

国民生活は「未曾有」の困難に直面

私たち民医連は、 「いのちの平等」を貫き、 生存権・受療権を まもります！

2/19・26・27の3日間
事務職員全員(33名)で
未収患者様の
訪問活動実施！



▲訪問活動後、結果を交流

私たちは事務は、病院外で患者様と接する事がほとんどなく、未収金も郵送で請求書を送る・電話で問い合わせをする程度でした。最近、どの病院でも未収金は問題になっています。でも私たちは、「実際は地域でどのような事が問題になっているのか？患者様の困難

参加者の感想から

タクシーの運転手。糖尿病で2ヶ月入院したが傷病手当もあるも金額が少なく、また生活費で給料はマイナスの時もあり、支払いたいが治療費までまわらず払えない。

今回の訪問事例から
糖尿病があり、月に1万円治療費がかかる。廃業し収入があまりなく家賃も滞納気味、医療費もなかなか払えない。収入はほとんど、借金の返済に。現在名南病院に通院中だが、血糖値が500を超え医師からも入院をすすめているが…。

今回の訪問事例から

医療法人名南会では、多額の「医療費未払い」に対応するため、事務職員全員で、地図を片手に延べ三日間で職員33名で患者様宅を49件訪問し20件で対話ができました。

今回の訪問行動では、未収金の背景にある患者様の生活困難を自分たちの目でとらえ、患者様を支援し、経営を守ることを目的にしました。

未収金(医療費未払い)の背景には
生活困難、払いたくても払えない
患者様の実態が明らかに

な実態はどうなのか、全くわかっていないのではないか」そんな問題意識が発端でした。

参加してみて、「病院で一生懸命患者さんの応対をしていれば…」と思っていたことが間違っている事に気がつきました。外に出れば、色々相談されたり意見を言っていただけたり苦情があったり、感謝をされたり…きつと外に出なければこの貴重な意見は聞く事が出来なかったと思いました。

今後、私たちは以下の 努力をします

- ①患者様が相談しやすい雰囲気を作っていきます。直接、話しかけにくい方に専用の相談箱も設置します。お名前と連絡先を書いて頂ければ、後日こちらから連絡させて頂きます。
- ②払いたくても、払えない患者様に寄り添い、患者様の立場に立った具体的な相談活動を通じて、生活保護申請や制度利用による負担軽減などをすすめます。
- ③法人として社会福祉法による「無料低額診療事業」に挑戦します。
- ④「民医連は、困難な患者様と多く関わっているのに未収金があつて当然」「この医療機関も赤字や未収金はどこも同じ」などの雰囲気は払拭し、民医連らしい科学的な未収金管理と患者さんへの具体的な援助活動を強め、未収金問題を解決していきます。

社員総会通知

医療法人名南会社員各位

医療法人名南会第44回 定時社員総会のご通知

法人定款第22条、第25条及び第27条の規定による「医療法人名南会 第44回定時社員総会」を下記のように開催いたしますのでご通知申し上げます。

2009年4月 医療法人名南会 理事長 田渕 哲雄

日時 2009年5月24日(日) 午後2時～6時

- 午後2時30分～4時20分 総会議事
- 午後4時30分～6時 記念講演 (詳細は右記をご参照ください)

会場 金山・労働会館東館2階ホール

- 地下鉄・JR・名鉄線金山総合駅下車、東口から徒歩10分

第44回定時社員総会 記念講演のご案内

記念講演

湯浅 誠 さん

「派遣村から
見える日本社会」



プロフィール

反貧困ネットワーク事務局長。NPO法人自立生活支援センターもやい事務局長。年末年始の「年越し派遣村」の村長さんを務められる。90年代より野宿者(ホームレス)支援、貧困ビジネス告発に携わり、現代日本の貧困問題を現場から訴えつづける。【著書】『反貧困』(岩波新書)、『貧困襲来』(山吹書店)など。

名南会ホームページ

URL <http://www.meinan.or.jp/>

4月26日(日)名古屋市長選挙



▲2月25日 すみよい名古屋をつくる南区民のつどい

福祉 医療 介護 充実させる市政へ 安心して、住み働き続けられる 名古屋をつくりましょう!



「名古屋の国保と高齢者医療をよくする市民の会」が請願した国民健康保険料の引下げや後期高齢者医療制度の廃止などの4項目について、名古屋市議会は・・・日本共産党の議員を除くオール与党で不採択や審議打ち切りに。革新市政の実現で、国民健康保険料1万円の引下げを実現しましょう!



袖山 卓也 氏 profile

介護福祉士。通称「ヤンキー介護士」「笑う介護士」。高校時代まではいわゆるヤンキーであったが、友人の死をきっかけに人の命を考えるようになり、介護の世界へ。ほとんど無資格、未経験の職員で運営する「デイサービスセンター・フィエスタ大久手」がマスコミから注目される。著書多数。

「初心に返ることができた」「元気が出た」「明日からの看護・介護を見直したい」講演後のグループワークでの多くの意見でした。

118名の参加で名南ふれあい病院の1階リハビリ室がいっぱいになりました。今回の講演会は当初は法人の看護・介護部の全体学習会として位置づけられました。

ジャージ姿で現れた袖山さんは「食事介助をするとき利用者さんが何回囁んで

2月7日「医療介護現場における笑いとその効果」学習会 笑う介護士・袖山卓也氏講演会に 118名職員参加



飲み込んでいるか数え、その方の体調を察知する、スプーンの入れ方を工夫するなどそこまでやるのが介護の専門職といえる」と語りました。また、その原点には、その方とともに人生を生きる「共生」、そのお手伝いをするために日々の介護が存在するのだ、「愛」が大切だと・・・そして最後に皆さんに「感謝」の言葉を贈りたい、と語りました。「感謝」とは相手に対して「私が感動させてもらえばかりで本当にごめんなさい」という想いをこめて・・・忘れないで欲しいとしめくくられました。

袖山さん、ありがとうございます。😊

名南ふれあい病院
総看護課長 清原 雪子

名南病院 皮膚科外来 を開設しました

名南病院では、木曜日の午前に皮膚科外来を開設しました。受付開始時間は9時30分からで他の科よりも30分遅くなっています（受付終了時間は11時30分です）。予約での診察は他の科と同じく行っています。現在は週1回ですが、お気軽にご利用下さい。

名南会 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、名南会社員、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
4月7日・21日 5月12日・19日

●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
TEL (052) 362-3731
日時: 毎月第2・4金曜日 PM5:00~7:00
4月10日・24日 5月8日・22日

中川診療所だより

楽しく元気な中川健康友の会を 作ろうとハリキッテいます

愛知県民主医療機関連合会に加盟する古い診療所がだんだんと建て替えられるなか、中川診療所も築26年となり、最も古い建物となりつつあります。

診療所の建て替えは 地域の皆様の 支え・資金が必要

名南会では数年後の中川診療所の建て替えを計画中です。そこで必要となるのが、地域の皆様の支えです。建て替えには多くの資金が必要です。また、新しい診療所・介護事業所がより多くの人にとっていいものとなるよう多くの意見も集めなければなりません。

友の会の活動は活発に 今年の新加入は 300名突破

中川診療所には共に地域の健康づくりを進める中川健康友の会という組織があります。しかし、近年、友の会の活動は停滞気味でした。このままでは中川診療所の建て替え計画もうまくいき

友の会員マークも 作りました

友の会の加入者（会員）の方には診察券に友の会シールを貼ることにして新しい友の会マークも作りました。

これからはどんどん新しい取り組みにチャレンジし、友の会の皆さんと診療所の職員全員で明るく楽しく元気な中川健康友の会を作っていきたいと思っています。

中川診療所事務長 久野 浩司



中川健康友の会のマーク

名南ふれあい病院で 外来行動をしました!

3月4日(水)午前
名南ふれあい病院で、
1万人の大腸がん検診
運動ではじめてとな
る外来行動が行われ、
名南健康友の会からは
土肥カヅ子副会長が、
名南ふれあい病院から
柘植伸事務長が参加
し、患者様や来院され
る方に、大腸がん検診
のお勧めしました。ある
女性は「主人が大腸が
んで亡くなったので、早
期発見が大切だとい
ことはわかっていま
す。」と言って、大腸が
ん検診セットを購入さ
れました。



役員紹介



名南健康友の会
副会長

土肥 カヅ子

名南病院西の木場
町に夫と2人暮らし
です。自慢の孫は5
人います。趣味の読
書は今、藤沢周平に
はまっています。映画
はビューティーが心
に残り、音楽はチェロ
が好き。私信は憲法
です。友の会で健康
と友だち作りが嬉し
いです。

中川診療所地域訪問

2月24日(火)3月4日
(水)の午後、中川診療所の
北にある「三日月住宅」に
大腸がん・乳がん検診の必
要性と資金協力をお願いを
中心に訪問しました。

大腸がん検診申し込み2
名、乳がん検診4名(3月名
南病院予約、送迎を友の会
役員さんに引き受けていた
だきました。資金協力も3
件、新友の会に入会3名の
成果がありました。友の会
役員と職員が一緒に出かけ
ると「元気になる」そんな感
想も聞かれ今後も毎月地域
訪問行動を計画しています。



中川健康友の会と中川診
療所職員一同の共催で、2月
14日、もちつき大会を開催
しました。当日は35名ほど
の参加者でにぎわいました。
まずは、中川健康友の会服
部会長の威勢のいいかけ声
で、もちつきが始まりまし
た。続いて、山口先生のほか、
名古屋市長候補の太田よし
ろうさんや市会議員の江上
さんもかけつけてくれて、
元気よくもちつきを行いま
した。そして、つきたてのふ
わふわのお餅を、友の会の
役員さんや職員が手際よく、
きなか、あん、ごまを付けて
いき、診療所の待合室では



参加者がおいしそうにほおばっていました。実
は、中川診療所でももちつき大会が行われるのは
約10年ぶり和本当に久しぶり!駐車場で釜とセ
イロで蒸していく様子は当時と同じで、懐かし
かったです。前日から雨で天気心配されまし
たが、当日は好天に恵まれ、気持ちのいい一日で
した。太田よしろうさんから「名古屋の医療・
福祉を取り戻そう」という呼びかけもされて、
今年1年を元気に乗り切っていきたいと参加者
全員が想いを新たにすることができました。

中川診療所 国本欣生

名南健康友の会第38回定期総会

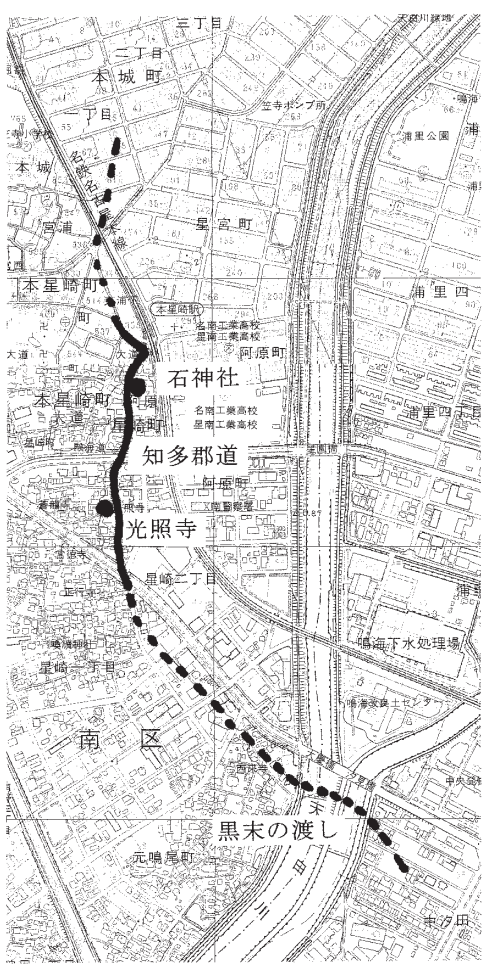
【と き】2009年5月9日(土) 13:00~16:00
【場 所】交流センター道徳

●記念講演 ●友の会総会 ●お楽しみ交流会

中川健康友の会2009年度総会

【と き】2009年5月9日(土) 12:30~15:00
【場 所】鍋田川温泉 【申込み先】中川診療所 052(301)2631

●第1部…総会 ●第2部…交流会

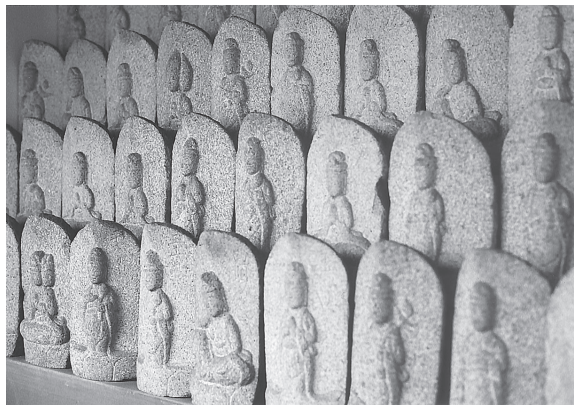


▲東海道と知多郡道の分かれ道にある地藏

黒木の渡しは今の大慶橋よりやや南にあり、天白川は簡単な木橋で渡りますが次の扇川には橋がなく船で渡るようになっていました。これが黒木の渡しです。知多に住む人たちはこの渡しを使って熱田神宮にお参りしたと云われ、このことからこの道を宮道と呼んでいました。

江戸時代の終わり頃に書かれた尾張名所絵図に知多郡道の記載があります。この道は東海道笠寺一里塚からやや南に下がった所から右に折れて今の星崎駅前を経て大慶橋南まで通じており、この先は天白川・扇川を渡って鳴海町前之輪までの道となっていました。この道は現在ではその後の区画整理などで明ら

かではありませんが、東海道と分かれる所には小さな石地藏が残されている他、名鉄星崎駅前から光昭寺あたりの道にはその当時の面影が見られます。光昭寺はこの街道を通る旅人の休憩の場所であつたと云われ街道に面して百観音と呼ばれる数多くの石仏が残されています。



▲光昭寺の百観音

歴史探訪シリーズ④南 区

知多郡道と黒木の渡し

尾銅 昭彦



▲日本高齢者大会 in 新潟に参加しました。

子どもたちが国の宝であることは誰でも否定しないでしょう。しかし、その子どもたちが国の宝として大事に扱われているでしょうか。出産・育児・保育・教育・医療・福祉などが子どもたちに保障されているでしょうか。ヨーロッパでは医療費や大学の授業料も無料の国が多いといえます。

後期高齢者を差別する医療制度やダウンこそすれアップしない年金制度、保険料がアップするのに内容が悪くなる介護保険制度など高齢者いじめが続いています。

今年、年金者組合は創立20周年を迎えます。8万円の最低保障年金制度の実現、3%アップの年金を目標に運動をすすめています。自分自身の人生の高齢期をみつめ、生き生きと暮らすことを心掛けることが、子どもたちや孫たちの明るい未来につながっていくことを確信しながら20周年を祝いたいと思っています。

高齢者も国の宝!!

年金者組合南支部
水野 健二

2009年4月間予定表	日 曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所
	1 日 水	15：15～さわやか体操班会（中川区）	ダンベル体操	中川診デイケア
	2 日 木	(名南病院地域合同班会)（南区）	「お花見&食事会」	道德公園
	4 日 土	12：30～ひまわり班（南区）	「笑って死ねる病院」DVD鑑賞会（学習会）	(鎌田宅)
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイケア
	5 日 日	11：00～お花見（生健会）（南区）	(豊2丁目班)	道德公園
	6 日 月	14：00～堤班（南区）	「糖尿病のおはなし」	名南わいわい広場
		15：00～滝の水班（緑区）	「うつ病について」	(佐藤宅)
	7 日 火	14：00～内田橋西班（南区）	「笑って死ねる病院」DVD鑑賞会（学習会）	名南診待合室
		14：00～連鶴教室（南区）	連鶴教室	名南診デイケア
	8 日 水	15：15～さわやか体操班会（中川区）	ダンベル体操	中川診デイケア
	9 日 木	13：00～絵手紙教室（中川区）	絵手紙教室	中川診デイケア
		(真栄木場・東築地合同班会)	「お花見&食事会」	未定
	11 日 土	13：00～歌謡舞踊教室（南区）	歌謡舞踊教室	名南わいわい広場
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイケア
	13 日 月	13：30～囲碁教室（南区）	囲碁教室	名南わいわい広場
	14 日 火	13：30～豊北・診療所合同班会（南区）	「脳血管障害」	伝馬コミセン
		13：30～絵手紙教室（南区）	絵手紙教室	名南診デイケア
	15 日 水	15：15～さわやか体操班会（中川区）	ダンベル体操	中川診デイケア
	16 日 木	13：00～絵手紙教室（中川区）	絵手紙教室	中川診デイケア
	17 日 金	13：00～なでしこ班（南区）	「生活習慣病」	ディサービスえがお
		14：00～五条北班（南区）	「糖尿病のおはなし」	(鬼頭宅)
		14：30～ひよこ昼班	「知ってトクする」パンフ学習会	ひよこたまり場
		19：00～えんがわ班	「笑って死ねる病院」DVD鑑賞会（学習会）	ディケアえんがわ
	18 日 土	14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイケア
	20 日 月	13：30～囲碁教室（南区）	囲碁教室	名南わいわい広場
	21 日 火	14：00～コスモス班	「健康体操」	ディサービスえがお
		14：00～連鶴教室（南区）	連鶴教室	名南わいわい広場
	22 日 水	15：15～さわやか体操班会（中川区）	ダンベル体操	中川診デイケア
	25 日 土	10：00～ティータイム班（中川区）	紅茶の会	中川診デイケア
		13：00～歌謡舞踊教室（南区）	歌謡舞踊教室	名南わいわい広場
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイケア
	27 日 月	13：30～囲碁教室（南区）	囲碁教室	名南わいわい広場
		19：00～北原ひよこ班	「知ってトクする」パンフ学習会	(湯浅宅)
	28 日 火	13：30～ちぎり絵教室（南区）	ちぎり絵教室	名南わいわい広場
		13：30～絵手紙教室（南区）	絵手紙教室	名南診デイケア

上記の班会は名南・中川健康友の会の会員の方は誰でも参加できます。お近くの班や、関心のある班がある方は名南・中川健康友の会事務局にお問い合わせください。お問い合わせ先：名南・中川健康友の会事務局 ☎052-692-2388

看護師さん募集



看護学校入学(在学)の方に
名南会奨学金のお申込み受付中！

「検診運動」を地域に広げるためにも
看護師さんの力が必要です。
ブランクのある方やパートタイム希望の方も
お気軽にご連絡ください。

TEL 052-692-2388

〒457-0841 名古屋市中区豊田五丁目15番18号
医療法人 名南会本部事務局
担当 人事課 水出

名南会で初めて
「カムバックナース研修」



(看護師復職支援研修) が8人の参加者で行われました。(2月19日・20日)



5、6年くらいのブランクの方が多く、初めは皆さんとても緊張気味でしたが、講座が進むにつれて会話や質問も多くなっていきました。

講座内容は院内感染や安全対策、注射手技など。二日間昼までのカリキュラムでしたが、栄養科の協力のもと病院食(常食)の食事交流会付きの研修でした。

食事をしながら「パートでも名南病院で働けるんですか？」など会話が膨らみました。この研修から2人の方の就職が決まりました。

第9回・10回 調理実習のお知らせ

★毎回大好評★
辻村ドクターの
おもしろミニ講座も
ご期待ください

日時

第9回 4月17日(金)

10時30分～14時頃まで

第10回 6月19日(金)

10時30分～14時頃まで

場所

南区役所庁舎5階 調理実習室

直接会場までお越しください

参加費

1,000円 (材料費含みます)

持ち物

スリッパ、エプロン、
ふきん、ランチョンマット

第9回 当日のメニュー

”沖縄出身の看護師による
沖縄料理” 長寿の秘訣を探ろう

*豚肉、海藻、大豆製品を使った料理です

第10回 当日のメニュー

”男性調理師による男の料理教室”
女房に捨てられないために

*市販の調味料を使った簡単レシピ紹介です
*女性の方の参加也大歓迎です

お問い合わせ・お申し込み

気軽にお尋ねください。
名南病院会計横に置いてある
申し込み用紙
に記入して頂き参加費を
お支払いください。



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)

午前 受付 8:30～11:30
診療 9:00～12:00
午後 受付 5:30～7:30
診療 6:00～8:00

内視鏡検査
胃：月・水・木・金の午前
大腸：月・水の午後
気管支：木の午後

名南ふれあい病院

TEL 691-0041(代)
FAX 692-5732

診療科目
内科・小児科・消化器科・循環器科・呼吸器科
整形外科・リハビリテーション科・脳神経外科
放射線科

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

名南診療所

TEL 691-2497(代)
FAX 692-2667

診療科目
内科・小児科・消化器科・循環器科・呼吸器科
名南診デイケア (月)・(水)・(木)・(金) 9:30～15:50

中川診療所

TEL 301-2631(代)
FAX 301-3018
中川診デイケア
(月)～(金) 9:30～15:30
※小児相談・予防接種 (第1・3火曜日 午後)

名南在宅総合センターきずな

TEL 692-4038 FAX 692-7092

名南訪問看護きずな ※訪問看護ステーションでは
24時間連絡対応いたします。

名南ヘルパーきずな

居宅介護支援事業所

家庭で看護や介護が必要な方の在宅療養を支援します。お問い合わせ下さい。月～金 9:00～17:00、土 9:00～13:00

名南会診療案内

2009年4月より

健康レシピ

しじみとトマトの中華風スープ

名南病院栄養課 久保田 恵治

時間：15分 エネルギー：75kcal
塩分：2.2g 野菜摂取量：47g



しじみの栄養

みそ汁の具として人気の高いしじみは、昔から『生きた肝臓薬』といわれるほど肝機能を修復・活性化する栄養分を豊富に含む。しじみが持つ効果と栄養素は、胆汁の排泄を促し肝臓の解毒作用を活性化させるタウリン、発育のビタミンといわれるビタミンB2、赤いビタミンと呼ばれ造血に欠かすことのできない、肩こり・腰痛の緩和にも役立つビタミンB12、鉄分を豊富に持つため、肝機能障害、貧血の予防にも効果があります。

*** 材料（2人分）144kcal ***

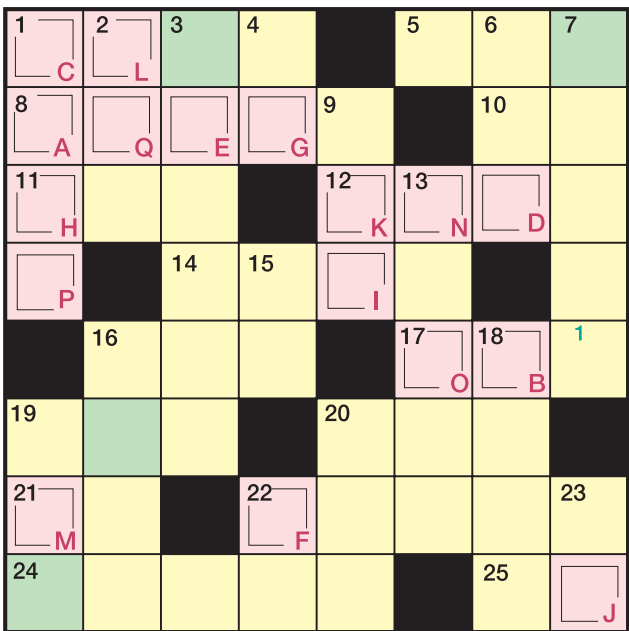
しじみ・砂抜きしたもの 150g
トマト 1/2個
にんにく 1片
ごま油 大さじ1/2
鶏がらスープ粉 大さじ1
水 300ml
塩 少々
胡椒 少々
ねぎ 5cm

***** 作り方 *****

- ① トマトは1cm角に切る。にんにくは薄切りにし、ねぎはタテ4等分に切って5mm幅に切る。
- ② 鍋にごま油を熱し、①のにんにく・トマトを順に加えて炒める。
- ③ しじみ、鶏がらスープ粉大さじ1と水300mlを加え、煮立ったらアクを取り、しじみの殻が開いたら塩・胡椒で味をととのえる。
- ④ 器に盛り、①のねぎを散らす。

第42回 クロスワードパズル

出題 大森久紀
名南診療所所長



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

「パズルの解き方」クロス解いてA～P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「かたらい」の文字が入ります。

- たてのかぎ
- 1 鼻炎の症状は、くしゃみ□□□□・鼻つまり
 - 2 毎日きまつてする物事
 - 3 五目飯のこと、主に関西ではこう呼びます
 - 4 未婚の女性のこと、結婚したらミセスになります
 - 6 カ士の呼び名
 - 7 競馬・競輪などで、一着だけを当てる方式、□□□□式→複勝式→連勝式
 - 9 □□□座、伏見にあります、歌舞伎や演劇
 - 13 春と夏に高校野球の全国大会が開催される野球場
 - 15 「鬱」心になだかまりがあつて、気持ちの晴れ晴れないこと
 - 16 □□□□の湯 名南病院の前にある天然温泉
 - 18 乗り物や会社の主導権を奪って我が物にする、ハイジャック、バスジャック
 - 20 □□□糖 二糖類のシロ糖や麦芽糖など、少糖類のこと
 - 22 草や稲・麦などを刈るのに用いる刃物
 - 23 杵（きね）とセツトで餅をつく道具
 - 25 「栗鼠」森の小動物です
- などが上演される劇場です

よこのかぎ

- 1 「□□□王子」とはゴルフの石川遼選手のことです
- 5 真上⇄□□□
- 8 お正月があるのは冬休み、お盆があるのは？
- 10 「精も□□も尽き果てる」
- 11 ものの味を認知する感覚
- 12 「□□□沼」・・・底に泥がたまっていて踏み込んでしまうと足がとられ、まるで底がないかのように沈んでいく沼のこと
- 14 財力や勢力のある農家のこと
- 16 「□□□電車」1日のうちで一番最初に出発する電車です
- 17 江戸時代の身分制度は「□□□工商」
- 19 陸軍の特攻基地がったことで有名、薩摩の小京都とも呼ばれ江戸時代の武家屋敷が残っています
- 20 「嗚咽」声を詰まらせて泣くこと
- 21 ストライキの略
- 22 お菓子です。小麦粉に卵・砂糖を加えて練り、細長く切って油で揚げ、黒糖蜜をまぶしてあります
- 24 卵を使った料理。卵をときほぐして味付けをして、フライパンに入れて、はしでかきまぜながら、いりつけて作ります
- 25 「栗鼠」森の小動物です

401号の答えは「ハルコマン ウタデトカサヤ カドノユキ」19通の応募があり、17通の正解。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4月30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。

（当選者）
大羽喜久子さん（南区豊田）
樋口眞箇人さん（緑区浦里）
杉村イツ子さん（瑞穂区十六町）

投稿 読者のひろば

俳句

梅園に野点の席や一句読む

垣手入れ日曜大工灯のともる

春一番郵便バイク押戻す

川柳

三寒四温質屋へ出し入れ忙しき

春とは張る吾が頬打ちし春一番

バレンタインチョコも買えない給付金

秀水

鬼笑

名南病院で健康診断

先日名南病院で健康診断受けて、悪い所なく1ヶ所だけ悪玉コレステロール（LDL）が多いとの事、あとは良かったんですが気をつけて頑張りたいです。また新聞に健康レシピ載ってます。楽しみにしています。レシビを利用して作って、主人が喜んで食べてます。助かります。これからもよろしく願います。

南区 前田さん

娘が図書券当たりました！

前号のパズルで娘が図書券当たりました。ありがとうございました。今回は私が挑戦。「花粉症のはなし」は参考になりました。今のところ症状はないのですが、ある時、

急にかかってしまいうそで人ごととは思えません。

瑞穂区内浜町 野田泉さん

笠寺観音「六の市」で

「お母さん」と呼ばれ

歴史探訪シリーズ「笠寺観音へは「六の市」が立つ日、ほぼ毎週通っています。日用品や婦人服、食料品など見て回るのも楽しいものです。中には、顔を覚えられて「お母さん」と呼ばれ、ついつい振り向いてしまふ事もしばしば。そんなやりとりの中で、ふれあいは心を暖かくしてくれます。春遠くからじ・日差しも心なしか春めいてきた今日の頃です。

緑区鳴海町

福岡ちよ子さん

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もある
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。

モデル
伊澤 和太
（理学療法士）

11 360° 方向転換

その場で1周回ってください。反対にも行ってください。

- (4) 4秒以内に両方とも安全に回ることができる。
- (3) 4秒以内に片方だけ安全に回ることができる。
- (2) 安全にゆっくり360°回ることができる。
- (1) 口頭指示または近位見守りが必要。
- (0) 回るのに介助が必要。



12 踏み台昇降（踏み台に足を交互に乗せる）

【指示】それぞれの足を交互に踏み台に乗せてください。（4回続けて行う）

- (4) 一人で立位がとれ20秒以内に8ステップ行うことができる。
- (3) 一人で立位がとれ20秒以上かかるが8ステップ行うことができる。
- (2) 介助や見守りなしに完全に4ステップ行うことができる。
- (1) 軽介助で完全に2ステップ行うことができる。
- (0) 転倒を防ぐ必要がある。

