



第400号(部内資料)

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
西本 義弘
☎052-692-2388

年間購読料 600円
一部 50円

名南会理事長
田渕 哲雄

新年明けましておめで
とうございます。

新年の ごあいさつ

新年のよき日に当た
り、医療法人名南会を代
表しまして、皆様に新年
のごあいさつをさせてい
ただきます。

昨年は、皆様の名南会
に対するご支持と励ま
しをいただきありがとうございました。おかげさま
で、この「医療崩壊」とい
われる時代にあって、名
南会は名南病院を中心
として、医療と介護の分
野で、前進することがで
きました。支えていただ
いた地域の皆様と名南会
の職員のみなさまに心よ
りお礼申し上げます。

名南病院についてご報
告いたします。
乳がんの診療では、鈴
木るり子医師をはじめ
として、医師・放射線技
師・検査機材(マンモグラ
フィー)の三つの分野にもつ
ともすぐれているとい
う評価をいただきました。

消化器外科では、最新
の腹腔鏡機材を整え患
者さんに負担の少ない
安全な手術を行つております。

名南診療所は在宅支
援診療所として、活躍し
ています。通院できずご
自宅で療養している方々
への診療を進めてきまし
ます。

①名南会は皆様の淨財
2009年の年頭に当
たり皆様にお願いがござ
います。

名南病院 年末・年始の 休診のご案内

年末年始の診療は以下の通りとさせて頂きます。

休診は

**12月29日(月)午後より
1月4日(日)です。**

(名南ふれあい病院、名南診療所、中川診療所の
休診日も同じです。)

なお、救急の場合はお電話で事前にご確認の上、
救急外来をご利用下さい。

電話 **名南病院 052-691-3171**

(20時30分から翌日8時30分までの救急受入は
休止しておりますので、あらかじめご了解下さい)

糖尿病を中心とした
生活習慣病では、医師・看
護師・栄養士・薬剤師の
チームが一体となって病
気療養に当たり、すぐれ
た成果を生み出しており
ます。そして医師の間に
も名南病院ではすぐれた
糖尿病の勉強ができると
いう評価をもいただいて
おります。

このような名南病院
職員一同の努力もありま
して、きちんとした病院
運営を行つてているという
ことができました。

一方もし悪くなったら
真夜中にも診察してほし
い」という地域の皆様の
要望にこたえられずにき
ております。この点につ
きましては、多くの医学
学生・看護学生に名南会の
医療に参加していただけ
るよう呼び掛けておりま
す。人的な力をつけ再開
を目指しております。

名南ふれあい病院、か
たちの里ではリハビリ
テーションを中心として、
病院の中で全国で8番と
いう高い評価をいただき
ました。

2009年は選挙の年
でもあります。2008
年はアメリカ発の不況か
ら、日本では大量の解雇、
失業者が生まれるという
事態になってしまいま
した。自民党・公明党政
府は消費税の増税をもつ
て、不況の負担を国民に
押し付けようとしていま
す。今年は名古屋市長選
挙と衆議院の総選挙がご
ろから、そこに参加する
良くする会」というとこ
とで、高齢者の医療を
よい評価を受けてまいり
ました。

そこでそれは「医療・介
護・福祉を地域の人々と
共同して行っていく」「お
金で命の差別をしない、
差額ベッドは作らない」
という心意気に結実して
います。

2009年の年頭に当
たり皆様にお願いがござ
います。



新年のごあいさつ



名南健康友の会会長

水野 健二

昨年の四月から始まつた後期

高齢者医療制度は国民の評判が悪く、何回も見直しを繰り返しています。担当大臣が自分で絵を書いて説明したように『うば捨て山』行きのバスにお年寄りを無理やり押し込む』というその制度そのものが国民をバカにしているのだから、国民の評判が良くなるわけがありません。

国が国なら、名古屋市もこの

制度に悪乗りして国民健康保険料のアップを政令指定都市の中で一番の負担増にしました。それだけでなく保養施設の利用料補助を、後期高齢者に対してカットをしています。わずかな金額とは言え、お年寄りの気持ちを逆なでするその根性が憎い、全くひどい話ではありませんか。

国政にしき、名古屋市政にしろ社会保障の心がありません。

ヨーロッパの国々の国家予算の教育に予算が十分に使われているのです。「社会保障とは何か」をしつかりと考える機会ではないでしょうか。

本年は選挙の年です。総選挙、名古屋市長選挙。どちらの選挙も税金を国民のため、市民のた

めにどのように使うかが問われます。社会保障費を抑制する政治ではなく、社会保障にこそ予算を十分に使う政治に切り替えるべきです。

本年もまた「いつでも元気」を読み、共同組織の仲間を増やし、安全・安心の医療・介護・福祉という無差別・平等の医連運動の心を地域に広げ、地域のみなさんの笑顔が広がるように、友の会のみなさんと職員のみなさんが力をあわせていきましょう。



中川健康友の会会長

服部 繁治

昨年は友の会役員・会員の

みなさまには大変お世話をありがとうございました。みなさまのご協力と、中川診療所職員の奮闘もあり友の会の仲間(会員)も増え、診療所の業績も順調に推移しています。

本年は中川診療所の新築(改築)にむけた運動を本格化することになります。

「健康で安心」できる診療所と友の会運動をすすめるためにも健診と仲間(会員)ふやし、班会づくりに力を入れ地域のみなさまの声が反映され、さらになんざまから愛され、地域になくてはならない中川診療所を友の会とともにすすめていきたいと思います。みなさまからのいっそうのご支援とご協力ををお願いいたします。

11月14日世界糖尿病デー



カロリークイズ「どちらがカロリーが高いでしょう」では、15問正解の方には、名南病院特製カレンダーをプレゼント予定でしたが、残念ながら全問正解者はいませんでした。特製カレンダーや手作

イベントを行いました。医師とともに、ブルーの風船室をメンバーや糖尿病担当などで飾り付け、さまざま

この日は、世界のいたる所でブルーのライトアップやイベントを行っています。名南病院・糖尿病療養指導研究会では、1階の多目的

で、今年で2回目となります。医師とともに、ブルーの風船室をメンバーや糖尿病担当などで飾り付け、さまざま

世界糖尿病デーとは、世界で増加する糖尿病に対する予防、治療、療養を呼びかけ、国連で定めた日のこと

で、今年で2回目となります。世界糖尿病デーとは、世界で増加する糖尿病に対する予防、治療、療養を呼びかけ、国連で定めた日のこと

り鬼まんじゅう(80

kcal)の販売も行

い、カレンダー50部、

鬼まんじゅう200

個完売し大盛況でし

た。

井口看護師によるパワーポイントを用いたフットケア講座



▲西田理学療法士による糖尿病体操

西田理学療法士による、膝や腰の悪い方でも簡単にできる椅子に座って行なう糖尿病体操では、患者様、職員も一緒にになってかけ声をかけて楽しく行なうこと

西田理学療法士による、膝や腰の悪い方でも簡単にできる椅子に座って行なう糖尿病体操では、患者様、職員も一緒にになってかけ声をかけて楽しく行なうこと

出来ました。大勢で行なうと一体感があり、みなさん笑顔でした。職員や参加者のみなさまの俳句や川柳を発表し、患者さまにも笑ってもらいました。

・辻村医師の「ケーキだめ! 言つて

自分が ケーキ食べ」

・上村看護師の「あのころに 戻れないのは は にくのせい」

・百武様の「誰よりも 完治の近道

これは一部ですが、まだまだ笑える作品がたくさんあります。当日は外来・入院患者様120名近い方が来てください、職員も仕事の合間や休憩に顔を出してくれ大変盛り上りました。

名南病院での第1回糖尿病デーでしたが、来年も今年以上に盛り上げていきたいと思っています。

名南病院外来看護師
石川 雪絵

名南会 2009年法律相談

担当弁護士に相談できます(初回相談のみ無料)
※事前に電話予約が必要です。
※電話の際、名南会会員、名南、中川健康友の会員である旨、申し出てください。

●名古屋南部法律事務所

熱田区神宮2丁目6-16南陽ビル

TEL (052) 682-3211

日時:毎月第1・3火曜日 PM5:00~7:00

1月13日・20日 2月3日・17日

●高畠アクセス法律事務所

中川区高畠2-110サンライズ第2ビル2階

TEL (052) 362-3731

日時:毎月第2・4金曜日 PM5:00~7:00

1月16日・30日 2月13日・27日

名古屋市国保の特定健診の締め切りは1月31日(土)です

名古屋市の国民健康保険に加入されている方で今年度、まだ特定健診をうけていない方!お手元に受診券が眠っていませんか?昨年度までと変わって、特定健診の締め切りは3/31ではなく1/31です。名古屋市国保の特定健診は受診券があれば無料で受けられます。まだ受けられていない方は是非ご受診下さい。

★受診券を無くされた方、届いていない方は至急区役所にお問い合わせください。受診券は再発行することができます。

★名古屋市国保以外の保険に加入されている方の実施期間、実施医療機関、費用などにつきましては窓口までお問い合わせください。

名南会の病院・診療所では、社員・友の会員を対象に、特定健診に8項目を追加した「社員・友の会健診」を行っております。

詳しくは病院・診療所までお問い合わせ下さい。

名南病院医事課長・松土 敏子

大腸がん検診を受けて

簡単に自宅で便をとり、郵送で送る大腸がん検診を受けました。

便に潜血反応が出て、再検査となり、大腸内視鏡検査を受けたところ、ポリープが見つかり、検査とともに切除し、「泊入院となりました。便の検査から、早期にポリープ(将来がんになる可能性がある)が発見でき本当によかったです。大腸の内視鏡検査は、宿便も全部とれ、検査が終わったらすつきりしました。

その中で名南会の職員の皆様と一緒に署名活動、班活動など元気に取り組んできました。乳がん、大腸がん検診、特定健診など取り組む中で二つの新しい班が生まれ、会員も大幅に増えやす事ができました。

たまり場もでき、ちぎり絵、絵手紙、連鶴、囲碁など交流の場も充実してきました。本年も会員の皆様と共に安心して暮らせるまちづくりのために楽しく活動していくたいと思います。よろしくお願ひいたします。

昨年は
ありがとうございました
名南健康友の会副会長
尾鍋トシ子

春・秋の行楽をはじめ、資金・
友の会員増やしなど友の会の諸
活動にご協力いただきありがと
うございました。後期高齢者医療
制度が実施され、保険料の値上
げ、年金からの天引きなど私たち
の暮らしまはますます厳しくなって
きた一年でした。

共同組織 (社員・協同基金・友の会) のページ



小原四季桜・香嵐渓紅葉と くしはら温泉



▲1号車のみなさん



▲2号車のみなさん

季桜・香嵐渓紅葉とくしはら温泉をめぐる秋の行楽が行われ、80名が参加しました。この日は急に冷え込んだものの、絶好の晴天となり、小原ふれあい公園では四季桜と紅葉をバックに記念写真。香嵐渓ではもみじのじゅうたんを踏みしめながら散策したり、昼食を取つたりと楽しい時間を過ごしました。このあとくしはら温泉「ささゆりの湯」へ移り、露天風呂から晩秋の景色を楽しみました。帰りのバスでは「温泉につかってお肌もツルツルに。家に帰ったらお父さんのがびっくりしちゃうかも!」「初めての参加でしたが、みなさんと楽しくおしゃべりしながらの旅行で、また参加したいです」などの感想が出され、楽しい行楽となりました。

11月19日(水)午後から友の会の役員さんや職員のみなさんと名南病院周辺の友の会員さんのお宅を訪問し、大腸がん検診や協同基金のご案内をしました。私は西本専務さんたちとグループを組んで、私がいつもめいなん新聞を配っているお宅をまわりました。早速1軒目のお宅で「いつも名南さんはお世話になつているので」と協同基金にご協力頂きました。ま

地域訪問行動に参加して

19日(水)午後から、私の役員さんや職友の会員さんのお問い合わせ、大腸がん検査基金のご案内をしました。私は西本専務も2人の方にお渡しすることができました。今回は健診のお話しがあるので、どこでも話がしやすくて、また訪問していくたいと思いました。



▲地域訪問（南区）

11月28日(金)に地域医療を学ぶ実習で藤田保健衛生大学5年生の今井さんが名南ふれあい病院に実習に来ていました。地域の人の生活や思いを知るために、中川区のかの里班の班会に同行させてもらいました。班会では、「いつでも元気」の12月号にある「油断大敵!肺炎」特集記事を読み合わせし、日頃から健康のためにやっていること、注意していることなどを話し合いました。今井さんも元気な友の会の方に圧倒されながらも、大学で勉強したことなど話をしていました。参加

された班会のみなさんから
は「がんばってお医者
さんになり、名南会に来て
くださいね」と励まし
と激励の声もありました。

全体会「憲法の力」を 身につけよう

今を生きる私たちの責任

全体会「憲法の力」を 身につけよう

今を生きる私たちの責任

愛知民医連学術運動 交流集会に参加して

土肥 カヅ子 2008・11・23

11
•
23

第99条 天皇又は摂政及び国務大臣、国会議員、裁判官その他公務員は、この憲法を尊重し擁護する義務を負ふ。

国民を入れないのは国民が守らせる立場のため。

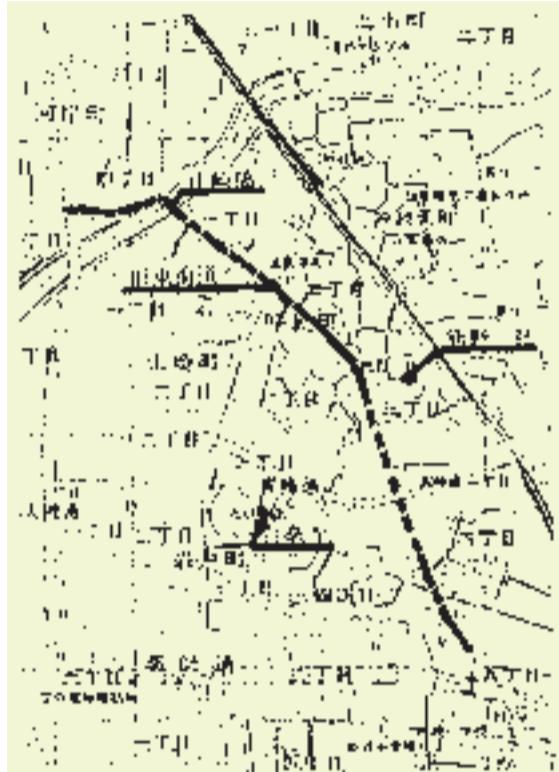
憲法は、多数派、強者、に歯止めをかけて、少數派、弱者を守るためのもの。積極的非暴力平和主義・日本の英知の結晶。

憲法は、理想で現実に合わせてはならない。憲法の力は、国民の力。「一人一人が今を生きるものとしての責任を果たそう。」と結びました。

憲法学者で弁護士、伊藤塾の所長の日常に起きているユーモアな出来事を交えながら、ずつしりと胸に届き勇気も頂きました。

旧東海道に沿つて山崎橋から白毫寺まで歴史を訪ねて歩いてみました。東海道は江戸時代になつて整備されたものですが、鎌倉時代から室町時代にかけては鎌倉街道という古道がありました。当時、熱田と笠寺を結ぶこの間一帯は呼続の浜と呼ばれ大きな入江になつており、海水が入りやすい所でありました。当時の旅人はここを通るには船を利用するか、潮の引いた時をねらって行き来するしかなかつたようです。「愛知郡志」と呼ばれる書物には呼続の浜のいわれを「熱田より桟敷山に至る海岸一帯の呼びかわせしたため名付けたりとか。」とあります。山崎橋が架けられたのはずっとあとになりますがこの坂道を上がりきった左側に熊野三社があります。当時熱田から見る現在の笠寺方面は、松のおい茂つた島のように見え、人々は松巨嶋と呼んでいたようです。

この先にある白毫寺一帯は源頼朝が京都に上る途中ここで休んだことから桟敷山とも呼ばれていました。かつてこの地から見る入江の景色はすばらしいものです。「年魚市潟勝景」と刻まれた大きな碑が建てられており、現在境内西南隅に「年魚市潟勝景」とあります。「年魚市潟勝景」の歌はここから南方を眺めた



情景を詠んだものといわれています。鎌倉時代に旅人が通つたという古道「鎌倉街道」はどこでありますか今では明らかではありませんが、この白毫寺の北側から東に進んで地蔵院、黄龍寺へ抜ける

歴史探訪 シリーズ① 山崎橋から白毫寺へ

尾鍋 昭彦

南区

真栄木場班・齋藤節子

笑顔が最高!



11月13日、真栄木場・東築地合同班は総勢11名、東谷山フルーツパークに紅葉とハイキングを兼ねて出発しました。絶好の行楽日となり、バス停に集合。金山から高藏寺まで乗り下車。20分ほど歩きフルーツパークに到着。まずは休憩。少し散策し今度は12時にお昼ですか。敷物をひき、円を囲んでお弁当、おにぎり、フルーツ、お菓子など、久々に青空の下のランチ、美味しきつたです。食後はメタボ対策で園内隅々散策し、三時頃に帰途に着きました。紅葉と参加された方の笑顔が最高でした。はじめて参加しましたが楽しめました。

日曜日	班会	班会内容	班会場所
6日火	14:00~ 連鶴教室	連鶴教室	名南診ディケア
8日木	13:00~ 絵手紙教室	絵手紙教室	大須
10日土	14:00~ ヨガ班	ヨガ教室	中川診ディケア
12日月	13:30~ 囲碁教室	囲碁教室	名南わいわい広場
13日火	13:30~ 絵手紙教室	絵手紙教室	名南診ディケア
	19:00~ 御剣班	「新年会」	(水谷宅)
15日木	13:00~ 絵手紙教室	絵手紙教室	中川診ディケア
16日金	14:30~ ひよこ昼班	「新型インフルエンザ」	ひよこたまり場
	19:00~ えんがわ班	「新型インフルエンザ」	ディケアえんがわ
17日土	14:00~ ヨガ班	ヨガ教室	中川診ディケア
18日日	<第2回東海北陸地協共同組織活動交流集会>		
19日月	13:30~ 囲碁教室	囲碁教室	名南わいわい広場
20日火	14:00~ 連鶴教室	連鶴教室	名南わいわい広場
	14:00~ コスモス班	「未定」	ディケアえがお
22日木	10:00~ 八事班	「認知症&介護について」	八事コミセン
23日金	14:00~ かの里班	いつでも元気	尾上宅
24日土	10:00~ ティータイム班	紅茶の会	中川診ディケア
	14:00~ ヨガ班	ヨガ教室	中川診ディケア
25日日	12:00~ 平郷班	「新年会」	喫茶あみん
26日月	13:30~ 囲碁教室	囲碁教室	名南わいわい広場
	19:00~ 北原ひよこ班	「腹腔鏡について(お腹の手術)」	(湯浅宅)
27日火	13:30~ ちぎり絵教室	ちぎり絵教室	名南わいわい広場
	13:30~ 絵手紙教室	絵手紙教室	名南診ディケア

**お知り合いの 看護師さん
紹介して下さい！**

名南会員・健康友の会のみなさまには日頃から名南会の活動にご理解、ご協力いただき、誠にありがとうございます。

名南会は名南病院・名南ふれあい病院・老健かたらいの里・在宅総合センターきずな・名南診療所・中川診療所の事業所を持ち、病気の予防から在宅まで総合的に医療展開をしております。名南会の看護部は患者さんの人権を守り、安全、安心の看護を実践し、地域の医療要求を実践し、地域の医療要求に応えていきたいと日々奮闘しております。しかし現場では看護師数にゆとりがなくもう少し看護師の体制があればもっと患者さんに対応ができるのにと思う状況も多々あります。

みなさまのお知り合い、ご近所の方で看護師さん、准看護師さんが見えましたら是非紹介ください。常勤、パートいずれでも結構です。勤務場所もご相談に応じます。

※下記をご記入の上、名南会の各院所窓口や本部、組織部へお渡しください。
電話でご連絡いただいた方も結構です。

名南会看護師求人対策会議
問い合わせ窓口
名南会人事課 担当:水出
TEL: 052-692-2388
メール: soumu@meinan.or.jp

**パート看護師・医師も募集中！
気軽にご連絡下さい♪**

キリスト

紹介される看護師さん
お名前
住所など・その他情報
紹介者 お名前
連絡先

「看護師100人紹介運動」始めます！ ぜひご協力を願います。

社員、名南・中川健康友の会員の皆様には日頃から名南会の活動にご協力していました。名南会は名南病院・名南ふれあい病院・老健かたらいの里・在宅総合センターきずな・名南診療所・中川診療所の事業所を持ち、病気の予防から在宅まで総合的に医療展開をしております。名南会の看護部は患者さんの人権を守り、安全、安心の看護を実践し、地域の医療要求に応えていきたいと日々奮闘しております。しかし現場では看護師数にゆとりがなくもう少し看護師の体制があればもっと患者さんに対応ができるのにと思う状況も多々あります。

今回、地域の皆さんと、職員とが一丸となって100人を目標に紹介活動運動の提案をさせていただきたいと思います。ぜひ皆様でお知り合い、ご近所の方で看護師さん・准看護師さんがみえましたらご紹介ください。常勤、パート、勤務場所など状況に応じて相談できます。

ご紹介いただければ、詳細は人事課職員が連絡をお取りします。

どうぞ、よろしくお願ひいたします。

名南会看護介護部長 岩佐明美

力ムバッカース研修(第一回) 看護師復職支援講座のご案内

[対象者] 看護師(准看護師)免許を取得していて、ブランクがあるなど技術取得をしたい方。職場復帰を考えている方。

[募集定員] 10名

[日程] 2009年2月19日(木)~20日(金)…二日間
両日とも9:30~12:30

[内容] 感染管理、基礎看護技術、医療安全、医療機器の使い方、最近の医療・看護の動向など

[その他] ◎昼食支給します。
◎お子さんの保育が必要な方は研修時間中、院内保育所の利用ができます。

お申込み・お問合せ

名南会本部 TEL 052-692-2388
mail: soumu@meinan.or.jp 担当:水出まで

[参加費]
無料

『元気もりもり食』始めました

名南病院には様々な病気の患者さんが入院されています。中には「食べたくても食べられない」「食べ物を見ただけでも気持ち悪くなる」といった患者さまもみえます。私たち入院食を治療の一部と考えており、食欲のない患者さまに「一口でも多く食べてください元気になつてもいい」「食べる喜びをとり戻して欲しい」との思いから食欲不振の患者さま用に選べる特別なメニューを作りました。栄養委員会委員長の辻村先生により『元気もりもり食』と命名され、この間、数名の患者さまに提供してきました。

メニューは助六寿司・インスタントラーメン・カレーライス・そうめんななどの主食とサラダや酢の物・味噌汁や

コーンスープなどの副食、フルーツゼリー・アイスクリーム・果物などの嗜好品などから選べるようになっています。その日に食べたい物、食べられそうな物を選んでいただき少しでも食べられることに自信をもつていただきました。

『元気もりもり食』は、現在昼食のみ対応していますが栄養課では食欲不振の患者さまにベッド訪問や配膳時の嗜好確認などをを行い個別対応も行っております。今後も「食べること」で患者さまの笑顔が見える食事、患者さまに喜んで食べていただける食事作りを目指していきたいと思います。

「実技ゼミナール＆戴帽式」を行いました！

前回好評だった看護学生向け実技ゼミナールを、今回は「戴帽式」をプラスして行いました。「戴帽式」とは、看護学校の教員が初めての実習に行く学生に対し、医療従事者の一步を踏み出す学生に、期待と信頼をこめてナースキャップを被らせ、学生もその気持ちに応える様に気持ち新たに実習へ向かう決意を誓う神聖な儀式なのですが、最近は、感染の問題等で病院もナースキャップを被ることがなくなり、看護学校も戴帽式をしないところが増えているそうです。しかし、学生は一度はナースキャップを被つてみたいという思いがあります。そこで、

今回名南会では学生の要望もあって「一度はナースキャップを被せてあげたい」ゼミナール参加の決意表明」という意味をこめて「戴帽式」を行いました。

職員の中には、戴帽式を経験していない看護師が多く、戴帽式の意味からやり方まで調べ、リハーサルを重ね本番を迎えました。本番は、学生たちは盛り上がり「次は私も○○がしたいです！」など、積極的に学生たちがした講座内容が違うこと分たちがした講座内容が違うことに対する意見もきけてとても充実した一日が過ごされました。積極的な意見が聞けた事は、今後の看護学生対

ての将来像を語ってくれて、本当に職員にとても学生にとても良い式になったと思います。

そして、気持ちを新たに戴帽式終了後、名南病院の各病棟にて「清拭」メインの実技講座が行われました。各病棟に担当職員を決めて、担当が決めた講義内容でゼミナールが進行されたので、病棟によって違った体験が出来て、ゼミ終了後は、自分たちがした講座内容が違うことに学生たちは盛り上がり「次は私も○○がしたいです！」など、積極的な意見もきけてとても充実した一日が過ごされました。積極的な意見が聞けた事は、今後の看護学生対



人事課 楊井千穂

策の次につながる大きな成果とも思えます。今後とも看護学生とのつながりを大切にし、民医連、名南会に興味を持つてもらえるように続けていきたいと思います。

健康レシピ

名南病院
大西 真紀(調理師)

バナナシフォンケーキ

エネルギー 289kcal (1人分)

バナナには次の効能があります。
スタミナの持続、ビタミンが豊富、カリウムで体にたまたま塩分を排出、マグネシウムで骨太に、食物繊維で美肌効果、低カロリーで安心
バナナはガンや生活習慣病の原因とされる体内の活性酸素の酸化を防ぐ「抗酸化力」が最も高い食品とされています。また、バナナには人間の体に本来備わっている「免疫力」を高める成分が豊富に含まれており、ガンの予防に効果があることが明らかになっています。

***** 作り方 *****

- 卵黄と卵白は分けておく。卵黄にグラニュー糖半分を加えて混ぜる。
- 細かくつぶしておいたバナナと水、サラダ油を加える。
- ふるっておいた薄力粉、ベーキングパウダーを加え混ぜる。
- 卵白に残りのグラニュー糖を加え、角が立つまであわ立てる。
- ①と④をさっくりと合わせる。
- 型に入れ、170°Cのオーブンで40分焼く。

★★★★ 材料(直径20cmのシフォン型) ★★★

卵	6個
グラニュー糖	130g
薄力粉	140g
ベーキングパウダー	小2/3
バナナ	2本
水	80cc
サラダ油	80cc

子無き吾不安を消していやびせり
老い一人ヘルパー来る日樂しみに
母の夢父の夢見て落付けり
ヘルパーの羨ましきか若きこと

緑区鳴海町
福岡ちよ子さん

蒲の穂の美しさ、でもその飾り方は?
晩秋の夕暮れ時、蒲の穂を分けて頂きました。その姿、形といい、本当に火で焙つて食べてみたくなるような、そんな植物です。昔の蒲鉾の原型だそうである程、自然の造形美に驚かされます。もしどこかで採つてみえたなら、そのままの状態ですと大変な事になるので、ヘアスプレーもしくはヘアムースをつけて飾つておくと中身が爆発しなくて済むそうです。

香葉
中川区荒子 池内美代子さん

ピンクリボンフェアに行つて来ました。
ピンクリボン(乳がんの早期発見、早期診断・治療の大切さを伝える活動のシンボルマーク)参加して、定期的チェックと定期検診の必要を感じました。でも近い年、乳がん発症率が高くなつたのでしょうか?

「めいなん」12月1日号の1面の「外科の最新技術、安全な手術、患者の術後の生活の改善に努力」の記事、感心をもつて読ませていただきました。岡根外科部長の名前が頭に残つてクロスワードパズルの中に出ていた医師が外科医とすぐわかりましたよ。スタッフの皆様、一層の御努力をお願いします。

投稿 読者のひろば

1面の記事が、パズルの答えに

クロスワードパズル

出題 大森久紀
名南診療所所長

1	2	3	4	5	6	7
P	E		F			
8	R		A	9		
10	N		D	11	12	
H		13				14
16	K			18	19	B
L			21		22	I
O			J	M		27
			G		C	26

【パズルの解き方】クロスを解いて 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。緑のマスの中には「メイナン」の文字が入ります。

A	B	C	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N	O	P	Q	R

よこのかぎ

- 空は晴れているのに雨が降ること
- 世の中を改め、新しい世にすること 「□□□□一揆」
- あとから付け加えること
- ♪□□は 広いな 大きいな♪ 地球の70%以上を占めます
- 内勤⇨□□□□
- 細かくわしいこと。細かい所まで行き届いていること
- 地上⇨□□
- 「鰻」と書きます。
- 詩歌などの韻文を歌詞とした声楽曲
- 困難や障害に負けずに物事をやり通す強い精神力
- 中国地方の戦国大名「□□元就(もとなり)」
- 南⇨□□
- 「□□□三転する」・・・ころころ変わる様子
- 「□□□も黙る」「□□□と地頭には勝てぬ」
- ♪□□さん □□さん お鼻が長いのね そうよ 母さんも長いの♪

398号の答えは「ショウウジキハ オレモ ハナヨリ ダンゴカナ」4通の応募があり、全員正解。
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1月31日
答えをハガキで名南会本部事務局まで送ってください。

〒457-0841 名古屋市南区豊田5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お書き添えください。その他、寄稿・詩・短歌・マンガ・写真などの投稿も募集しています。

簡単!! 健康体操

先月から引き続きリハビリの中で用いられることがあるバランスの検査を紹介します。

理学療法士 阪巻 修介

今月は2項目の検査を行います。

また合計点によって転倒する危険性が分かりますので各項目とも点数をつけてみましょう。()が点数です。

5. トランスファー

椅子からベッドに移って、
また椅子に戻ってください。

- 最小限(<25%)の手の利用で、安全にトランスファーができる。
- ある程度手を使い安全にトランスファーができる。
- 口頭指示や見守りの下にトランスファーができる。
- 1名の介助者が必要。
- 安全確認や介助のための2名の介助者が必要。

6. 閉眼での立位保持

目を閉じて10秒間
立っていてください。

- 安全に10秒間立位保持ができる。
- 見守りの下で10秒間立位保持ができる。
- 3秒間立位保持ができる。
- 閉眼できないが、3秒間立位保持ができる。
- 転倒防止のために介助が必要。

2004年10月、名南病院前に「南陽通り5丁目バス停を新設実現し、次の課題だった『地下鉄伝馬町駅にエレベーターを設置してください!』ついに実現しました。2008年10月に完成し利用が始まっています。

同駅へのエレベーター設置要求は名南健康友の会、南区生活と健康を守る会、年金者組合南支部、南区住民有志、村瀬たつじ前市議らが長年にわたって何度も市交通局に要請し、交渉を重ねてきたものです。

しかし、現在のバス停のままで高齢者や障害をもつ人にとって利用しづらく、バス停を地下鉄の出入り口近くに設置してほしいと、市交通局と交渉してきました。その結果、「地下鉄のエレベーターと連絡するバス停は、利便性の高い場所に設置することがのぞましい」「要望に添うよう、努力します」と回答。

ひきつづき、友の会は「一日も早く近くにバス停の新設を」、「利用しやすい公共交通機関(市バス・地下鉄)の改善を求める運動」に取り組んでいきます。

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・・苦しまざれに考へだした手段」のことを意味する言葉で「新しい」という意味の接頭語

21 19 17 羽田と並ぶ首都圏の国際空港がある千葉県の都市内閣を組織する大臣のこと

25 21 19 17 陰陽道で、鬼が出入りするとされる、不吉な方角「□□□の策・・