなど ターとの懇談を引き続き進 市町村や地域包括支援セン 今年度も1400人の会員 の会員数も減少しており、 めること、人口減の元で友 介護の状況を把握するため 地域の高齢者や医療

れからの医療について

院では療養病棟に移ってい や介護職らの小まめな働き られない、言葉も発しない。 帰れない方も多く、協立病 能に加えて、療養病棟を設 科・外科・整形外科の医療機 ただきます。協立病院は内 そういう方がリハビリ技士 ただきます。最初は何も食べ 終えると退院が求められま けています。急性期で治療を が、そのまますぐ自宅に

享先生、ねむろ医院は田辺 ました。くしろ医院は時沢 先生、桜ヶ岡医院院長を石 利男先生が引き続き院長を 川晶先生が担うこととなり 長は原隆志先生、すこやか を仰せつかりました黒川で クリニック院長は山崎雅勇 生に代わり3代目の理事長 します。また協立病院の院 す。どうぞよろしくお願い致 先の社員総会で、吉岡先 うのが大きな流れです。 で、地域包括ケアの名の元、 病棟を廃止して行く方向 いわけです。また、国は療養 院させた方が経営的には良 みです。できるだけ早く退 営も人手も厳しくなる仕組 高齢者は地域に、在宅にとい

性期の治療をきちんとし も受け入れて亜急性期、慢 療が必要な方は地域連けい を担おうと考えています。 る。そういう橋渡しの役割 社会復帰できるようにす せん。急性期の専門的な治 療も転換しなければなりま た患者さんを他の病院から で大きな病院にお願いする。 方で急性期の治療を終え そういう中で私たちの医

> 力をお貸しいただきたいと したが、この点でも皆さんの さんを診てゆくお話をしま してきました。地域で患者 会の皆さんに支えられ発展

医療についてお話させてい

道東勤医協のこれからの

担います。あわせてよろしく

医療も担ってゆきます。

道東勤医協は多くの友の

お願い致します。

どの力も含めて拡大したい 栄養士、もちろんヘルパーな く、リハビリ技士や薬剤師 いますが、看護師だけでな 看護は今も旺盛に展開して 制強化をめざします。訪問 また、在宅医療・介護の体 います。どうぞよろしくお願 思います。 域をつくって行きたいと思 みで一緒に暮らしやすい いただく。そういう取り組 家族を励まし、お手伝いして だく。在宅で介護しているご た方を訪ねてお話していた 皆さんの力で、病院から帰っ ます。そのために、友の会の を展開して行きたいと思い に、道東勤医協の医療・介護 て行ける地域にするため 老いても健やかに暮らし



道東勤医協理事長

じように、地域をまわってケ 棟もしつかり維持します。

思います。そして急性疾患で 徴しているような急性期の できる状態です。この例が象 し、お二人とももうすぐ退院 家で暮らせるようにしたい 思います。しかし、大好きな という方針も少なくないと 療だけでお看取りして行く 術までしなくて良い、緩和治 ありました。百歳を超えて手 さんの手術が同じ日に2件 対応できるよう急性期の病 調子を崩した時には病院で いうご希望で手術を選択 先日、百歳を超える患者

定価 購読申込み、読者紹介の方へ 「元気タオル」を進呈し



震災の現場から

けんこう教室

災害時における職員の健康管理 食と健康 **続・乾物を使おう** 新ほっと介護⑦

家族とスタッフで支え合う Dr.小池の世直し奮戦記

基地のない平和な沖縄を

「政治を変える」市民が集結 6・5全国総がかり大行動

お申し込みは☎(0154)24-6623

准看護師さんを募集しています

資格/保健師·看護師·准看護師 【募集内容(正職員・パート)】

- **給与/月給204,300円~**(委細面談) *モデル給与(看護師)*
- 3交替勤務(準攸4回・深攸4回の場合)
- 21歳:245,200円 30歳:288,300円 40歳:345,300円 外来勤務(当直2回の場合)
 - 21歳:214,300円 30歳:246,300円 40歳:303,300円 夜勤手当、通勤手当、住宅手当、扶養手当等有り、賞与 年2回(パート含む)、寒冷地手当有り 年次有給休暇、夏季休暇、看護・介護休暇等、産前・産後の夜勤免除
 - *薬剤師・介護職員も募集中です
- ♥ご連絡・お問い合わせは……………

看護師/釧路協立病院看護長室 電話0154-24-6811 その他/道東勤医協法人事務局 電話0154-25-6479

険から外され町の事業に移 る問題、特養入所が要介護

3以上となる問題について、

している」という説明でし を繰り入れて抑える努力を いては「準備金200万円

た。ただし、町の努力にも

町では今まで通りのサービ

ました。要支援者が介護保

えでした。介護保険料につ

定会議で判断する」との答 機械的な振り分けはせず判 スを提供する」「特養入所は

護問題懇談会を11月に行い

標茶支部は町役場との介

道東勤医協 釧路協立病院

医療法人 道東勤労者医療協会

理事長

黒

Ш

聰

則

(新任)

(3)

道東勤医協 協立すこやかクリニック

長

崎

雅

勇

(新任)

無料になった特定健診をぜ りの第一歩として、市内で

に流れ込むこともあります。

す。しかしながら当ては

ると誤嚥の可能性がある の中に当てはまる項目 状況にあります。

健康づく

亡率が全国よりかなり高い 慣病に関連する病気での死 がとても低い中で、生活習

長

原

隆

志 (新任)

できる 〜友の会連合会総会の発言から〜

友の会活動と地域包括ケア



東勤医協友の会は、釧根の成30周年を迎えました。道

町役場と介護問題懇談会

年間1万人以上が何らかの口比13%の会員がいます。全市町村に支部があり、人 道東勤医協 友の会連合会 会長 武

活動に参加しています。健

とも懇談してきました。 守る運動も担っています。 ちづくり運動、平和憲法を康づくり活動を中心に、ま 談会を開催し、支部のエリ 介護保険が改悪される中、 アの地域包括支援センター 行政の担当者と介護問題懇

で元気交流会』では、 400人が伊古田俊夫先生 昨年開催した『みんな 約

> 地域づくりを今後も進めて 体とも共同して安心できる

ゆきましょう。

で気管を閉じ食道を開く動 終わりますが、その〇・5秒

誤嚥性肺炎のリスクは一 をよく起こすようになると

因の第2位に順位があがり以上、90歳以上になると死で死亡する人の90%は65歳

因第3位が肺炎です。肺炎

平成26年度の日本人の死

スクや死亡率も高まります。 しているほど肺炎になるリ

下(えんげ)』といいます。 す。この飲み込む動作を『嚥 こに飲食物が入っていきま て食道の入り口が開き、そ

ト動作は約〇・5秒と一瞬で

因で起こる肺炎です。

因で起こる肺炎です。誤嚥液、口腔内細菌の誤嚥が原調、

限界があり、費用を抑える

ため介護の予防に力を注ぐ した。 ことが必要だと提起されま

友の会標茶支部

山

本

子

ませ、 が変わるたびに町も頭を悩 懇談を通じて、国の制度 一定の努力をしてい

> ながるものです。医療・介護 平等の地域包括ケア〟につ げてきた活動は、″無差別・ の講演で認知症について学 の改悪を押しとどめ、自治 認定されました。 び、認知症サポーターにも これまで友の会が積み上

ることが分かりました。

思いました。 たいと思いますし、すべて 今後も行政との懇談を続け 時に住民の声を反映させる の市町村で実施すべきだと ことが大切だと感じました。

大腸がん検診 と特定健診 室 すこやか健康増進室 長

方は検診を受けていないと

診統計の約3倍です。重要 3分の1が異常なし、3分 密検査を受けた方の結果は なのはがんが見つかって がん発見率0.6%は道の検がんが見つかっています。 性だった方が1割です。 る事実。そして8~9割 の1が要治療で、11人から の1がポリープなど、3分 プでは1800人程で、 て2500人、協立グルー 末の利用者は全院所あわ 大腸がん無料検診の5 精陽 せ

今年と来年、

無料になりま

した。釧路市は健診受診率

うお願い申し上げます。

今後も、ご支援を賜りますよ

あたります。

医師として、引き続き診療等に を務めた吉岡猛先生も、理事・

路協立病院、すこやかクリニッれ、就任いたしました。また、釧において、新理事長が選出さ

東勤医協第50回通常社員総会

5月28日に開催しました道

ご 挨 拶

クの院長を新任いたしました。

なお、これまで16年間理事長

受けていただけるか、今後

いう事実です。どうしたら

も友の会の皆さんと共同

て取り組みたいと思います。

釧路市国保の特定健診が

協立病院リハビリ室には理学療法士、作業療法士、 語聴覚士のリハビリ3職種がそ ろつています。 れの得意分野から、皆様の健康を守るための情報やア

第5回

田

優

ドバイスをシリ ーズでお届けします。

今月と来月号は言語聴覚士が担当します。

む時は気管の入り口が閉じ

といいます。また、嚥下機

誤嚥性肺炎とは?

ります。さらに体力や免疫

力の低下、栄養状態が低下

『嚥下(えんげ)障害(しょうが

(?)

これを『誤嚥(ごえん)』とい

てしまうことがあります。

や唾液が誤って気管に入っ能が低下してくると飲食物

から胃に運びます。飲み込

それをのどに送り込み食道

私たちは食物を口に入れ、

上手くおこなえないことを作を行います。嚥下動作が

誤嚥とは?

ついて

老化に伴って起きる

れます。それにより食る」などの症状がみら 物を誤嚥する可能性が なる」「飲み込みが遅れ 他にも、嘔吐などにより 高まります。 により、「咳自体が弱く障害、神経系疾患など 食べ物による誤嚥の

気づかないうちに口腔内細 胃液が食べ物と共に食道を 逆流して気管に入ることや、 が唾液と共に気管から肺

理的な変化や脳血管 【誤嚥の確認チェック】

- ① 口やのどの中に食べ物が残りやすい
- ③ お茶や汁物でむせやすい ④ 食後や夜中に咳が出る

② 食事時間が長くなった

- ⑤ 痰が出やすい
- ⑥ 痩せてきた
- ⑦ 肺炎になったことがある
- ⑧ 総入れ歯を使用している 入れ歯が合っていない

があ ツ 木礼朗、 リハビリの方法についてお 次回は、口腔ケアや口腔 要になります。 を維持すること』などが重腔リハビリで口腔嚥下機能 伝えします。

内の清潔を保つこと』、『口こと』や『口腔ケアで口腔 栄養バランスの取れた食事予防のためには『運動や で体力や免疫力を維持する 肺炎になるとは限りません。たからといって必ず誤嚥性 いからといって必ず誤嚥性

今回は、言語聴覚士の佐々 若杉雅子が担当し

ク表をみてみましょう。

最後に誤嚥の確認チ

誤嚥性肺炎が起こる原因は 0 0 ➂ 炎症を起こす 般的な誤嚥性肺炎

以上では70%以上、90歳以また、肺炎の中でも70歳 炎であるとも言われていま 上では55%近くが誤嚥性肺

来年は支部結成30周年 いつぶくいつぼワンピース

友の会桜ヶ岡支部

かや沼温泉に出むき、総会 桜ヶ岡支部は25人がバスで を開催しました。 好天に恵まれた5月29日

が職員の協力もあり30人を拶。総会ではニュース手配り 記念行事を考えたい」と挨 成し来年度は30周年。ふま 岡医院開院の前に支部を結 ねっとも10年目になるので、 工藤輝子支部長は、「桜ケ

> 勉さんに交代となり、支部の 超えたことが報告されまし いました。 されていることを確認しあ 懸案事項が一つひとつ解決 めた延沢廣行さんから中畑 た。また、事務局長が長く務

病の医療懇談会が行われま 藤法子看護主任による糖尿 した。さらに温泉にゆったり 総会の後、桜ヶ岡医院の須

> も堪能して、楽しい1日を過 つかり、豪華な昼食とビール ごしました。



新任の支部役員が紹介されました

支部結成10周年を祝う 友の会ぬさまい支部

富士見会館に集いました。 年の総会を6月5日に開 さんらが心血注いでつくっ た支部です。更に20年、30 れました。中村博支部長は、 結成時の記念写真が掲載さ 今は亡き岡部さんや宮本 総会資料の表紙には支部 ぬさまい支部は結成10周 初参加者を含め21人が



支部結成10周年を祝つて乾杯!

10周年祝賀会を開くことな 日帰り温泉レク、11月には 7月に焼肉交流会、9月に 局長が、「昨年決めた9つ どが確認されました。 きました」と報告。今年は の方針の内、7つに○がつ い」と挨拶。平山幸子事務 でも役立てるよう頑張りた

ました。 出などを語って親睦を深め よりの飲物や料理も並び、 一人ひとりが10年間の思 総会後の懇親会には持ち

♣・7日友の会支部の行事予定

ね~」と会話が弾んでいま

「おいしいわ~」「作り方は

トンチの効いたクイズに大笑い

北支部は結成時から「ホー

の漬物などで食事をとり、 ち寄った芋だんご汁やカブ

今年で30周年を迎える鉄

き、11人が参加しました。

総会の後も、参加者が持

しろ医院会議室で総会を開

鉄北支部は6月12日にく

友の会鉄北支部

出る」と、毎月楽しみにし

ている参加者が多いようで

りしながら食べると元気が

い食事を囲んで「おしゃべ

2016年7月1日

が、月に一度のお食事会「ホのつぶやきから始まったの

度も元気に活動できそうな

クイズ大会も行われ、今年

した。また、頭の体操にと

鉄北支部でした。

キ星の会」です。

気ない…」という高齢会員 います。「一人の食事は味 キ星の会」の活動を続けて

で「月及の云文印の打事」と				
友の会連合会	第1回役員·支部代表者会議	7/ 1金13:30	道東勤医協会館	
鳥取支部	パークゴルフ大会	7/ 7休12:40	鳥取10号公園PG場	
文 苑 支 部	春採湖ウォーキング&博物館見学	7/8金10:00	春採湖博物館前駐車場集合	
たんぽぽ支部	わかがえりレッスン	7/12(火)10:00	若 草 会 館	
釧路町支部	第14回パークゴルフ大会	7/13例13:00	リバーサイドPG場(北見団地)	
標茶支部	レクリエーション	7/16±)10:00	憩いの家・かや沼	
愛国支部	医療懇談会「嚥下障害を防ごう」	7/16(土)13:30	愛 国 会 館	
さくらG桜ヶ岡5支部	第28回桜ヶ岡健康まつり	7/17(日)10:00	さくらデイサービスセンター	
星が浦支部	ストレッチ運動	7/19炒10:00	星 が 浦 会 館	
ぬさまい支部	焼肉交流会	7/23(土)11:00	春採公園BBQコーナー	
ひまわりG	第20回ひまわり平和夏まつり	7/23(土)13:00	クアコートひまわり駐車場	
春採支部	総会·懇親会	7/24(日)11:00	望洋地区集会所	
※宝例の健康づくり、文化活動の名宝				

ホーキ星の会と共に30年

			アコートひまわり駐車場		
春 採 支 部 総会·懇親	見会 一	7/24(日)11:00 🖫	望洋地区集会所		
※定例の健康づくり、文化活動の予定					
7	7/6例18:00.7/13例18:0	O 毎週水曜	生駒支部長宅		
┃ ┃ひまわり支部 陶芸教室 ┣=	7/20(k)18:00·7/27(k)18:0	0 一			
ひよりり文印 阿云叙主 /	7/ 7休)13:00·7/21休)13:0	O 第1·3木曜	土削火叩反七		
	7/2(±)13:30·7/16(±)13:3	O 第1·3土曜			
田(べこ)の会 7	7/24(日)11:00	第4日曜	鳥取地区集会所		
鳥取支部 百人一首の会 7	7/14休)12:45.7/28休)12:4!	5 第2·4木曜			
ふまねっと 7	7/21休)13:00·7/26火)13:0	O │第3木曜·第4火曜			
大楽毛支部 7 大楽工 7 大祭工	7/ 4月)13:00・7/19以13:00※今回は火間	翟 第1·3月曜	- 大楽毛生活館		
【	7/11月10:00.7/25月10:0	○ 第2·4月曜			
	7/15金10:00	第3金曜	芦 野 会 館		
文苑支部 ノルディックウォーキング 7	7/14休)13:30·7/28休)13:30	D 第2·4木曜	文苑1丁目南公園		
健康サークル・すこやか 7	7/20(x)14:30	第3水曜	はるか薬局3F		
さくらストレッチサークル 7	7/ 2(±)10:00·7/16(±)10:0	3 第1.3土曜	さくらデイサービスセンター		
桜ヶ岡支部 ふまねつと 7	7/23(±)10:00	第4土曜			
武佐支部 若返りレッスン・ふまねっと 7	7/ 9(±)10:00·7/30(±)10:0	O 第2·5土曜	平 成 荘		
春採支部 ノルディックウォーキング 7	7/ 9(±)11:00	第2土曜	春採湖周辺		
興津支部 ふまねっと 7	7/12炒10:00	第2火曜	晴海町内会館		
一	7/ 5炒10:00.7/19炒10:0	つ 第1·3·4火曜	コア大空		
	7/26炔10:00	另1.3.4人唯			
阿寒支部 ふまねっと -:	7/8金13:00.7/22金13:0	3 第2·4金曜	阿寒町公民館		
M 冬 文 印	7/21休)10:30	第3木曜	まりむ館		
	7/11年10:30	第2月曜	別保日の出会館		
	7/28休)13:30	第4木曜	北見団地地区会館		
	7/19炒10:00	第3火曜	開発センター		
	7/ 4月13:00.7/11月13:0	9 毎週月曜	川上町会館		
/13/6人は /2/6/19 /2	7/25例13:00※第3はお休み				
	7/ 9(±) 9:45·7/23(±)10:0	O 第2·4土曜	ねむろ医院		
恨至文部 <i>[</i>	7/20例13:30	第3水曜	パークタウン明治集会場		
	7/ 9(±)10:00	第2土曜	ねむろ医院		
音別支部 ふまねっと 7	7/13例13:30	第2水曜	林業センター		

●友の会の行事のお問い合わせは、☎(0154)25-6479 道東勤医協本部へ

声・こえ・VOICE

被災地復興の遅れと共に 人々の暮らしを案じながら 「地震よ、早く収まって下さ 熊本地震から2ヵ月に… 小原

て書きます。 梗塞を患って初めて人に宛 ありがとうございます。脳 いつも届けてくれる方、 釧路市 成田 春美

められていること、友の会月。復興へむけて作業が進 。復興へむけて作業が進 本地震発生から2ヵ 釧路市 矢野路得子

変お世話になり、ありがと 釧路町

ろいろお世話になりまし ん、リハビリの職員さん、大 た。先生はじめ、看護師さ 月まで、そちらに入院し、い 小嶋

った先生達、大変だったと 道東勤医協から熊本にい 釧路市

ものです。返事がきた時に ができるけど、手紙もいい

3

思います。ごくろう様です。 昨年7月より今年2 良子

った作品をスマホで友人やはまっています。できあが 息子たちに写メしていま がると嬉しいです。 す。マンダラ絵らしく仕上

生活かと思うと胸が痛みま が一日も早く来ますよう祈 す。手足をのばし休める日 も余震があり、不安な避難 ニュースで知りました。今

るばかりです。 鈴木千夜子

ルですぐ連絡をすること

い」と心で叫んでいます。

開けるのが楽しみです! 石垣市 千葉

最近、マンダラぬりえ、に 裕子 っております。 毎週訪看さんにお世話にな うございました。退院後も

根室市 長谷川靖子

1

スモモのこと

く文通しています。今はメ 高校時代の友人と30年近

2

ピ○シ 肉や野菜をつめたロシ

勤医協本部パズル係/FAX 釧路市治水町3番5号 道東

※「友の会ニュース」への意

余白に書いてください。紙面 見・要望や地域の話題などを

に掲載する場合もあります。

4 利が 今年から18歳以上に 特別である。 18歳以上に 18まい上に 18 もいに 18 もい 18 も 18 も

ると、ある言葉になります。 の二重丸の文字を並べかえ 電話番号を書いてください。送りください。住所、氏名、解答はハガキ・FAXでお

り**モ◎○ョビ** 最高気温が35度以上6

 $\overline{\mathcal{O}}$

【**5月号の正解発表**】 に解は**チューリップ**でした。次の10人の方に図書カーた。次の10人の方に図書カーでをお送りします。(敬称略) 仲村弘、二木眞理子、福島敬昭彦、佐々木利子、土橋睦子、

松下知恵子、山本実 応募98通 正解78通

おたの しみパズル

締切り 8月10日。 あて先 〒085-0055 月号の本欄で。 正解者のうち抽選で10 発表は9

ヒント: 出番はそろそろ?