

### 甲府共立病院の基本理念

わたしたちの病院は、「貧富の差によって生命の尊さが差別されてはならない」を基本に、地域のひとびと、医療・福祉機関と連携し、いつでも誰にでも、安全安心な医療・福祉をめざします。

共立高等看護学院の学生と子どもたちが  
オーシャンゼリーゼの歌声を会場に響かせた



検査室は血糖測定を実施。その他の健康チェックの模擬店もみな長い列が出来ていました。

# 来場 15000人 5年ぶりの共立健康まつり大盛況



友の会だより

発行・お問い合わせ先

甲府共立病院  
甲府健康友の会 事務局

友の会事務局受付時間

月曜日～金曜日

9時～17時

土曜日（第4除く）

9時～13時

〒400-0034 甲府市宝一・九・一 甲府共立病院内  
電話 0555-22118725  
FAX 0555-22118726

10月20日、甲府駅北口よちやばれ広場で第34回共立健康まつりを開催しました。「やつと会えたみんなの笑顔、ずっと守ろう平和と健康！」をスローガンにかかげた今回はコロナ禍で中止が続いたことから実に5年ぶり。今回のまつりから内容をリニューアルして健康相談や身体や体力チェックする共立だからこの模擬店を職員が多数出展したほか、ベリーダンス、合唱、健康

## 医療福祉の専門性を活かした企画を繰り広げ



高齢者の身体の動きや見え方を知る疑似体験（福祉会が実施）



オペ室による腹腔鏡手術の体験企画



友の会の折り紙コーナーが子どもに大人気

落語などステージを繰り広げました。晴天にも恵まれ、1500人來場し、模擬店をめぐるスタンブラーでは用意した景品が足りなくなり急ぎよ追加したほどの盛況ぶりでした。まつりのフィナーレでは友の会員で伝書鳩を飼育している一瀬明徳さんの協力で鳩を飛ばすサプライズ企画があり、平和の象徴の鳩が空を舞う中、集える喜び、平和と健康の大切さをみなで実感しました。

## 仲間増やし月間スタート集会

甲府健康友の会では、10月10日「仲間増やし月間スタート集会」を開催しました。

月間に合わせ「大腸癌検診キャンペーン」を実施していることから甲府共立病院小西院長を講師に迎えたミニ大腸癌学習会を開き、早期発見の大切さ、年に1回便潜血検査を受けることの重要性を学びました。

その後、地域会員と職員が小グループに分かれ交流しながら月間をどのように盛り上げるか話し合いを行いました。参加した会員さんからは班会やサー



クル等、友の会活動に参加することで健康を維持し、人生を楽しく豊かにしていることが語られ、職員からはこの地域に根ざした友の会の活動を多くの方々に紹介していきたいと感想が出た。この月間で友の会の輪を更に大きく広げようとする参加者も加わり、統一された。

## 2024年度年会費納入とゆいまる寄付のお願い

今月は振込用紙をお届けします。2024年度の年会費の納入がまだの方はお願いいたします。（会費納入状況が分からない場合は事務局までお電話ください）

また、日常のちょっとした困り事を相談できる「NPO 法人ゆいまる」の助け合い・支え合い活動へのご支援もお願いいたします。会費と寄付金、どちらでもご利用できるように既に会費納入済みの方にも振込用紙をお届けしています（振込手数料はかかりません）。

会費、寄付とも友の会事務所・診療所・病院・歯科センター窓口でのお支払いも可能ですのでご都合のよい方法でお願いいたします。



**班会・医療懇談会 予定表 11月20日～12月20日**

掲載されている企画はどなたでもご参加いただけます！

日程・内容等が変更になる場合がありますので、初めて参加をご希望の際は友の会までお電話ください。

開催期日	時間	班名	内容	班会会場
11/20(水)	14:00	あみあみ	編み物をしながら交流を深める	くつろぎ処よってけしともだち（事業協ビル2階）
11/20(水)	14:00	相生1	脳活き活き健康体操	相生1丁目自治会館
11/21(木)	14:00	羽黒天神	腰痛予防+腰痛体操	羽黒悠遊館
11/26(火)	13:30	池田	食品添加物のおはなし	共立介護福祉センターいけだの里
11/26(火)	10:30	おてっと	ストレスと心の健康	竜王北部公民館（市役所内）
11/26(火)	13:30	わかば会	①介護施設のいろいろ ②介護保険のお話	笠森稲荷大神社公会堂
11/29(金)	10:30	さつき	椅子ヨガ	北東公民館2階
12/3(火)	13:30	中小河原	冬の健康	熊野神社
12/9(月)	13:30	ふじのや	ふまねっと	ふじのや
12/18(水)	14:00	あみあみ	編み物をしながら交流を深める	くつろぎ処よってけしともだち（事業協ビル2階）
12/18(水)	13:30	マリーゴールドおおくに	ふまねっと	大国悠遊館
12/19(木)	14:00	羽黒天神	お楽しみ会	羽黒悠遊館

**元気を読む会**

12月13日(金)13:00～14:00  
事業協ビル2階ともだち

いつでも元気誌の最新号から気になる記事を読み合わせる会を毎月行っています。

**体操コーナー** スタンパラー実施中！参加費無料！ 11:00～12:30頃 会場：事業協ビル2階ともだち

**脳活き活き健康体操**

脳を刺激して活性化し、筋肉と骨を強くする体操です。持ち物…タオル、水分補給用の水

開催日 12月12日(木)

**タッピングタッチ**

心と体の疲れを取る  
タッピングタッチ。  
試してみませんか？

開催日 11月26日(火)  
12月24日(火)

**ころばん体操**

イスに座りながらでもできる転倒予防に役立つ体操です。

開催日 12月3日(火)

**ふまねっと**

ネットの上をステップを踏むように行い、歩行・認知機能の改善効果も期待できる運動です。2箇所の分散開催としております。どちらかお近くの会場にお越し下さい。

北東ふまねっと会(会場：北東公民館) 12月9日(月)10:30～12:00頃

ふまねっと会(会場：くつろぎ処ともだち) 12月10日(火)11:00～12:30頃

※ご参加の際には、水分補給用の水をお持ち下さい。



**サークル・教室・掲示板**

会場は事業協ビル内の部屋です(グランドゴルフ以外)。一階エレベーターの横の看板で部屋を確認ください。

※事業協ビルは立体駐車場隣、あすなる甲府薬局向かいの茶色のビルです。

**マージャン**

日時：12月7日、12月21日(土)  
13:00～15:00

参加費：200円 参加希望者はお連絡ください。

**パソコン教室**

パソコンの操作で知りたいことを学びます(インターネット・プリンター使用可)。

日時：12月20日(金)13:30～15:30  
参加費：300円  
持ち物：ノートパソコン(貸し出し応相談)

**グランドゴルフ**

日時：11月29日(金)9:00開始

8:45には受付を済ませて下さい。  
会場：旧穴切小学校  
参加費：200円 雨天の場合中止します。



**書道**

12月10日(火)  
11:00～12:30

**折鶴**

12月17日(火)  
13:30～15:30

**絵手紙**

12月6日、20日(金)  
13:00開始  
持ち物…習字用小筆墨汁または硯

**鉛筆画**

毎週水曜日 10:00～12:30  
材料費1,500円前後(初回のみ)  
人物画、静物画、風景画

**フラワーアレンジメント**

日時：11月26日、12月24日(火)11:00開始  
持ち物：ハサミ 参加費1,500円程度

※参加希望者は材料手配のため前週の金曜日(11月22日、12月20日)までにご連絡ください。

**囲碁講座**

日時：11月21日・12月5日、19日(木)  
13:30～15:30