

社会保障改悪を跳ね返し、 安全・安心の医療・介護を

名南会は共同組織とともに改悪を許さないたたかいと、
受療権を守るとりくみに全力を上げます。

めいなん

第466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



▲医師を先頭に地域で署名運動
(2013年12月 南区観音町)
▼医療・介護の充実を社会にアピール
職員・友の会より11名参加
(2013年10月 10.24いのちまもる国民集会)

安倍政権は、今春から社会保障の連続改悪を進めようとしています。名南会では署名活動など、改悪を跳ね返す運動を進めるとともに、安全・安心の医療・介護をめざして、事業所での実践を進めています。今号では、名南病院の無料低額診療事業についてご紹介します。



▲社会保障、国保についての学習会を開催(2013年10月 名南病院)

この地域には経済的事情で受診出来ない方がまだまだいるはず。しかし、自ら無低診適応対象と気付き相談に来られる方は殆どいません。広報活動や各関係機関との連携とともに、名南会全職員の『目と構え』から無低診に結びつけてくれる事が大切だと思います。

名南病院は「お金のあるなしで命が差別されてはいけない」「手遅れになる前に相談を」を理念に平成23年10月から無料低額診療事業(以下無低診)を開始しました。年々格差と貧困は拡大し、経済的事情により受診出来ない方が増えています。実際当院での無低診適応者の背景には低年金・失業・非正規雇用・在留資格のない外国人・国保料滞納・無保険等があり、約7割の方が生活保護基準以下の収入です。無低診は生活保護と社会保障の挟間で最低保証すら受けれない方の受療権を守る役割を果たしています。



無差別・平等の医療実践
名南病院
無料低額診療事業
開始2年間のとりくみ
名南病院 相談室主任
阿部 仁美

名南病院

3期リニューアル工事

進行中!

工事中、ご不便・ご迷惑をおかけします。ご理解・ご協力をお願いいたします。

名南病院のリニューアルは、1期の外装改修、2期のオベア改修に続き、3期工事に入りました。

3期リニューアル工事は、主に病棟では病室や廊下、トイレの改修。1階フロアでは診察室の増設、エコー検査室、健診控室、リハビリ室の2階への移動と拡充、地域交流室の新設。照明、空調など設備更新をすすめます。工事期間は5月末までの予定です。

実際の工事は昨年の12月2日から始まっており、各病棟、病室を1部屋から2部屋毎に順次改修しています。廊下も合わせて改修しています。また、

1月中旬からは東棟トイレの改修も行いました。

外来フロアについては、1月11日から工事が始まり、内視鏡室、西側外来トイレ(玄関側)の改修とすすめています。内視鏡室の改修では短期間に集中し工事を進める関係で工事期間中は胃カメラなどの検査を休止させていただきました。内視鏡室の改修後、1月18日からの西側外来トイレの改修工事では、工事期間中はトイレが使用できないため、大変ご不便、ご迷惑をおかけしております。今後は、放射線科改修、診察室増設工事とすすんでいきます。

名南病院リニューアル1億円資金募集運動に、引き続きご協力をお願いします。
(2013年12月末現在 60,252,000円)



廊下リニューアル前



廊下リニューアル後

名南会ホームページ

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

まずは相談できる診療所をめざして

～中川診療所のとりくみ～

テレビやインターネット、新聞や情報誌など「情報」はあふれているのに、必要で困っていることはどうしたらいいかわからない?…そんな相談や現実直面することがよくあります。

高齢になったご主人が日中寝ている時間がだんだん長くなりほとんど家で寝ている。足腰も弱ってきているのがわかる。家族はなんとかしてやりたい「でも、どうしたらいいか?どこに相談すればいいかわからないんです」中川健康友の会の班会に参加されたご婦人から、今にも泣き出しそうに私に訴えがありました。初めて友の会班会を開く地域で、友の会役員さんのお誘いで参加した人でした。

「私がお話を聞きます。大丈夫ですよ」ご主人の状況や病院の受診歴などを聞き、班会から帰って中川診療所居宅介護事業所のケアマネジャーに相談。ケアマネジャーは「家庭訪問した方がお家の様子もわかりますね。すぐ訪問します」ということになって、介護保険の説明などご夫婦に自宅で説明に伺いました。どこの居宅事業所でもあるやり取りですが小規模の事業所である中川診療所、いいなと思うのは相談に乗った人



中川診療所事務長
水出 禎

がその後どうなったかわかることです。

その後、そのご主人は中川診療所居宅介護事業所のケアマネジャーが介護保険の申請をお手伝いし、区役所が自宅に認定調査に来た時も奥さんが不安がられるので同行させていただきました。認定がおりたら半日のデイサービスを利用する予定でお試し(体験)のデイサービスに参加されています。

うまく介護保険につなげられた例ですが、なかなか解決が難しかったりうまくいかないことも多数あります。中川健康友の会の長老曰く、「イチロー(メジャーリーグ)だって4000本のヒットを打つために8000回以上の悔しい思いをしている。国民の困っていることにきちんと目を向ける政治ではないから、そんなときに医療や介護をやるうってこと自体たいへんなことですよ」と言いつつ「友の会でやれることはいつしよに頑張るから診療所も頑張ってください!」と励まされています。

2014年、中川診療所は『まずは相談できる』診療所をめざしています。ぜひよろしく願います。

医師紹介

11



細江 正哉 医師

(名南介護老人保健施設

かたらいの里 施設長)

私は、岐阜県各務原市の出身です。子どもの頃から、マンガが大好きで、教科書や小説などを読むことが長かったと思います。マンガであれば、日本の歴史だろうが生命の秘密なんて言うのも読んでいました。

何故に医者を目指したかと言えば、子どもの頃に読んだブラックジャック(手塚治虫作)がきっかけだったように思います。無免許医でありながら卓越した技術とそれを支える知識。そう言った人にあこがれたのが医者を目指す理由になっています。とは言っても無免許医を目指したわけではありません。なので、最初は外科医志望でした。

愛知医科大学を卒業したのが1990年。その後研修医の時に、大けがで運ばれた患者さんを見て「私はこの状態の患者さんを冷静に見れない」と思ってしまった。方針転換し内科医となりました。でも、その中で命と向き合うことのシビアさがだんだんとつらくなり、5年後に皮膚科に変わりました。おかげで今の職場では重宝することになりました。

今の仕事は、老健施設・かたらいの里で施設長をしています。まだまだ、医療と介護の狭間で理解できない部分が多いのも事実ですが、その中で少しずつ慣れてきているつもりです。不慣れではありますが長い目で見て頂けるとありがたいと思っています。

私の趣味は、プロ野球観戦で、阪神タイガースファンです。いわゆる虎キチですね。そのため、4月から10月の間はそわそわしている毎日となっています。毎年春期キャンプに行くぞと思っていますが、なかなか叶いません。今シーズンこそは行きたいと思っています。

将来の夢としては、甲子園のある兵庫県西宮市でゆつくりと働きながら野球付けの毎日を送ることが私の一番の夢です。できたら、名南会が西宮市に最先機関を作ってもらえると良いのですが、なかなか厳しいですよ。



学生どうしのつながりを大切に!

2013年12月7日(土)に看護、介護奨学生と内定者17名が集まり、学習会とクリスマス会を行いました。



学習会では嚙下(飲み込み)について、移乗動作についての講義を行い、今後患者様と関わる中で何が大切なのか学びました。介助のやり方には理由があることを知ったことで、今後に生かせると目を輝かせていました。

その後はお楽しみのクリスマス会です。職員も加わり総勢26名が5つのグループに分かれ交流を図りました。各グループごとにケーキ作りをし、食事を楽しみました。職員手作りのカレーも振る舞い学生をもてなしました。参加した学生からも、学習もとてもわかり易く仲間

との交流も図れてよかったと感想をもらいました。

今後も学生同士の交流の場を大切にしながら地域の皆様との交流の場にも参加してもらうように積極的に働きかけを行っていかれたらと思います。

3月には高校生に向けた『一日看護師体験』を予定しています。お知り合いの高校生で看護師のお仕事に興味のある学生の方がいらっしゃいましたら是非ご紹介をお願いします。

人事教育室 中井 宏美

春の一日看護師体験

日時 2014年 3月25日(火)、もしくは 27日(木)
いずれも10:00～16:00まで

場所 名南病院

※体験参加には申し込みが必要になります。ご希望の方は人事教育室の奥井・中井までご連絡をお願いします。

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。

初回相談のみ無料です。

●弁護士法人 名古屋南部法律事務所

中区正木四丁目8番13号
金山フクマルビル3階

TEL (052) 682-3211
相談日時は随時

●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

共同組織 (社員・協同基金・友の会) のページ



2月～3月

「保健学校」を 開催します!

受講料
1,000円
ただし1講座のみ
受講の方は
500円

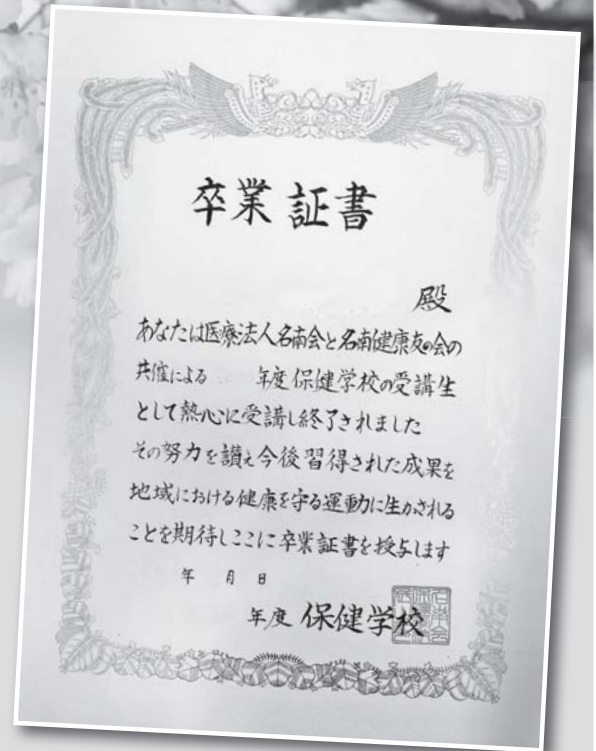
2月～3月にかけて、久しぶりに「保健学校」を開催します。この「保健学校」では、「救急蘇生」「CT・MRI・レントゲンについて」など、気にはなるけれど学ぶ機会の少ないことについて学んだり、医師による健康づくりのための話を聞いたなど、健康で安心して過ごすため

カリキュラム

- 第1講座 開校式(情勢・民医連・共同組織について)
2/1(土)14時～ 名南病院外来フロア
講師：堀尾 茂貴 さん
(全日本民医連 まちづくり・共同組織委員長)
- 第2講座 生活習慣病と食事
- 第3講座 CT・MRI・レントゲンなど
早期発見の検査について
- 第4講座 救急蘇生について
- 第5講座 医師のはなし

- 名南病院地域：辻村 文宏 医師
- 名南ふれあい病院地域：細江 正哉 医師
- 名南診療所地域：大森 久紀 医師

卒業式 3/31(月) 忠道公園



にはどうしたらよいか、一緒に考えながら学ぶことのできる講座を用意しています。都合のいい日程で参加することができまので、お気軽にご参加ください。

保健学校のお申し込み・日程・会場等のお問い合わせは名南健康友の会事務局 (052-692-7544) まで



120名が参加し笑いにつつまれました

今年もベテランの芸

瑞穂区日向町
門前富江

大須演芸場で

1/8

新春

初笑い



冷たい雨の一日でしたが満席。「新春・初笑い」は私にとつて大事な行事の一つでした。

今年で大須演芸場は最後という。寂しい限りです。私事ですが、三年前演芸場に入ったとき、携帯が鳴り実家の母が病院へ運ばれ、至急帰る様にと連絡が入り、お弁当を受け取り、支度をし、高速バスに乗り帰郷。母は二十日後に亡くなりましたが、大須演芸場は忘れられない想い出の地となりました。

人さん達の出演で会場が一体となつて大いに笑い、あつという間の二時間でした。最後に庄司敏江さんが出演されたのはびっくりしました。七十四才との事ですが、可愛らしく名の売れた方は、舞台に立たれただけで笑いが出るんですね。楽しかったです。

保健学校卒業式

忠道公園

健康ウォーキング
山崎川周辺

新瑞橋駅集合

歴史探訪ウォーキング
熱田～金山

神宮西駅集合

2月以降の
予定行事

- ★ 2/1 (土) 保健学校開校式 14:00～
名南病院 外来フロア
- ★ 2/4 (火) 3/4 (火) 名南診『お食事サロン』 11:30～
名南診療所2階多目的室
- 2/18 (火) 3/18 (火) ゆめっこ広場 10:00～
ふれあいヴィレヂ3階

- ★ 2/19 (水) 折り紙講習 お雛様を作しましょう 14:00～
名南わいわい広場(予定)
- ★ 2/28 (金) 3/27 (木) ふれあいお食事サロン 11:30～
ふれあいヴィレヂ1階
- 子育てサロン『☆あそぼ☆』 10:00～
名南診療所2階多目的室

お問い合わせ・お申し込み はすべて

★印は申込み必要

名南・中川健康友の会事務局

☎(052)692-7544

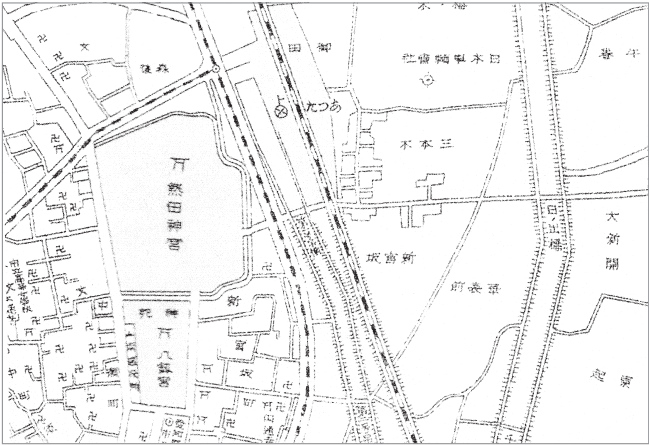


「元文3年名古屋図」より
熱田神宮東に鳥居が描かれている。この辺りが華表先と呼ばれていた

「元文3年名古屋図」より
熱田神宮東に鳥居が描かれている。この辺りが華表先と呼ばれていた

熱田神宮の東、新堀川に沿った南北に長い町が、花表町です。この町の南端にはJR東海道線、名鉄名古屋本線が走っており、南部には木材市場や住宅展示場があります。

明治時代の始めには、愛知郡東熱田村に属していましたが、明治40年に名古屋市に編入されてから、名古屋市熱田東町字華表先（かひようさき）と呼ばれました。華表とは、広辞苑の「鳥居」の項に「華表」とあり、また、華表（かひよう）で引くと「神社の鳥居」と記されています。戦災で焼失しましたが、熱田神宮の東門として春敲門と名付けられた門がありました。この門に通じる大きな鳥居があった所の町並みを古くから華表先（かひようさき）と呼んでいました。この鳥居は、元文3年（1738）の「名古屋図」に描かれており、また、江戸時代末に描かれた「尾張名所図会」にも描かれています。明治43年の「名古屋全市図」には小さく華表



「明治43年名古屋全市図」より
華表前の地名が記されている

歴史から見た町名（十二）尾鍋 昭彦

花表町（はなおもてちょう）（熱田区）

お腹も心も満たされた忘年会

昨年12月14日、伝馬地域の「健康友の会」「生健会伝馬班」「仲良しフレンズ」の合同で忘年会が開かれました。それぞれの団体代表からのあいさつから始まり、うどん粉と白玉粉で作られた2種類の団子が入ったぜんざいをお腹一杯にいただき、福笑い、かるたとりなどゲームを全員参加で楽しみました。

最後には伊藤さんのハーモニカ伴奏で「ふるさと」などを大合唱してお腹も心も満たされた一日となりました。

豊北・診療所合同班 班長 北方 茂信

みんなで楽しくカルタ遊び

2014年2月予定表

	日曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所		日曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所
名南病院地域	6日(木)	14:00～道德地域合同班会	社保・介護改悪	名南わいわい広場	名南診療所地域	3日(月)	16:00～えんがわ班	肺炎球菌ワクチン	デイサービスえんがわ
	13日(木)	木場地域班会	食事会			4日(火)	13:30～内田橋西班	肥満について	名南診1F待合室
	19日(水)	12:40～歌謡舞踊ミニ班会&教室	冬に太らない食生活	名南わいわい広場		5日(水)	14:00～昭和区健康サロン	タオル体操	ハットリ
	20日(木)	14:00～わいわい健康体操	健康体操	名南わいわい広場		12日(水)	13:30～コーポラス班	団地での一人暮らしの対応	コーポラス集会室
	24日(月)	15:00～囲碁ミニ班会&教室	健康体操	名南わいわい広場		13日(木)	10:30～名南診健康体操	セラバンド体操	名南診2F多目的室
	27日(木)	10:00～新三条班	いつでも元気	牧野宅		18日(火)	13:30～豊北・診療所合同班	糖尿病	伝馬コミセン
	毎週月曜日	13:00～ 囲碁教室	囲碁	名南わいわい広場		21日(金)	14:30～ひよこ昼班	ノロウイルス	たまり場ひよこ
	毎週水・金曜日	13:00～歌謡舞踊教室	歌謡舞踊	名南わいわい広場		24日(月)	14:30～北原ひよこ班	社保・介護改悪	湯浅宅
名南ふれあい病院地域	8日(土)	13:00～ひまわり班	社保・介護改悪	鎌田宅	25日(火)	13:30～絵手紙班会&教室	くすりののみあわせ	名南診2F多目的室	
	10日(月)	15:00～滝の水班	大腸の病気	佐藤宅		14:00～絵手紙教室(2月のみ第4火曜開催)	絵手紙	名南診2F多目的室	
	18日(火)	14:00～コスモス班	肺炎球菌ワクチン	デイサービスえがお	27日(木)	14:00～編み物同好会(毎月第4木曜開催)	編み物教室	名南診2F多目的室	
	19日(水)	13:00～なでしこ班	内臓脂肪と合併症	デイサービスえがお					
	20日(木)	14:00～鳴丘班	病院・介護施設の種類と特徴	会員宅					
ボランティア	名南病院	毎週金曜日 10:00～11:00 お茶だしボランティア コーヒーサロンは1月～5月までリニューアル工事のためお休みさせていただきます。			中川診療所地域	毎週水曜	15:15～さわやか体操班	健康体操	中川診友の会ルーム
	名南診療所	毎週月曜日 10:00～12:00 コーヒーサロン				毎週土曜	14:00～ヨガ班	ヨガ	中川診友の会ルーム
	中川診療所	毎週木曜日 10:30～11:30 サロン・なかしんさん(コーヒー、お茶付)				毎月第2・第3木曜日	13:00～絵手紙教室	絵手紙	中川診友の会ルーム
	名南ふれあい病院地域	18日(火)	10:00～ゆめっこ広場(子育てサロン)	ふれあいヴィレヂ		毎月第4土曜日	13:00～囲碁の会	囲碁	中川診友の会ルーム

※上記についてのお問い合わせは、名南会健康推進室 電話052-692-7544まで



職場紹介
第29回

名南診療所指定居宅介護支援事業所

現在、当事業所では、4名の介護支援専門員（ケアマネジャー）が配属されています。看護師、介護福祉士、社会福祉士など出身となる資格職種がさまざまなので、お互いの経験や資格に合ったアドバイスをしあいながら日々業務にあたっています。

介護支援事業所では、介護保険や福祉サービスのしくみのご説明、制度を利用されたい方についての介護認定の申請代行のほか、現在の生活の状況や今後どのような生活に近づけていきたいのかのご意向等をうかがいながら、サービスおよび

各事業所との連絡調整をおこなうのが主な業務です。基本は受け持ちとなる方の担当制なので、サービス利用開始後も状況や意向等をうかがうための定期的な家庭訪問や、必要なサービス事業所との相互連絡、情報管理までを各ケアマネジャーでおこなっています。年に「度」診療所まつり」では団子売り、ゲーム係など・小さな部所ながら励んでいます。今後とも地域のみなさまの温かいご理解ご支援をよろしく願っています。

名南診療所指定居宅介護支援事業所
所長 柴田 朋子

口は健康の入り口シリーズ③

「口腔ケアで肺炎予防」



日本人の死亡原因の第3位が肺炎にあがってきています。特に寒くなる12月から2月にかけては注意が必要で、高齢者、持病のある人、風邪やインフルエンザなどで免疫力が低下した人などが肺炎になりやすいです。

予防としてはうがい、手洗い、マスクの着用が大切ですが、歯みがきでお口の中を清潔に保つことも大切です。

90歳以上の肺炎の大部分が、誤って唾液や食べ物が入って起きる誤嚥性肺炎です。

高齢になるにつれ、飲み込む機能が弱

まり、口の中の細菌やウイルスが唾液や食べ物と一緒に気管に入り、肺炎を引き起こしてしまいます。この誤嚥性肺炎の予防で今重要視されているのが口腔ケアです。口腔ケアで肺炎の発症率が大きく減少されることが分かっています。

はみんぐ歯科では通院されている患者様には、家庭での適切な歯磨きのアドバイスを行い、通院困難な患者様には、歯科往診で口腔ケアを行っています。口腔ケアでお悩みの方、相談されたい方はぜひご連絡ください。

歯科衛生士 主任 松下早苗

2013年10月から安江真由・歯科医師赴任

大学卒業後、名古屋で研修医をし、2年目からは大阪の小児歯科で大暴れの子ども達の治療をしていました。子どもが大好きなので、楽しかったのですが、お年寄りや大人の治療にも興味があり、その後一般歯科の医院へ移りました。そこは一般診療だけでなく、往診にも力を入れており、訪問診療も学ぶことができました。はみんぐ歯科でも往診を行っており、往診担当医とし

て週二回往診で治療をしています。また院内には小さなお子さんも多く、小児歯科での経験も役に立っていると思います。

安心して、どなたにも通っていただけるように、患者さんの立場にたって日々診療ができるよう努力していきたいと思っています。何でもお気軽にご相談ください。

歯科医師 安江真由



往診地域は、はみんぐ歯科から5キロ圏内。南区・瑞穂区・港区・熱田区・緑区・天白区の一部です。

歯についてのご相談・診察予約は

〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号

医療法人
はみんぐ

はみんぐ歯科

TEL052-691-6480

※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	受付 8:30~11:30 診療 9:00~12:00
	夜	受付 5:30~7:30 診療 6:00~8:00

※火・木の皮膚科は9:30~11:30

内視鏡検査 胃：月・火・水・木・金の午前
大腸：月・水・木・金の午前、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・外科・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・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

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

診療科目 内科・小児科

※小児相談・予防接種(第2・4水曜日 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 ※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

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

2014年2月より

簡単!!

健康体操

座って運動

理学療法士：原田 拓
モデル：作業療法士 西内 将志

※注意点

- ・体調に合わせて無理せず行ってください。
- ・無理のない範囲で行ってください。

●準備する物

・椅子

■足の運動

膝伸ばし；ももの前面の筋肉を鍛えます。加齢とともに衰えやすい筋肉なのでしっかり動かしましょう！

①手はからだの後ろにつき、からだを固定します。

②ももは坐面につけたまま、膝を伸ばします。



もも上げ；ももの付け根の筋肉を鍛えます。

①手はからだの後ろにつき、からだを固定します。

②膝は曲げたまま、足を持ち上げます。



つま先あげ；むくみにもいいですよ。

①膝を軽く伸ばします。

②つま先を上に向けるように足首を曲げます。



第93回

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
F	B	G		M	P		Q
7			8				
9			10			11	
E						A	
12		13			14		
D							
		15		16		17	
	18			19	20		
	K		C			H	
21			22				23
N			I		J		
24					25		

【パズルの解き方】 クロスを解いてA～Q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。ピンクのマスの中には「かたらい」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 「達磨」

4 日光が当たること、□□□□が良い部屋

7 他人の体験を、作品などを通してたどることによって、自分の体験としてとらえること

9 「雉」(□□も鳴かずに撃たれまい)

10 黒みがかった茶色

12 □□□□黄帝液 ちょっと高級な栄養ドリンクです

14 「土筆」早春になると出てきます

15 「五月雨をあつめてはやし□□□川(松尾芭蕉)」山形県を流れる川です

17 自暴□□ 希望を失ってやけくそになること

18 「芥」

19 □□□書 過ちをわびるために、事情を記して関係者に提出する書類

21 昨日の□□は今日の敵

22 天幕ともいいます。キャンプや運動会などで使うもの

24 雷を起こす神様

25 胃液中に含まれる酸

たてのかぎ

1 関節が外れること

2 □□□□猿 「リラ・チンパンジー・オランウータン」などヒトに最も近いサル類のこと

3 胴から足が分かれている所

4 可決□□□

5 写真の現像などに使う光の入らない真っ暗な部屋

6 正式の手続きを省略して簡単にしたりやり方□□□□

8 「斑鳩」 奈良県にある地名、法隆寺があります

11 次の日のこと

13 「獣」

16 布革などを縫い合わせたり、刺繍をしたりするための機械

18 軽い□□□

20 「纏」 江戸時代の火消しが屋根の上で振っていた組のシンボルみたいなやつのこと

21 英語ではタイガー

22 □□は人の上に人を作らず、人の下に人を作らず

23 愛知□□の□□庁所在地は名古屋です

投稿

読者のひろば

名南病院リニューアル資金運動に再度協力します

年度末まで1億円ですか？残り4か月で5,000万円必要ですね。微力ですが年度末までに再度協力したいと思っています。少しでも目標に近づければうれしいですね。皆様も協力をお願いします。

瑞穂区下山町 橋本 良男さん

「秘密保護法」に、主権者としての権利で対抗しよう

現政府は国民をまとめてどこへ向かわせようとしているのでしょうか。「秘密保護法」、高官の暴言(本音です)、改めて目、耳口を開いて主権者としての義務(権利)を果たしていこうではありませんか。

瑞穂区十六町 杉村 イツ子さん

家庭菜園でおいしい野菜づくり

野菜が大好きで、沢山買って料理しています。この年の夏は暑すぎて、猫のひたい程の庭でも出る気にならずさぼって家庭菜園をしませんでした。ゆいっつらディッシュが出来、そのまま1個食べたら水々しくておいしかった。怠けずにもっといろいろ作れば良かったと、いまさらながら残念です。野菜は本当においしいです。

南区豊 畔柳 恵子さん

川柳

秘密保護 伏字の新聞 見ることに
安倍政治 過去の暗部を なぞるよう
生きがいに 趣味つ増え 若がえる
デモはテロ 権力者ゆえ 驕りゆえ
早春の 光と共に アベ退治

港区木場町 松井俊宏さん

健康レシピ

名南病院 栄養課 調理師
岩間 正樹

あさりと春キャベツの さっと蒸し

材料(4人分) *****

あさり 400g
春キャベツ(なければキャベツ) 半玉
彩り野菜(今回は人参) 適量
鶏ガラスープ 100cc
酒 大さじ3
ナンプラー 小さじ1
ごま油 大さじ1
塩・黒胡椒

***** 作り方 *****

1人前70キロカロリー

①キャベツはざく切りにして水にさらす。あさは塩水につけて砂抜きする。

②鍋にあさをいれ、鶏ガラスープ、酒を加える。水気をきったキャベツをのせ、ナンプラー、ごま油を加えてふたをし、強火にかける。

③沸騰したら弱火で5～6分煮る。あさりの口が開き、キャベツがシャキシャキの状態まで火を止めて器に盛り、火を入れておいた飾りの人参を散らし黒胡椒をひいて完成。

※春先が旬なあさりと春キャベツを使った一品で、タイのナンプラー(魚醤)、ごま油の風味が食欲をそそります。