

2015年 **秋の共同組織強化月間 10月～11月**
憲法いかし、いのちまもる、健康づくりの仲間をふやす月間の成功へ



**安倍自公政権、9月19日
 安保法制(戦争法)の採決強行**

～私たちは、この暴挙に満身の怒りを込めて抗議します～



1 平和と社会保障まもるたたかう月間に

平和憲法を守り、戦争しない国の歴史を守り抜き、戦争法のすみやかな廃止、安倍政権の退陣を求めて、私たちは行動(運動を継続)します。

いのちをないがしろにする「戦争する国づくり」は、さらに社会保障の削減につながります。いのちと健康を守り、社会保障充実のために、平和を守る運動を強めましょう。また、戦後70年の取り組み「戦争体験を語り継ぐ企画」「平和バスツアー」などを企画します。

第489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

2 健康守る秋、仲間とともに健康づくりへ

- ・8項目が追加される内容の充実した友の会健診を受けよう。
- ・乳がん検診、大腸がん検診を重点に、地域にひろげ、みんなで受けよう。
- ・今年度も健康チャレンジ(友の会企画)実施します。
- ・インフルエンザ割引制度(名南会協同基金など資金協力者)を利用し、インフルエンザを予防しよう。

3 無差別・平等、充実した名南会の事業を支える

資金募集運動成功へ(月間目標 全事業所合計で3,150万円)

全職員と友の会が協力し、友の会のみなさんへのさらなるご協力、患者さんの新規協力をお願いの運動を行います。お声がかかりましたら、ぜひご協力をお願いします。2015年度資金募集目標は1億円です。月間では3,150万円を目標に11月末までに7,260万円までの到達をめざします。

4 地域の生活困難な方への支援、見守り活動を友の会の仲間・班を増やしながらか前進させます。

地域の高齢者世帯、独居世帯の方の見守り活動や通院・買い物困難者を対象とした支援活動の取り組みを具体的にすすめます。新たに150名の方に友の会に入って頂く目標で取り組みます。地域でたまり場、サロンづくりにもとりくみ友の会活動をお手伝いいただくボランティアさんを増やします。その他、各事業所で行われる健康まつりの成功、「あなたと民医連をつなぐ月刊誌～いつでも元気(月額380円)」の購読者を増やします。



▼内田橋トスカ健康ひろばの様子



▲中川診療所待合室で協同基金の訴え(中央は服部 中川健康友の会会長)

あいさつ

10月・11月「健康と組織の強化月間」の成功に皆さんのお力をお貸しくください。



名南会組織委員長
 中西 八郎

皆さんこんにちは、安倍自公政権は9月19日安保法制「戦争法」の採決を強行しました。国会で多数の議席を持つ何でも押し切るのが民主主義でしょうか、違います。国民から負託された議員は日本国憲法の枠内で政治を行うことが義務なのです。政府は憲法を無視した政治は出来ないのです。しかし今の日本は憲法が事実上無視された無法状態です。

このまま自公政治を続けさせるわけにはいきません。戦争法に反対した野党、団体、個人が「連合政権」を作り「戦争法」を廃案にし、昨年7月の閣議決定を破棄させ民主主義と立憲主義を日本に取り戻すことが急務です。

そればかりか社会保障を切り縮め、年金を切り下げ、消費税10%引き上げるなど、とんでもない政策が目白押しです。

こうした悪政としっかり立ち向かいながら次を重点活動に奮闘します。

一、健診、インフルエンザ予防など「健康づくり」を進めます

一、「資金募集運動」を行います。

病院などで使用する医療器械などは日進月歩です。患者さんにより良い医療を提供するには欠かせません。

皆さんのお力をお貸しくください。

一、「秋の健康まつり」を成功させます。気軽に来てください。楽しい集いです。元気が出る企画が目白押しです。

一、社会保障の拡充と平和を守る活動を取り組みます。

「戦争体験を語り継ぐ」企画や「戦争法廃止」にする活動に奮闘します。

急な病気やけがでお困りの際は、
名南病院の救急外来をご利用ください。

いつも名南病院にかかって頂いている患者さんや友の会の方から「急な病気の時、名南病院は救急で診てもらえないので困る」というご心配の声を聞き取ることがあります。



事業所トピックス
名南病院救急外来

急な病気やけがなどでお困りの際は、まずはお気軽に名南病院までお電話でご連絡下さい。受付職員や看護師が、病気の症状やけがの状況をお聞きし、当日の当直医で診察対応が可能な場合、救急外来での受診をご案内させていただきます。

なお、これまでと同様、午後8時30分から翌朝8時30分までの間は、大変申し訳ございませんが、救急医療情報センターなどを紹介させていただきます。

看護師の確保など、24時間の救急対応が可能な体制づくりに引き続き努力を進めてまいりますので、みなさまのご理解、ご協力をよろしく願います。

インフルエンザ予防接種が始まりました

上手に割引制度を利用して、家族みんなで予防接種を受けましょう！！

今年も10月からインフルエンザの予防接種が始まりました。インフルエンザの予防には、予防接種を受けていただくことも大切です。早めにご家族そろって接種していただくことをお勧めします。また、名南会では、友の会健診(特定健診)とがん検診の受診もお勧めしていますので、この機会にぜひご受診ください。

インフルエンザ接種料金			
成人1回法の方		小児2回法の方	
一般料金	3,500円	1回目	一般料金 3,500円
		2回目	一般料金 2,500円

今年度よりワクチン組成がB型1種類から2種類に変更されたことに伴い、薬品購入価が変更になりました。そのため一般の接種料金が昨年度より高くなっています。ご理解をお願いいたします。

公費制度を活用しましょう！

名古屋市在住65歳以上の方は名古屋市の助成制度が受けられます。接種料金は1,000円です。(市民税非課税世帯の方は無料になります。予防接種時に「市民税非課税確認書」、もしくは7月ごろご自宅に届く「介護保険料納入通知書」を必ず窓口にご提示ください。ご提示がない場合は無料になりません。)

医療法人名南会では、名南会社員と同居のご家族、名南会協同基金にご協力いただいている方と同居のご家族に、一般料金よりも安価な料金でインフルエンザの予防接種を受けていただくことを目的に、今年度もインフルエンザ予防接種料金の割引を実施いたします。

割引の対象となる方

- ◇名南会社員、名南会協同基金にご協力いただいているご本人
- ◇上記の方と同居しているご家族の方

名南会協同基金にご協力頂くと

ご本人だけでなく、同居のご家族の接種料金も1回につき1,000円の割引となります。(ただし、名古屋市65歳以上の方や公害等すでに公費の制度の対象となる方は除きます。また小児2回法の2回目は700円の割引となります。)

インフルエンザ予防接種が始まります！！

名南会協同基金にご協力いただいている方と同居のご家族への割引もあります

詳しくは案内チラシ
もしくは職員にお尋ねください

健康保険組合による接種補助券の併用は可能です。
詳細は、名南会各院所受付窓口か医療法人名南会本部事務局 健康推進室 (692-7544) までお尋ねください。

名南病院・救急外来のご案内

- * 日曜・祝日
午前8時30分～午後8時30分
- * 平日時間外・夜間
午前8時30分～午後8時30分
(通常診療時間帯を除く)

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】
名古屋市天白区平針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

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

2015年10月より、いわゆるマイナンバー(個人番号)の通知が始まりました。あなたが受け取ったのは、あなたの個人番号を書いた通知カードです。政府の説明によると、マイナンバー(個人番号)制度は社会保障制度、税制、災害対策のために利用され、関係する手続き(例：年金の請求)の際に個人番号を提供することで簡単に手続きができる制度です。2016年1月から制度が開始します。1月からは、届いた通知カードと引替に、役所で個人番号カード(顔写真入・ICチップ付)を入手できます。

しかし、この制度に対しては様々な不安や批判があります。不安には、個人情報漏れの危険、なりすましの危険などがあります。批判には、マイナンバーが社会保障・税だけでなく、

あなたの場合、通知カードを受け取っていますから今後は厳重に管理してください。また、個人番号カードへ交換するかどうかには慎重な検討が必要でしょう。

もし事情により通知カードを受け取れなかった場合でも、本人は住民票にマイナンバー記載を求めることができ、それで個人番号を確認できます。事業主の方など、個別対応が必要な方は一度弁護士へご相談ください。

Q 私宛の「個人番号通知カード」がきました。これは何ですか？

A 2015年10月より、いわゆるマイナンバー(個人番号)の通知が始まりました。あなたが受け取ったのは、あなたの個人番号を書いた通知カードです。政府の説明によると、マイナンバー(個人番号)制度は社会保障制度、税制、災害対策のために利用され、関係する手続き(例：年金の請求)の際に個人番号を提供することで簡単に手続きができる制度です。2016年1月から制度が開始します。1月からは、届いた通知カードと引替に、役所で個人番号カード(顔写真入・ICチップ付)を入手できます。

『マイナンバー』について



名古屋南部法律事務所
弁護士 田巻 絢子



くらしの法律相談

第5回 共同組織活動交流集会in鳥羽に参加して

9月6・7日



中川健康友の会を代表して

9月6日から7日、東北陸地協第5回共同組織活動交流集会在鳥羽市で行われ、中川健康友の会から事務局含め4人が参加しました。あいにくの天気でしたが、今回はマイクロバスで名南健康友の会の皆さんと職員の方々と一緒に交流しながら楽しくできました。

4つの分科会では多くの活発な発言がありましたが、私が一番印象に残っているのは2日目の南伊勢町議会議員による記念講演の「原発阻止した運動の歴史について」です。三重県この自然豊かな町に原発がこなくて、本当に良かったとつくづく思いました。

中川健康友の会
森 雅欣

楽しくとても有意義な交流集会でした

班として活動し始めて日が浅く、活動自体あまりわからない中、勉強になるからお誘いを

受けて参加した。三重の民医連のスタッフ含め多くの方の準備や、東北陸地協の集会とはいえ300名近い参加者にびっくりした。

1日目に参加した分科会の「共同組織を大きく強くする特徴的などりくみについて」では、民医連の職員と地域の人が取り組む通してより強くつながっていくことが主題だった。友の会の人達の声を取り入れて病院がより地域の中に根付くような活動、そのパイプ役となるニュースを作り配ることに協力を求めたり、友の会に加入するように地域の中で行事を開催したりと、本当に苦労しながらも楽しく活動していることが紹介された。わたし自身でみると健康サロンを毎月開催するだけで、参加者を増やす努力が怠っているなど実感した。また、病院は病気になる時に行くだけで、病院と関わりながら自分たちで守ろうとか、良くしていこうという発想がなかったことに気が付いた。はじめの一歩だ。

夕食交流会では10分程度の出し物を各県工夫しながらのお披露目だ。私たちの会にはわか仕込みの名南診音頭をCDを忘れるというアクシデントにも負けず披露し楽しかった。

2日目は南伊勢町議会議員の手塚征男氏に



健康サロン遠山 京子

よる「原発阻止運動の歴史について」のテーマで講演を聞いた。時宜を得たテーマだ。平成22年2月22日知事の白紙撤回の発表に至るまでのほぼ半世紀にわたる地道なたたかいの報告となった。驚くことばかりだ。長きにわたる地元住民の子どもを巻き込みながらの骨肉の争い。福島事故があったから、原発の問題は身近な物となった。知られていない事、知らされていなかったりする中で、日々忙しく過ごす中で、ニュースに取り上げられなくなったりすると忘れがちになる。でも子どもたちに何を残すのかと考えると、私たち大人の責任は大きいと思う。一人の力は小さくても、声を掛け合い、声を届けることが大切だと思う。

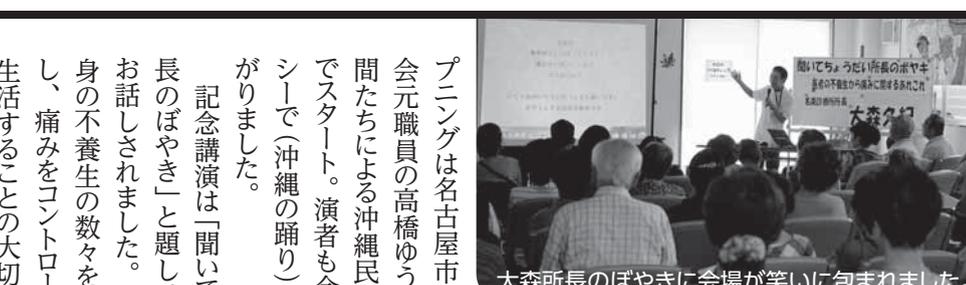
初めての参加でしたが、楽しくとても有意義な交流集会でした。

健康サロン遠山 京子



10月1日(木)乳がん検診の啓蒙活動のイベントとして「ピンクリボンデー」を開催しました

午前中は、名南健康友の会が喫茶をやり、ひまわり会(乳がんの患者会)の方たちは、バザー・待合室で乳がん検診を受けて！と声をかけ、マスクとチラシを配布しました。他にも鈴木るり子先生が相談コーナーでいろんな相談を受け、森看護師が



大森所長のばやきに会場が笑いに包まれました。

つながりの広がった 楽しいおまつり

秋晴れに恵まれ、恒例の「名南診療所健康まつり」が開催されました。オーピングは名古屋市会議員で名南会元職員の高橋ゆうすけさんと仲間たちによる沖縄民謡と三線演奏でスタート。演者も会場もカチャーシーで(沖縄の踊り)大きく盛り上がりました。

記念講演は「聞いてちょうだい所長のばやき」と題し、大森所長がお話しされました。所長は、ご自身の不養生の数々を赤裸々に告白し、痛みをコントロールして安楽に生活することの大切さを、ご自身

秋晴れに恵まれ、恒例の「名南診療所健康まつり」が開催されました。午後からは、バザーや健康チェックも始まり、約200名の参加者が秋の一日を楽しく過ごすことができました。この機会にあらたに友の会に加入していただいた方々、資金募集の訴えに応えて下さった方々、健康診断やインフルエンザ予防接種のご予約をいただいた方々、そして準備から片付けまでご活躍いただいた友の会のみなさん、職員のみなさん。残暑を思わせる暑い日でしたが、本当におつかれさまでした。ありがとうございました。

名南診療所事務局長 柘植 伸

自己触診のレクチャーをしてくださいました。午後は、1時間弱プロのシャンソン歌手の堀田さちこさんが、シャンソンを披露してくださいました。楽しいイベントになりました。乳がんの予約もその場でしていった方も見えました。午前・午後で約100名の方が来場され、スタッフ一同喜んでいきます。参加して下さった方々、お手伝いしてくださった方々、のぞいてくれた職員の方々、ありがとうございました。

健康推進室 松土 敏子

11月以降の予定

11/4(水)	わいわいおしゃべり クッキング 10:30~	南区役所5階 調理実習室	11/27(金)	ふれあい お食事サロン 11:30~	ふれあいヴィレチ
11/8(日)	ふれあいフェスタ 11:00~	ふれあい病院1階 駐車場	12/1(火)	名南診 お食事サロン 11:30~	名南診療所 2階多目的室
11/15(日)	日曜健診 9:00~	名南病院 外来フロア	12/5(土)	平和ツアー バスハイク	半田

*** 中川健康友の会「秋の健康づくり」のご案内 ***

健康づくり懇談会(中川区)	健康ウォーキング(中川区)
10/29(水) 豊治コミセン(中川区江松地域) 14:00~	11/17(水) 荒子川公園散策 9:30~
11/12(水) 赤星コミセン(中川区宮田荘地域) 14:00~	(たんぼぼ班との共催)
11/19(水) プチギャラリー(中川区かの里地域) 14:00~	中川健康友の会
11/25(水) 正色自治会館(中川区下之一色町地域) 14:00~	11/15(日) 秋の行楽・伊勢方面バスツアー
11/26(水) 五反田コミセン(五反田学区地域) 13:30~	参加費 大人:5500円、子ども:5000円

お問い合わせ・お申し込み 必ず 印は申込み必要 名南・中川健康友の会事務局 ☎(052)692-7544

～ ボランティアさん募集! ～



▲熊野神社 (二女子町)

中川区の熱田区に接する所に、八熊とか、八熊通りとか、八熊のつく町名がいくつかあります。この八熊は、明治11年に二女子村と五女子村を合併し、新しく愛知郡八熊村として生まれたところに端を発します。明治22年には八幡村(やはたむら)に吸収され、八幡村大字八熊となり、大正10年に名古屋市に編入され、南区八熊町となりました。人口増大に伴って、昭和12年には4行政区から10行政区に改められたことから、中川区八熊町と改称されました。その名前の由来は、二女子村と五女子村が合併する際、二女子村にある熊野神社と五女子村にある八剣社の頭文字を重ねて村名としたと伝えられています。この八熊村は、近隣の町との合併や分離を繰り返して、昭和14年には八熊通りが生まれ、昭和56年の住居表示法の実施によって、八熊1丁目〜3丁目が作られるなど、かつての八熊町そ

歴史から見た町名

ハ熊町(やぐまちょう) (中川区)

尾鍋 昭彦



▲八剣社 (五女子町)

この地域は、中川運河と堀川に挟まれた地域であり、水運にもめぐまれ木材取引の盛んな木材市場の町でありました。また、昭和になって柳橋から尾頭橋まで市電が敷設され、さらにこれが船方まで延長され、一方尾頭橋から下之二色までの電車が通るようになると、水運と同時に陸上の交通の便にも恵まれるようになりました。

この地域の町名は、合併や分離などを繰り返して、地図の上では昔の町名が見られるものの、昔の町名と地域とは必ずしも一致することにはならず、町名から過去を探ることが難しくなっています。

訂正とお詫び
記載の番号が間違っていました。
9/1付 松重町は 10/1付 八田町は 3130 です。

ボランティア 紹介

名南診療所お食事サロンに「是非一度おいでくださいませ」

私たち絵手紙班では、毎月第1火曜日の午前11時半より昼食会を開いております。

絵手紙班のメンバーは長年主婦として、毎日家族の健康に留意して食事の支度をしてこられたベテランばかりです。誰かが来月の昼食会は「主菜を○○○にしては？」と言えば、もう一人が「じゃあ副菜は△△が合うね」とか、もう一品小鉢をと他の一人が提案されてデザートまでの献立がすんなり決まります。材料の購入と調理はそれぞれが分担して担当者が心を込めておこないます。

毎回18名程度のお客様が参加され、和やかな雰囲気の中食事が進みます。食後は軽く手足を動かす運動の後、昔懐かしい歌を皆さん一緒に歌ったりして散会となります。

1人暮らしの私はいつも思うのです。召し上がって下さる人達があって料理をするということがいかに楽しく充実することかと、相手もよし、自分も良しのこの企画を思いつかれた人に感謝しております。

未だ参加されておられない方も是非一度おいでくださいませ。場所は名南診療所の2階。参加費は300円です。又、絵手紙教室の見学もいかがですか? 会員募集中です。お待ちしております。

絵手紙班 加藤政子



▲お食事サロンの様子

2015年11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	
		5日(木)	14:00~	道徳地域合同班会	インフルエンザについて		名南わいわい広場	2日(月)	16:00~	えんがわ班	ノロウイルスについて
	18日(水)	12:40~	歌謡舞踊	糖尿病について	名南わいわい広場	4日(水)	14:00~	昭和区健康サロン	転ばない体操	ハトリ	
	19日(木)	14:00~	わいわい健康体操	健康体操	名南わいわい広場	10日(火)	13:00~	絵手紙班	サプリメントについて	名南診療所2F多目的室	
	19日(木)	10:00~	新三条班	インフルエンザについて	牧野宅	10日(火)	19:00~	御剣班	眼によい食事	水谷宅	
	24日(火)	13:30~	ちぎり絵教室	ちぎり絵	名南わいわい広場	12日(木)	13:30~	コーポラス班	頭の体操・健康体操	コーポラス集会室	
	27日(金)	14:00~	名南班	頭の体操	久保寺宅	12日(木)	10:30~	名南診健康体操	セラバンド・健康体操	名南診療所2F多目的室	
	28日(土)	13:30~	水彩画教室	水彩画	名南病院講堂	17日(火)	15:00~	平郷班	乳がん健診について	喫茶あみん	
	30日(月)	13:00~	囲碁教室	健康体操	名南わいわい広場	17日(火)	13:30~	豊北・診療所合同班	带状疱疹について	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	19日(木)	14:00~	健康サロン遠源	乳がんについて	遠源	
	毎週火曜日	10:00~	ラジオ体操班	ラジオ体操と健康体操	名南病院講堂	20日(金)	14:00~	ひよこ昼班	肺炎球菌ワクチンについて	たまり場ひよこ	
	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	26日(木)	10:00~	八事班	ボールを使った体操	八事コミュニティセンター	
	名南ふれあい病院地域	7日(土)	13:00~	ひまわり班	(お休みです)	鎌田宅	30日(月)	14:30~	北原班	(お休みです)	湯浅宅
		9日(月)	15:00~	滝の水班	便秘について	佐藤宅	第4木曜日	14:00~	編み物同好会	編み物	名南診療所
		12日(木)	14:00~	豊田地域班	インフルエンザについて	ふれあいヴィレチ	第2,4火曜日	14:00~	絵手紙教室	絵手紙	名南診療所
		17日(火)	13:30~	コスモス班	脳卒中について	えがおたまり場	17日(火)	9:30~	たんぼぼ班	秋のウォーキング 荒子川公園	中川診療所 9:30集合
		18日(水)	13:00~	なでしこ班	カロリー計算	えがおたまり場	25日(水)	14:00~	正色班	(健康づくり懇談会)	正色自治会館
	ボランティア	名南病院地域		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」	毎月第4土曜日	13:00~	囲碁の会	囲碁	中川診療所 友の会ルーム
		名南ふれあい病院地域		ゆめつこ広場 (子育てサロン)	毎月第3火曜日 10:00~12:00	ふれあいヴィレチ 3F	毎週水曜	15:00~	さわやか体操班	健康体操	中川診療所 友の会ルーム
				ふれあい喫茶	第1,2,3火曜日 10:00~11:30	ふれあい病院 1Fロビー	毎週土曜	14:00~	ヨガ班	ヨガ	中川診療所 友の会ルーム
		名南診療所地域		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	毎月第2,3木曜日	13:00~	絵手紙教室	絵手紙	中川診療所 友の会ルーム
				トスカ健康ひろば	毎月第2火曜日 10:00~11:00 健康体操と健康チェック	内田橋トスカ					
				名南診お食事サロン	11月はお休みです。	名南診療所2F 多目的室					
		中川診療所地域		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	中川診療所 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

みなさんこんにちは！名南ふれあい病院・かたらいの里の薬局は、3名の薬剤師と1名の事務助手の4名が在籍しています。私たちは、患者さんの病気を治すために薬を作ったり、薬を安全に使用して頂くために飲み合わせなどをチェックしています。病院でお渡しする薬は、個々の患者様の病気のみではなく生活の背景も考慮に入れた医師からのオーダーメイドです。

私達は患者様に薬を飲んで頂き、直接お話を伺うことにより病気の治療に少しでも寄り添うことが出来るよう毎日心がけて仕事をしています。また、お持ちの薬を無駄なく使うために入院・入所時にお持ち頂いた薬の確認を行ったり、家に残っている薬の調整なども行っていますので遠慮無くお申し出ください。薬に関して何か相談事がありましたら何でもかまいません、気軽に声をかけてください。

気軽にたずねて下さい！

職場紹介 第46回 名南ふれあい病院薬局

薬局長 高橋 朋代



口は健康の入り口シリーズ③

呼続はみんなぐ歯科からのお知らせ



はみんなぐ歯科 所長代行 大藪 友理子

こんにちは。秋も深まり徐々に冬の気配が感じられるこの頃です。

はみんなぐ歯科の第2診療所である呼続はみんなぐ歯科は今年5月にオープンして早5ヶ月が経過しました。これまでに利用していただいた方は441人になりました。ご協力、ご支援に感謝申し上げます。

呼続はみんなぐ歯科は、より患者さんとの距離を近くにしたい診療に心がけています。また定期検診や継続的な歯周病のケアには丁寧かつできるだけ負担の少ないようにケアを行うようしています。

被せ物や入れ歯などの作製についてもできるだけ短期間で作製ができるように努力しております。普段お口のことで気づいたことなどご相談ください。

また、はみんなぐ歯科、呼続はみんなぐ歯科は9月18日に採決された安全保障関連法案に反対しており、今後も「保険でより良い歯科医療を目指すための署名活動」を行ってまいります。

どうぞご支援を賜りますようお願い致します。



歯についてのご相談・診察予約は

医療法人はみんなぐ

〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号

TEL052-691-6480

〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15

TEL052-811-4182



● ※必要な所へ貼るなど御利用下さい 名南病院では毎日夜 20時30分まで救急外来を実施しています。

名南病院では、日曜日・祝日の8時30分から20時30分の間、救急外来を実施しています。急病でお困りの際は、お電話でご連絡頂き、救急外来をご利用下さい。(夜診が休診の火・木曜日、午後から休診の土曜日も、20時30分まで救急外来を実施しています)

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・水・木・金の午前
大腸：月・火・水・木・金の午後
気管支：火の午前

曜	日	月	火	水	木	金	土
午	前	内科1	三宅	小南	小南	伊藤春	三宅
		内科2	中島	高木方	伊藤春	黒田	小林
内科3		西村由	浅野	前田	○	村上	
内科4		平松			吉田	松尾	
午後	特診	小児科	吉岡	外園	外園	外園	伊藤康/水野(交代)
		外科1	皮膚科(深津)*	皮膚科(深津)*	岡根	皮膚科(深津)*	整形(竹中)
夜	診	外科2	早川	鈴木	鈴木	鈴木(乳腺・甲状腺)	鈴木(乳腺・甲状腺)(隔週)
		外科3	整形(竹中)	整形(長谷川)	整形(竹中)	整形(長谷川)	整形(早川/長谷川)
外科1		ギブス外来	小児予防接種(吉岡)	こころと発達	ものわかれ外来(小林)	肝炎相談(高木方)	糖尿病初診教室
外科2		(竹中)	(第1,第3)	(吉岡)(第1,2,4,5)			最終月曜日夜(多目的室)
夜	診	内科1	小南		三宅	※皮膚科	高木方
		内科2	小林		黒田	(月・火・木)	西村英
内科3		中島		森	9:30~11:30	大村	鈴木(乳腺・甲状腺)
内科4		坪井		稲垣			木・土午前隔週
夜	診	小児科	伊藤康		吉岡	伊藤康	鈴木(乳腺・甲状腺)
		外科1	泌尿器(鶴田)		鈴木(乳腺・甲状腺)*	岡根(隔週)	木・土午前隔週
外科2		整形(長谷川)		早川	鈴木(乳腺・甲状腺)	鈴木(乳腺・甲状腺)*	
外科3		整形(湯川)		整形(渡部)	水・金隔週	整形(築瀬/高木方)	

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

曜	日	月	火	水	木	金	土
午	前	大村	小松	小松	家田	小松	上村/伊藤
午	後	もの忘れ外来*	外科系(早川)				整形○

外来・一般外来、どなたでも受診下さい。 ※もの忘れ外来(完全予約制)(家田)

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

名南ヘルパー弱きずな

TEL 694-7203 FAX 692-7092

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

曜	日	月	火	水	木	金	土
午前診		大森	福光	為近	西脇	大森	大森/○(交替)
午前(往診)			大森/安達	大森/吉岡			
午後(往診)		早川	大森/小松/安達	大森	小松		
夜診		大森					

名南訪問看護弱きずな

※訪問看護ステーションでは24時間連絡対応いたします。 TEL 698-7307 FAX 698-7308

中川診療所

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

診療科目 内科・小児科

曜	日	月	火	水	木	金	土
午前診	1診	山口	山口	稗田	山口※2	山口	山口/大久保(交替)
	2診			山口(隔週)※2	萩原		
午後	(往診)		山口		吉岡※3	山口	
夜診			為近		中島		

※1 水曜日午前診は9時30分診療開始(1診・2診とも) ※2 水曜日(隔週)、毎週木曜日の山口医師の診察については完全予約制です。 ※3 小児特診15:30~17:00 一般小児17:00~19:00

名南会 診療案内

簡単!! 健康体操

筋力アップで 膝の変形や 痛みを予防 part.2

名南ふれあい病院 理学療法士：奥村 世菜

筋力をアップさせて膝の痛みを予防

先月号でも、膝周りの筋肉に対する体操をご紹介させて頂きました。今月号では、少しダイナミックで少しレベルを上げた膝周りの筋肉に対する体操をご紹介します!! 膝関節は、加齢と共に消耗されていく関節なので大切にしましょう。また、動きがダイナミックになる分、腹筋など他の部位の筋肉にも刺激を与えてくれるので、おすすめですよ☆☆☆

用意する物

特になし

注意点

- ・痛みが出る場合は無理をせずに痛くない範囲で行いましょう。
- ・無理は禁物です。無理の無い範囲で行います。
- ・運動をする時、息を止めてしまいがちです。しっかり息をしましょう!!

方法

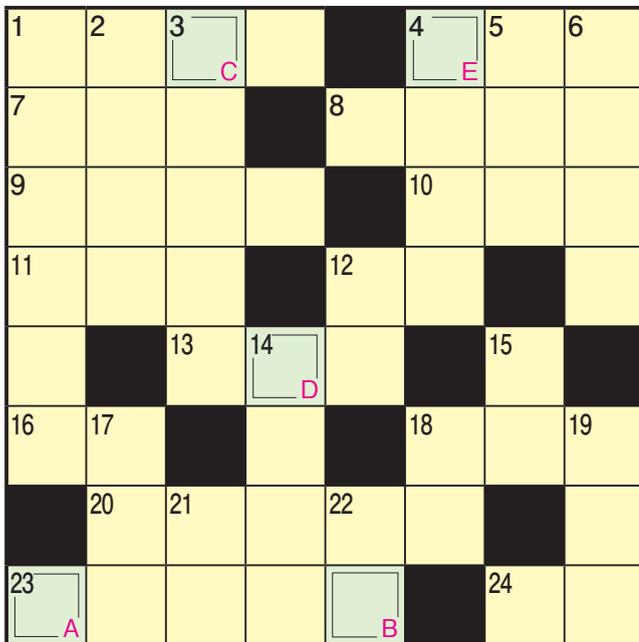
- ・図のようにベッドに横になって片膝を立てます。
- ・反対の足は伸ばしたまま、上に上げます。膝を立てている方の足と同じ高さまで上げるのが良いです。
- ・これを10回行います。上げる時に息を吸い、下げる時に息を吐きながらゆっくりやると効果が上がります。
- ★出来そうであれば、10回を1セットとして、休憩をしながらセット数を増やして下さい♪



第112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~Eにはいる文字を順に並べて、出来た言葉を教えてください。

ヒント

国民の祝日ですが、今の日本国憲法が公布された日でもあります

A	B	C	D	E

お詫び 10月号のクロスワード記事において、解答欄のアルファベットが抜けていました。お詫びして、今後このようなことがないようにいたします。

よこのかぎ

- 1 この原因は自然発火と、人間によるものがあります。
- 4 スクナ〇〇〇は日本神話に登場する神。特に医薬やまじないの神として有名。
- 7 東北地方の山間に活動する、特殊な伝承を持つ猟師。
- 8 ビールを6杯飲んだら次は。
- 9 他人に対するより自分に対する方が難しい。
- 10 銀を主成分とする硬貨。
- 11 求められる形から崩れて、ゆがんでいる状態。
- 12 その面で尊敬的になることを、〇〇がつくと言います。
- 13 木の葉の古風な表現です。
- 16 破れても山河は残ります。
- 18 地下鉄桜通線終点の徳重駅がある〇〇〇〇区
- 20 噛み合う具合。
- 23 元は勝利したときのサインですが、最近では写真に写る時にも。
- 24 岸洋子の歌「恋心」の中では、「なんになるの」と言っています。

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11月30日(月) 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 名古屋市中区豊田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。487号の答えは「シユウブンノヒ」 25通の応募があり、24名の方が正解。(当選者) 山田 勝秋さん(南区豊)、大橋 延吉さん(南区堤町)、堀江 栄蔵さん(緑区桶狭間)

- たてのかぎ
- 1 卑弥呼が治めたといわれる女王国。
- 2 木天蓼。非常に好きなものだと「猫に〇〇〇〇」。
- 3 「」
- 4 観賞用の花、延命菊とも。
- 5 「〇〇〇〇の宿」は高峰三枝子が特攻隊慰問のために唄った歌とされます。
- 6 大人の風邪など診るのは?
- 12 今年5月10日がこの日でした。バスもこの形態です。
- 22 21 カトリック教会で最も重要な典礼儀式。初めて国民栄誉賞を受賞した土選手の名は〇〇ちゃん。
- 19 18 17 脳(〇〇〇〇)の働きの一つですが、感性よりは優位でありたいものです。
- 15 〇〇屋、〇〇先、〇〇じま。
- 15 山地に自生する多年草ですが、大きいだけで役に立たないとはかきされることも。
- 15 ふれあい病院の回復期リハビリ病棟はここにありま。

投稿 読者のひろば

働くママの頼りに

どついても仕事を休めず、子どもを見ていてくれる人がいない。そんなママにとつてとっても頼りになると思っています。私の家にも二人の子どもがいるので内覧会行きました。キレイな施設なので安心できました。

南区堤町 村林 まりさん

介護の仕事に人を思いやる心

鈴鹿に引っ越してきて1年、介護の仕事をしていま

川柳 戦争を せよと投じた 思想で 伸び縮みせぬ 過去学ば 者の目こそ

武器を持つ 手なぞはないと 肩を組む 港区木場町 松井 俊宏さん

す。この仕事を始めてから、人を思いやる心・気持ちがいづいぶん変わりました。

三重県鈴鹿市 柏森 由起子さん

わが国と子どもの将来を 考えて!

今回、国会で問題となっている「平和安全法制」の関連法案は、戦争法案と言いつてもおかしくない事態です。とにかく、国会は「戦争のできる国」にするという動きにあります。そうなる、若者だけでなく

新帯 恭浩さん

武器を持つ 手なぞはないと 肩を組む 港区木場町 松井 俊宏さん

武器を持つ 手なぞはないと 肩を組む 港区木場町 松井 俊宏さん

武器を持つ 手なぞはないと 肩を組む 港区木場町 松井 俊宏さん

健康レシピ

名南ふれあい病院 調理師 野呂 龍之亮

小松菜としめじの 梅浸し



***** 材料(2人前) *****

- 小松菜..... 140g
- しめじ類..... 1パック(100g)
- 梅干し..... 1/2個

- (a) だし..... 1/2カップ
- しょうゆ..... 小1
- みりん..... 小2
- 塩..... 小1/3

***** 作り方 *****

1人分当たり 30kcal (1人分) 塩分1.5g

- ①小松菜は根元を切り落として5~6cm長さに切り、しめじは石づきを切り落としてほぐす。
- ②梅干しは果肉をちぎって(a)とともに鍋に入れ、火にかけて煮立てる。
- ③②に①を入れて2~3分煮る。

【ポイント】小松菜は粘膜や皮膚を強化するビタミンA、発がん物質の作用を弱めるビタミンCが豊富に含まれています。