

# 2014 原水爆禁止 世界大会に 参加しました!

# めいなん

第475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

8月6日、広島にて原水爆禁止世界大会が開催され、名南会からも職員が参加しました。集団的自衛権行使の容認、憲法改悪にむけての動きなど、日本のこれからを左右する情勢の中、世界大会に参加した職員が感じたこと、これからへの思いなどを座談会形式で交流しました。



座談会参加者

## 若い自分達も 平和を発信していきよう!!



小辻 佑莉耶さん  
(名南病院看護師)



日紫喜 雄斗さん  
(名南ふれあい病院理学療法士)



後藤 正美さん  
(かたらいの里介護福祉士)



梶田 弘平さん  
(名南病院事務)



伊藤 菜那さん  
(名南ふれあい病院介護福祉士)



吉岡 モモ医師  
(青年医師代表)



司 会  
辻村 文宏 医師



広島で感じた事、思った事をたくさん交流しました。

辻村…では時間になりましたので、原水爆禁止世界大会参加者の座談会をはじめます。まずは参加された経緯から皆さんで語り合いたいと思います。  
日紫喜…参加した経緯は正直に言うと、もともと別の職員が行く予定でしたが、参加できなくなってしまったので、急遽3日前に行くことが決まりました。でも、せっかく世界大会に行くことになったので、戦争・原爆についてしっかりと勉強しよう、学ぼうと思っ参加しました。実際に広島に行くと、被爆者の方や語り部の方が想像した以上に生々しい内容で、実際その場所に行ったらどれだけ残酷だったか考えました。また、その時代に生まれていたら戦争に動員さ

れていただろうなと思う、今、戦争がない日本で理学療法士としてやりたい仕事につき、働けているのが幸せだと改めて感じました。  
辻村…今後、行いたい平和活動はありますか？  
日紫喜…微々たる力ですけど、自分出来ることは協力したいと思っています。例えば平和についてのカンパ活動などです。  
辻村…(社保平和委員会の財政活動の)梨をぜひ買ってくださいなね(笑)  
日紫喜…他には平和行進に誘われたら、ぜひ参加してみたいです。  
梶田…コースは豊橋から蒲郡のきついコースでお願いします(笑)  
日紫喜…小さいことしか出来ませんが、小さいことから出来るだけ活動に参加したいと思います！  
辻村…後藤さんはどうですか？  
後藤…私が参加した経緯は、新入職員の皆さんがたくさん参加するのでお目付け役として白羽の矢がたったことです。頼りないと思われているかもしれないですが、(笑)原水爆禁止世界大会には15年ぶりの参加で、前に参加した開催地は長崎でした。若い時(今も若いですが)は戦争や核兵器の悲惨さを感じました。今は自分には子供がいて、その時とは変化したもののが得られたらと思っ参加しました。  
辻村…子どもさんも一緒に参加されたんですね？  
後藤…ちょうど子ども達が夏休みで、是非参加したいということになり、一緒に行きました。子ども達は大満足していました。

辻村…大満足ですか？資料館の展示は小さい子には衝撃もあつたと思います。  
後藤…まず、世界大会と一緒に行った皆に、本当に仲良くしてもらったことが大満足だったようです。子ども達とは世界大会参加前に、戦争や原爆について勉強していましたが、でもおばあちゃんや、おじいちゃんより昔の話で、日本で戦争があつてたくさんの方が亡くなったことや、原爆を落とされたことなど、子ども達は頭ではわかっているんだけれど、現実的ではなかった。その漠然としていたことが、実際に被爆地である広島を訪れて変化したと思います。  
夏休みの宿題として、広島のことを絵日記にしっかりと書いていました。  
私自身としては長崎と広島で感じるものが違いました。若い時は戦争と原爆の悲惨さはよくわかった。でも今回参加させてもらって改めて感じることは、被爆から69年たつて、被爆者、被爆者の想い、悲惨な戦争体験を伝える人が少なくなっている。「次世代に伝える」ということを、今回原水爆禁止世界大会に参加した私たちがしていかなければいけない。原水爆で感じたこと、学んだことをまとめたパワーポイントを作成しました。それを使って、名南会の職員に伝えていきたい。記念碑、平和像などが出来た経緯、意味などは、参加しないとわからない部分があります。そこも含めて、今後はしっかりと伝えていきたい。

(2面へつづく)

(二面のつづき)

**辻村** 今後の社保平和活動については?

**後藤** 今後も、社保運動に管理者としてしっかりとかわりたい。若い職員がもっと前にできるようにあげたいです。医療・介護現場にいて、平和運動がなかなか見えない部分があります。実際にその場所を訪れ、当事者の話を聞かないと、わからない部分があります。そういう中で、梶田くんは本当に良く勉強しているなど感じています。本人には初めて言いますが(笑)今回の世界大会は皆と行って本当に良かった。

**辻村** 伊藤さんが参加しようと思っ

**伊藤** ふれあい病院の社保平和委員の人が誘ってくれました。原水禁世界大会などの平和運動は名南会特有の活動なので、参加したいと思いましたが、恥ずかしいですけど、今まで原爆ってどういうものか全く知らなかったし、人に聞かれても説明もできなかったんです。

**辻村** 実際参加されてどうでしたか?

**伊藤** 現在の資料館や平和公園周辺は緑に囲まれて癒やされる場所だなあと感じましたが、69年前の8月6日、この場所は原爆の火と灰で埋め尽くされ、多くの人が亡くなられていたんだなと思いました。

**辻村** 2日目はどの分科会に参加したんですか?

**伊藤** 雨の中で大変だったのですが、碑めぐりに参加しました。

**辻村** 今後の社保活動についてはどうですか?

**伊藤** 戦争や原爆についてもっと知りたいです。今回参加してあまりにも何も知らない自分がいました。色々回りの方々が教えてくれましたが、もっと学ぶことで、自分の意見をしっかりと持ちたいと思います。

**辻村** これをきっかけに勉強したいということですね。

**伊藤** 世界大会に参加して、世界中の被爆していない国の人々が、

様々な思いで参加していることを知りました。それは嬉しいことですが、世界で唯一の被爆国で生まれ、育った自分はまだ知らないことが多い。

**後藤** 伊藤さんはなんでも素直に受け入れて、感激していた。全体の参加者の多さ、平和を祈った歌の折り鶴:

**伊藤** 折り鶴が好きです。

**後藤** あまりこういう真っ直ぐな子はいない(笑)

**梶田** 絶滅危惧種です(笑)

**伊藤** 広島で体験したこと、聞いたことは忘れません。

**辻村** 素晴らしいですね。スポンジのように吸収している。梶田さんはどういった経緯で参加したんですか?

**梶田** 僕は院内社保平和委員なんです。委員会が平和行進って何ですか?という質問をしたら、出席していた委員から平和行進に参加したらと進められました。平和行進に参加したのですが、歩く距離も長いし、凄く暑くて本当に辛かったです。名南病院からは1人で参加したので、わからない事も多くて、正直嫌だな。こんな行動をする意味がわからなかったんです。

**辻村** でも今回、広島原水禁世界大会に参加して、平和行進に参加していた時の気持ちが変わりました。日本・世界各地で核兵器を無くそうと運動されている方々がおられ、世界大会に参加したくても出来ない人もたくさんいます。世界大会や平和行進に高齢で参加できない被爆者の方、たくさん活動されている人々がおられることを考えると、愛知で沿道の方々に核兵器を無くそうとアピールすることを、元気で若い自分達がいかなければいけないと思うようになりました。

**辻村** 参加されてどうでしたか?

**梶田** 7千人くらい参加者がいたのですが、まだまだ参加者が少ないのもっと広げたい。最低1万人くらいは参加してほしいと思います。原爆のことは、中学・高校で勉強する範

囲のことしか知らなかった。資料館の展示内容のこと、原爆ドームがきちんとした形で残っていることも知らなかった。世界大会の中で広島市長の平和宣言を聞くことができました。後で調べたら自民党系の市長でしたが、原爆や被爆者に対して、核兵器を無くそうという想いは、自分の意見と余り変わらなかった。あと、気がついたのは、名古屋はNHKで10分ぐらいしか放送していない、8/6の慰霊祭を広島では長時間の枠で放送している。地域によって関心に差があるんだ。日本中の人々が過去の戦争について現在の平和活動に関心を持ってほしいと思います。

**辻村** 今後の社保平和活動についてはどうですか?

**梶田** 来年はNPT再検討会議があります。名南会からは誰が参加するかはわからないけど、署名を集め、平和・反核の想いを託したいです。集団的自衛権行使容認の問題などがありますが、日本が戦争を出来る国、戦争に協力しやすい国にしないことが大切です。今後、もっと法人からNPTや世界大会にたくさん参加できるように、社保平和委員として活動していきたい。

**辻村** 拍手

**辻村** 素晴らしいですね!小辻さんが参加した経緯は?

**小辻** 実は希望だしてないんですけど、課長から、8月に広島の世界大会に行くからねって言われて、子どもの時から、戦争の本や漫画を読むのが好きだった。すごく興味があったので参加したいなと思いました。原水禁参加者の壮行会に参加して、私たちは戦争を知らなくて、戦争はダメだと思っていました。本当に理解はしてないと感じました。でも、昔から平和は必要だという想いはあったので、参加しました。

**辻村** 参加してどうでしたか?

**小辻** 世界平和、核兵器をなくそうって、実現できたら本当に良いと思うけど、実際に世界では戦争中の国もあったりして、平和の概

念が漠然として、なかなか意味もわかっていなかった。自分は今まで平和のこと、核兵器を無くすことについて、何もしてこなかった。世界大会に参加した7千人だけでなく、参加していない人の中にも各地で署名や運動をしている事が知れて良かったです。

**辻村** 今後、社保平和活動についてはどう思いますか?

**小辻** 戦争は怖くて、悲惨なもの。原爆もそうです。他国の意見を聞いたり、他の人の意見を聞いたりして、自分の考えを持ちたいです。9条をはじめ、憲法のこと学んでみたい。社保平和活動の意味をしっかりと捉えて、参加したいと思っています。

**辻村** 梨を買ってね(笑)

**小辻** そうですね(笑)

**辻村** NPTの話がでしたが、前回参加された吉岡D.T.はどうでしょうか?

**吉岡** 法人では「9条の会」を再結成しました。まだ何をやるのか、どういった活動をしていくのか決まっています。世界大会に参加した皆さんにも9条を守る活動に参加してほしいです。

平和活動や社会保障を守る運動は、他の病院で組織的にやろうと思っても、全くできないと思います。名南会は、人々のいのちと健康を守るという意味で平和や社会保障を守る活動をしている。NPT再検討会議に私は5年前に名南会の代表として参加させていただき、集めた核兵器廃絶署名を国連に手渡すことができました。5年前、パレードの最終地点には日本中、世界中から集まった数え切れない核兵器廃絶の署名が、高く積みまれました。NPTは国連に核兵器廃絶署名を提出できるチャンスです。来年のNPTにも皆さんのような若い職員の方に、是非参加してほしいと思っています。今後も継続して社保平和の取り組みを積極的に行ない、NPTに向けた署名活動にも一緒に取り組みましょう!

**辻村** 皆さん、お忙しいなか今日はありがとうございました。

# 病気のはなし 自閉症スペクトラム ②



吉岡 七七 医師  
(名南病院 小児科)

前回は、「自閉症スペクトラム」の特徴をお伝えしました。今回はその特徴を持つ人たちがどう一緒に生きていくかについて考えてみました。

現在は、少し認知度が上がり相談されるケースが増えてきました。しかし「自閉症スペクトラム」と診断すること、「障害」であることは別の問題です。自閉的な特徴のため保育所、学校や仕事場での生活が難しくなければ「障害」ではありません。

重い自閉症の子は早い段階で支援を受けられますが、問題は境界線あたりの子どもたちです。時には親にも理解されずに大人になって気づくこともあります。「自閉症スペクトラム」の特徴に気づかず、つらい思いをしている人の中にはだんだんと不登校や就職困難になったり、うつや統合失調症などの精神疾患を合併したり、虐待にもつながることがあります。これを防ぐことが小児科医の大切な役割です。そして、子どもの貧困率が上昇している今、格差が広がって真先に被害を受けるのはこの子たちです。そのために乳児健診での早期発見や就学前の相談が重要なのです。

自閉症スペクトラムの子たちには接し方を工夫するだけで気持ちよく生活できることがあります。たとえば、あいまいな表現を避け、視覚的な指示にする、こだわりがわかっている場

合はなるべくそれを否定しない、音や光が苦手なら耳当てやサングラスをする、などです。できないことをやらせ続ける「特訓」は要注意です。当然、ひとりひとり特徴が違うので、アドバイスが必要ですが、こうした工夫は、目が悪い人が眼鏡をかけるように、自然に行われていくべきだと思います。

また特徴は大人になるにつれて少しずつ薄らいでいくことはありません。しかしすべて消去することはできません。それを持ち続けたまま生きていくには、「困った時に困ったと言える人・場所を作ること」と「自分のことを好きだと感じる」ことが大事だと言われています。問題がこじれてしまいう前に相談でき、人とは違っていてもそんな自分が好き、という自閉症スペクトラムの方は周りの助けを借りながら、その優れた能力を発揮しているのです。

私はそうした子どもたちを育てているお母さん、お父さんとの関わりの中で、今、たくさん学ばせてもらっています。ちょっと気になる変わった子が困っている時に何か明るい光を示すことができるように、さらに臨床経験を積み、社会全体でおおらかに子どもたちを育て合ひ、みんながのびのび生きられる地域にしていきたいと考えています。

(後編おわり)

# 共同組織のページ

(社員・協同基金・友の会)



9月7日～8日の2日間、3200名以上の全国各地の友の会・医療生協などの共同組織のみならず、民医連事業所職員が神戸に集まり、貧困や健康格差の広がる情勢の中、「安心して住み続けられる街づくり」をめざした取り組みを発表・交流しました。

名南・中川両健康友の会、名南会職員あわせて9名が参加。今後の取り組みに向けて、元氣とアイデアをもらってきました。

## 全国共同組織活動 交流集会 in 神戸

「安心して住み続けられる街づくり」の思いをあらたに

### 私自身も行動したい!

名南病院 連携室相談員 堀内香奈

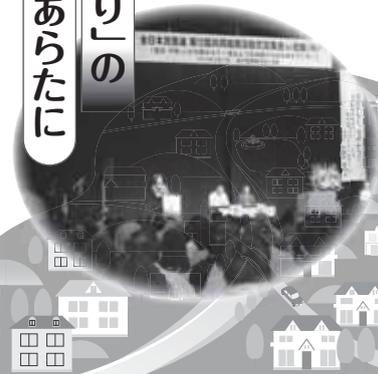
全国から集まった、民医連の医療機関の職員・友の会や組合員の方の報告を聞き、とても刺激を受けました。75歳以上の町民の医療費の無料化を訴え実現させた町の、友の会の方の取り組みや、違法だらけの生活保護行政と闘う職員の方の話が印象に残りました。職場内だけでいきなさいと思いません。

### 豊かにのびやかに人間的に発達できる友の会活動でありたい。

中川健康友の会 北村晴美

阪神・淡路大震災の傷が癒えぬ500日目にポトアイランドを訪れた時、道路はまだアスファルトが浪打つていたものの復興は進んでおり、来年は20年目を迎えるという。三年半も過ぎた東日本の復興が遅々とした状況であることに心を痛めながら、中川健康友の会より演題を携え森雅欣さん、近藤順子さんと三人で参加しました。3200人が埋め尽くした全体会会場はまさに老若男女。再会を喜び合う人、子供の歓声や泣き声、職員らしき若者。そんな全国からの参加者を歓迎してくれたのは神戸の華僑・舞獅隊の子供たちでした。平和であつてこそ、誰もが安心

和であつてこそ、誰もが安心と帰路に着きました。



## 中川盆踊り

8月29、30日に中川診療所北側の波花公園で「反核・平和」をアピールする第30回反核平和盆踊り大会が行われました。29日の初日は小雨の中で開催、毎年好評の中川診療所ケアの「味噌おでん」は開始早々に170食を完売。30日は好天に恵まれ、友の会の「焼きそば」156食を完売しました。福引景品も30回というところで奮発、自転車2台、お米、ビールなどで福引大会は大盛況。夏のひと時、楽しく踊り、交流を深めました。



## 瑞穂地域学習会

介護に対する関心高く 43名の参加

講演内容

- 「在宅医療の現状について」 小松健 名南ふれあい病院院長
- 「今後の介護保険の動向について」 岩本巨司 名南ふれあい病院・かたらいの里事務局長

「瑞穂地域学習会」に参加して

当日は他の諸行事と重なったにも拘らず、40名を超える人たちが集まり、介護に対する関心の高さを感じました。私も夫婦も、来年共に80代になります。「後期介護適齢期」となるので介護問題は切実です。名南ふれあい病院の講師の方々から「在宅医療の現状」と「今後の介護保険の動向」についてお話を伺いました。国は軍事や大

型公共事業には大盤振舞をしながら、私たちの社会保障には財源がないとあって「自己責任を押しつけることが、介護の分野でもまかり通っている現状をあらためて思い知らされ、怒りが湧きました。フロアー発言から悲鳴が上がるほどでした。皆さんが本当に苦労されています。名南会が提唱する「地域包括ケア」の前進で国の強権を打ち破りたいと切に思いました。

瑞穂区 中住 健二郎

## 名南健康友の会 「秋だ! 歩こう!!!」健康チャレンジ

名南健康友の会では、健康チャレンジと称して10月、11月にウォーキングコースを設定しました。秋の景色を楽しみながら、一緒に歩きましょう!

コース	曜日	出発	終了予定
1 道徳公園	毎週月曜日	8:30	9:30
2 呼統公園 一笠寺観音	毎週水曜日	9:00	10:00
3 瑞穂山崎川	毎週金曜日	9:30	11:30
4 港	毎週月曜日	9:30	11:30
5 七里の渡し -熱田神宮 (特別コース)	毎週木曜日	10:00	11:30
6 ラジオ体操	毎週火曜日	10:00	10:30

(申込)期間:9月1日から9月24日まで 方法:名南健康友の会事務局にお電話いただくか、各院所窓口にある申込用紙を記入の上、窓口へお申し込みください。

お問い合わせは名南健康友の会事務局Tel (052) 692-7544まで

## 10月以降の予定

- 10/7 (火) 名南診「お食事サロン」は10月はお休みとさせていただきます
- 10/18 (土) 中川診療所「2014 秋の健康講座」テーマ「介護保険大改悪を押し返そう」—— 中川診療所 外来待合室
- 10/21 (火) ゆめっこ広場 10:00~ —— ふれあいヴィレヂ3階
- 10/21 (火) 歴史探訪ウォーキング 10:00~ 金山駅周辺・深い歴史を見つけに行こう! —— 金山駅中央改札口(名鉄改札口)
- 10/19 (日) 名南病院健康まつり 11:00~15:00 —— 名南病院
- 10/25 (土) 下之色まちめぐりウォーキング 10:00~ 伊勢湾でも有数の漁師町でした…… —— 中川診療所集合
- 10/26 (日) 第11回ふれあいフェスタ 10:00~14:00 名南ふれあい病院 —— 近所の人や、お友達を誘ってご参加ください! 楽しい企画盛り沢山!
- 11/8 (土) 名南健康友の会 歴史を学ぶバスハイク —— 飯田・満蒙開拓資料館、杉原千蔵記念館 (お友達を誘って、こそってご参加ください!)
- 11/15 (土) 健康ハイキング —— 海上の森 (詳しい集合場所、時間はポスター、チラシなどでお知らせします。)
- 11/16 (日) 中川健康友の会 秋の行楽 —— 飯田りんご狩り&駒ヶ根・木曾路紅葉ツアー (10月6日から申し込み開始! 家族みんなで参加しませんか? 楽しい思い出を作りましょう!)



高田城があったとされる御劔小学校 (南側より見る)

御劔小学校北に亀城町という町名があります。東から西に向かつての傾斜地になっています。この町名は大正から昭和にかけて行われた耕地整理事業の終わったあと、昭和6年に南区瑞穂町の一部分から生まれました。亀城町の名は、この辺りの江戸時代からの字名、「亀田」と「城ノ内」を含む12の字名を統合するかたちで生まれました。同7年には瑞穂町字「中ノ切」を編入したあと、行政区の変更により、同12年昭和区、同19年瑞穂区となって現在に至っています。

現在の御劔小学校の辺りは、平安末期に高田四郎重家によって築かれた高田城と呼ばれた城がありました。永禄3年(1560)頃には、織田信長の臣であった、村瀬浄心が城主となりました。城域は東西約106m、南北約50mであったと云わ

# 歴史から見た町名

(十九) 尾鍋 昭彦

## 亀城町 (かめしろちょう)

(瑞穂区)



大正5年に描かれた城ノ内と亀田

れていますが、すぐに廃城となり、江戸時代に書かれた「張州府志」によれば「其地今為陸田」とあって荒れ果てて畑になったことがわかり、今ではその址すら知る事ができなくなっています。城ノ内という字名が残されていることから城があったことを推測するのみです。城ノ内の西には新池と呼ばれる灌漑池があり、更にこの西が亀田と呼ばれる地域でした。城ノ内は全体が高台になっており、亀田は低地でしたが、高台は畑となり、低地である亀田は田に利用されていました。その間は崖になっており、湧水もあったと云われています。この湧水が新池をつくっていたものと思われま。この池は、大正の頃までは、この地をうるおす灌漑用の水に使われていました。

城跡を含む、江戸時代の字名から生まれた町名ですが、現在では住宅地となっています。

### 我が家の自慢

平和だから仲がいい

南区 久保寺さん

昨年の11月に「ポメラニアン」の繁殖犬を家族の一員に迎えました。繁殖犬は6年を過ぎると、用を終える犬のことで

す。

今では名前も「メロン」とつけ、以前からいるダックスフンドの「ジロウ」と仲良しで、とても楽しくみんなで暮らしています。

息子は「メロン」が大好きで、メロメロになっています。毎日が楽しく、生きがいになっています。朝5時から約30分の散歩に出かけるのもメロンはとっても楽しみにしています。

今、平和だから犬と仲がいいのだと思っています。

これからも、ずっと平和であってほしいと願っています。



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健康推進室・松土までお知らせください。

2014年10月予定表	名南病院地域				名南ふれあい病院地域				ボランティア			
	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	日曜日	班会	班会内容	班会場所
	2日(木)	14:00~ 道徳地域合同班会	体の免疫力を高める食事	名南わいわい広場		1日(水)	14:00~ 昭和健康体操サロン	貯筋体操 ラジオ体操	ハットリ			
	16日(木)	14:00~ わいわい健康体操	健康体操	名南わいわい広場		6日(月)	16:00~ えんがわ班	心臓疾患の種類と特徴	デイサービス えんがわ			
	23日(木)	10:00~ 新三条班	インフルエンザ予防と かつた時の対処方法	牧野宅		8日(水)	13:30~ コーポラス班	冷え性の特徴と 予防方法	コーポラス集会室			
	毎週火・水・金曜日	13:00~ 歌謡舞踊教室	歌謡舞踊	名南わいわい広場		9日(木)	10:30~ 名南診健康体操	セラバンド・ タオル体操	名南診2F多目的室			
	毎週月曜日	13:00~ 囲碁の会	囲碁	名南わいわい広場		17日(金)	14:30~ ひよこ昼班	ストレスの解消法	たまり場ひよこ			
	毎月第4火曜日	13:30~ ちぎり絵教室	ちぎり絵	名南わいわい広場		21日(火)	13:30~ 豊北・診療所合同班	健康診断のお勧め	伝馬コミセン			
	10日(金)	14:00~ 鳴丘班	体の免疫力を 高める食事	会員宅		27日(月)	14:30~ 北原ひよこ班	冷え性によい食事	湯浅宅			
	15日(水)	13:00~ なでしこ班	冷え性の特徴と 予防方法	えがおたまり場		毎月第2・4火曜開催	14:00~ 絵手紙教室	絵手紙	名南診2F多目的室			
	20日(月)	15:00~ 滝の水班	動脈硬化を予防 する食事	佐藤宅		毎月第4 木曜開催	14:00~ 編み物同好会	編み物	名南診2F多目的室			
	21日(火)	13:30~ コスモス班	めまいの特徴と 対処方法	えがおたまり場		21日(火)	①10:00~ たんぽぽ班 ②14:00~	①今はまっている事 ②リハビリ体操	中川診友の会ルーム			
	名南病院	ほんわか喫茶	毎週月曜日 10:00~	名南病院 くるくるプラザ		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	名南診 コーヒーサロン	毎週月曜日 10:00~12:00 ※第4月曜日は サービスデー	名南診療所2F 多目的室		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	サロン・なかしんさん (コーヒー、お茶付)	毎週木曜日 10:30~11:30	中川診友の会ルーム		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	ゆめっこ広場 (子育てサロン)	毎月第3火曜日 10:00~12:00	ふれあいヴィレテ		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35回**

現在の職員数は、23名です。(パート職員含む)ベテランや子育て真っ最中のスタッフがが多く、マンパワー豊かです。外来はそれぞれの科の特殊性があり、今は適材適所へ診療時間帯への配置をしています。

日常的には地域の方の健康を願い、毎月第4火曜日の午前中はアピタでの健康チェックへ、毎週金曜日はフットケア・あるいは糖尿病患者様が透析とならないように、塩分



外来看護課長 丸田 須美子

## 名南病院 外来

制限や高血圧についての説明など予防管理も行なっています。

また、在宅療養支援病院としての一歩を歩き始め、往診も行なっています。

病院窓口である外来には、経済的な問題を抱えている患者様や、悩み多い患者様の来院があります。私たち医療者が出来ることを感じこれからの業務をスタッフとともに頑張っていきたいと考えています。

## 歯のクイズ

問題は健康の入り口シリーズ④

問題1 次のうち、歯が何回でもはえ変わる動物はどれでしょう?  
①ライオン ②ワニ ③クジラ

問題4 次のうち、人類が初めて作った歯ブラシの材料はどれでしょう?  
①竹 ②木の皮 ③布

問題2 次のうち、歯が一生のび続ける動物はどれでしょう?  
①カバ ②パンダ ③キリン

問題5 よくかんで食べると虫歯になりにくいのはなぜでしょう?  
①唾液がよく出るから ②歯が鍛えられるから ③食べ物が細くなるから

問題3 人間の大人の歯は、何回もはえ変わる?  
①はえ変わる ②はえ変わらない ③人によってちがう



### 歯科衛生士・助手・受付募集中!!

業務拡大につき、スタッフを募集しています。  
常勤・パートどちらでも可  
助手・受付は、特別な資格はいりません。  
勤務時間などご希望に応じます。 お気軽にお電話ください!  
**☎052-691-6480**



<答え> 問題1 ②ワニ 問題2 ①カバ 問題3 ②はえ変わらない  
問題4 ②木の皮 問題5 ①唾液がよく出るから

往診地域は、はみんぐ歯科から16キロ圏内です。南区・港区・中川区・瑞穂区・熱田区など。

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 はみんぐ歯科 TEL052-691-6480

## 名南病院 もの忘れ外来のご案内

最近、物忘れが気になりませんか?大切な物をどこにしまったか忘れてしまう。よく知っている人の名前が出てこない。ただ歳のせいなのかどうか心配という方は一度「もの忘れ外来」でご相談下さい。

- 診察日時 毎週木曜日午後2～4時
- 担当医 小林 弘茂 医師

受付方法  
完全予約制

### <事前に準備していただくもの>

- ①主治医の診療情報提供書(事前にFAXにてお送り下さい)
- ②「もの忘れ外来」事前検査情報  
血液等検査結果があればお知らせ下さい。できれば頭部などの画像検査はそのフィルムを初診時に持参して下さい。なければ事前に検査されなくても結構です。現在服用されている薬の内容もお知らせ下さい。

### <診察当日にお持ちいただくもの>

- 医療保険証(全員)
- 高齢受給者証(70～74歳でお持ちの方)
- 身体障害者手帳(お持ちの方)
- 特定疾患医療受給者証(お持ちの方)
- 介護保険証(全員)

<ご予約、お問い合わせ先> 名南病院 TEL052-691-3171

のぞいてみてね!

10月1日(水)は、**ピンクリボンデー**  
乳がん検診を受けましょう!

10月1日(水) 10:00～12:30 17:30～20:00  
場所: 名南病院講堂

自己触診のやり方(DVD)  
ピンクリボンのグッズ販売

名古屋市の乳がん検診受診率 20.8%  
(25年度、40歳以上女性)  
↓  
受診率 30%を目指して!

来場された方には、**コーヒー**等のサービスもあります。

名南健康友の会・ひまわり会 共催

## 「無料低額利用事業のご案内」

### かたらいの里

かたらいの里では入所サービスについて、生計困難な方に対し、社会福祉法が規定する「無料または低額な費用で介護老人保健施設を利用させる事業」を6月から開始しました。

事業の対象となる方は、①病気や障害などで収入がなく困っている方②失業のため一時的に収入がなく困っている方③介護費用を支払うと生活に困難が生じる方、等経済的理由

で施設利用料の支払いが困難な方です。  
ご利用にあたっては、世帯の収支がわかる資料のご提出や支援相談員との面談等所定の手続きが必要となります。  
お申込み後、当施設の基準により事業の対象と判断されれば、施設利用料が減額・あるいは免除となります。  
手続きや適用基準等、詳しくはかたらいの里支援相談員までご相談ください。

TEL 052・691・8085  
受付時間 9～17時

## 名南会 法律相談

初回  
相談のみ  
無料

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、中川健康友の会会員である旨、申し出てください。

- 弁護士法人 名古屋南部法律事務所  
TEL(052)682-3211  
随時(御相談に応じます)
- 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

# 簡単!! 健康体操

## 横になって お腹の運動②

作業療法士:原田 拓  
モデル:小沢 慶士  
(理学療法士)

### 〈運動の目的〉

- 1 上体起こし:おなかの筋肉を鍛えます
- 2 おしり上げ:おしりの筋肉を鍛えます

※注意点 ・痛みがでる場合は中止してください。  
・体調に合わせて無理せず行って下さい。

### ①上体起こし

ベッドで上向きに寝た状態でリラックスします。両膝を立てた状態でおへそに向かってゆっくり体を起こしていきます。20回位を目安に実施します。



### ②おしり上げ

ベッドで上向きに寝た状態でリラックスします。両膝を曲げた状態からおしりを天井に向かってゆっくりと上げていきます。20回位を目安に実施します。



## 第10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	7				
8	9			10	
11				12	13
	14		15		16
17	18		19	20	
	21	22			
23			24		

【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 水田にイネの苗を植えること
- 3 中華料理の食材。ジンベエザメ、ウバザメのものが最も高級です
- 6 ダニ、シラミ、〇〇など、よく刺される代表的な害虫
- 7 未練が残って、きっぱりと思いつけないこと〜〇〇〇髪を引かれる
- 8 南天の星座で、星座の中で最も小さい。別名、サザンクロス
- 11 おにぎりや寿司によく使われます。〇〇〇〇せんべいも有名
- 12 応急〇〇〇。救命〇〇〇
- 14 カレーと言えば。〇〇〇人もびっくり
- 16 物事が順調に運ばず、〇〇曲折を経て、やっと解決した
- 17 人気ゆるキャラ「ふなっしー」の名セリフ、〇〇汁ブジャー
- 19 代表的な生活習慣病、高血圧症と〇〇〇〇〇〇病
- 21 格闘技や護身術としてではなく最近では健康法として普及しています〜〇〇〇〇〇拳
- 23 〇〇〇クリーム。ドライ〇〇〇。〇〇〇ランド
- 24 物事をあいまいにすることを〇〇〇〇にするとも言う

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10月31日(金)

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。

473号の答えは「ナツノクモ アサカラダルウ ミエニケリ」 38通の応募があり、全員正解。

(当選者) 赤堀 英里奈さん(中川区助光) 中住 照子さん(瑞穂区内方町) 青野 清さん(福島県会津若松市)

# 投稿 読者のひろば

## 趣味の水墨画が私の生きてた証...

先日、私が趣味で画いた水墨画ですが、家に掛けるには額が大きすぎるし、かと言って押入れにほり込んで置くのも情けないしと思ひ、思案の末、お世話になって居る病院のどこかに掛けて戴けないかとお持ちした処、此の度リニューアルされた通路に掛けて戴くことが出来ました。ありがとうございました。私の生きてた証しにもなると感謝致して居ります。本当にありがとうございました。

南区道徳新町 中島 迪江さん

## 虫の音色に近づく秋を感じ

先日ご近所の方から「鈴虫」を数匹いただきました。仕事から帰ってくる時、鈴虫がリンリンと美しい音色で鳴いているので、疲れた体も癒されます。まだまだ暑い日が続きますが、虫の音色やトンボを見かけると、秋に近いのかなと感じます。

中川区下之色町 中島 政子さん

## ヒマワリに戦争の思い

ヒマワリは明るく活動的で力強い感じの花ですが、私にとって小一の時、軍事教練まがいの事があり、なまけるとたたかれ、敗戦もヒマワリの咲く夏でした。映画「ヒマワリ」も。

中川区春田 井上 令子さん

## 川柳

こんな世に 揺らがぬ心 灯を掲げ  
平和こそ 幸福の基 生きる甲斐  
慈しむ こころ育む 教育を  
しみじみと 生命を想う 秋の夜  
朝日射す 道を真直ぐ 胸張って  
港区木場町 松井 俊宏さん

## 短歌

戦争にふみにじられし青春を  
語り会う友また人逝く  
食へ物すべて値上りの夏

南区戸部下 山出 久子さん

# 健康レシピ

名南病院栄養課 調理師  
都築 智也

## 焼きサバの土佐漬け



- \*\*\*\*\* 材料(1人分) \*\*\*\*\*
- サバの三枚おろし 80g
  - 塩 少々
  - ししとうがらし 3本
  - 削りカツオ 1g
  - 酢 大1.5
  - a 生姜の絞り汁 少々
  - 醤油 大0.7
  - 水 大1

\*\*\*\*\* 作り方 \*\*\*\*\*  
1人分195キロカロリー 塩分2.1g

- ① サバは皮目に1cm間隔に切り目を入れながら4等分にし、塩をふる。ししとうは竹串で穴をあける
- ② aをボールなどに合わせる
- ③ グリルでサバとししとうを色よく焼いて火を通し、②に入れる。時々返ししながら、10分以上おく。器に盛って完成

## 骨密度アップ!!

ビタミンDはカルシウムの吸収を助けます。ビタミンDが足りないと、カルシウムの摂取が充分でも吸収や代謝がうまくいきません。しかし魚にはビタミンDが豊富にあります。みなさん、しっかり魚をとりましょう。