



新春特別号



十勝勤医協

友の会ニュース

医療法人 十勝勤労者医療協会

帯広市西9条南11丁目1番地

0155-21-4718

発行責任者 今野 光昭

URL: <http://www.tokachi-kin-ikyo.or.jp>

E-mail: soshiki@tokachi-kin-ikyo.or.jp



無差別平等の医療と福祉を目指して
力をあわせましょう

理事長 瀬川 高志

友の会の皆様、明けましておめでとございます。十勝勤医協に対して日頃からご協力・ご支援を頂き心から御礼を申し上げます。今年は十勝勤医協がこの地に設立されてから40年を迎えることとなります。これも友の会の皆様をはじめ私たちを支援て頂いている方々のおかげです、重ねまして紙面を借りまして御礼申し上げます。

の方々の御支援、御協力、御厚意の賜物であり、そして社員・役員・全職員の奮闘によるものです。私たち職員を支えて頂いている、多くの方々からの有形・無形のお力が現在の十勝勤医協を作っていると云えます、本当にありがとうございます。

「親切で良い病院を作る事」「いつでもどこでも誰でもが安心してかかれる良い医療制度を「目指す事」そのような大きな夢を実現するために始まった十勝勤医協は、友の会の皆様に育てていただき共に成長してきました。私たち民医連の職員が目指すべき民医連綱領はこのように始まります。「私たち民医連は無差別、平等の医療・福祉の実現を目指す組織です。」その無差別・平等とは現在どのような意味を持つのでしょうか。日本では円安の進行で実質賃金が毎年低下し、実際に手元に入るお金が減っているにもかかわらず、全ての物価が上昇している過酷な経済状況にあります。灯油代が高すぎてストーブをつけずに目一杯着込んで布団にくるまって寒さをしのぐ人がいます。体調が良くないけど医療費・薬代がないから病院に行けない人がいます。1年前に発生した能登半島地震の復興が進まない上に豪雨被害が重なり今なお取り残されている人がいます。夏休みや冬休みには給食がないため昼ご飯を食べられない子ども達もいます。度重なる事故や事件があるにもかかわらず、米軍辺野古新基地建設が進められている

沖縄の現状があります。個人の尊厳、ジェンダー平等、多様性の尊重がされずに自分らしく生きる事が出来ない人たちがいます。世界に目を向けるとウクライナの戦争やガザ地区の大虐殺が当たり前のようになり毎日多くの人が負傷し亡くなっています。その多くは子ども達や女性です。異常気象により世界各地で豪雨や干ばつが起り、その影響で農業などが出来なくなり食糧不足が起り、苦しむ人たちがいます。そのような状況でも、日本の大企業による内部留保は12年連続で過去最高を更新しました。新型コロナウイルス感染症が拡大した2020年以降、世界トップの富豪5人は資産を倍増(約59兆円から127兆円)させました。その反面、世界人口の半分以上に当たる約50億人がより貧しくなったとの報告があります。持つものは更に富や権力を持ち増大し続ける富や力が一極に集中し、持たないものはこれまで以上に搾取され虐げられ、生きる事すら困難となる世界。全ての面で格差が大きくなり、拡大する世界がこれからも続けられようとしています。新自由主義がもたらすものは、まさにこのような格差を究極まで進める事で極く一部の「持つものがどこまでも裕福になる」世界を作る事を意味します。

これらの問題を深く考える時、私たちが一番大切にしている無差別、平等の医療・介護・福祉の持つ意味が輝きを放つのです。無差別・平等とは最も弱い立場にいる人々を大切にすることだと私は思っています。生まれも性差も、教育のあるなしも国籍も人種もしてお金のあるなしも関係なく、思想信条も生き方も考え方も違う人々を当然のこととしてまるごと認めあい、一番弱い立場にいる人に寄り添う事が出来れば、全ての人々も幸せにすることが出来ます。ここにこそ民医連の進むべき道があります。

私たち十勝勤医協は地域の高齢化が進行する中で、この地で安心して住み続けられる事を目指して頑張ってきました。これからも友の会の皆様と力を合わせて、民医連綱領のもと患者・利用者さんそして地域の方々の立場に立つ医療・介護・福祉を求めて、社会保障と平和を守る活動に全力を挙げて取り組みます。2025年は「乙巳」の年のことです。乙(きのこ)は草木がしなやかに伸びる様子を表し、巳(みへび)は不老不死のシンボルです。ですから乙巳の年は「再生や変化を繰り返しながら柔軟に発展していく」年になると言われています。そのような今年には十勝勤医協にとって一つの節目となる年になるはずで、しなやかにそして初心を忘れず着実に、この十勝という地域とともに歩みを進めて行きます。友の会の皆様と職員一同しっかりと共同してこの十勝のまちづくり活動を進めて参りましょう。

989年には60床の病棟を持つ帯広病院が開院となり、同時に2代目理事長となる浅沼先生が赴任されました。1995年には柳町医院の開院(2019年閉院)、1998年にはケアセンター白樺開設・帯広歯科医院開院(2008年閉院)、2002年には白樺医院が開院しております。その全ての財政的側面は皆様からの建設基金や協力資金を基に進められました。これはまさに友の会の皆様・地域

「持つものは更に富や権力を持ち増大し続ける富や力が一極に集中し、持たないものはこれまで以上に搾取され虐げられ、生きる事すら困難となる世界。全ての面で格差が大きくなり、拡大する世界がこれからも続けられようとしています。新自由主義がもたらすものは、まさにこのような格差を究極まで進める事で極く一部の「持つものがどこまでも裕福になる」世界を作る事を意味します。

本年もよろしく
お願いいたします

医療法人十勝勤労者医療協会

- 理事長 瀬川 高志
- 専務理事 今野 光昭
- 常任理事 渡辺 景子
- 理事 片桐 正晃
- 理事 浅沼 建樹
- 理事 真田 若子
- 理事 野口 寿恵
- 監事 栗山 秀樹
- 他職員一同
- 浅沼 双枝
- 杉野 智美
- 林下 亜希
- 小田原 剛
- 山本 鉄雄





新年挨拶
挨拶

改憲・大軍拡を許さず、 社会保障の充実を

十勝勤医協友の会連絡協議会

会長 山本 鉄雄

新年明けましておめでとう
ございます。

昨年10月、第50回衆議院選挙が投票されました。選挙結果は、自民・公明の与党が過半数割れの大敗となりました。国民の審判は裏金問題の怒りであり、その根底には暮らしや経済対策への無為無策、大軍拡、社会保障の切り捨て、紙の健康保険証の廃止など自

民党政対する怒りや不信
があります。

その結果改憲勢力が衆議院で3分の2を割り、現状での改憲発議は不可能になりましたが、石破首相は「党是である憲法改正を前に進める」と強弁しています。財政制度審議会は2025年予算編成で「年齢によらず医療費の自己負担を原則3割とする」と要

求しました。また、歳出削減のために社会保障を敵視し、介護分野で「利用者負担を原則2割」とすることや3割負担対象の拡大を求めました。政権交代で社会保障を守る必要があります。

「住み慣れた地域で
安心して暮らすために」
昨年9月、第16回全日本
医連共同組織活動交流集会が

十勝に憲法九条の碑を

11月14日友の会第2回拡大役員会で「十勝に憲法九条の碑を建てよう」と呼びかけをさせていただきました。私は憲法に救われて生きてきました。と言うのは10歳の時に父を病死で亡くし、3人の子を抱えた母は精神的ショックから病弱で働くことができず、小学校5年生から中学3年生までの5年間生活保護を受給しました。大学は国立へ進みましたが、1975年当時年間36000円の授業料を免除で勉強することができました。今思うと本当にありがたかったなあと思います。それは日本国憲法で国民の生存権を保障するのは国の責任で、教育を受けることは、その能力に応じてひとしく誰もが享受できる権利として保障されているからにはかなりません。

1945年8月、母は樺太からの引き揚げで、泰東丸に乗船して稚内をめざしました。その船は母が乗船1週間後、留萌管内小平沖で魚雷攻撃を受けて沈没。多くの方が犠牲になりました。1週間遅ければ、私はこの世には存在していなかったのです。身内や教え子にたくさん自衛官がいる、安法制は憲法に違反している」と最高裁まで争っています。ですが、最高裁は差し迫った戦争の危険はないと憲法判断を回避しました。

今の自衛隊は10年前の自衛隊とは性格が違います。海外で集団的自衛権行使の名の元に日本が直接攻撃されていなくても戦争できる「軍隊」です。安保関連三文書で軍備拡大を推し進め、武器を輸出する国に変質しました。若者の

岡山で開催されました。全国から1,700人が参加し、交流し、学びを深めました（いつでも元氣12月号に詳報）。友の会の活動は、一人ひとりの会員に寄り添い、「誰もが安心して住み続けられるまちづくり」を求める運動です。そして、友の会は地域になくしてはならない社会的財産です。今年も参議院選挙が行われます。一人ひとりの願いの実現のため奮闘しましょう。

憲法9条を守れ！命と暮らしを守れ！社会保障を守れ！
地域医療を守れ！

個人情報は本人の同意なく国や自治体によって、自衛隊に名簿提供されています。欠陥機オスプレイが十勝の空に飛来しています。

こんなこと許されていいはずがありません。

私は九条の碑を建てる運動を通して、『やられたらやり返す』という考えではなく、『戦争はやめよう、核兵器をなくそう』としている大人たちの姿を子どもたちに見せたいのです。子どもたちに平和な社会をプレゼントしたいのです。全日本医連の綱領にも、「一切の戦争政策に反対し」とあり、憲法9条を守ることが大切な課題です。今全国各地に約40の九条の碑があり、北海道には小樽と室蘭に建立されています。全国いたるところに碑ができれば、九条を守る大きな世論になります。中国やロシアなどの動きを念頭に、『九条で平和を守



撮影：2016年8月宮古島カママ嶺公園にて

医療費の心配で 病院にかかることを ためらわないで…

無料・低額診療事業について

上がり続ける光熱費、お米の価格高騰のニュースもありましたが、年明け以降も様々な食品関連の値上げがあると報道されている状況が私たちの生活を直撃しています。また、十勝ではこれからの季節、暖房費を優先しなければ生きていけない冬季に入り、ますます出費が気になる時期になってきます。

業協会、北海道医療団、真宗協会などでも実施されており、多くの種類の診療科で制度を利用することが出来ます（適用条件は各病院ごとに異なります）。当院だけで対応できないケースも連携して支援することが可能になっていきますので、遠慮なくご相談ください。

ここで、この間の相談事例をご紹介します。自立相談支援事業所からのご紹介で相談になった方です。

医療・介護 の現場から シリーズ ⑬③

仕事探しを続けていましたが見つからず、経済的に苦しくなり体調が良くないまま病院にかかれず、余計に仕事が決まらない悪循環に陥っていました。紹介から相談に繋がりが、さっそく無料・低額診療事業を利用し当院を受診し、体調管理をしつつ生活再建に乗り出していらっしやいます。

勤医協では収入条件だけでなく、就学援助世帯の方も制度の適用を行っています。医療費に困ったら、ひどくなる前にまずはご相談ください。

【帯広病院事務課長 浅野健太郎】

十勝勤医協では2011年から、『経済的な理由などによって、必要な医療を受ける機会が制限されることのないよう、無料または低額な料金で診療を行う』制度で、病院にかかった時の窓口負担を減額・免除できる「無料・低額診療事業」を実施しています。この制度では処方箋を出して調剤薬局で受け取る薬の代金は対象外ですが、市民団体などの運動もあり2021年から帯広市、2022年から音更町が独自の助成制度を設けてくれています。全国的には「無料・低額診療事業を実施している医療機関はそれほど多くはないのですが、十勝では勤医協以外にも北海道社会事



2025年男年女 今年はこんな年に

万年ダイエットの私ですが、今年の抱負は「体重10キロの減量」です！近頃は横方向へ成長するばかりで、継続した努力の難しさを痛感しています。減量に何が大切かといえばやはり食事です。消費を上回って食べてしまえば当然体重は増えるわけです。幸い自炊は好きなもので、低カロリーなものを美味しく作れるようになりたいです。さて、顔写真をご覧ください。巳年にちなみ、指先の白蛇はお雑煮のお餅に似せて、とてもかわいらしい姿です。お餅をお正月に何個食べられるか、今からとても楽しみです！あれ…何か忘れてるような…



ケアセンター白樺 理学療法士 荻原 来武

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願いいたします。今年もケアセンター白樺を利用されている方々が「楽しい」と思える日常生活が送れるように、皆さんの生活をサポートしていきます。介護を受ける方も、介護をする方も、みんなが笑顔と大きな笑い声が飛び交う、交流の場となるように頑張りたいと思います。また、趣味のマラソンでも、目標タイム達成に向けて頑張る1年にしたいです。趣味も仕事も、楽しい時も、苦しい時も、一步一步前に進めて、ゴールで喜びをかみしめられるように飛躍していきたいと思っています。



ケアセンター白樺 介護福祉士 本田 雅和

昨年は、介護報酬の改定で理不尽な訪問介護基本報酬の引き下げがありました。その他の介護報酬も不十分な引き上げにとどまり、2003年から低く据え置かれ続けています。在宅白樺では、昨年9月に十勝管内380ヶ所の介護事業所に署名の依頼をしましたが、その結果、直近1年間で廃止5法人8事業所、統合なども7事業所あったことがわかりました。介護報酬改定を通じた制度改悪の影響による介護崩壊が起きていることを実感した取り組みとなりました。今年も介護保険制度の改善、介護従事者の処遇改善を求めるとたたかいと運動に職場の仲間たち、友の会の方々、地域の方々と一緒に取り組む、12年後の年男の時には、介護する人、受ける人がともに大切にされている介護保険制度へと様変わりしていることを信じて私自身も声を上げ続けていきたいと思っています。



在宅白樺 事務・ケアマネジャー 江口 献

今年の抱負は「大学に行きたい」という息子の願いをかなえることです。高2の三男を全面サポートし、塾の送迎と塾代、大学費用を工面します。長男のときは私立大で学費年140~150万、生活費も入れると4年で1000万円はかかりました。次男は高卒で就職してくれたので感謝。子供に奨学金で借金を背負わせたくない、アルバイトで学問をおろそかにしてほしくない、親は預金を切り崩し仕事と節約の日々を送ります。昨年は、経費削減と健康のため、車を減らし夫婦共用にして、なるべく自転車か徒歩で通勤。三男が社会人になるまであと5年。今年はずっと体力をつけて、健康で、仕事と子育てができることに感謝してがんばります。



在宅白樺 事務・ケアマネジャー 坪内 佐恵子

あけましておめでとうございます。楽しいお正月をお迎えでしょうか。私ごとですが、もう何回目の年女を迎えたのでしょうか。日々勤医協と共に成長させて頂いております。今年もかかりやすい医療、「ここに入院して良かった」と思われるような看護を提供できるよう、スタッフ一同努力して行きたいと思っています。本年も良い年でありませう、お祈り申し上げます。今年もどうぞ宜しくお願い致します。



帯広病院 看護師 池山 桃子

古希を迎えて、「人生の再スタート」と張り切っています。さらに今年も年女。「こつこつねばり強く」議会活動はもちろんのこと、太鼓、獅子舞、南京玉すだれ、芸磨きに精を出したいと思っています。友の会としては、「ふまねっと」「健康ひろば」の開設日を増やす予定。なんでも企画する「みんなの会」として、楽しい行事を計画中です。3月22日に「楽笑一座」との共催で「第10回子どもおたのしみステージショー」を行います。



上士幌友の会 山本 和子



勤医協中央病院研修医2年目の岡崎達哉です。2年間の初期研修も大詰めとなり、将来は管内を転々と勤務する予定です。今回の地域研修では地域医療を医療経済の面からも学び社会保険料の上昇について考えるきっかけとしたいと考えています。また、十勝・帯広を満喫し、魅力を知り、伝えられるようになることが目標です！

1月6日(月)~2月7日(金)の間、地域医療研修として勤医協中央病院の岡崎達哉先生が赴任されますのでご紹介いたします。



研修医 紹介

十勝勤医協の通所サービスのご案内

利用者さん大募集中!!

*** 1日型通所リハビリ (老人保健施設ケアセンター白樺 (帯広市))**
 サービス提供時間 9時00分~15時30分
 生活機能の維持向上を目的にリハビリやレクリエーション等で1日を過ごしていただくサービスですお食事と入浴もありご家族にとっても安心です。

*** 短時間型通所リハビリ (老人保健施設ケアセンター白樺 (帯広市))**
 サービス提供時間 ①10時00分~11時30分 ②14時00分~15時30分
 日々の生活リズムにあわせた短時間でのサービス提供を行っています。1日の時間を有効活用したい方にお勧めです。短時間リハビリではリハビリテーションだけを短時間で行います。入浴や食事サービスはありません。

*** 通所介護 (デイサービスほのか (帯広市)・デイサービスすずらん (音更町))**
 サービス提供時間 9時30分~15時40分
 1日を通じて介護やアクティビティなどを提供し心身機能の維持をはかります。お食事と入浴もあります。

お申込み・お問い合わせ
 ・老人保健施設ケアセンター白樺 TEL 0155-41-1165
 ・デイサービスほのか TEL 0155-41-4165
 ・デイサービスすずらん TEL 0155-30-5161
 または担当ケアマネジャーにご相談ください
 ※介護認定を受けている方が対象です。
 ※介護認定を受けていない方は下記まで
 ・居宅介護支援事業所白樺 TEL 0155-41-1167
 十勝勤医協のケアマネジャーがご相談に応じます。



ケアセンター白樺の通所リハビリフロア

① (画数 3) **矮** □ **極** □ **雨** □ **声** □ **落** □ **元** □ **常** □ **課**

② (画数 9) **青** □ **新** □ **先** □ **鬪** □ **飽** □ **調** □ **文** □ **風**

③ (画数 4)

④ (画数 8)

頭の体操

次の口に漢字を入れて熟語をつくり、並べて変えて答えを完成させてください。

出題者はペンネーム・ツクネさん(芽室町)です。
【ヒント】今日は暖かい日ですね。

【答え】①②③④の順に漢字でご記入ください

【応募方法】
解答とお名前、住所、電話番号をハガキかメールで左記へお送りください。「友の会ニュース」への感想、ご意見などを添えて頂けたら、可能な限り紙面でご紹介いたします。(匿名希望の方はペンネーム可)

【宛先】
〒080-0019
帯広市西9条南11丁目1番地
十勝勤医協会館内
友の会ニュース編集部
○メール
soshiki@tokachi-kin-ikyō.or.jp

皆様のお気持ちをお願いします。
建設基金
●金額の制限はありません。
●募金の返還はいたしません。

みなさんのご協力をお願いします。

十勝勤医協会の無利息の出資金です。
建設基金
●十勝勤医協会へのお出資金です。
●利息・満期はありません。
●出資額はお申し出があれば随時ご返還いたします。

十勝勤医協会の医療・介護事業の継続と発展へ向け、施設の維持・改善などのための資金を募集します。

3年満期、年利0.5%でお借りします。
協力資金
●借入期間：3年間
●利息：年利0.5%
●借入額：1万円～400万円まで(1世帯合計800万円まで)

●いずれも友の会会員限定です。会員ではない方は、友の会にご入会ください。
●協力資金は募集金額に到達した時点で終了します。
●建設基金・協力資金は銀行振込となります。現金での受付はしていません。下記の法人本部にご来館いただき、申込書記入時に振込先等をご案内します。
●建設基金については、下記以外にも十勝勤労者医療協会の各事業所でも受付しています。
●申込みに関するお問い合わせは下記までお願いいたします。

医療法人 十勝勤労者医療協会 本部
〒080-0019 帯広市西9条南11丁目1番地
TEL.0155-21-4718 FAX.0155-21-4840

読者の声

友の会ニュース12月号、トップの写真をみて大感激です。介護ウエーブ「介護大宣伝」、時節柄マスク越しではありませんが皆さんの活き活きした意欲が伝わり、先輩は嬉しくて泣きそうです。

総理大臣は変わりましたが高齢者や介護いじめは改善しそうにもありません。現場からの切実な声が何よりも大きな力と信じます。

日刊赤旗新聞に「天売診療所便り」という月一回の連載があります。書いているのは元民医連ドクターの大野義一郎先生、定年退職後、人口たった260人の天売診療所長として島民の命を守っています。今回のテーマは「反戦平和」という医療でした。医師という立場から、世界の

賞品

抽選で10人の方に、千円分の図書カードをお送りします。

【締め切り】
1月20日(当日消印有効)。発表は第490号(3月号)紙上です。

【第486号の当選者】
答えは「二日千秋」でした。
応募総数94通、正解者94通の中から抽選により、次の10人の方が当選しました。(敬称略)

石山 良明、小林由紀子、晒谷美代子、高山 恵子、中島 剛(帯広市)、伊原 時江(池田町)、金森 房子(新得町)、菅野 政治(音更町)、畑下 恵二(広尾町)、佐々木敏子(芽室町)

人々の命と平和を守る献身的な取り組みが書かれており、これも感動的でした。この先生の姿に「介護ウエーブ」の皆さんの姿が重なり、先輩はまた感動するのではした。

◆ **帯広市 本川 栄子さん**

介護崩壊の記事を読み、高齢者の仲間入りした自分としては老後の心配がますます大きくなり、不安になりました。安心して年令を重ねられる世の中になってほしいですね。

◆ **帯広市 村川 みはるさん**

友の会編集部の方々ご苦労様です。毎回道の会ニュースを楽しむにしております。聴診器では介護や世の中の事。他のページではケアセンターの方々の苦労や気づかいなど頭がさがる思いです。この先ずっと平和な日本でありませう、軍事拡大や政党交付金等は社会福祉や子育て資金に回してほしいです。

◆ **池田町 伊原 時江さん**

口先だけの反省や空虚に響く国民を守るという言葉。自公与党は何をしたの。今までやってきたことをあいまいにして、これからのことは聞かれません。信頼できるのはい言一致の政党だけです。今月の「聴診器」共感します。

◆ **音更町 小川 修平さん**

読者の声を読ませて頂き、どれもためになるお話でした。まだ元気と思っけていても人間明日の事はわかりません。少しでも早く準備できたと思っっています。

◆ **帯広市 高山 恵子さん**

友の会ニュース、いつも楽しみにして読ませていただいています。近頃、自分の身にせまるニュースが多いです。

◆ **帯広市 高橋 亮子さん**

頭も体もかちこちで、「頭

の体操」で頭を使い、できた時に大きく「のび」をして楽しんでいきます。

◆ **帯広市 松井 真理さん**

店頭に新米が並ぶ時期となり心をつめていただきます。美味しいうちにおにぎりを、手頃な価格で頂きたいですね。

◆ **帯広市 金田 英男さん**

日増しに日暮れが早くなつてますね。朝晩はストロップと仲良し。夕食もだんだん温かいものを用意しています。みなさんもそうですか?

◆ **根室市 村越 やよいさん**

買い物に行くたびに物の値上がりにため息ばかりの日々。これから寒くなると灯油、電気代と気がおもくなることばかり...

◆ **芽室町 本間 悦子さん**

友の会ニュースの中で頭の体操をいつも挑戦しています。解が来たときは最高に嬉しく、友の会ニュースが来るのが待ち遠しいです。
NKさん

読者の声でいろんなことを知り、皆さん元気ではげみになります。
◆ **音更町 櫻田 政子さん**

いつも読ませていただいています。毎号発行すること、皆さんの努力あってこそです。ありがとうございます。
◆ **帯広市 小山 紀子さん**

火曜日は白樺デイケアで楽しく過ごさせていたたいです。
◆ **帯広市 大山 公子さん**

健康相談会のご案内

どなたでも気軽にご参加下さい。

友の会	テーマ	日時	場所	担当・連絡先
緑西	骨粗鬆症についてと簡単な体操	1/14(火)	明和福祉センター	村上久美子 33-6852

友の会行事案内

友の会	内容	日時	時間	場所	担当・連絡先
西南	ふまねっと	1/9,23(木)	10時30分	中央福祉センター	麻生 恵子 22-1613
西帯	ふまねっと	1/14,21,28(火)	10時~12時	西福祉センター	野坂 潤子 080-4046-2729
開西	カラオケ	1/10(金)	11時~	ドン・キホーテうたや	岡本 顕 090-6446-5521
	卓球	1/6,13,20,27(月)	13時~	コスモス福祉センター	
上士幌	ふまねっと	1/25(土)	9時30分~	西10号会館	石澤 英子 090-5988-6400
	ふまねっと	1/8(水)	10時30分	ふれあいプラザ	
	ふまねっと	1/11(土)	10時30分	7区北地区集会場	
	ふまねっと	1/13(月)	10時30分	11区西地区集会場	
	健康広場	1/21(火)	10時~11時	ふれあいプラザ	
札内西	室内お楽しみ会	1/16(木)	10時~	あかしや近隣センター	岡崎 節子 56-4432
札内東	室内ゲーム大会	1/16(木)	13時~	春日近隣センター	鈴木志摩子 56-6757
音更北	ふまねっと	1/11(土)	10時~11時半	音更総合福祉センター	酒井 知子 42-3387
芽室	笑いヨガ	1/7,21(火)	13時30分~	芽室中央公民館	梅津 美政 62-2859

※日時については変更になる場合がございます。詳しくは担当連絡先までお問い合わせください。
※参加費がかかる場合がございますので、ご了承下さい。