

今年度も6月から 特定健診(友の会健診)が スタートします!!

- 国民健康保険の方・後期高齢者医療保険の方は、役所から受診券が届きます。受診券が手元に届いたら、なるべく早めに受けましょう。
- 協会けんぽ本人の方は、直接病院に申込みをしてから会社に連絡をしてください。
- 協会けんぽ家族の方は、会社に健診を受けることを伝えて、受診券を発行してもらってから、各院所で健診が受けられます。



▲友の会班会で健診の大切さについてみんなで学習

めいなん

第432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
西本 義弘
☎052-692-2388

年間購読料600円
一部 50円

一緒に受けましょう!!

- 特定健診を受ける時には、各がん検診も一緒に受けることをお勧めします。特に、市内在住で50歳以上の男性は前立腺がん検診と一緒に受けましょう!
(特定健診には、採血がありますので前立腺がん検診も採血の検査なので一度で済みます。)
- 今年度は、大腸がん検診にも対象者には無料クーポンが配布されます。大腸がん検診も乳がん検診も無料クーポンの対象の方は是非受けてください。
- 他には、胃がん検診も昨年度よりワンコイン(500円)で受けやすくなって多くの方が受けられています。
(名南病院・名南ふれあい病院のみ)
- 肺がん検診は胸のレントゲンの検査です。

名南病院
一完全予約制

日曜健診のご案内

平日なかなか健診を受けることが出来ないという方へ、名南病院では日曜健診をお勧めしています。ぜひご利用ください。

日曜：6月26日(日)9:00~11:00
場所：名南病院 ※完全予約制

内容：友の会健診(特定健診)
がん検診(肺がん・大腸がん・前立腺がん・胃がん)※胃がん検診は先着10名様まで



<お問い合わせ・お申込みは、名南病院受付まで>

TEL: 052-691-3171



▲地鎮祭で挨拶する三宅隆史理事長

中川診療所
今秋

移転新築

リニューアル

オープンします

4・17
地鎮祭
起工式

4月17日、優しい春の陽気の中、移転新築リニューアルに向けた新たなスタートとして、地鎮祭と起工式を開催し、もちつきを行いました。当日は150名を超える方にご参加頂き、本当にありがとうございました。また、起工式やもちつきでは、友の会をはじめ、地域のみなさんにご協力を頂き、心より感謝申し上げます。私たちが想い描く「地域と共に歩む診療所」をあらためて実感する機会となり、大変嬉しく思っています。

中川診療所は今年5月で築28年を迎え、これまで何度も「建て替えを」のご意見を頂いていましたが、私たちの夢が今秋、ついに実現します。これから、共に支え合い・人が集える診療所を目指して職員一同頑張りますので、よろしくお願い申し上げます。

中川診療所事務長
竹本 実花

私たちの夢、
今秋ついに実現へ

▲起工式後、診療所前で元氣よくもちつき
(写真は服部繁治 中川診療所友の会会長)

名南会ホームページ

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

名南健康友の会 総会報告

4月23日(土)50名参加



第一部は加藤伸久さん(内浜班)の司会で日頃の活動を交流



名南健康友の会は4月23日午後、ふれあいヴィレヂで第40回総会を行いました。あいにくの雨の中、50名が参加し、各班からの活動報告や紫陽花合唱団の歌声に耳を傾けました。



早川モモ医師の「私と民医連」のお話

後半は4月から大阪民医連で小児科研修をはじめた早川モモ医師が「私と民医連」と題して記念講演。研修早々に担当した発達障害の子どもが、両親を含めて精神的・社会的に困難を抱える症例を時折、声を詰まらせながら報告する早川医師に、涙を流しながら聞き入る参加者の姿も…。「小さい頃から名南病院とともに成長し、いつかは名南病院で医師として働きたい」と

思ってきた。大阪での研修を終えたら、名南病院の小児科を担っていきたい」と、自身のこれまでに振り返りながら、将来の夢を語りました。参加者からは「人間味のある医者になれるなあ」とホットした「名南病院で小児科をやつてくると聞いて本当にうれしい」などの感想が聞かれました。

記念講演終了後にはバザーや役員、世話人さんによるコーヒートゼンざいのふるまいも行なわれ、楽しいひとときとなりました。



第二部ではぜんざいを食べながら楽しく交流

退任のあいさつ



名南健康友の会・前会長 水野 健二

私は、2000年から名南健康友の会の会長職を引き受けて11年間、名南健康友の会が民医連の共同組織として成長していることを確認し、更なる成長と発展を期待

して新しい三役にバトンタッチできることを大変うれしく思います。
「安心して住み続けられる街づくり」という共同組織の旗を高く掲げて「安全・安心の医療・介護・福祉」の実現を目指して、名南会の職員のみなさんと健康友の会のみなさんが協力・共同の運動を前進させていくことが、今とくに求められていると思います。
永い間、ご協力いただいた皆様に感謝の気持ちを申し上げます。ありがとうございました。

新任のあいさつ



名南健康友の会・新会長 土肥 カヅ子 (名南病院地域支部)

第40回名南健康友の会総会で70歳になった私が務めることになりました。走り登る事う。よろしく申し上げます。

新しい副会長のみなさん(敬称略)

- 尾鍋 トシ子(名南診療地域支部)
- 吉田 俊二(名南病院地域支部)
- 伊東 繁(名南ふれあい病院地域支部)



明治になって、産業が発展するにしたがい、貨物の輸送が著しく大きくなってきた名古屋では今までの熱田の港では対応することができなくなり、新しく熱田湾に港をつくろうとする声が大きくなってきました。当時は四日市の港から小舟に積み替えて名古屋に運ぶか、または武豊港から鉄道による方法しかなく、不便を極めていました。もともと熱田湾は伊勢湾の潮流によって土砂が堆積しやすく、港には不向きであるとされていたため、港をつくることに消極的な意見が多くなかなか実現できませんでした。ようやく明治27年になって「熱田湾築港調査の建議」が県議会で採択され、港をつくることが具体化されました。これにより、多額の経費が計上され明治31年から工事を始め、明治40年に完成、この年11月23日には、盛大に開港祝賀式が行われました。開港を迎えるにあたっては愛知県土木課築



現在の名古屋港 手前は旧中央埠頭



奥田助七郎の銅像

港出張所に招かれた土木技師、奥田助七郎氏の役割が大きく影響しました。奥田氏は、まだ工事中の熱田港に4000tもある大型船「ろせつた丸」を入港させ、築港計画に疑問を持つ市民に、港の必要性を認めさせる役割を果たしたのです。奥田助七郎氏は後に初代名古屋港務所所長に就任しましたが、退任する昭和15年まで一貫して名古屋港発展のために力を尽くしました。現在、開港の地にその胸像が建てられています。

当時の名古屋港の3つの埠頭のうち、東の埠頭と中央の埠頭の間は埋め立てられ、ガーデン埠頭と名を変えて市民に開放されていますが、中央埠頭と西の埠頭の間は今でも小型船の船溜りとして当時の面影を残しております。

歴史探訪 シリーズ③0 港区

名古屋港の開港と奥田助七郎氏の功績

尾鍋 昭彦

我が家の自慢募集中

皆さんの家族、ペット、お庭自慢（何でも）を特集したいと思います。掲載希望の方は名南会事務局組織課・松土までお知らせください。

友の会などの運動で 伝馬町駅のバス停が 新設されました

名南健康友の会では、南区生活と健康を守る会や年金者組合南支部などと共同して、伝馬町駅のバス停改善の取り組みを進めてきましたが、5月2日から地下鉄へのエレベーターが設置されている交差点南側にバス停が新設されることになりました。

同駅については、友の会をはじめとする諸団体による運動によって、2008年にエレベーターが設置されました。しかし、南区方面からのバス停とは国道1号線を挟んで約150メートルも離れており「エレベーターが出来ても、国道の交差点を渡って、長い距離を歩かなければならず不便」という声が上がっており、友の会をはじめとする諸団体が交通局と面談し改善の申し入れを行なっていました。が、こうした運動によってバス停が新設されることになりました。

友の会では新しいバス停に対する要望を集約し、交通局に伝えていくことにしています。

2011年6月予定表	日 曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所
	1 日 水	15：15～健康サロン（昭和区）	健康体操	衣料品店ハットリ
		15：15～さわやか体操班（中川区）	健康体操	中川診
	2 日 木	14：00～道徳地域合同班会（南区）	特定健診・生活習慣病	名南わいわい広場
		14：00～編物同好会（南区）		名南診 2F 多目的室
	3 日 土	12：00～ひまわり班（南区）	被曝の話	鎌田宅
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイクア
	6 日 月	13：30～囲碁教室（南区）	囲碁教室	名南わいわい広場
	7 日 火	14：00～連鶴教室（南区）	連鶴教室	名南診 2F 多目的室
		14：00～内田橋西班（南区）	「いつでも元気」から	名南診待合室
	8 日 水	15：15～さわやか体操班（中川区）	健康体操	中川診
	9 日 木	14：00～木場地域合同班会（港区）	特定健診・生活習慣病	名南わいわい広場
		14：00～豊田班会（南区）	被曝の話	ふれあいヴィレチ
		13：00～絵手紙教室（中川区）	絵手紙教室	中川診デイクア 2F 友の会事務所
	11 日 土	友の会 春の行楽 越前へ		
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイクア
	13 日 月	14：00～南区南部地域班会（南区）新	特定健診・生活習慣病	久保寺宅
		15：00～滝の水班（緑区）	被曝の話	（佐藤宅）
		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～絵手紙班会&教室（南区）	膀胱炎・尿のトラブル	名南診 2F多目的室
	15 日 水	15：15～さわやか体操班（中川区）	健康体操	中川診
	16 日 木	13：00～絵手紙教室（中川区）	絵手紙教室	中川診デイクア 2F 友の会事務所
		13：00～鳴丘班（緑区）	特定健診・生活習慣病	会員宅
	17 日 金	13：00～なでしこ班（南区）	特定健診・生活習慣病	デイサービスえがお
		14：00～五条北班（南区）	特定健診・生活習慣病	（鬼頭様宅）
		14：30～ひよこ昼班（瑞穂区）	特定健診・生活習慣病	たまり場ひよこ
		えんがわ班（瑞穂区）	春の行楽へ	デイクアえんがわ
	18 日 土	14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイクア
	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	13：30～豊北・診療所合同班会	特定健診・生活習慣病	伝馬コミセン
		14：00～コスモス班（南区）	特定健診・生活習慣病	デイサービスえがお
		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（中川区）	健康体操	中川診
	25 日 土	11：00～ティータイム班会	紅茶の会	中川診デイクア 2F 友の会事務所
		14：00～囲碁の会	囲碁教室	中川診デイクア 2F 友の会事務所
		14：00～ヨガ班（中川区）	ヨガ教室	中川診デイクア
	27 日 月	13：30～囲碁教室（南区）	囲碁教室	名南わいわい広場
		15：00～囲碁ミニ班会&教室（南区）	特定健診・生活習慣病	名南わいわい広場
		19：00～北原ひよこ班（瑞穂区）	特定健診・生活習慣病	（湯浅宅）
	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
		14：00～絵手紙教室（南区）	絵手紙教室	名南診 2F多目的室
	水	15：15～さわやか体操班（中川区）	健康体操	中川診

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!

看護師募集
(常勤・パート)

TEL 052-692-2388

〒457-0841 名古屋市南区豊田五丁目15番18号
医療法人 名南会本部事務局 担当 人事教育室 大久保

名南会 法律相談

担当弁護士に相談できます

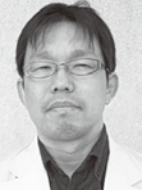
※事前に電話予約が必要です。
※電話の際、名南会社員、名南、中川健康友の会員である旨、申し出てください。

初回相談のみ無料

●名古屋南部法律事務所
熱田区新尾頭1丁目6番9号金山大和ビル2階
TEL (052) 682-3211
日時：毎月第1・3火曜日 PM5:00～7:00
5月10日・17日 6月7日・21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

新任医師紹介



わたひき もと
綿引基 医師
(4月より名南病院で糖尿病関係の研修のため着任)

Q:出身大学

A:弘前大学

Q:趣味・特技

A:水泳。運動好きです。

Q:休日の過ごし方

A:カラオケ・水泳・家事

Q:好きな映画

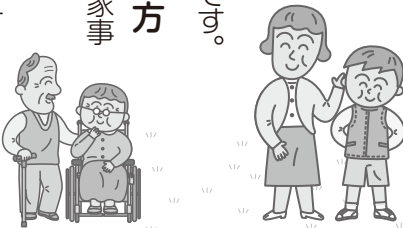
A:ムーランルージュ・ロミオとジュリエット
(バズ・ラーマン監督の)

Q:好きな食べ物

A:ハンバーグ

Q:患者さんへ一言。

A:短い期間ですが、糖尿病の勉強をさせていただきます。患者さんといふれあうなかで、色々なものを学びたいと思います。



職場紹介
第一回
名南ふれあい病院
リハビリテーション課①

こんにちは！名南ふれあい病院リハビリテーション課の職場紹介をします。

私たちの仕事は、病気やケガなどの治療を終えたあと、生活を再建し維持していくお手伝いをすることです。病気やけがをされると、治療がうまくいっても体力が落ちたり関節が硬くなったりしてしまい、元の生活に戻ることには支障をきたす場合が多いからです。そこで、手足のリハビリはもちろん、言葉のリハビリや食事や排泄といった生活のリハビリなど、その方に必要なリハビリを考え実施していきます。そのとき心がけていることは、疾病や障害だけに目を向けるのではなく、患者様を一人の人間として丸ごと捉え、精神面(こころ・社会面(くらし))も含めた総合的な視点でリハビリを行うということです。

リハビリ課は若い職員が多く、そのぶん熱意があります！いつでも患者様のよりよい生活を目指し、私たちは毎日精一杯がんばっています。気軽にのぞいてみてくださいね。



● ※必要な所へ貼るなど御利用下さい ●

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)
名南ふれあい病院
は午前診のみ

午前

午後

夜

受付 8:30~11:30
診療 9:00~12:00
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

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)~(金) 9:30~15:50
デイスサービス庵 (月)~(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2・4水曜日 午後)

診療科目
内科・小児科・消化器科
循環器科・放射線科

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

2011年6月より

名南会診療案内

簡単!! 健康体操

座って運動 その1

理学療法士 門田 香奈 モデル 天野 由香
(作業療法士)

※注意点

- ・体調に合わせて無理せず行って下さい
- ・無理のない範囲で行って下さい

1) 準備する物 ・タオル ・椅子

2) 腕・肩の運動

まずはじめに、タオルを肩幅に持ちます。
以下の運動はそれぞれ回数を決めて、
繰り返し行ないます。

- ① 肘を伸ばしたまま、上へ挙げます。
- ② 肘を曲げ、胸の前に
タオルを持てきます。
肘を伸ばし、タオルを前に出します。



- ③ タオルを逆手に持ち、膝の上に置きます。
肘を曲げて胸の上までタオルを上げます。

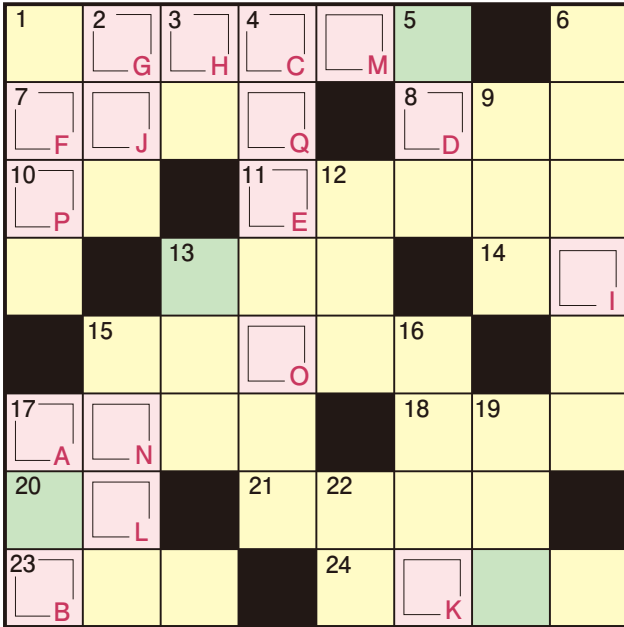


来月は…「筋力をつけよう!〜座って運動②〜」
筋力訓練を紹介します。

第64回

クロスワードパズル

出題 大森久紀
名南診療所所長



【パズルの解き方】 クロスを解いてA～Hにはいる文字を順に並べて、
出来た言葉を含えてください。緑のマスの中には「ふれあい」の文字が入ります。

ヒント 小林一茶の俳句です

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

よこのかぎ

- 1 ウォンテッド!
犯人の逮捕を全国または他地区の捜査機関に依頼すること
- 7 体当たりすること
- 8 馬に乗る人、ジョッキー
- 10 子丑寅卯→□□
- 11 鉄の柱
- 13 「□□□にける」 優れたものだけを選び出すこと
- 14 春夏秋冬
- 15 物事が、時がたつにつれて衰えていくこと。先太り
- 17 日本通運の略、□□□□のペリカン便
- 18 死にものぐるいの闘い
- 20 青は進め、黄色は注意 □□は止まれ
- 21 頭の上
- 23 門のこと、ウォーター□□□は水門
- 24 国際連合の略称

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6月30日（木）
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。

429号の答えは「セイテンニ ウブゴエアゲル スズメカナ」 28通の応募があり、25通正解。
(当選者) 伊藤 澄子さん(緑区鳴子町) 中村 久美子さん(南区呼続) 佐藤 直枝さん(南区三条)

何事も無い暮らしに感謝、
節電節水励行中!

震災地への救援活動お疲れ
さまでした。毎日何事もなく
暮らしている平和を改めて実
感です。年金生活で節電、節
水は以前から励行中、食事は
ぜいたくではありませんが、あ
れこれと食しています。花粉
症の続きでのどを痛め、耳鼻
科で診察、カメラで赤くなっ
たのど、こんなを見ました。こ
れまで少々の頭痛、かぜなど
で病院へは行きませんでした
が、体力の低下は否めません。

健康のため気をつけます。
瑞穂区十六町
杉村 イツ子 さん

東日本大震災で、災害への我が
家の備え、避難の確認を

東日本大震災後、我が家の
災害対応品を見直し、必要
になったナップサックにタオ
ル、水、食料等々入れて、外へ
出る時に通る所にかかけたり、
南区は海拔0メートルと聞い
たので、とりあえず、県営住
宅の階段を上がろうと主人
とも決めました。家が古いの

東日本大震災が、私の治療に
も影響。これからも東日本と
ともに…。

東日本大震災が、私の受診
に直接影響があると思いま
せんでした。日々の治療のため
の注射や針が製造できず、使
えない状態になりました。一
緒に東日本の人たちともに
に生きているのだということ
を再認識しました。
南区 東野 さん

で、外へ出られるかどうか
不安がありますが、準備した
ことで少し落ち着きをも
りました。そこでどうかお願
い、老人医療はバツサリ切
れぬよう、守って下さいね。
南区豊 畔柳 恵子 さん

健康レシピ

名南ふれあい病院 栄養課
二川 有(調理師)

旬の食材をつかって
茄子そうめん
夏薬味をのせて

ミニ栄養学

なすの皮に含まれる色素はポリ
フェノールの一種で抗酸化作用
があり生活習慣病予防への効果
が期待されます。

***** 材料(1人分) *****

なす 160g
みょうが 10g
万能ねぎ 20g
だし 100cc
みりん 20cc
しょうゆ 20cc
片栗粉 適量



***** 作り方 *****

1人前185カロリーー

- ① なすを短冊切りにします。水にさらしたあと、ザル
にあげて水気をぎります。
- ② みょうが、万能ねぎ、大葉を千切りにしてざっくり
とまぜる。
- ③ だし、みりん、しょうゆを分量どりにいれる。沸騰
させて味を確認する。
- ④ 沸騰させた湯に①のなすに片栗粉つけていれ
火が通ったら氷水に落とす。
よく水気をとったら③と②をあわせて器に盛り付
けたら完成です。