



第619号(部内資料)
(毎月1回、1日発行)

発行
医療法人 名南会
名古屋市南区豊田
五丁目15番18号
発行責任者
小岩 朋宏
☎052-692-2388



◆ 今月の花 ◆
コスモス

10月~12月 みんなで力を合わせて取り組もう!!

秋の共同組織 拡大強化月間

各地で取り組みが始まりました

9月29日(月)、名南病院外来待合において2025年度秋の共同組織拡大強化月間に向けた、スタート集会が開かれました。150人近くの職員が参加し、名南病院としての月間活動方針を職員全体で確認し意思統一を行いました。名南病院では月間中に多くのイベントを予定しています。名南病院地域支部からも友の会役員が挨拶をし、職員と地域共同の組織活動を呼びかけました。

150名参加で
意志統一!!

名南病院 スタート集会



名南会共同組織
拡大強化月間

名南病院集会の様子



17名参加で
意志統一!!

名南診療所 スタート集会

10月7日(火)名南診療所の待合室で「共同組織強化月間」のスタート集会を開催しました。大森所長も往診の前に、職員や友の会の支部役員さんもたくさん参加しました。所長からは、友の会の仲間増やしや協同基金の大切さを語っていただき、事務長からは診療所での行動計画が提案され、最後に友の会の北方支部長から「頑張ろう!!」とかけ声をいただきました。



実施期間

キャンペーンにご参加で特典プレゼント!

秋の月間キャンペーン

特典
01

- 協同基金(一口2000円以上)にご協力頂いた方
- 名南会健康友の会へ新規加入して頂いた方

→ボックスティッシュ箱 プレゼント

特典
02

ご友人を友の会に
紹介された方(一名毎に)

粗品セット
プレゼント

特典
03

さらに、合計5名の
新規会員紹介毎に

お米1kg
プレゼント

※1. お米のお渡しについての詳細は後日、本部事務局健康推進室より連絡を行います。

※2. 紹介者集計のために、お名前、電話番号の情報が必要となります。

ご理解とご協力をよろしくお願い致します。

この機会をお見逃しなく お問い合わせはこちら

医療法人 名南会 本部事務局健康推進室 ☎052-692-7544

写真コンテスト

投稿募集

あなたのとっておきの1枚を!

今年の「心に残った風景」、「楽しかった一場面」、「自慢の家族(ペット)」など、私のイチオシ写真をお送りください。

テーマ 今年のとっておきの一枚

締め切り：11月20日(木) コンテストの結果は掲載をもって発表いたします。

申込方法

●データで送信頂く方

写真コンテスト用Googleフォームに投稿

●写真もしくは印刷してお送り頂く方

名古屋市南区豊田5-15-18

医療法人名南会「写真コンテスト係」宛に郵送して下さい。

投稿フォーム
QRコード



●投稿はおひとり1枚まで

●お送りいただいた写真およびデータはお返しできません。あらかじめご了承ください。



2025写真コンテスト
最優秀作品

名南会ホームページ URL <https://www.meinan.or.jp/>

名南会

検索

サイトQRコード
はこちら



口は健康の入り口シリーズ (170)



入れ歯 安定剤について

呼続はみんなぐ歯科
歯科医師
長谷川 真理



みなさま、こんにちは。涼しくなって、食欲の増す秋になってきましたね！今回は、前回の往診時に会った患者さんのお話に関して、入れ歯安定剤についてです。

一般に、入れ歯安定剤は「入れ歯がガタつくようになった」というときに使われるようですが、入れ歯が合わなくなったら、自分で勝手に判断して安定剤を使うのではなく、まず歯科医の診察を受け、安定剤が必要となれば、歯科医の正しい指示に従って適切に使用することが大切です。

たとえばガタつきのある合わない入れ歯で、クッションタイプのものを使えば「隙間」が無くなるのでガタつきは少なくなります。しかし、かみ合わせの高さや関係を、自分自身で正しく調整することは困難です。入れ歯が傾いて、噛み合わせが狂ったままで噛めば、歯ぐきやそれを支える骨が大きなダメージを受けることになります。合っていない入れ歯を、安定剤で使い続けることを可能にしたことが、逆に口の中の状態を悪化させてしまうことになります。歯がなくなり、総入れ歯を使用していたとしても、定期的な歯科受診は大切だということがわかります。

安定剤を使用した場合、義歯に付いた安定剤はもちろん、口の中に残った安定剤の除去も必ず行います。安定剤が残ったままになってしまうと、そこに汚れが停滞することで細菌がついたり、カビの原因になることもあり、口腔粘膜が赤くなったり痛みが出ることもあります。義歯に付いた安定剤は義歯用ブラシか柔らかい歯ブラシを使用して取り除いてください。口の中に残った安定剤は乾いたティッシュやガーゼでやさしく取り除き、その後スポンジブラシや柔らかい歯ブラシで細かい残りを取り除いてください。

歯科医師・歯科衛生士募集中！ 奨学金制度あります！
お気軽にお問い合わせください！！

歯についてのご相談・診察予約は

医療法人はみんなぐ



〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号

〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15

Tel 052-691-6480

Tel 052-811-4182

介護のお仕事募集中



老健かたらいの里の病棟と通所リハ、ふれあい病院、介護医療院、名南診療所通所リハ、ヘルパーステーションぎずな・ひなたなど名南会の各施設で募集しています。

正社員・パート（非常勤）、どちらも募集しています。資格は問いません。お気軽にお問い合わせください。



お問い合わせ ☎ 052-692-2388 人事部：小出まで。

名南会HP採用情報はこちらから。

名南会 法律相談

弁護士に相談できます

※事前に電話予約が必要です。
※電話の際、名南会社員、名南会健康友の会会員である旨、申し出てください。

初回
相談のみ
無料

随時(御相談に応じます)

弁護士法人 名古屋南部法律事務所

名古屋市中区正木4丁目8番13号
金山フクマルビル3階(金山総合駅南口から徒歩3分)
電話 052-682-3211

【平針事務所】

名古屋市天白区平針2-808
ガーデンハイツ平針1階(平針駅2番出口から徒歩3分)
電話 052-804-1251

高畑アクセス法律事務所

中川区高畑2-110サンライズ第2ビル2階
電話 052-362-3731

優生手術を受けた本人は1500万円、その配偶者(事実婚を含む)は500万円をそれぞれ受け取れます。ご本人や配偶者が亡くなっても

全ての被害者の方に「親が悪かったのではない、国が悪かったのだ」とお伝えしたいので、全ての被害者の方にこの制度を知っていただきたいです。

Q 裁判をしなくても優生保護法被害の補償金が受け取れますか。
A はい。昨年、最高裁は「優生上の見地から不良な子孫の出生を防止する」ことを目的とした不妊手術(優生手術)や中絶を認めていた優生保護法を違憲とし、被害から20年以上経っていても損害賠償請求を受けられると判断しました。

これを受けて、裁判をしなくても補償金や一時金が受けられる法律が成立し、本年1月17日から施行されています。 各都道府県には相談窓口がありますので(愛知県は電話番号052-954-6009、FAX052-954-17493)、是非ご相談ください。請求手続きを弁護士がサポートする制度もあります(弁護士費用無料)。なお、補償金も一時金も非課税で、生活保護の収入認定からも除外されます。

優生保護法被害に対する補償金・一時金支給法応

遺族(配偶者、子、父母、孫、祖母、兄弟姉妹、曾孫又は甥姪の順)が受け取れます。また、人工妊娠中絶を受けた本人にも一時金200万円が支給されます。

弁護士法人名古屋南部法律事務所 弁護士 高森 裕司



くらしの法律相談



2025 いのちまもる

参加レポート

総行動

たくさんの方で改善を訴える大切さ

改善を訴える大切さ

「医療・介護・福祉に国の予算を増やせ！」9・25いのちまもる総行動に参加しました。

日比谷野外音楽堂に民医連だけでなく、保団連、医労連、労働組合総連合、福祉保育労働組合、医師協会等たくさんの方々が参加し、ケア労働者の増員、賃上げ、社会保障の拡充、高額療養費制度改善の撤回等呼びかけを行いました。

日比谷から銀座までのデモ行進では、日本人だけでなく外国人の方も目に留めてくれました。1人では声を上げずらくても、同じ目的を持った人たちが集まり声をあげる事で、目に留め気になれ、興味を持ってくださる方が増え、嬉しく感じました。デモ行進に参加する機会がなかったため、とても良い経験となりました。

名南会事業所でもそれぞれ毎月スタンディングデモを実施していますが、毎回参加する職員は決まった人になっていくため、たくさんの方々が参加し、他者に頼るのではなく、自身自身で働く職場の改善を訴えたい、社会の問題点を訴えて行く事が大切な事だと意識づけできると良いと思いました。

名南病院 医療連携相談室
外山 早紀



共同組織のページ

(社員・協同基金・友の会)



看護課小泉次長の話に参加者も真剣



リハビリテーション課
石田課長



栄養課
山名課長

名南会健康友の会で友の会員拡大などの運動に取り組んでいる際に、もつと名南会事業所の良い所や職員さんの想いを知って周りに知らせていきたいとの声が寄せられ、夏の学習会として今回の企画を開催しました。

今回は名南ふれあい病院リハビリテーション課 石田課長・名南病院栄養課 山名課長・名南病院看護課小泉次長を講師に、それぞれの活動の特徴や部署のポリシーや職員の想いを発表いただきました。

名南会からつとを もっと知ろう!!

9月6日(土)

友の会学習会 於…名南病院講堂

「名南会事業所のポリシーを知りたい」をテーマに友の会夏の学習会を開催し、22名が参加しました。3名の職員さんに講演いただいた後、参加者でグループ討論しましたが、栄養課のお寿司やユナギちらしの行事食の紹介、ぶりの解体ショーなどのイベント紹介に「行事食の時に入院したい!」と皆さん大感激。でも限られた予算や物価

高騰の中、暑い厨房でもご苦労されていることも知りました。リハビリテーション課には90名もの専門職の方が在籍され、訪問リハビリの対応や小児から看取りの方まで幅広くチームで支援されていることを知りました。看護部門の「無差別平等の医療を目指し地域とも連携して安心のまちづくりに貢献します」のポリシーに大



グループディスカッションではたくさんの意見交換がおこなわれました。

参加者の感想

「それぞれ(職員)の想いを知ることができて良かったです。外からでは見えないこと(知ることが出来ないこと)も知ることができました。病気にはなりたくないけれど、名南病院に入院してみたい

と思いました。」

「知らなかったことがいっぱいでした。いろんな形で周りに知らせていきたいです。」

「色々なことを知ることが出来、幅が広がりました。友の会っていいね! 病院をサポートするアイデアも広がりました。」

変感銘を受けました。学習会ではその他、8月に開催された「原水爆禁止世界大会in広島」に友の会代表として参加した鈴木安夫さんに参加報告をしていただき、カンパなど財政活動で代表を送る為に頑張った友の会の仲間から大きな拍手を送りました。

みどり支部 菊池 啓子さん

ふれあい地域支部 公開講座

第1回 まちまるひろばin呼続

日時: 12月4日(木) 13:30~ [受付: 13:10~]
場所: 呼続コミュニティセンター
企画内容: 病院職員による健康に関するお話
回復期リハビリ紹介・リハビリ機器体験会・朗読紙芝居

名南診療所地域支部 公開講座

健康づくり講座

日時: 11月29日(土) 14:00~ 16時頃まで
場所: 瑞穂生涯学習センター
企画内容: 「糖尿病と認知症」
~血糖と脳を元気に保つコツ~
講師: 日本糖尿病学会専門医 蔭山静医師

参加費 無料

みんなで サルコペニア 予防

中川診療所地域支部

共同組織拡大強化月間企画 戦後80年平和学習 第2弾

わたしたちの街にも戦争があった知るう、想像しよう、戦争のこと
熱田空襲戦跡と白鳥庭園ウォーキング

日時: 12月6日(土) 集合10時~ 解散15時頃
場所: 熱田神宮内 東門鳥居

*参加費無料(ただし市バス運賃・白鳥庭園入場料)
*ウォーキングコース: 熱田神宮内(被爆鳥居・ご神体防空壕)→(宮きしめん・あつたnagayaなどで各自食事・買い物)→市バスで移動→平和地蔵尊・被曝堤防→白鳥庭園→解散
*ご希望の方は各事業所・友の会役員・健康推進室まで

どなたでも 参加できます

お問い合わせはこちらまで

医療法人名南会

健康推進室

TEL052-692-7544



名南会・名南会健康友の会の皆さん

きょうされん

第48次国会請願署名

ご協力ありがとうございました



この春、健康友の会の皆さんに便りを通してご協力をお願いさせていただきました。60名を超える皆さまより返信をいただくことができました。署名数は337筆にも上り、ゆたか作業所全体としても2,200筆を超えることができました。

署名は5月末に全国から集められた65万筆を超える署名を携え、400名のきょうされん関係者で国会請願行動を行いました。全ての会派の衆参合わせて282名の方に紹介議員として署名いただき、国会に提出しましたが、残念ながら衆参両院の厚生労働委員会では政府与党より「自己負担をなくす」「日払い方式の見直し」等に対して反対意見が出され、不採択となってしまいました。ただ、私たちは障害のある人や家族の願いを実現していくために今後もがんばっていきたく考えています。

きょうされん国会請願署名にご協力をいただきました皆さん、本当にありがとうございました。今後ともよろしく願いいたします。

ゆたか作業所所長 吉田 博



お花見 2025年4月

「いつでも元気」誌の読者も班員数以上に増え、年に一度、読者食事を開いて交流をしています。班会の内容はいろいろです。班会メニューは個々人でやりたいこと、得意なことを上げ当日の運営も担います。健康の学習をしたり、スマホ教室、折り紙教室、ウォーキングなど多岐にわたっています。

5月には中川区の富田焼却場を見学しゴミ処理の流れなどを学習し、実際のゴミの山を見てびっくり。化学的に処理されていて感心させられました。また、会員の関心の高い介護保険についてもケアマネを招いて詳しい話を聞くこともできました。

これからも楽しんだり勉強したりで、活動していきたいと考えています。
中川診療所地域支部
たんぽぽ班
伊川 美枝子

班会レポート

たんぽぽ班

ウォーキングに交流にボランティアに...
とてもアクティブな班会です

たんぽぽ班は12年程前、中川診療所を拠点にした班を作ろうという会員の声がかきつけで広め、今では10名程が月一回集まり、班会を開いています。



班会のようす 2025年10月

2025年11月予定表

	日/曜日	班会	班会内容	班会場所	
みどり地域	3日(月)	14:00~ 東部班		徳重コミュニティセンター	
	5日(水)	10:00~ 鳴子班	ポッチャ	鳴子団地集会所	
	10日(月)	14:30~ 滝ノ水班		会員宅	
	21日(金)	14:30~ 桶狭間班		桶狭間公民館	
	24日(月)	19:00~ 大高班	茶話会	南大高コミュニティセンター	
	第1月曜日	10:00~ 絵手紙		みどりの広場	
	第1月曜日	13:30~ うたごえ喫茶		みどりの広場	
	第1水曜日	13:45~ 源氏物語を読む会		みどりの広場	
	第1・3木曜日	17:00~ 勉強やっちゃんおうち会(学習支援)		みどりの広場	
	第2・4火曜日	13:30~ 健康体操		みどりの広場	
	第2・4金曜日	13:30~ 太極拳	太極拳	鳴海第二団地101棟集会所	
	第3火曜日	13:45~ 民話を読む会		みどりの広場	
	第3金曜日	13:30~ 編み物クラブ		みどりの広場	
	第3土曜日	13:30~ 月1映画会		鳴海第二団地101棟集会所	
第4月曜日	13:30~ 終美の会(リビングウィル)		みどりの広場		
天白地域	11日(火)	13:30~ 相生班	感染症対策・スカットボール体験	相生コミュニティセンター	
	15日(土)	14:00~ 野並ふれあい健康教室	スカットボール体験	野並コミュニティセンター	
名南ふれあい病院地域	12日(水)	13:30~ 中村班	茶話会	会員宅	
	18日(火)	14:00~ コスモス班	模擬バイキング	会員宅	
	19日(水)	13:30~ なでしこ班	健康すごろく	呼続はみんぐ歯科	
	28日(金)	13:00~ ひまわり班	エンディングノート	会員宅	
	健康麻雀班・カラオケ班はおやすみです。				
	第1・4火曜日	13:30~ ポッチャ健康サロン	ポッチャ	豊田コミセン	
	第2・3木曜日	13:30~ 呼続ポッチャチーム	ポッチャ	呼続コミセン	
中川診療所地域	第2・4水曜日	10:00~ 太極拳	太極拳	大地の丘笠寺	
	5日(水)	13:30~ たんぽぽ班	ウォーキング	戸田川緑地	
	16日(日)	ひなた班		ひなたホール	
	第2・4木曜日	13:00~ 絵手紙教室		中川診療所友の会ルーム	
	毎週月曜日	10:30~ ストレッチ教室		ひなたホール	
	サロンたまり場	名南病院地域	ほんわか喫茶	毎週月曜日 10:00~12:00	つちっこ保育所建物内
		名南ふれあい病院地域	ふれあい喫茶	毎週月曜日 13:30~15:30	ふれあい病院外来ロビー
中川診療所地域		おしゃべりサロン	毎週金曜日 10:00~11:30	中川診療所友の会ルーム	
名南病院地域		6日(木)	13:30~ 道徳ミニ健康講座	脳トレ	名南わいわい広場
		21日(金)	13:30~ 新三条班	おしゃべり会	会員宅
		24日(日)	13:30~ 白鳥丸班	カラオケ会	会員宅
		未定	南木場班		
		スマホ教室はおやすみです。			
		第3月曜日	13:00~ 囲碁教室		名南わいわい広場
名南診療所地域		第2・3水曜日	10:00~16:00 わいわいちくちく(趣味の会)		名南わいわい広場
		第1・3火曜日	10:00~ ラジオ体操・100歳体操班		名南わいわい広場
		第2・4火曜日	9:30~ わいわいポッチャチーム	ポッチャ	名南わいわい広場
		第4火曜日	13:30~ ちぎり絵教室		名南わいわい広場
		毎週金曜日	13:00~ 歌謡舞踊教室	歌謡舞踊	名南わいわい広場
	名南診療所地域	4日(火)	10:30~ レッツ体操サロン	体操	名南診療所
		5日(水)	13:30~ あみもの教室 NEW	あみもの	名南診療所
12日(水)		14:00~ スカットボール	スカットボール	名南診療所	
13日(木)		14:00~ 御剣班	血圧について	会員宅	
18日(火)		13:30~ 豊北・診療所合同班	茶話会・体操	伝馬コミセン	
19日(水)		15:00~ 平郷班	スカットボール体験	会員宅	
21日(金)		14:00~ 北原班	聴こえの耳寄り話(予定)	たまり場ひよこ	
28日(金)		14:00~ ひよこ班	バランス体操	たまり場ひよこ	
中根班・絵手紙班・コーポラス班はおやすみです。					
第2・4火曜日		10:00~ 健康体操	100歳体操ほか	伝馬コミセン	
第2・4金曜日	13:30~ ポッチャを楽しむ会	ポッチャ	伝馬コミセン		

※今後のコロナ感染状況によって中止になる場合もございますので、ご了承ください。

第231回

クロスワードパズル

出題 大森 久紀
名南診療所所長

正解者の中から抽選で3名の方に図書券をさしあげます。

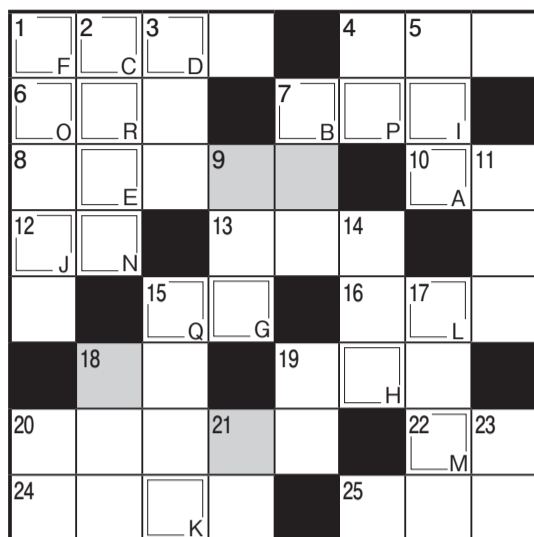
【応募要項】締め切り11月30日(日)
※答えをハガキで下記まで送ってください。
〒457-0841
名古屋市南区豊田五丁目15-18
名南会本部事務局パズル係

「めいなん」新聞への感想や近況などをぜひお書き添えください。その他、詩・短歌・マンガ・写真などの投稿も募集しています。

617号の答えは「なぜだした あしのさきなり くものみね」31通の応募があり、27通正解。

(当選者)
甲斐万里子さん(天白区久方)
加藤ゆう子さん(瑞穂区内浜町)
加藤 忠義さん(南区菊住)

617号の答え
おしやべり たふ
だげき くしかつ
のきなみ ないと
ぶすのもの さ
なつ うみ どる
がれき じよう
あじあ きしや
かい ねおん ま



【パズルの解き方】クロス解いてA~Rにはいる文字を順に並べて、出来た言葉を答えてください。
グレイのマスには「ふれあい」の文字が入ります。

Grid for the crossword puzzle with letters A through R.

- たてのかぎ
1 口をすぼめて曲げたような表情の男性、あるいはその面
2 海苔で食べ物を巻いたものの総称
3 燃える物を集めて火をたくこと
4 非常に珍しいこと、めったにないこと
5 本人が自分で書くこと
7 夏や湯上りのときに着る木綿の着物。「〇〇〇姿」
9 英語で「右」「右側」のこと
11 夫婦が婚姻関係を解消すること
14 地殻を構成している岩石の層などの種類や性質
15 人と会うたり別れたりするときの言葉
17 太陽の光
18 脚から腰まで一体となる靴下のこと
19 絵をかくことを職業とする人。絵かき
20 夏の次のすずしい季節
21 動物が口や鼻で吸ったり吐いたりする空気
23 部屋の中に光や風を通すために壁にある通り穴

- よこのかぎ
1 球状になった火のかたまり
4 ある物事と他の物事の正しい区切り。「〇〇〇をつける」
6 江戸幕府における職名の一つで、上官である奉行などを補佐する役割を担う
7 夕方の太陽。入り日
8 物事が詳しく、はっきりとわかる様子
10 魚を曲がった針に付けたエサで引掛けること
12 過去から現在、未来へと流れていくもの。時間
13 「〇〇〇の最後っ屁」
15 後ろ。背中。のほう。時間がたつてから。残り
16 目で見て物事を確認すること
18 東南アジアの立憲君主制国家。首都はバンコク
19 英語で「根性」や「気力」のこと
20 妻を深く愛し、大切にすること
22 軸を中心にしてぐるぐる回るおもちゃ
24 森林にすむ鳥。すずといくちばしで木の幹に穴を空け、虫をとって食べる
25 海水面からの高さ。海拔。程度が高いさま

投稿 読者のひろば

名前は最高のプレゼント

お米の価格が
先日、バスツアーで出かけたとき、稲が黄金に色づいていました。新米の時期を迎え、その価格が気になります。以前の価格の2倍くらいになり、さらに値上がりするようです。日本人の主食である米はもっと買いやすい価格で供給してほしいです。

応援しています！

めいなん新聞10月号の「名南病院看護部が大切にしていること」を読み感銘を受けました。名南会健康友の会の一員である私もこういう対応のできる病院をとても誇りに思います。応援しています！！

戸籍のふりがな…子供のクラス、ほとんど読めません…。キラキラネームは批判も多いですが由来や意味を聞くととてもステキだと思います。名前って最高のプレゼント。

緑区鳴海町 原田 優子 さん

南区堤町 吉田令里 さん

南区鳥栖 坂本 みどり さん



名南病院では毎日夜 20 時 30 分まで救急外来を実施しています。

名南病院では、日曜日・祝日の8時30分から20時30分の間、救急外来を実施しています。急病でお困りの際は、お電話でご連絡頂き、救急外来をご利用下さい。(夜診が休診の火・木曜日、午後から休診の土曜日も、20時30分まで救急外来を実施しています)

名南病院
TEL 691-3171 (代)
FAX 691-0200
予約専用 0120-10-3171
診療科目 内科・小児科・外科・整形外科・泌尿器科・循環器科
消化器科・皮膚科・呼吸器科・神経内科・放射線科・リハビリテーション科
受付・診療時間 (4院所共)
名南ふれあい病院
は午前診のみ
内視鏡検査

Table showing hospital services by day of the week (曜 日) and time of day (午前, 午後, 夜).

名南ふれあい病院
TEL 691-0041 (代)
FAX 692-5732
診療科目 内科・外科・呼吸器内科・整形外科・リハビリテーション科・放射線科
外来・一般外来、どなたでも受診下さい。

Table showing hospital services by day of the week (曜 日) and time of day (午前, 午後).

名南介護老人保健施設 かたらいの里
TEL 691-8085
FAX 692-5732
通所リハビリテーション (月)、(火)、(水)、(木)、(金)、(土) 9:30~15:40

名南ヘルパー習きずな
TEL 694-7203
FAX 692-7092

名南診療所
TEL 691-2497 (代)
FAX 692-2667
診療科目 内科・呼吸器内科
名南診療所リハビリ (月)~(土) 9:30~15:50
デイサービス庵 (月)~(土) 9:30~16:40

Table showing hospital services by day of the week (曜 日) and time of day (午前診, 午後診).

名南訪問看護習きずな
TEL 698-7307
FAX 698-7308
※訪問看護ステーションでは24時間連絡対応いたします。

中川診療所
TEL 301-2631 (代)
FAX 301-3018
診療科目 内科・小児科
中川診デイケアひまわり (月)~(土) 9:30~15:40

Table showing hospital services by day of the week (曜 日) and time of day (午前診, 午後診, 夜診).

ヘルパー習ひなた
TEL 309-3013
FAX 309-3014

住宅型有料老人ホームひなた
TEL 301-7705
FAX 309-3014

名南会 診療案内

シリーズ
医療法人名南会

私たちの想い④

地域と寄り添う

名南会

リハビリテーション部

私たちは、患者様・利用者様へ様々な形でリハビリテーションを提供しています。

手術や救急治療後の方を支援する『名南病院』、脳卒中や骨折のりハビリに特化した『名南ふれあい病院』、生活に近い形でりハビリを行う『かたらいの里』、そして医療的な対応が可能な施設の『介護医療院』でもりハビリスタッフが在籍しています。

患者様・利用者様の状態や目標に合わせて、最適な場所でのりハビリを進めています。

そして、在宅での生活を続けながらりハビリを行う『デイケア』や『訪問りハビリ』もあり、医療機関の中だけでなく、「ご自宅での生活もサポートしています。」

私たちの理念は「患者様・利用者様に寄り添い、その方らしい豊かな人生が送れるようチームで支援する」ことです。一人ひとりの想いや目標を大切に、チーム一丸となって真摯に向き合っています。

さらに、私たちは地域社会と



の関わりを大切にしています。リハビリテーションの専門家として、地域の方々への健康教室や友の会での活動にも積極的に参加しています。特にフレイル、誤嚥性肺炎、腰痛、転倒の予防は私たちの得意分野です。専門的な知識を活かし、皆様の健康な生活に貢献したいと考えています。

私たちはりハビリテーションを通して、皆様の人生を豊かにするお手伝いをしたいと願っています。名南会りハビリテーション部の活動を少しでもご理解いただけましたら幸いです。

名南ふれあい病院

リハビリテーション課

課長 石田 愛子

癒しの絵コーナー

港区木場町 浅見 登志美さん

元気にイキイキ 出展：名古屋市 名古屋医師会

今月の健康管理

家事の合間にできる運動

名南ふれあい病院 リハビリテーション課
小谷 ころこ、河村 和浩、内山 和花奈

片足立ち

- 足を楽に開きまっすぐに立ち、体を安定させる。
- ももと床が平行になる高さまで片足をあげて、数秒間維持する。

青竹踏み(タオルでも可)

- 安定している場所に青竹(タオル)を置いて上に立つ。
- その上でゆっくり足踏みする。

健康レシピ

名南ふれあい病院 栄養課調理師 久保田 恵治

さわら 鯖のレンジで簡単調理

*** 材料(2人分) ***

- 鯖(切り身) … 2切れ(80g×2)
- 片栗粉 … 適量
- キャベツ … 120g
- 淡口醤油 … 大さじ1
- 酒 … 大さじ1
- 砂糖 … 大さじ1/2
- おろしにんにく … 少々
- バター … 10g
- 粗挽き黒コショウ … 適量
- レモン(輪切り) … 2枚

***** 作り方 *****

1人分 エネルギー210kcal 塩分1.5g
*カロリーと塩分は1人分です。

- 鯖は片栗粉を薄くまぶす。キャベツは食べやすい大きさに切る。
- Aの調味料を混ぜ合わせておく。
- 耐熱容器にキャベツを敷き、鯖をのせる。
- ②の調味料を回しかけ、バターをのせる。ふんわりとラップをして電子レンジ(600W)で3分～3分30秒加熱する。
- 汁ごと器に盛って粗挽き黒コショウをふり、レモンを添える。

📖 栄養ポイント

鯖の旬は一年に二度(春と冬)あると言われています。冬の鯖は脂ののりがよく、春に捕れるものよりもこってりとした濃厚な味わいが楽しめます。また、春の鯖よりもDHAやEPAなどの栄養素も冬のほうが豊富に含まれています。

DHA EPA