

迎春



めいなん

第478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

新春特大号

かたらいの里デイケアと中川診療所デイケアの作品

新年あけましておめでとうございます

医療法人名南会 理事長
三宅 隆史

昨年中は、医療法人名南会に皆様のご協力を頂き、本当に有り難うございました。特に、社員の皆様、名南健康友の会と中川健康友の会の皆様には大変お世話になりました。

昨年4月に、消費税増税に加え年金引き下げなど社会保障給付削減が行われ、地域の方々の経済的困難が増しました。同時に行われた診療報酬改定では、報酬引き下げとともに、入院の早期退院と在宅への誘導が行われました。地域での医療や介護に混乱を来しています。社会保障と税の一体改革のもと、今年には介護保険の見直しが行われ、要支援1・2の方の介護保険外し、特養入所を原則要介護3以上に、介護保険に初めて2割負担の導入など負担増が予定されています。

さらに安倍内閣は、7月に集团的自衛権行使容認の閣議決定、12月には秘密保護法の施行と、「戦争する国づくり」へ暴走を続けています。

昨年は、3期に及んだ名南病院リニューアル工事が完了しました。

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いただきます。

**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)

MRI撮影装置も更新しました。みなさまのご協力にお礼申し上げます。

家田 一文 医師がリハビリテーション科専門研修から、吉岡 モモ 医師が小児科専門研修から帰任し、それぞれリハビリテーション科医療、小児医療の質の向上に役割を發揮しています。

引き続き、医療法人名南会では、地域の方々や医療機関・介護施設との連携をいっそう強めて、質の高い「無差別・平等の地域包括ケア」実現をめざしていきます。

12月の総選挙に続いて、今年前半には、愛知県知事選挙・一斉地方選挙が相次いで行われます。愛知県は、看護師数や介護福祉施設の整備は全国最低水準です。安倍政権が社会保障の大改悪を行っているとき、社会保障の充実を求めて行動を起こしましょう。

法人理事会としても、さらに地域との共同を広げ、医療・介護活動を通して地域での役割を果たしていきたいと考えています。みなさまのご協力をお願いします。

新年にあたり、皆様方のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。

医療法人名南会副理事長・名南ふれあい病院副院長

早川 純午	中西 八郎	高尾 恭作	土肥 カヅ子	服部 繁治	小南 重人	小松 健	大森 久紀	山口 達也	細江 正哉	役職員一同
-------	-------	-------	--------	-------	-------	------	-------	-------	-------	-------

中川診療所が、 この街に あるということ

中川診療所 事務長 水出 禎



この街・中川区一色新町に名南会中川診療所ができて31年がたちました。そして、旧診療所の老朽化や介護事業への更なる積極的な対応のため、地域と一体となって取り組んだ「中川診療所新築移転」の運動で、新診療所が完成して3年。…いま、毎日たくさんのお患者さん、毎月増えているデイケアの利用者さんに対応していると一日いちにちが本当に早く過ぎていきます。

2014年は「相談できる診療所」を目指して医療活動・介護事業・地域活動に取り組んできました。中川診療所では対応しきれない病气、検査などの場合は地域の病院と連携を密に行ってきました。昨年から山口所長は中川区医師会の副会長を務めています。「病診連携担当委員」として地域での医療機関の在り方について考えています。デイケア（通所リハビリテーション）では積極的なリハビリを展開し地域のケアマネさんからも定評をいただいています。訪問リハビリも前年より2倍近くのお患者さんに対応しました。

中川健康友の会と一体となって地域でその存在感をもっとも発揮したのが「中川診療所居宅介護支援事業所」です。健康友の会運営の「サロンなかしん」での積極的な介護相談で「介護保険でわからないことがあればすぐ聞けるよ」が評判になっています。居宅介護支援事業所の利用者も前年より大幅に増えています。

さて、年末に急ぎよ解散になって行われた衆院選挙。（この文章は投票日前に書いていますが）本当に国民のための政治が行われているのか、もう一度しっかりと見ていきたいと思います。「憲法9条を守って平和な日本に、25条を生かして安心して暮らせるように」山口所長の言葉です。

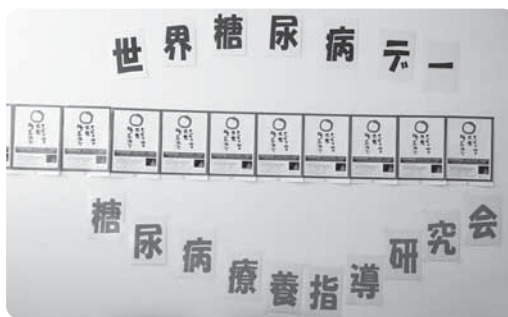
『世界糖尿病デー』活動に奮闘！

11月14日は世界糖尿病デーです。この日はインスリンを発見した人の誕生日です。
名古屋城が糖尿病デーのシンボルカラーのブルーにライトアップされます。

名南病院では、三宅理事長、中島医師、伊藤春見医師と糖尿病療養指導研究会の仲間で開催し、6回目となるイベントを開催しました。

今年のテーマは糖尿病8番目の合併症と言われている「認知症」に焦点をおき、「認知症かんたんテスト」を行いました。皆さん、ドキドキしながら「認知症だったらどうしよう…」とテストをされていました。他にはトイレに捨てることのできる尿糖チェック用紙のサービス、当院栄養課の調理師の協力のもと減塩みそ汁の試飲コーナー。いい匂いにつられて入ってこられる患者

様もたくさんみえました。80kg鬼まんじゅうの販売、準備した100個は完売。毎年恒例の糖尿病クイズも行い、外来の患者様、入院患者様も顔を出してくれ、半日のイベントはあっという間に終わりました。
毎年購入して下さる患者様の期待に応え、来年度の糖尿病カレンダー販売を開始しました。



私たちの夢 名南病院をいつかブルーにライトアップしたいです

小児 リハビリテーションが 始まります！

名南ふれあい病院のリハ室の一角に小児リハビリ室ができました！

現在、言語聴覚士さんとともに言葉のおくれや自閉症スペクトラム、ADHDなどの発達障害の子どもたちを対象に言葉のトレーニングやコミュニケーションの向上訓練などが行えます。また、来年度以降は脳性麻痺や生まれつきの重度心身障害児、脳炎脳症・脳外傷・脳血管障害などの後天性障害などの子どもたちも対象に広げて理学療法（PT）、作業療法（OT）ができるようにと考えています。小児リハビリテーションは「これから新しく発達していく」ところが特徴で、大変やりがいがあると思っています。話す、食べる、動くといったからだの発達と同時に、こころの発達も両方育てていけるよう、家田先生、リハビリスタッフの皆さんと協力しながら地域の連携プレーを目指したいと思います。なお完全予約制です。ぜひ、名南ふれあい病院にお電話にてご相談ください。



小児科 医師 吉岡 モモ

「弁護士集会」のお知らせ

昨年7月、安倍首相は、日本国憲法があるにも関わらず集団的自衛権を日本も行使できる、という閣議決定を行いました。日本国憲法をどのように読んでも、それはできないということを今までの政府が言明してきたにもかかわらず、一内閣の判断で他国での武力紛争に当事者として参加できるという判断をしたのです。

こんな憲法破壊は許されないと、愛知県弁護士会（愛知県内に法律事務所を構える弁護士が全員加入している団体）が主催して、集団的自衛権行使反対の大集会・パレードを行います。

1月17日(土)

13時30分～久屋広場 です。



暖かい服装で、ぜひお誘い合わせの上お出かけください。

弁護士法人 名古屋南部法律事務所

名古屋市中区正木4丁目8番13号
金山フクマルビル3階
(金山総合駅南口から徒歩3分)

電話 052-682-3211

【平針事務所】

名古屋市中区平針2-808
ガーデンハイツ平針1階
(平針駅2番出口から徒歩3分)

電話 052-804-1251

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

くらしの法律相談

夫が突然の家出。生活費は？

Q 夫が荷物をまとめて家を出てしまいました。会社には行っているようですが、生活費を入れてくれません。

夫が荷物をまとめて家を空にしてしまった。会社には行っているようですが、生活費を入れてくれません。これは行っているようですが、生活費を入れてくれません。

A 別居していても、婚姻関係は継続していますから、夫婦はお互いに収入や資産状況に応じて家族を扶養する義務があります。家族が通常の社会生活を維持するために必要な費用のことを「婚姻費用」と呼んでいます。夫は働いているということですので、夫に婚姻費用の分担を求めることができます。具体的金額や支払い方法については、夫婦の話し合いで決めることが望ましいですが、話

別居していても、婚姻関係は継続していますから、夫婦はお互いに収入や資産状況に応じて家族を扶養する義務があります。家族が通常の社会生活を維持するために必要な費用のことを「婚姻費用」と呼んでいます。夫は働いているということですので、夫に婚姻費用の分担を求めることができます。具体的金額や支払い方法については、夫婦の話し合いで決めることが望ましいですが、話

名古屋南部法律事務所 弁護士

岡村 晴美



中川健康友の会2014秋の行楽

またみんなで楽しく歩きましょう!

秋の健康チャレンジ お疲れ様交流会

12月3日ふれあいヴィレヂにて、10・11月と2カ月にわたり開催された秋の健康チャレンジに参加したみんなが集って「お疲れ様交流会」を開催しました。チャレンジ中に撮影した画像などをみんなで振り返り、楽しく感想交流しました。



お友達に誘っていただき健康チャレンジに参加しました。名古屋港まで歩けるかなあ?と思いましたが、おしゃべりしたり、買い物ツアー(笑)有りと、リーダーの方の計らいで楽しいコースでした。七里の渡しでは紅葉の時期だったし、白鳥庭園の散策もあり、とてもきれいでしたよ。初対面の方ばかりでしたが、参加して良かったです。又、この様な企画があればと楽しみにしています。

(南区 藤田 富美江)

初対面の方ばかりでしたが、楽しかった



みんなで歩く楽しさ知った



私は一日一万歩を目標に、自由気ままに歩くのが好きでした。でも今回参加させて頂き、安いお店を発見したり、椎の実を拾ったり、みんなで歩く楽しさを知りました。メダカの学校を覗いては、元気に泳いでいるとみんなが安心して、笑顔でまた歩くことが出来ました。一時間のコースでしたが、仲間が出来本当に良かった。この企画を計画し、引率して下さった方々お疲れ様でした。

(南区 浜野 久子)

共同組織

(社員・協同基金・友の会)

のページ



★初めて参加した友の会の旅でしたが、天候に恵まれ紅葉とアルプスの山々のコラボに感動し、

バスで座席も山口先生のお隣で「緊張しちゃうわ」と言う友と、退屈のない時間を共有できました。1個がやつのりんご狩りでしたが何個でも食べられる贅沢に自然の恵みに感謝の1日でした。

(中川区二色新町 寺本峰子)

「飯田りんご狩り&駒ヶ根・木曽路紅葉ツアー」

57人で行って来ました!

★11月16日、秋晴れの日の行楽に出かけました。バスの中からは紅葉がとてもしばりでワァーワァーと思わず声が出る程でした。養命酒の工場はとて癒される森の中にあるほっこりとする所でした。お目当てのりんご狩りはたくさんりんごがなっており、どれを取ろうかと迷うほどでした。

とにもかくにも楽しい1日でした。お世話して下さいの方々、本当にありがとうございました。又、来年も行けたらいいなあと思っています。

(中川区大当郎 中島金子)



「戸田川緑地ウォーキング」気持ちよく歩きました!

11月18日(火)、「戸田川緑地ウォーキング」を行いました。17人が参加して、健脚コースとのんびりコースに分かれ、それぞれのウォーキングを楽しみました。



健康懇談会で「正色班」を結成!

11月26日、正色自治会館での「健康づくり懇談会」に近隣より17



人が参加。骨密度測定と理学療法士の「膝と歩き」のちよつとい話。これが好評で、これから、ちよくちよく集まって健康づくりをやりましよう!と、その場で、班長に服部さん、補佐に松波さんをお願いして「正色班」の結成となりました。

名南健康友の会 保健学校案内

開校式: 2015年2月28日(土) 14:00~〈予定〉
場 所: 名南病院講堂「くるくるプラザ」

会場: 名南病院 講堂
ふれあいヴィレヂ
瑞穂生涯学習センター

カリキュラム

- 第1講座 カロリー計算マスター講座
- 第2講座 体操マスター講座
- 第3講座 認知症サポーター養成講座(いきいき支援センター)
- 第4講座 救急蘇生・血圧測定マスター講座
- 第5講座 医師の話
- 卒業式

詳しくは
名南健康友の会事務局
052-692-7544
まで



「スモ入班」
吉井 良江

呼続健康まつり 「医師の話、また聞きたい!」

呼続健康まつりの時に話して下さった細江先生の話は、私達みたいな年寄りには非常にわかりやすい内容でした。テレビや講義でよく聞く内容でしたが、あんなに分かりやすい話は、今までで初めてでした。また機会があれば、細江先生の話聞きたいです。

健康体操も楽しかったですし、はみんぐ歯科からのお話もためになり、来年度の近くに出来る「はみんぐ第2歯科」も楽しみです。社保平和委員会さんが売っていた野菜は、大根、ピーマン、白菜を買い、とても新鮮でした。大根は輪切りにして煮込み、豚汁みたいにして友達3人で美味しく頂きました。

寒かったのでコーヒも飲んで嬉しかったです。

ゆめっこ広場

— ふれあいヴィレヂ 10:00~

ふれあいお食事サロン

— ふれあいヴィレヂ 11:30~

※1月の「名南診お食事サロン」は、お休みさせていただきます。

毎週火曜日(祝日除く)

9:30~11:00
名南ふれあい病院で
喫茶店
始めました!

喫茶店ボランティアさん募集中!

名南ふれあい病院 1Fラウンジ
※お問い合わせ: 052-692-7544

1月以降の予定

日時
1/24(土)

新春のつどい

本場の越中おわらや歌謡舞踊、三線演奏、合唱団による合唱などなど楽しい企画盛りだくさん! ぜひ、来てください! 入場無料

— 南文化小劇場 (南図書館3F)

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

(戦後を語り継ぐ)

えるツアー



平和への想い

道徳新町 堤武夫

ツアーで兄たちの生き方を思い出した。兄や姉一家が満州に行き苦労したのを義兄は開拓団の指導者で渡満し、戦後になっても当時の話をしなかった。

そんな義兄がなくなったとき、大勢の人たちが来て、「私たちは残留孤児で、お兄さんにお世話になった者たちです。是非お線香をあげさせてください。」詳しく話を聞くと、「日本に来たが身内が分からず困っていた時、身元引受人になり、しかも自力で暮らせるようにと保証人になり導いてくれた人です。その人を日本のお父さんと呼んでました。」と涙ながらに話してくれました。

兄は一人でこれ程の人たちを支援してきたのかとビックリです。遠くとも来てくれたことに納得しました。戦争は自然や建物を破壊するばかりでなく、生き方まで変える怖いものです。人の心まで折ってしまい、胸に消すことのできない傷跡を残す恐ろしい行為です。そんな社会にはいけません。バスの中で参加の皆さんの感想を聞き平和の願いがとても深いのを知り、心強く思いました。

平和を考えるツアーに参加して

豊田班 山出久子

好天に恵まれ、途中の山々の紅葉と軒先に吊るされた見事な干し柿のスタレ。枝が折れんばかりの真っ赤なりんご並木が青い空に映えて、何とも言えない平和な風景に見とれていた。ところが満蒙開拓平和祈念館に入った瞬間から、私は重苦しい雰囲気におそわれ涙々でした。今の韓国で生まれ、小学生から汽車通学、京城(ソウル)からの帰りは奉天行きに乗り、開拓団の方々と同乗したこともあったのです。昭和16年父が急死、兄も召集された我が家は12月8日ソ連の侵攻が始まり、拡大する戦争を怖れて母と3人の弟妹を連れて一時郷里に引揚げた。勿論戦争に負けるとは夢想だになかった。怖い思いもしなかったけれど財産を失う程惨めな事はない。開拓の人々が極寒の地で夢破れ飲まず食わずで野ざらしの死体を置いて帰るってどんなに辛いか…涙なしでは見れなかった。

小学生から戦争を経験。戦中戦後生き延びて、どんなに平和が大切か身に染みて感じた一日でした。

昭和17年生まれの戦争記憶

三条 中西八郎

中区「上前津」に住んでいた私たち家族にアメリカの爆撃機が容赦なく襲い掛かったのは昭和20年5月、焼夷弾が降り注ぎ鶴舞公園へ逃げ込んで、かくも命は助かりました(姉に聞いた話)家は焼け落ち市内を転々とし、やっと父親が捜してたどり着いたのが空襲から焼け残った南区元塩町の三菱の社宅でした。(昭和21年頃)当時三菱とは無関係の私たちが社宅に入居した理由は不明。なんといってもひどかったのは食糧難でした。ツボ(たにし)ハコベ(野草)田んぼにいる小鮒、大江川のはぜ、時々来る配給の米軍の缶詰。塩も砂糖も少ないから何を食べても旨くない。食べるものがあれば良いほうでいつもお腹を減らして「お腹が空いた、お腹が空いた」と親に繰り返していた。

勉強が出来る環境では全くなく生きるのが精いっぱい。白米を始めて食べたのは5年生でした。今でも骨が細く体力がありません。



名南健康友の会

戦後70周年企画

平和を考



11月8日に37名で「満蒙開拓平和祈念館」と「飯田エコハウス・メガソーラー見学」に行ってきました。帰りのバスで感想交流をし、皆さんから良いお話を聞けましたので、いくつかご紹介します。

知らないことほど
恐ろしいことはない

御剣班 三宅 劔三

自分は単身で満蒙に行くには世代が少し若く、学校で先生が満州へ渡るものをすすめる段階ではなかった。満蒙開拓団の事はほとんど知らなかった(知らされていなかった)。身内では一番上の兄が満州へ衛生兵として出征したが、病気で結局かえってこられず、骨も帰ってきていない。自分の2.3上の先輩がソ連の捕虜になっていたという事も後になって知ったこと。

人を動員するのに「20町歩の地主になれる」等いいことばかり言って、実際には現地の人たちが苦勞して拓いた土地を取りあげていたのが実態。その他の事にしても一切悪いことは伝えず、いい所しか報道せず国民をだましていたのが戦争だ。今の秘密保護法にも通じるものを感じる。後になっていろいろ勉強したが、これまでおこった戦争にまともな大義の戦争はなかったし、教育・報道で事実を伝える・知るといふ事はとても大事だと思ってい。事実を知らない事ほど恐ろしいことはない。

平和を考えるツアーに参加して

絵手紙班 市岡 笑子

長野県阿智村の「満蒙開拓平和祈念館」へ行き、開拓団の体験者のDVDを見せて頂き、又、係員の話を聞きまして、日本政府の国策によって全国から27万人もが満州国へ送り出され、1945年8月9日に突然のソ連侵攻で満州は戦場と化し、開拓団の人は逃げまどう。非道残酷な出来事で、これほど酷いとは思いませんでした。涙があふれてきました。

当時3歳の私も「大東亜戦争」での名古屋大空襲を思い出しました。毎日のように空襲警報発令のサイレンが鳴ると、家族みんなで逃げて逃げて防空壕へと走りまわった。壕の中では子どもは外が見えないように毛布を頭から掛けられ、怖い怖いとみんなが泣き出しました。戦争はいやいや。

又、1945年6月9日、姉は18歳の時に船方にあつた愛知航空の防空壕で爆死しました。生きている筈もない姉の名前を呼んで、毎日毎日捜し続ける母親の聲が今でも私の耳に焼き付いています。本当に恐ろしい戦争でした。

二度と繰り返さない平和な社会を次世代に伝えていきたいと思えます。

山出さんのある日の日記

7月2日

日本の平和主義転換。「集団的自衛権閣議決定」朝刊に大文字がおどる。戦争を怖れないと安倍さんは言うけれど、戦争を知らないお坊ちゃん首相、何を考えているのかしら。私の人生はもうすぐ終わるからいいけれど、子や孫、曾孫たちの未来が心配。今日は半夏生。夏至から数えて11日目、それにしても暑い。

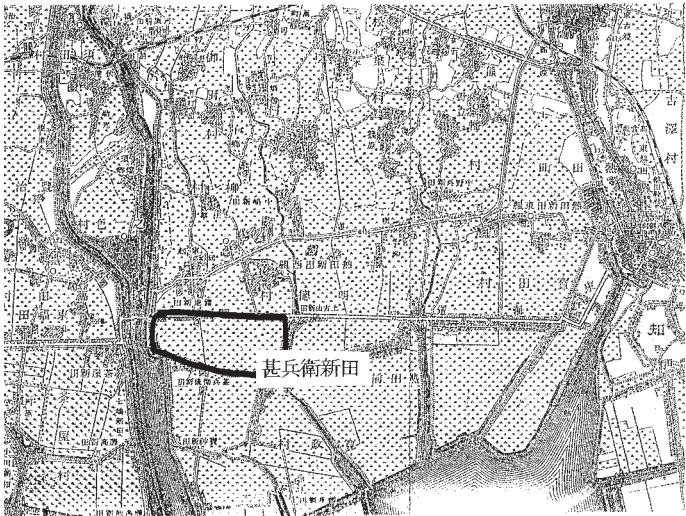
日の照り方で発電量が変わるメガソーラーは面白かった。飯田市は山の上だけでなく、住宅の屋根や空き地などいろいろなところにソーラー施設があつて、いろんな工夫を感じた。原発などの危険なものに頼らなくても十分やっていけると思った。エコハウスはとにかく室内がほんのり暖かくて、とても気持ち良かった。自然のあらゆるものを利用して電力をそんなに使わなくても、心地よい環境が作れると勉強になった。春・夏・冬のそれぞれの季節に訪れてみると、その良さが分かるんじゃないかと思った。こうした施設は町中に作っても取り組み次第で広げられるし、万が一のことがあってもそこに住めなくなるほどの危険性はないので、もっと広まればいいなと思った。

勉強になった

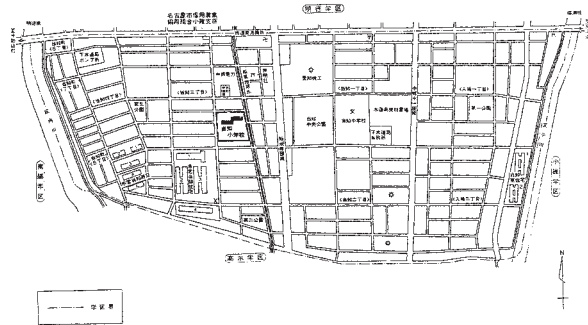
エコハウス・メガソーラー

豊北班 北方 茂信





明治24年地図による甚兵衛新田



現在の甚兵衛新田の跡地（現在の当地学区と一致する）

歴史から見た町名

（三）尾鍋 昭彦

当知町（とうちちょう）（港区）

明治時代に開かれた旧東海道の南側、庄内川の東側にあたる所に当知と呼ばれる地域が存在します。この地域は江戸時代に開発された当知新田の地にあたり、現在は庄内川に一番近い所が当知町と呼ばれ、その東側が当知1丁目から4丁目となっています。当知と呼ばれる一帯は元禄9年（1696）海東郡福田村（現在は港区南陽町）の農民 西川甚兵衛吉蔵が願主となり、敷金200両を尾張藩に上納して、村請新田として開発されました。村請新田とは、村役人はじめ村民の総意で開発を立案し申請、施工されたものであり、当初、開発者の名前をとって「甚兵衛新田」と名付けられましたが、文政4年（1841）当知新田と改称されました。当知の語源は不詳ですが、開発主西川甚

兵衛が真宗大谷派の信徒であったことから、浄土真宗の経典にある「無量寿経」の「汝自当知（ようじとうち）」（「なんじみずからまさに知るべし」の意）から名付けられたのではないかと云われています。

明治22年に明徳村の大字となり、明治39年小碓村大字当知となりましたが、大正10年に南区当知町、その後昭和12年に行政区の変更によって、港区当知町となりました。当知一帯は昭和40年代に耕地整理がすすみ、現在の町の様子に変わりました。

港区・南区には、干拓新田と呼ばれる、海岸の干潟を開発してできた新田が多く造られています。この新田を基にする市街地では、町名もこれによるものが多く、藤前町は藤前新田から、福田町は福田新田から、土古町は土古山新田から、名付けられたのはその例です。

健康ハイキング

11月29日、10人前後の友の会の方達と健康ハイキングに参加しました。天気は曇りのち晴れ、寒すぎず暑すぎず、とても穏やかな気持ちでハイキングが出来ました。前回も参加しましたが、今回は違った道を歩き、色々な景色を見ることができました。昼食を物見山の頂上でとる予定でしたが、頂上はさすがに寒くて「もつひと踏ん張り！」と、30分歩き、前回と同じ場所で昼食をとりました。今回、初参加の方や山登りが大好きな方、夫婦で参加されている方も見えて、たくさん交流することが出来て、楽しかったです。山を下るとき、空が雲に覆われ雨が心配されましたが、雨は降らず皆さん怪我一つなく無事に最寄り駅である山口駅へたどり着くことが出来ました。

次の健康ハイキングは、どこに行くのかまだわかりませんが、参加したいと思っています。



コスモス班 小藪 勝信

いつまでも元気で頑張りましょう

竜宮町健康セミナー開催



血圧がとても気になります

竜宮町内会
会長 伊藤 昌彦

近頃は車ではなく、歩く様にして、いつまでも健康で頑張りましょう。

「セミナー開催の様子」
名南会から3名の職員に来て頂き、参加者は竜宮会8名、竜宮荘5名の計13名でした。先ず参加者全員の骨密度測定、血圧、体脂肪の測定を終えてから、インフルエンザの予防法や注意点（手洗い、うがい、マスク等）や予防接種のお話を。その後、年齢と共に脆くなる骨、骨折等を防ぐためには日頃より歩いたり、軽い運動、カルシウムの摂取が必要とか自宅でも簡単に出来る運動を教えて頂きました。



健康講座の様子

2015年1月予定表	名南病院地域	日曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所	名南診療所地域	日曜日	班 会	班 会 内 容	班会場所
		15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(火)	19:00～ 御剣班	新年会	水谷宅
		23日(金)	14:00～ 名南班	口腔ケアと誤嚥防止体操	久保寺宅		8日(木)	10:30～ 名南診健康体操	セラバンド体操 + タオル体操	名南診2F多目的室
		26日(月)	13:00～ 囲碁教室		名南わいわい広場		9日(金)	14:00～ 健康サロン遠源	不整脈について	遠源さん
		毎週火曜日	10:00～ 10:30 ラジオ体操班	ラジオ体操 + 健康体操	名南病院講堂「くるくるプラザ」		13日(火)	13:30～ 絵手紙教室	乾燥肌を防ぐ方法	名南診2F多目的室
		毎週火・水・金曜日	13:00～ 歌謡舞踊教室 (2日・30日はなし)	歌謡舞踊	名南わいわい広場		16日(金)	14:00～ ひよこ昼班	コレステロール(LDL)を減らすにはについて	たまり場ひよこ
		毎月第4火曜日	13:30～ ちぎり絵教室	乾燥肌の対処法	名南わいわい広場		20日(火)	13:30～ 豊北・診療所合同班	腰痛・手足のしびれの話	伝馬コミセン
	ボランティア	名南病院	ほんわか喫茶	毎週月曜日 10:00～11:30	名南病院講堂「くるくるプラザ」	中川診療所地域	22日(木)	14:00～ 編み物同好会		名南診療所
		名南診療所	名南診 コーヒーサロン	毎週月曜日 10:00～12:00	名南診療所2F 多目的室		25日(日)	11:00～ 平郷班	AEDと骨密度測定 (AED指導と骨粗しょう症について)	喫茶 あみん
		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(1日・29日はなし) 10:30～11:30	中川診友の会ルーム		26日(月)	14:30～ 北原班	歯槽膿漏予防	湯浅宅
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	ふれあいヴィレヂ	20日(火)		10:00～ たんぼぼ班			
		ふれあいお食事サロン	30日(金) 11:30～		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	
	ふれあい喫茶	毎週火曜日(祝日除く) 9:30～11:00	名南ふれあい病院 1Fラウンジ		毎週土曜	14:00～ ヨガ班(3日はなし)	ヨガ	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		
					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

※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

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」を理念に無料低額診療事業（無低診）を開始し3年が経ちました。

年々格差と貧困は拡大し経済的事情で受診出来ない方が増えています。A様（30代）は非正規雇用で寮費・会社からの前借りを払うと手取りは2〜3万円で医療費を払う余裕はありません。その為治療が必要な病状なのに治療を断念していました。

MSWと面談後A様は無低診を申請。医療費減免になり治療が出来るようになりました。

無低診を申請する背景には、年金額が少ない、自営業の経営悪化、失業中、就労しているが低所得、ローンや借金返済で生活が成り立たない、国民健康保険料滞納、無保険があります。病気や経済的事情は誰にでも起こりうる問題です。無低診相談では守秘義務を守り、医療費の支払いだけでなく生活全体を含む

「無料・低額診療制度」活用相談のご案内

手遅れになる前に相談を



下記のような状況にある方で、医療費の支払いが困難な方は、一度ご相談ください

たとえば

- 保険はあっても足りない方
- 国民健康保険の保険料は、医療費が支払われていない方
- 生活費や食費などで収入が足りていない方
- リスクや失業のため一時的に収入がなくなっている方
- 医療費の支払いを滞らすと生活に支障を及ぼす方

「無料・低額診療制度」のご案内パンフレット

めた相談を行うようにしています。経済的事情で受診をがまんしている方、是非ご相談下さい。

ご相談先は691-3437

医療連携室 阿部 仁美

口は健康の入り口シリーズ④ 歯科技工士という職業を知っていますか？



はみんぐ歯科には2名の歯科技工士が働いており、入れ歯の修理は即（約30分）、修理することができ大変喜ばれています。

歯科技工士の仕事はつぎのような内容です。

- ① 虫歯になってしまった歯を修復するための詰め物やかぶせものをつくる
- ② 歯が抜けてしまったときの入れ歯をつくる
- ③ 入れ歯が割れたり壊れたりした時の修理をする

その他にも、直接患者さんと歯の形や色などを相談するなど、患者さん自身を中心に考える歯科のチームワーク医療の中で大切な役割を果たしています。



20代の歯科技工士、離職率80%

よく噛むことは全身の健康づくりにとても大切です。口から食べる訓練をして、ベッドから起き上げられるようになったという報告はたくさんあります。また、日本の人口において、これから2025年に向けてますます高齢化が進む中で、入れ歯の需要が高まると考えられていますが、実は、現在、20代の歯科技工士の80%が歯科技工士を続けられずに離職しています。歯科技工士は70%が歯をつくる専門の歯科技工所で働いていますが、材料の高騰（金属代）や低料金で請け負う中国製の歯の影響も大きく、低賃金での長時間労働に耐え兼ね、転職せざるを得ないという状況です。

(次回へ続く)

呼続はみんぐ歯科(仮称) 2015年5月オープン予定

南区汐田町3-15

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 **はみんぐ歯科**  **TEL052-691-6480** むしばゼロ

※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)	午前	午後
名南ふれあい病院	受付 8:30~11:30 診療 9:00~12:00	受付 5:30~7:30 診療 6:00~8:00
は午前診のみ		

※火・木の皮膚科は9:30~11:30

内視鏡検査 胃：月・水・木・金の午前
大腸：水・金の午前、月・水・木・金の午後
気管支：火の午後

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・消化器内科・循環器内科・呼吸器内科・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

※1 水曜日午前診は9時30分診療開始 ※2 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

2015年1月より

簡単!! 健康体操

腕の体操

作業療法士: 原田 拓
モデル: 三枝 千紘
(理学療法士)

<運動の目的>

- 1 肘を曲げ伸ばしの運動: 肘周囲の筋力をつけます。
- 2 手首の運動: 手首の筋力をつけます。

※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。

<使用する物 タオル又は棒状の物>

① 肘の曲げ伸ばしの運動

- 1) 椅子に腰かけた状態でリラックスします。
両手でタオルをもち、ゆっくりと肘を曲げ、その後に肘を伸ばします。
20回位を目安に実施します。



② 手首の運動

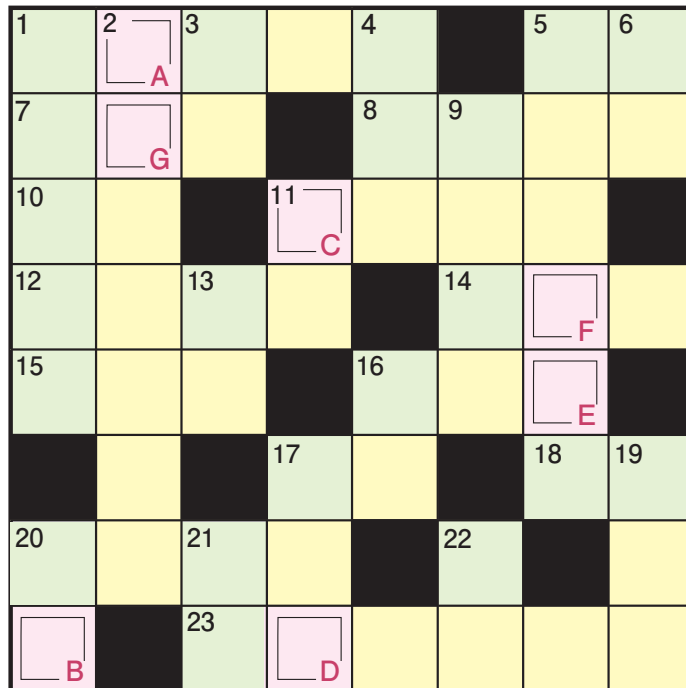
- 1) 椅子に腰かけた状態でリラックスします。
両手でタオルをもち、肘を伸ばした状態で、手首を上下に動かします。
20回位を目安に実施します。



第103回

クロスワードパズル

出題 小松 健
名南ふれあい病院院長



【パズルの解き方】

クロスを解いてA～G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。

ヒント あけましておめでとうございます

A	B	C	D	E	F	G

よこのかぎ

- 1 ○○○○○つるべ落とし。
- 5 お金などの使い道、○○不明金などと言います。
- 7 義務の相棒。
- 8 正常の反対。
- 10 要点を押さえた質問は、○○を射た質問と。
- 11 めだかの○○○○は川の中…♪
- 12 昔からの習慣。
- 14 苦しいほどの暑さ。
- 15 売り物よりは、このセーターの方がうれしいものです。
- 16 病院の中にもある手押し車。
- 17 きらいな上司に、○○難題を吹っかけられた。
- 18 たくさんの人がお世話になる大型乗り合い自動車。
- 20 なんと、「よこ12」と同じ答え。
- 23 せっかくのお正月なのには？

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12月31日(水)

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。

476号の答えは「キンロウカンシヤ」36通の応募があり、全員正解。

(当選者) 坂本 みどりさん(南区鳥栖) 堀江 まる子さん(緑区桶狭間) 竹島 満さん(南区堤町)

勤労感謝(キンロウカンシヤ)！
パパが働いてくれてそのおかげで大好きなピアノを習うことができる。クロスワードをママといて、改めて考えられてよかった！健康レシピをパパのために作ってあげようと思う。(母代筆)

春日井市 住吉 唯人さん

港区錦町 小野 なをみさん

今年もインフルエンザをおそれる季節がやってきました。そんな時とても助かるのが、インフルエンザ予防接種の割引の取り組みです。協力者本人だけでなく同居家族の接種料金も1回につき割引が適応されるので、今年も利用させて頂き、家族みんなの健康管理に役立てたいと思います。

港区錦町 小野 なをみさん

瑞穂区十六町 杉村 イツ子さん

川柳

確信を 笑顔に包み 大らかに
不二の国 確かな明日を 託すべく
掲げた灯 闇の中こそ 輝いて
春近く 風に負けぬと 眉上げて
あの頃を 見る目優しく 暖かく

港区木場町 松井 俊宏さん

家計にやさしい
「インフルエンザ予防接種割引」

国民目線が理解しがたい国会議員と金

新聞紙上を毎日のように国会議員の金の使い方や民間の方からのいたたき方は、国民目線では全く理解しがたい。企業は目的があつて献金する訳で、目的が達成できない場合は役員は横領罪()になるのか、メディアはぜひ企業の本音を報道して欲しいものだ。金の使い方(内容)は思わず苦笑しかない。こんな低度の議員を選んだ有権者の真実の声を聞きたい。

投稿
読者のひろば

健康レシピ

名南病院 調理師 二村 則史

肉団子と野菜の 甘酢あんかけ

***** 材料(2人分) *****

- ※肉団子の材料
・豚挽き肉…120g
・玉ねぎ…40g(みじん切り)
・長ネギ…10g(みじん切り)
・牛乳…10g
・生パン粉…16g
・溶き玉子…20g
・塩…小さじ1/6
・こしょう…少々
・片栗粉…10g
・サラダ油
- ※甘酢あん材料
・筍水煮…30g
・もどし椎茸…20g
・人参…30g
・玉ねぎ…60g
・ピーマン…20g
・椎茸戻し汁…100g
・塩…小さじ1/5
・砂糖…8g
・酒…小さじ2
・醤油…小さじ2
・胡麻油…小さじ1/2
・酢…小さじ1
・水溶き片栗粉

***** 作り方 *****

1人分当たり290kcal

- ① ボールに肉団子の材料を全て合わせてよく練り、10等分に分けます。
- ② 揚げ油を160℃くらいに熱して①を色よく揚げます(3～4分)
- ③ 甘酢材料の野菜は乱切りにして人参は下茹でしておきます。
- ④ フライパンにサラダ油を小さじ1ひいて③の野菜を炒めます。
- ⑤ 野菜に油よくがなじんだら、椎茸戻し汁、砂糖、醤油、塩、酒を入れて沸いたら弱火にして玉ねぎがしんなりするくらいまで煮ます
- ⑥ ⑤に水溶き片栗粉を加えてとろみをつけ、火を止めてから酢、ごま油を加えます。
- ⑦ ②の肉団子を皿に盛り、甘酢あんをかけて完成です。

野菜を素揚げしないことでカロリーを抑え、スープの素を使わない、砂糖控えめのさっぱりした甘酢あんです。椎茸の戻し汁はできれば前日からゆっくり戻した物を使用したほうが美味しく仕上がります。