

**2026年2月版**

# **甲府健康友の会 ご案内**



**発行元：甲府健康友の会**

**甲府市宝1-9-1（事業協ビル5階甲府健康友の会）**

**電話番号：055-221-8725**

友の会ってなに？  
会員になると  
どんなメリットがあるの？



友の会は健康で豊かに長生きをしたい、人生をまっとうしたい、という誰もが持っている願いから作られています。そして「安心して住み続けられる街づくり」をスローガンに活動をしています。入会する**メリット**は、「**健康につながる**」「**介護予防につながる**」などの**メリット**があります。

ある資料によると、**参加組織の数が多いほど要介護認定の発生リスクが減ることや、役割を担って社会参加している男性で鬱発症のリスクは7分の1**とされています。そのため、友の会で様々な方と様々な活動を行うことで“人との結びつき”が多くなり健康をもたらす可能性があるといえます！



また、友の会は班会や医療懇談会、体操企画で「**健康づくり**」、趣味やサークル・旅行などで「**仲間づくり**」、安心して住み続けられる「**まちづくり**」などを、みんなで楽しくすすめている会です。



主にどんな活動をしているの？

地域の結びつきをつくる**班会活動**について説明します。

43の班が各地域で活動しています。医師や看護師、栄養士、リハビリなど専門職を講師にして健康の学習会を行っています。

テーマは「腰痛と肩こり」「冬の健康」「感染防止対策」「子どもの食事とおやつ」「健康体操」など多彩なテーマで行っています。



次は**教室・サークル活動**です。サークル活動は、グランドゴルフ、エコクラフト、パソコン教室、絵手紙教室、鉛筆画教室、書道教室などをおこなっています。



次に友の会の大きな行事を紹介します。1つ目は、**医師、看護師同行の「友の会旅行」**

2つ目は、「**健康まつり**」

3つ目は、「**新春のつどい**」などがあります。





年度初めには会員限定の友の会健診を行っています(2月頃に案内)。

また、9月～翌年2月には大腸がん検診(便潜血検査)も**会員価格500円**で行い、早期発見の取り組みも行っています。



**年会費が1世帯1,000円**となります。

会員になられた方には、健康に役立つ医療・介護の情報、友の会の活動等を掲載した機関誌『健康と生活』をお届けします。また、各種活動への参加ができます。経済的に厳しい方は、年会費の減額・免除ができますので、声をかけてください。

友の会は“いつでも、どこでも  
安心してかけられる医療”を行っている  
甲府共立病院や介護事業所と力を  
合わせて、会員さんの声をもとに、  
医療・福祉・介護の安心を  
求めて取り組んでいます。



ここまで読んでいただきありがとうございました！

コロナ禍で感染防止策をとりながら友の会では活動を行っています。

ぜひ皆さんで友の会へ入会し、たくさんの人と様々な活動を通して『人とのつながり』をつくり、いつまでも健康でいきいきと過ごしませんか？  
住み慣れた町で安心して暮らしましょう！



もし入会したい方がいらっしゃいましたら友の会の入会申込用紙に必要項目の記載をお願いいたします。  
提出は病院・診療所受付窓口・診療所友の会ルーム・友の会事務所で受け付けています。



## 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。

ギターボーカル Baby  
(若松宏美医師) のデストライブ



いのちの学校の様子



- 報告内容と登壇者は次の通り**
- ★**沖縄の旅で見たこと・聞いたこと・感じたこと**  
沖繩の現実は日本の戦中  
遠藤隆氏 (御坂・八代を守る会会長)
  - ★**宮古島をめぐる**  
瀧川廣行氏 (武川・白州革新懇)
  - ★**石垣島をめぐる**  
阿部ちい子氏 (甲斐市九条の会)
  - ★**与那国島をめぐる**  
遠藤安也子氏 (御坂共立診療所看護師)
  - ★**ギターボーカル Baby ライブ** (若松宏美医師)

## わたしたちが思う「大切・守るべきこと」とは

1月29日勤医協駅前ビルで「第9回いのちの学校」第2講座を開き、一回目を大きく上回る地域会員と職員77名が参加しました。

第2講座では「大軍拡が暮らしを押しつぶす。戦争準備より平和のために連携し行動しよう」をテーマに沖縄南西諸島で起きている自衛隊配備問題について報告がありました。住民の民意を無視した基地計画が進められ、有事の際に住民が戦闘に巻き込まれる危険性があることはロシアのウクライナ侵攻を見るまでもなく、軍事施設が攻撃対象になるのは必至です。これに伴い、沖縄県・先島諸島における国民保護を目的にし

た30万人規模の大規模輸送計画が進められています。これは有事を想定した構想であり様々な計画が民意を無視した形で策定されていることに対して地元住民の不安が募っています。また、与那国島では保育・介護施設の人手不足が深刻化し島民のなかでは、「自治体が壊れていく中で、いずれ住民が住めなくなってしまうのでは」と危機感を抱いている人も多く島唯一の医療機関である与那国診療所も2026年3月に医師派遣困難から撤退する意向を表明し無医島になる恐れが懸念されます。住民のいのちと健康を支える基盤が空白となる事態が

私たちの身近で起こり始めていることに危機感を抱くとの報告がありました。

第2講座のトリを務めたBabyこと若松宏美医師が自身で作詞作曲した「わたしたちは」は憲法前文を可視化しわかりやすく表現した曲です。はBaby (若松医師)の透き通る歌声とメッセージ性のある歌詞が相まって会場を魅了し「戦争の悲惨さ」と不戦への想い、私たちが私たちであるという自由の大切さ」を会場の人々が共有し、勇気と希望を分け与えてくれるようなライブでした。来場者から「戦争が近づいていることを知ることができた。船先の問題でなく日本全体の問題であると再認識できた」「憲法を読むのは難しい。Babyさんの言葉がわかりやすく力強い声に励まされた」などの声がありました。歌詞に「わたしたちが信頼して代表者を選ぶからそ

私たちがの身近で起こり始めていることに危機感を抱くとの報告がありました。

第2講座のトリを務めたBaby

こと若松宏美医師が自身で作詞作曲した「わたしたちは」は

憲法前文を可視化しわかりやすく表現した曲です。はBaby

(若松医師)の透き通る歌声とメッセージ性のある歌詞が相まって

会場を魅了し「戦争の悲惨さ」と不戦への想い、私たちが私たちであるという自由の大切さ」を会場の人々が共有し、勇気と希望を分け与えてくれるようなライブでした。来場者から「戦争が近づいていることを知ることができた。船先の問題でなく日本全体の問題であると再認識できた」「憲法を読むのは難しい。Babyさんの言葉がわかりやすく力強い声に励まされた」などの声がありました。歌詞に「わたしたちが信頼して代表者を選ぶからそ

友の会たより

こうふ

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

〒400-0034 甲府市宝一・九・一 甲府共立病院内  
電話 055-221-8725  
FAX 055-221-8726

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



山梨健康友の会よりご案内

2025年度 インフルエンザ

予防接種はじまります

～会員割引制度もございます～

山梨健康友の会の会員は割引制度が使えます

右記の事業所では、山梨健康友の会が会員対象の接種割引制度(1世帯500円補助2回分)を実施しています。会員の方は下記クーポンをご持参ください。会員になっていない方は、入会の上ご利用ください。

インフルエンザ  
予防接種クーポン

締め切り迫る！お早めに  
申込締切 2月28日(金)

捨てるうんちで拾ういのち 大腸がん検診

検査費500円  
(会員割引価格)

大腸がんは、早期に発見し、早期治療を行えば治る確率が非常に高いと言われています。大腸がん検診は、便潜血検査で2回分(2日分)の便を用いて検査します。専用の容器に便をほんの少し採り、がん組織からの少量の出血を検知することを探り当てるものです。



昨年10月以降、新規友の会にご加入の世帯は  
ご家族何人でも検査料無料！

締め切り迫る！お早めに  
申込締切 2月28日(金)

申込は友の会事務局(TEL055-221-8725)



# **班会予定表**

2月20日～

3月20日

どなたでもご参加  
いただけます!

初めて参加する  
際は友の会事務  
局までお問い合  
わせください。

|         |       |           |                       |                         |
|---------|-------|-----------|-----------------------|-------------------------|
| 2/20(金) | 10:00 | たけだのひろば   | 椅子ヨガ                  | 甲府共立病院第5会議室（事業協ビル5階）    |
| 2/24(火) | 11:00 | タッピング・タッチ | タッピング・タッチ             | くつろぎ処よってけしともだち（事業協ビル2階） |
| 2/25(水) | 13:30 | 四季の会      | タッピングタッチ              | 竜王北部公民館（市役所内）           |
| 2/27(金) | 10:30 | さつき       | 椅子ヨガ                  | 北東公民館2階                 |
| 3/5(木)  | 13:30 | しおん       | くすりの飲み合わせ             | 末日聖徒イエスキリスト教会の教室        |
| 3/9(月)  | 13:30 | みんなうたう会   | アコーディオンの音色に合わせてみんなで合唱 | くつろぎ処よってけしともだち（事業協ビル2階） |
| 3/9(月)  | 10:30 | 北東ふまねっと会  | ふまねっと                 | 北東公民館                   |
| 3/11(水) | 13:30 | 駒形小町      | タッピング・タッチ             | 駒形自治会館                  |
| 3/12(木) | 13:30 | よっちゃばれ塔岩  | 椅子ヨガ                  | 塔岩公会堂                   |
| 3/17(火) | 13:30 | 中小河原      | 歯みがきプロになろう            | 熊野神社                    |
| 3/18(水) | 14:00 | あみあみ      | 編み物をしながら交流            | くつろぎ処よってけしともだち（事業協ビル2階） |
| 3/18(水) | 14:00 | 相生1       | 保険のしくみと医療費            | 相生1丁目自治会館               |
| 3/19(木) | 13:30 | ブラインドヨガ甲府 | ブラインドヨガ（第3木）          | 甲府共立病院心臓リハビリ室           |
| 3/19(木) | 13:30 | 朝日モルック    | モルック                  | 朝日自治会館                  |

## **元気を読む会**

3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。

## **特別班会 体操教室**

11:00～12:30 会場:事業協ビル2階ともだち 持ち物(タオル・飲物)  
参加費無料、ワオカードが貰えるスタンプラリー実施中

### **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。

開催日 3月12日(木)

### **タッピングタッチ**

第一部 セルフタッピングタッチ  
第二部 タッピングタッチ基本形  
(2人1組で行います)

開催日 2月24日(火)  
3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 2月17日(火)  
3月17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。持ち物(タオル・飲物)

北東ふまねっと会(会場:北東公民館)

3月9日(月)10:30～12:00頃

※当日の北東公民館駐車場は使用できません。

ふまねっと会(会場:事業協ビル2階ともだち)

3月10日(火)11:00～12:30



## **特別班会 みんなうたう会**

開催日 3月9日(月)  
13:30～15:00



伴奏に合わせて唄いましょう  
※持ち物 水分補給の水など

## **サークル**

どなたでもご参加いただけます! 初めて参加する際は友の会事務局までお問い合わせください。  
グラウンドゴルフ以外の会場は事業協ビルです。1階エレベーター横の看板で会場をご確認ください。

### **グラウンドゴルフ**

※冬季のため

3月から再開します 1・2月はありません

会場:旧穴切小学校  
参加費:200円

### **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

3月27日(金)

13:30～15:30

参加費:300円(要予約)

持ち物:ノートパソコン(貸し出し応相談)

### **フラワーアレンジメント**

2月24日(火)・3月24日(火)11:00開始

参加費1,500～2,000円程度 持ち物:ハサミ

※材料注文のため参加希望者は1月20日(火)までに  
友の会事務局までご連絡ください。

### **マージャン**

2月21日(土)  
3月7日(土)21日(土)  
13:00～17:00 参加費200円

### **囲碁**

2月26日(木)  
3月12日(木)26日(木)  
13:30～15:30

### **書道**

3月11日(水)  
13:30～15:30

### **折鶴・連鶴**

※冬季のため  
2・3月はありません  
4月から再開します

※1枚の折り紙から作る【連鶴】を始めました



### **絵手紙**

3月6日(金)27日(金)  
13:00～15:00

### **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



くらしのサポート NPO法人

# ゆいまる

地域の助け合い事業として2020年7月7日にNPO法人がスタートしました。住みなれた町で、住みなれた家で、安心して住み続けられる地域社会を目指して、支え合い助け合いの活動を推進していきます。

## サービス内容

草取り、草刈り、掃除、洗濯、ゴミ捨て、

家具の移動、買物代行、通院付添、

電球交換など

ちょっとした困りごとと解決します

1回600円(30分)から(交通費含む)

対象エリア: 甲府市(他市は要相談)

平日9時～17時までの間にお手伝いに伺います。



あきらめずに、まずはご相談を

事務所



NPO 法人

ゆいまる

NPO法人 ゆいまる

055-269-6003

甲府市丸の内2-9-20事業協ビル2F

電話対応時間: 平日9:00～17:00





# ゆいまる -Yuimaru- ニュース

2026/2/20 発行責任者:合田和彦(理事長)



## ゆいまる 設立趣旨書

住みなれた町で、住みなれた家で、安心して住み続けられる地域社会を目指して、非営利活動を柔軟に運用することにより、支え合い助け合いの活動を推進し、地域福祉に寄与する

## ゆいまるに あなたのスキマ時間を

2025年12月  
度、ご依頼をお受けした件数は福祉有償運送147件、生活支援24件、受診介助22件、草取り・木の伐採等7件、その他を合わせると286件でした。福祉有償運送の行き先で一番多かったのが甲府共立診療所、次に山梨病院、山梨大学付属病院でした。

2021年に福祉有償運送を開始して2度目の更新申請を済ませました。おかげさまで利用者の登録者数は2025年12月末現在で242名となっています。利用者さん内訳は、

要介護、要支援認定者210名、身体障がい者手帳保持者22名、基本チェックリスト該当者10名となっています。利用用途は通院のための利用が最も多いですが、銀行、美容院、スーパーマーケット、習い事などの利用も増えています。そんなゆいまるの福祉有償

運送事業ですが運転手さんが足りなくて予約をお断りしなければならぬ日もあります。そこで、福祉有償運送の運転手さんを大募集しています。受講が必要ですが費用の負担はありませんので、少しでもスキマ時間がある方は是非ご連絡ください。お待ちしております。



福祉車両や軽自動車での福祉有償運送の様子

くらしサポート ゆいまる

甲府市丸の内2丁目9番20号事業協ビル2階

電話 055 (269) 6003

FAX 055 (269) 6004

## 有償ボランティア募集

【勤務場所】甲府市周辺

【勤務時間】9時～16時の2～3時間

(生活の中のスキマ時間に力をお貸し下さい)

【時給】1000円(交通費別途支給)

【業務内容】

① 買い物・受診等の送迎

(但し受講必要・費用負担なし)

② 生活支援・受診介助・草取り

## 寄付金へのご協力をお願いします

誰もが地域で助け合いながら暮らすことを目指して立ち上げたNPO法人「ゆいまる」も地域のみなさまからのご依頼やご支援のおかげで設立から5年を迎えることができました。

車の維持費や草刈機といった備品代など様々な費用が掛かります。地域の支えあいの事業です。1口500円から引き続きご支援をお願いいたします。

寄付金窓口 「ゆいまる」事務所

振込先

銀行名 甲府信用金庫

支店名 本店営業部 店番号011

口座番号 普通 0522666

口座名 特定非営利活動法人ゆいまる

理事長 合田和彦(ごうだかずひこ)



物価高騰などによる生活困難

介護

借金

不登校

ひきこもり

相続

年金

訴訟

ハラメント

# 一人で悩まず、まずはご相談ください いのちとくらしを守るなんでも相談会

無料

## 予約優先

※気軽に立ち寄れる相談会です。暮らし全般の相談をお受けし、必要な際には専門家へつなぐお手伝いもします。

時間 10:30開始。12:00までにお越しください。

会場 甲府共立診療所 1階友の会ルーム

(1階ロビー受付カウンターの奥)

## 市議員



清水英知さん



木内直子さん



内藤司朗さん

2月9日・3月2日

清水英知 甲府市議会議員 友の会幹事

2月13日・3月23日

木内直子 甲府市議会議員 友の会幹事

2月16日・3月9日

内藤司郎 甲府市議会議員 友の会幹事

## 要予約

時間 10:30～12:30

会場 事業協ビル5階  
(甲府共立病院立体駐車場横のビル)

予約電話 055-221-8725 (甲府健康友の会)

## 税理士相談会



山本大志 税理士

2月20日(金) 山本大志 (らん共同事務所)

## 弁護士相談会



雨松拓真 弁護士

2月19日(木) 雨松拓真 (甲府合同法律事務所)

3月26日(木) 加藤英輔 (加藤・藤本法律事務所)

4月22日(水) 雨松拓真 (甲府合同法律事務所)



加藤英輔 弁護士



# 日本医療機能評価機構 病院機能評価受審 更新認定について

## 甲府ブロック 事業所通信 甲府共立病院

当院は病院の医療の質、安全性を中心に審査を行う外部評価機構である日本医療機能評価機構 病院機能評価施設です。この認定は5年ごとの更新審査があり、その時代ごとのニーズに合わせたブラッシュアップ、医療の質向上に努めてまいりました。

2024年11月21〜22日に5回目の更新審査を受審し、2025年6月に無事認定となりました。この審査には様々な審査項目があり、それぞれに上位からS、A、B、Cの4段階で評価されます。今回の更新審査では最高クラスのS評価の取得はもちろんのこと、それに続くA評価については前回更新時より2項目も増やすことができ、日頃の皆様からの信頼に基づく医療実績の証となりました。

院内では受審に向けて約1年前から準備を開始し、4領域、88項目にわたる評価に対応するため、各領域の事務局を総監督とし、各職責者が中心となり様々な課題改善に取り組みました。

2日間にわたる審査は面接調査から始まり、ケアプロセス調査、部署訪問と続き、病院全体に緊張感をもたらし、特に医師、看護師、技術、事務によるケアプロセス調査では、会場内が熱

気で包まれました。職員一人一人が患者さんに対し真摯に向き合い、自らの医療に誇りをもって対応している証と言えるでしょう。審査を行うサーベイヤーからは課題点をいくつか指摘されたものの、「荒削りだが良い病院」「職員の医療に対するマインドも十分に感じた。今後患者さん、職員、地域の人びとが幸せになる病院理念を大切にしてください」と温かい講評をいただきました。

病院機能評価の更新受審は、日々、当院で行われている医療内容を丁寧に見直す機会です。人間の行う医療行為ですから最新の技術、知識を取り入れても、

お問い合わせ先 甲府共立病院  
〒400-0034 甲府市宝一・九一  
電話 055-2226-1313  
FAX 055-2226-9715





# 甲府共立病院

甲府市の委託事業

## オレンジカフェ甲府駅前

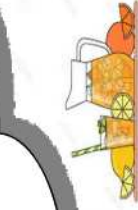
場所：甲府共立病院立体駐車場隣 事業協ビル2F

くつろぎ処「よってけしともだち」

医療・介護の専門職が  
スタッフとして対応します。

お困り事や健康、介護の  
相談などお気軽に  
ご相談ください

介護予防のレクレーション  
介護や健康の学習会などしながら皆で交流します



2月19日(木)13:30~15:30

簡単料理



ミニ学習会

栄養課

3月19日(木)13:30~15:30

ストレッチ体操

講師 甲府共立病院  
リハビリ室



認知症学習・講演会

医局

参加費：100円（※**定員20名**のため前日までにTELでお申し込みください）

※感染防止対策を講じて実施します。参加時に検温と体調確認をさせていただきます。  
マスク着用の上、ご参加ください。

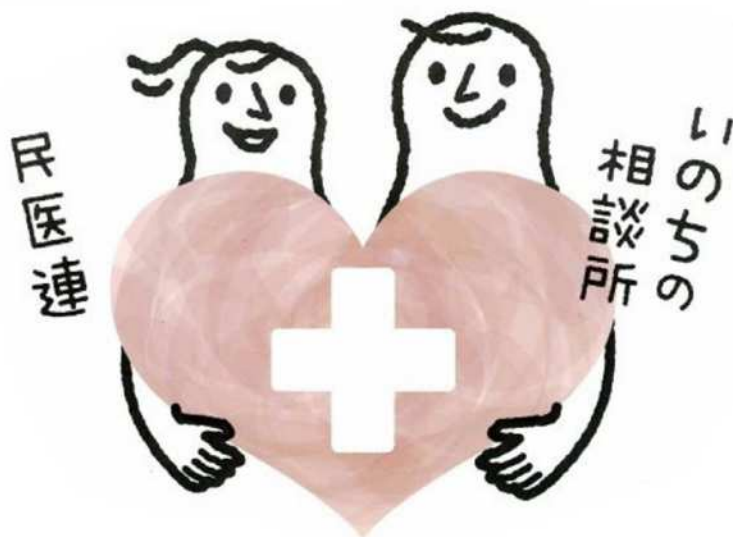
TEL 055-221-8725

（甲府共立病院 甲府健康友の会）





山梨民医連の  
紹介はこちら



「医療」「介護」  
「治療費」等で  
お困りの方は  
ご相談ください

やまなしみんないれん  
連絡先 **山梨民医連**

受付時間:月曜日～金曜日(祝日除く)10時～16時

☎055-221-7511

**無 料 ・ 低 額 診 療 事 業**

を実施しています



医療費でお困りの方は  
ご相談ください

詳しくは  
こちら



「お金がないから」  
と医療をあきらめている方、  
1日でも早く病院・診療所に来て下さい。  
いっしょに治療を始めましょう。



甲府共立病院  
甲府共立診療所

TEL 055-226-3131  
TEL 055-221-1000

あなたと民医連をつなぐ月刊誌



# いつでも元気

MIN-IREN

## 購読しませんか？

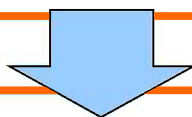
医療・介護・健康づくりの話題のほか、社会情勢、子育て、まちづくりなど、いま知りたい情報が満載です！『いつでも元気』は活動の交流に役立つ月刊誌です。



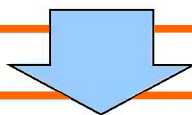
定価：380円/月

## 『いつでも元気』お申し込み手順

「『元気』購読申込書」へ必要事項の記載をお願いします。



申込書を甲府共立病院・甲府共立診療所・歯科センター・友の会ルーム、友の会事務所に提出ください。  
申込書をお預かりいたします。



その後、翌月からご自宅へ郵送にてお届けいたします。  
お支払いについては、いつでも元気と一緒に請求書をお送りいたします。  
お支払い方法は現金もしくは振込をお願いいたします。  
また、お支払いは甲府共立病院・診療所受付、友の会事務局でお支払いいただくことも可能です。





購読申込書

甲府健康友の会

TEL：055-221-8725

|             |                                                                                                                                                           |  |  |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| フリガナ        |                                                                                                                                                           |  |  |
| 氏 名         | 様                                                                                                                                                         |  |  |
| 住 所         | 〒            -                                                                                                                                            |  |  |
| 電 話         | -                            -                                                                                                                            |  |  |
| 携帯電話        | -                            -                                                                                                                            |  |  |
| 友の会<br>会員登録 | <input type="checkbox"/> 会員 <input type="checkbox"/> 非会員                                                                                                  |  |  |
| 申込日         | 年                      月                      日                                                                                                           |  |  |
| 購読開始        | 年                      月号から<br>(購読中止時は上記までご連絡ください)                                                                                                        |  |  |
| お届け方法       | <input type="checkbox"/> 郵送で上記の住所にお届けします<br><input type="checkbox"/> その他 (                                      )                                         |  |  |
| お支払い方法      | <input type="checkbox"/> 現金 (月ごと)・前払い (      年      月～      月分)<br>お支払い場所 (友の会事務所・病院・診療所)<br><input type="checkbox"/> 郵便振込み 前払い (      年      月～      月分) |  |  |

..... 切り取り線 .....

※事務局記入欄

|        |  |    |
|--------|--|----|
| 事務局受付  |  | 備考 |
| ミクスス入力 |  |    |
| 宅配者指名  |  |    |

申込日            年        月        日        取扱者：

|           |     |     |               |
|-----------|-----|-----|---------------|
| フリガナ      |     | 性別  | 生年月日（年齢）      |
| 氏 名       |     | 男・女 | 年 月 日<br>( 歳) |
| 住 所       | 〒 - |     |               |
| 電話番号      | - - |     |               |
| 同一世帯の家族会員 |     |     |               |
| 氏名(フリガナ)  |     | 性 別 | 生年月日（年齢）      |
| ( )       |     | 男・女 | 年 月 日<br>( 歳) |
| ( )       |     | 男・女 | 年 月 日<br>( 歳) |
| ( )       |     | 男・女 | 年 月 日<br>( 歳) |
| ( )       |     | 男・女 | 年 月 日<br>( 歳) |

# 受領書

様

金 1,000 円を年会費として受領致しました。

受領年月日　：　　　年　　　月　　　日

ブロック :

取扱者：

