

医療法人名南会 第51回定時社員総会



第498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

医療法人名南会 第51回定時社員総会 概要

総会成功に 向けた社員の皆様のご協力ありがとうございました。

社員・友の会、地域の皆さまとともにすすめます。

地域・職場から、戦争法廃止と憲法守るたたかい「無差別・平等の地域包括ケア」の実現と安心のまちづくり



三宅 隆史理事長 あいさつ(要旨)

冒頭に参加者全員で1年間に亡くなられた社員のみならず、ご冥福をお祈りし黙祷を行った後、最初に三宅隆史理事長より挨拶を行いました。 このあと、出席社員の中から、加藤平雄、佐野隆文両名南会常任理事の2名を議長に選任し議事がすすめられました。その後、須山初美さん(日本共産党愛知県常任委員・参議院愛知選挙区予定候補)・高橋祐介さん(同名古屋市会議員)・江上博之さん(同名古屋市会議員・紹介のみ)より来賓あいさつをいただきました。 議案提案・討議の後、事業計画・決算・予算・役員一部改選、定款変更など議案提案は全て全員賛成で採択されました。(議案の一部は以下に掲載)

2016年5月29日(日) 午後4時~6時10分 名古屋港湾会館 出席社員総数は1,272名(出席1,055名、委任状出席1,167名)

たいへん穏やかな気候の一日にご参加いただき、また日頃の名南会への活動に対するご協力

に感謝いたします。本日の時総会では、石川康宏先生から「社会保養と安倍政権」をテーマに講演を受けました。今後の私たちのたたかひの大きな力としていきたいと考えています。 格差と貧困が日本社会で進行しています。石川の城北病院では、20代から40歳くらいまでの若者が金沢駅で倒れて救急車で運ばれることが多くあります。その多くの若者が太っていて糖尿病を併発しています。貧困と肥満は結びつかなかつたのですが、コンビニ弁当やポテトチップスなどの多食によるものでした。そこで、私たち全日本民医連の医師たちが全国で若年2型糖尿病患者実態調査を行い、結果を学会発表しました。日本糖尿病学会でも、糖尿病のリスクに貧困があることを学会として確認するに至っています。疾病と社会的背景の関係を捉えて、社会的に訴える私たちの活動が実を結んだものです。 本日の総会では、今後の医療・社会保障政策、地域の高齢化などに対応した私たちの活動について方針を出しています。皆さまの積極的なご議論をよろしく願います。



議案提案を行った 西本 義弘専務理事

第51回定時社員総会議案提案

紙面の都合上、一部のみの掲載とさせていただきます。

熊本地震、8名の職員が被災地医療支援

熊本地震が発生し1ヶ月半が立ちました。いまだに1万人の方々が避難所や車中泊を余儀なくされています。私たちは、全日本民医連の呼びかけに応じて、人的支援としてこれまで8名の職員が継続して支援活動を行ってきました。全日本民医連では、引き続き当面8月末までの医師・看護師支援を継続する予定です。

戦争法廃止など、地域と職員の共同のたたかひが前進した一年

2015年は戦後70年・爆70年にあたり、名南会としても「平和と憲法を学び語り合い、社会保障の営利・市場化に反対し、地域と職場からたたかう」ことを重視してきました。安倍政権は9月19日に戦争法を強行採決し、4月に

社員総会・記念講演

【講師】 石川 康宏氏 (神戸女学院大学教授) 「安倍流改憲の道か、日本国憲法の道か」

は改正介護保険法の施行と介護報酬引き下げが行われました。それに対し私たちは、全日本民医連憲法DVDを活用した学習会にのべ355名(職員の約77%)が参加、戦争体験を語り継ぐ企画を職員と友の会で共同して継続、戦争法反対の各種地域集会・病院間パレードに多くの職員が参加するなど、この1年間は地域と職員の共同のたたかひが前進したことが大きな特徴となっています。総がかり行動実行委員会が呼びかけた戦争法廃止2000万人統一署名運動も、外来や地域訪問行動などでがんばり、現在6383筆名南会として署名集約しています。毎月19日のスタンディング・デモも継続しています。

「無差別・平等の地域包括ケア」の実現と安心して住み続けられるまちづくりの課題も大きく前進

この1年間大きく前進したもうひとつの分野が「無差別・平等の地域包括ケア」の実現と安心して住み続けられるまちづくりの課題です。「健康ウォーキング」「お食事サロン」など多彩なとりくみやボランティア活動は定例化・継続化がされ、居場所づくり・生きがいづくり・仲間づくりとして、引き続き新たな結びつきや地域での組織化が広がりをみせています。アピタ名古屋南店での「まちかど健康チェック」は毎月1回定期的に継続

され、「健康体操サロン」は4カ所で定期開催されています。中川診療所では、「健康づくり懇談会」が7会場のべ147名、過去最高の参加者となり、地域の健康要求の高さを実感できました。「サロン・なかしんさん」は交流だけでなく専門職が参加しての介護や医療、健康相談まで活動が広がっています。名南診療所地域であらたにすすめられた、友の会・職員・南区社会福祉協議会の三者共同による「トスカ健康ひろば」の取り組みは、買い物難民を生まないとりくみと健康づくりを結びつけ、地域包括ケアの具体的実践となつていきます。

地域との共同のひろがり、昨年に続き資金募集目標の1億円達成。健診実施数も過去最高。

地域と職員の活動の前進のなかで、地域資金募集運動も昨年に続き年間目標1億円を突破しました。名南病院が久しぶりに目標を達成し、中川診療所は目標を大きく超過達成しています。名南診療所は件数を伸ばしています。今年度も、1億円を目標に、件数も金額も追求していきます。健診運動も、8年連続過去最高を更新することができました。事業所と地域との共同の取り組みとして、外来待合室や地域訪問での健診お勧め行動

2面へつづく

「面からのつぎ」

や地域で広げる郵送大腸ガ
ン検診などに取り組みまし
た。乳ガン検診も8年連続
で1000件を上回り、社会
的影響もあり新規件数・健
診実施件数は過去最高件数
となりました。

全力でとりくみ前進させた
「無差別・平等の地域包
括ケア(地域連携)」

医療・介護活動では、「顔
の見える連携」が質・量とも
前進しました。各事業所で、
連携勉強会、症例検討会、学
習交流会が活発に行われま
した。中京病院と名南ふれ
あい病院の第6回学習交流
会では、中京病院の絹川院
長と名南診療所の大森所長
が講演し、中京病院は院長・
副院長から若いスタッフま
で、名南会からは三宅理事
長・早川副理事長・名南病
院小南院長・名南ふれあい
病院小松院長をはじめ多く
の職員が参加し、交流しま
した。地域のケアマネとの学
習会も、名南病院や名南ふれ
あい病院で継続的に行われ
ています。これまで報告し
たように、私たちの活動によ
り、いつまでも元気に暮らす
ために生活支援・介護予防・
健康づくりの取り組みを進
める健康友の会と事業所の
活動、名南会の医療・介護事
業所に加え地域にある高度
急性期の中京病院から特別
養護老人ホームまでの医療
介護連携、医師・看護師・ケ
アマネをはじめ医療・介護

専門職を地域で育てる取り
組みなど、それらが総合的に
整備されていきます。その
スローガンが、民医連の強調
する「無差別・平等の地域包
括ケア」です。

新たに名南病院南に「そ
らっこ病児保育室」開設、
小児分野の前進に期待

そらっこ病児保育室が9
月1日にオープンしました。
初年度は目標を上回る受け
入れとなり、順調にスタート
することができました。名
南病院では「こころと発達外
来」、名南ふれあい病院では
小児リハビリの取り組みも
始まりました。小児科の外
園部長と吉岡医師を先頭に、
地域の中で小児分野の前進
も期待されています。

民医連らしい運動と事業
に裏付けられた職員の育
成を

2016年4月の新入職
員採用は、薬剤師1名、看護
師12名、リハスタッフ13名
など全体で33名となりました。
。看護奨学生活動の前進
により看護師の採用が増加
したことで、リハビリの体制
強化が進んだことが特徴と
なっています。引き続き、民
医連らしい運動と事業に裏
付けられた職員の育成とい
きいき働き続けられる勤務
環境改善をはかっていきま
す。

「2015年度決算報告」

名南病院で大きな経営改
善、法人全体で黒字決算。

事業収益は4,836百万
円、予算には届きません
でしたが、前年比101.
8%、前年より86百万円
伸びることができました。
名南病院の事業収益は、予
算比101.9%、前年比
105.2%と大きく改善
しました。入院収益・外来
収益・保健予防活動収益す
べてで前年を上回っていま
す。地域包括ケア病床増床
と地域連携の推進、肝炎治
療、検診活動の前進など、管
理部を先頭に医療活動の前
進が収益増につながってい
ます。中川診療所も、外来収
益、保健予防活動収益、居
宅介護収益すべて前年を
上回っています。一方で、
名南ふれあい病院の回復
期リハ棟でリハビリス
タッフ体制がきびしく減
収、居宅介護部門が利用
件数の減少により減収と
なっています。費用では、
人件費が予算内に収まり
ました。大型設備投資が
終了し減価償却費も減少
しています。控除対象外
消費税がはじめて1億円
を突破しています。経常
利益は、49百万円、当期
純利益は24百万円とな
り、前年度の赤字決算か
ら黒字決算となっていま
す。きびしい経営環境の
中、事業所・職員と地域
との共同の結果です。

「2016年度予算」

第7次長期計画を展望し
た、更なる経営改善で積
極的な黒字予算。

第6次長期計画をしめく
くり、第7次長期計画を展
望する予算となります。事
業収益予算は、各事業所の
収益予算を積み上げ、4,
940百万円とします。経
常利益予算は費用管理につ
とめ、86百万円とします。
それぞれ確実に上回り、第
7次長期計画を展望できる
ようにしていきます。設備
投資計画は、名南ふれあい
病院・老健かたらいの里の
開設から12年が経過し設備
の更新も増えてきており、
70百万円とします。

【2016年度の重点課題方針】

- ①憲法を守り抜き、すべての人が安心できる権利としての社会保障の再生と充実を求めて、地域と職場からたたかいを強めます。
- ②健康友の会とともに健康増進活動、ささえ合い活動を一層すすめ、「無差別・平等の地域包括ケア」の実現と安心して住み続けられるまちづくりをめざします。
- ③名南会を次代につなぐ、民医連らしい運動と事業に裏付けられた職員の確保と育成をすすめます。
- ④第6次長期計画の経営目標を達成し、第7次長期計画(2017年度～)ビジョンをつくりあげます。

定款の一部変更

中川診療所隣地に、住宅型
有料老人ホームひなたの建設
定款の一部変更の提案で
す。中川診療所隣地に、住宅型
有料老人ホームひなたの建設
が進んでいます。9月より入
居を開始できるよう準備を進
めています。住宅型有料老人
ホームですので、介護サービ
スは外付けとなり、主に入居
者さんに対する介護を担うヘ
ルパーセッションひなたを
併設します。名南会として初
めての有料老人ホーム事業で
す。法人をあげて成功させて
いきます。現在、月額費用は
14万円前後を想定していま
す。住宅型有料老人ホームひ
なたの最大の特徴は、中川診
療所に併設していることで
す。医療・介護を一体的に提
供できることとなります。ま
た、地域に開かれた施設とし、
中川健康友の会の活動拠点に
もしていきたいと考えていま
す。

2014年医療法改正によ
り、名南会は来年度総会にて
「基金拠出型医療法人」へ移行
医療法人名南会は、1967
年の開設以来、民医連と名南
会の活動に賛同し財政的に支
援し運営に参加する意思を持
った地域の方々や職員が出資
者となり、資金を拠出し事業
を拡大してきました。組織理
念として全日本民医連に結集
し「集団所有」と「非営利」を
徹底し、地域の共同財産とし
て認識し運営にあたってきた
ました。名南会として政府の医
療法人制度の見直しへの対応

として、弁護士・公認会計士・
税理士の各専門家を加えて、
理事会のもとに医療法人制度
移行検討委員会を設置し検討
を行ってきました。そこでの
検討を経て、2016年1月
30日開催の理事会にて、「基金
拠出型医療法人」への移行を
めざし、全社員が出資額を基
金として振り替えることを決
定しました。基金拠出型医療
法人への移行にあたっては、
①来年度の法人定時総会まで
に社員全員が出資額を全額基
金に振り替えていただき、②
来年度の法人定時総会におい
て定款変更を行う必要があります。
今回の手続きにより、社
員としての地位に変更はあり
ませんし、拠出いただしてい
る出資金は全額基金に振り替
え保全されます。今回の制度
変更は、社員から拠出いただ
いている出資金を確実に保全
し、課税余地を避けて、医療法
人名南会の非営利性を徹底す
るためのものです。

今総会での
役員改選に伴う、
新任・退任理事

- 新任理事**
太田垣 千恵子
(南区五条町在住・名南健康友の
会副会長)
- 退任理事**
奥井 真由美
(常勤・名南病院総看護課長)
大久保 正樹
(常勤・名南診療所事務長)
- 退任理事**
土肥カヅ子常任理事、野
口憲一理事が役員定年で、今
総会で退任となりました。
- 土肥カヅ子 野口 憲一
吉田 俊一 柘植 伸
細江 正哉

発言討議では、以下3名
の方(敬称略)から発
言がありました。

- 1 地域包括ケア時代の名南
病院
(近藤正志・名南病院事務長)
- 2 名南健康友の会の活動
(尾鍋トシ子・名南健康
友の会会長)
- 3 中川健康友の会の活動
(服部繁治・中川健康友
の会会長)

名南会は来年創立50周
年に活動の更なる前進
と記念事業を計画

医療法人名南会は、
2017年4月に創立50周
年となります。来年の医療法
人名南会第52回定時総会は、
2017年5月28日にホテ
ル・グランコート名古屋にお
いて開催します。定時総会後
には、創立50周年祝賀会を行
います。定時総会は、法人第
7次長期計画の策定、基金拠
出型医療法人への移行を決
定することとなります。この
1年間の活動は、名南会の半
世紀を受け継ぎ、無差別・平
等の地域包括ケアづくりを
すすめる1年です。また、来
年は日本国憲法施行70年
にもあたります。憲法を守り抜
き、立憲主義を回復するため
に、地域と職場からたたかい
抜く1年にもしていきます。



閉会あいさつを行う
早川純午副理事長

名南健康友の会



春の 5/14日 岩村まちなみ 散策

感動がよみがえる有意義な旅

今回の名南健康友の会 春の行楽は岐阜の恵那地区でした。前回は初参加でしたので、少し緊張しましたが、皆様の温かい雰囲気

最初に訪れたのは、八百津の広い丘陵地に建てられた杉原千畝さんの記念館。戦時中、厳しい世界情勢の中で、



職員と共にすすめる 地域包括ケア カフェひまわり(認知症カフェ)



友の会総会で決定した「職員の皆さんと共に進める活動として「トスカの健康ひろば」に続いてふれあい病院の認知症カフェ「ひまわり」を地域の交流・学習の場として共に取り組むことになりました。



ドバイス、働きかけもいたしながら交流していただける、楽しい「たまりば」にしていくことを確認しました。

- ◆ 行く春や 杉原千畝 愛のビザ
- ◆ 美濃の陽を 浴びて色濃き 花薊
- ◆ 老鶯や 木の香の匂ふ 千畝館

南区汐田町 山本 正枝

南区豊田 中村 昭



中川診療所「春の健康まつり」に 過去最高の360人以上が参加!!



2016.5.15 みんなで楽しみました! 「中川診療所・春の健康まつり」

5月15日(日)中川診療所「春の健康まつり」が開催されました。天気にも恵まれ、過去最高の360人以上の方が参加されました。地元中学生の吹奏楽演奏やデイケア職員による体操、そして

生による「ちびっこ体験ツアー」、リサイクルバザー、ゲーム、模擬店等、お年寄りから子どもまで多くの方と楽しく交流でき、地域で健康に暮らすことについて考える場となりました。ご参加・ご協力いただいた皆様方に感謝しつつ、地域の方々や職員がよりいっそう絆を深めていくことができるよう、今後の医療・介護・福祉活動に繋がっていきたいと思えました。

中川診療所デイケア 作業療法士 玉田 真菜美

7月以降の 予定行事

- 7/5(火) 名南診療所 お食事サロン 11:30~ 名南診療所2階 多目的室
- 7/29(金) ふれあいお食事サロン 11:30~ ふれあいヴィレヂ1階
- 7/25(月) カフェひまわり(認知症カフェ) 14:00~16:00 ふれあいヴィレヂ1階

8/1-2(月・火) 道德平和盆踊り大会 道德公園グランド

8/26-27(金・土) 中川反核平和盆踊り大会 中川診療所前 波花公園

9/4-5(日・月) 全国共同組織活動交流集会in石川

お問い合わせ・お申し込み はずべて

★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! ～



▲伊勝八幡宮

現在の名古屋大学のほぼ西に位置しています。江戸期には伊勝村と呼ばれていました。当時のこの村の集落は、現在の伊勝町とその東の宮東町、南に隣接する前山町から構成されています。明治22年市町村制の施行によって愛知郡広路村と呼ばれていましたが、明治39年に愛知郡御器所村大字広路となり、その後名古屋市の編入され、大正10年に中区広路町、昭和12年に新しく昭和区が生まれたことから昭和区に所属、昭和17年に昭和区伊勝町となり現在に至っています。



▲伊勝八幡宮の陶製狛犬 (現在は名古屋市博物館に展示中です)

町名は江戸期の伊勝村によりますが、元々の由来は、井河津が縮まったという説、筏津(いかだつ)からきたというものなど諸説ありますが、どれも確証はありません。また、伝説によると、昔、弘法大師がこの村を訪れ、村人に水を求めましたが、これを拒否したため、以後村の井戸は枯れてしまいました。このことからこの村を井渴の里と呼ばれ、これが伊勝村と呼ばれる始まりであったとも伝えられています。(尾張御行記)

伊勝町には、伊勝八幡宮と呼ばれる古くから村民の信仰の篤い神社があります。この神社の創立は不明ですが、この神社の陶製の狛犬一対には応永25年(1418)の銘が刻まれており、これが神社創立にもかかわるものと思われる。この狛犬は県の指定文化財となっています。

現在の伊勝町は、坂道の多い閑静な住宅地となっています。

歴史から見た町名 (四十) 尾鍋 昭彦

伊勝町(いかつちよう) (昭和区)

保健学校 講座シリーズ

パート②

テーマ 糖尿病について

名南病院 2階病棟 看護師・糖尿病療養指導士 井口真志さんの講座より
(より良い生活をするための目標の立て方) 糖尿病のコントロールは何故必要?

- 合併症を発生させない
- 高血糖による身体的症状を改善させる (口の渇き、体のだるさ、頻尿)
- お金の節約

糖尿病の治療目的
●HbA1cの7%の目安は食前110未満、食後180未満

- 糖尿病の治療**
- 1 食事療法
 - 2 運動療法
 - 3 それでもだめなら薬物療法

●食事療法
一日のエネルギー摂取量
標準体重(kg) = 身長(m) × 身長(m) × 22

- ※食事療法のポイント
- ・ ゆっくり食べる・食事を記録する・間食を減らす
- ・ アルコールを減らす、やめる・食事を個別に盛り付ける
- ・ GI(グリセリック・インデックス)値が少ないものを選ぶ

●運動療法
最も重要なのが医師にどれくらい運動しているか確認する

- ・ いつもより10分多く体を動かす
- ・ 細切れでも週に150分以上運動を行う
- ・ 週に3〜5日行う事が効果的

●薬物療法は医師に相談

生活習慣改善 10カ条 (全国健康保険協会)

- 1、運動をしましょう
- 2、たばこをやめましょう
- 3、6、食事(3、塩分 4、脂質 5、肉より魚 6、やさい)
- 7、飲酒をへらしましょう
- 8、歯の健康をまもりましょう
- 9、ストレスをへらしましょう
- 10、休息をとりましょう

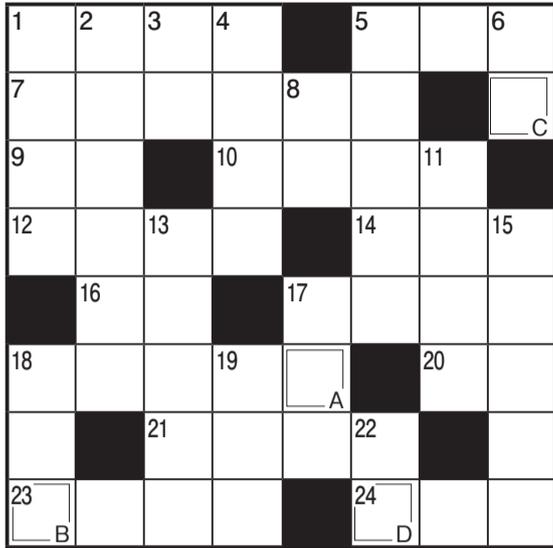
2016年7月予定表	名南病院地域				中川診療所地域				
	日曜日	班会	班会内容	班会場所	日曜日	班会	班会内容	班会場所	
名南病院地域	7日(木)	14:00~ 道徳地域合同班会	お休み	名南わいわい広場	中川診療所地域	4日(月)	16:00~ 中根班	夏バテ予防	会員宅
	15日(金)	12:40~歌謡舞踊班	カロリー計算(模擬バイキング)	名南わいわい広場		5日(火)	19:00~ 御剣班	笑いヨガ	会員宅
	21日(木)	14:00~ わいわい健康体操	健康体操	名南わいわい広場		6日(水)	14:00~ 昭和区健康サロン	いきいき体操	滝子ハトリ
	22日(金)	14:00~ 名南班	熱中症予防	会員宅		12日(火)	13:00~ 絵手紙班	医療・介護保険制度について	名南診療所2F多目的室
	23日(土)	13:30~ 絵画教室		名南病院講堂		13日(水)	13:30~ コーポラス班	足のつりについて	コーポラス集会室
	25日(月)	13:00~ 囲碁教室	健康体操	名南わいわい広場		14日(木)	10:30~ コーポラス班	健康体操	名南診療所2F多目的室
	26日(火)	13:30~ ちぎり絵		名南わいわい広場		15日(金)	14:00~ ひよこ屋班	むくみについて	たまり場ひよこ
	28日(木)	10:00~ 新三条班	夏バテ予防の食事	会員宅		19日(火)	13:30~豊北・診療所合同班	誤えん防止体操	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(木)	10:00~ 八事班	認知症予防体操	八事コミセン
	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		21日(木)	14:00~ 健康サロン遠源	茶話会	遠源
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	25日(月)	14:00~ 北原班	熱中症予防	会員宅		
ボランティヤ	2日(土)	13:00~ ひまわり班	食中毒予防	会員宅	27日(水)	15:00~ 平郷班	知つとくパンフ	あみん	
	11日(月)	15:00~ 滝の水班	骨粗しょう症について	会員宅	第4木曜日	14:00~ 編み物同好会	編み物	名南診療所	
	14日(木)	15:00~ 豊田地域班	夏バテ予防の食事	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	
	19日(火)	13:30~ コスモス班	肺炎球菌ワクチンについて	えがおたまり場	名南病院地域	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」
	20日(水)	13:00~ なでしこ班	脳血管障害について	えがおたまり場		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
	名南ふれあい病院地域	ふれあいお食事サロン	奇数月最終金曜日 11:30~	ふれあいヴィレチ1F		名南ふれあい病院地域	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
	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		名南診療所地域	トス力健康ひろば	毎月第2火曜日 健康体操と健康チェック	内田橋トスカ
	名南診療所地域	名南診お食事サロン	毎月第1火曜日 11:30~	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
	中川診療所地域								

※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

出題 小松 健
名南ふれあい病院院長

クロスワードパズル

第119回



【パズルの解き方】クロス解いてA~D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。グレーのマスの中には「めいなん」の文字が入ります。

ヒント 生命誕生の神秘を考える日?

A	B	C	D

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。
 答えをハガキで名南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。
 405号の答えは「ミドリノヒ」 25通の応募があり、全員正解。
 (当選者) 村井 利夫さん(南区豊)、大島 里江さん(南区豊)、村上 誠治さん(港区木場町)

- たてのかぎ
- 1 天女と言えは... この伝説は三保の松原が最も有名です。
 - 2 特定の仕事などをお願いしたときの料金。
 - 3 東日本大震災が起こったときの首相の名前は?
 - 4 足の速い人のことを、こう言ったりします?
 - 5 原発事故の原因が○○○○○○なる日はいつ?
 - 6 東京都多摩地区南部の市、車の名前の方が有名?
 - 8 岐阜県南部の市、同じ名前前の山の名のトンネルは8km以上あります
 - 11 正常心、「○○○○」気象
 - 13 好きな人に注いでもらうのが一番分かったような態度ですが、分かっていません
 - 15 風と雨
 - 17 車を運転しているとき、してはいけない事です。
 - 19 無理な力を加えて、よれた状態にするのと、「針金」「身体」などもこうしたりします。
 - 22 正常な動きが止まることです。医療現場では、「心臓○○」「半身○○」など。

投稿 読者のひろば

戦前の日本に戻す
安倍政権

労働組合、民衆の運動で、ヤマトこまで住みやすい日本になったのに、安倍政権は政治の舵を戦前の日本に近づけようとするのか... 絶対阻止する、今が大事。
瑞穂区大喜町 花井 卓子 さん

庶民の血税は有効に
最近政治とお金の問題が多々起きています。オリンピックのエンブレムや国立競技場をめぐる無駄使い。都知事・元議員による政治資金の私的なものへの流用等々。日々節約をして生活している庶民の血税を無駄なく、もっと大切に有効に

使ってほしいと思います。
南区鳥栖 坂本 みどり さん

川柳

本山さん 知らぬ増え
たが パスは在る
確信に 満ちた笑顔の
清しさは

九条に 魂込めた
戦知人
体調を 気遣う文に
励まされ
卓球の 疲れ愛しむ
病癒え

港区木場町 松井 俊宏 さん

● ※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、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)	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、第3土の午前
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	内科 1 内科 2 内科 3 内科 4	三宅 中島 西村由 早川	小南 高木方 稲葉	小南 伊藤春 前田 加藤	伊藤春 黒田 ○ 吉田	三宅 小林 池井 成田	○ ○ ○
前	小児科 外科 1 外科 2 外科 3	吉岡 皮膚科(深津)* 早川 整形(竹中)	外園 皮膚科(深津)* 鈴木 整形(長谷川)	外園 岡根 整形(竹中)	皮膚科(深津)* 鈴木/藤林 整形(長谷川)	吉岡 鈴木(乳腺・甲状腺) 整形(早川/長谷川)	伊藤康/水野(交代) 整形(竹中) 鈴木(乳腺・甲状腺)(隔週)
午後	特 診	ギプス外来 (竹中)	小児予防接種(吉岡) (第1,第3) 糖尿病外来(三宅)	こころと発達 (吉岡)(第2,4)	ものわすれ外来(小林)	肝炎相談(高木方)	
夜	内科 1 内科 2 内科 3 内科 4 小児科	小南 小林 中島 井汲 伊藤康		三宅 黒田 森 稲垣 吉岡 鈴木(乳腺・甲状腺)* 早川 整形(渡部)	※皮膚科 (月・火・木) 9:30~11:30 ★鈴木 (乳腺・甲状腺) 水・金隔週	高木方 西村英 和田 伊藤康 岡根(隔週) 鈴木(乳腺・甲状腺)* 整形(築瀬/高木方)	・糖尿病初診者教室 最終月曜日夜(多目的室) (三宅) ・鈴木(乳腺・甲状腺) 木・土午前隔週

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・呼吸器内科・整形外科・リハビリテーション科・放射線科

曜	日	月	火	水	木	金	土
午	前	前田	小松 外科系(早川)	犬塚	古田 リハ(家田)*	小松	上村/武田 整形○
午後	もの忘れ外来*						

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) ※リハ専門外来(予約制)

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 **つぎすな** 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
名南診通所リハビリ(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	1診 2診	大森	福光	大村	西脇	大森	大森/○(交替)
午前(往診)			大森/安達	大森/松田			
午後(往診)		早川	大森/小松/安達	大森/松田	小松		
夜診		大森					

名南訪問看護 **つぎすな** ※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
中川診デイケアひまわり(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 2診	山口	山口	山口	山口*1 中島	山口	山口/大久保(交替)
午後	(往診)		山口		吉岡*2	山口	
夜診		為近			佐々木		

※1 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。 ※2 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!! 筋肉を鍛えて part.10 健康体操 腰の変形や痛みを予防

名南ふれあい病院 理学療法士：奥村 世菜

少しレベルを上げた筋トレ方法で、腰の筋肉を鍛えましょう!

歳を重ねると関節の変形により、腰の痛みが出てくる方が多いです。そのような症状には筋肉をつけることで予防出来る事があります。今月号では、ちょっときつめの筋トレ方法をお伝えします。筋力や体力に自身がある方は挑戦してみてください。ついでにお尻の筋肉も鍛えられるので、スタイルが良くなって若返り効果があるかも!?!?

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。

背中の筋肉を伸ばす 方法

①図のようにベッドにうつぶせになります。



②手を腰の上で組み、上体を起き上がらせます。5回×2セットを目標に行いましょう。



※俗に言う「背筋」運動です。

※ポイント・息を止めることは絶対に止めて下さい。しっかり息を吐くことが大切です。



くらしの法律相談

名古屋南部法律事務所
弁護士 田巻 紘子



Q

「緊急事態条項」
知っていますか?
(法律相談番外編)

A 九州・熊本の大地震で被災された方には心からお見舞いを申し上げます。今回の地震の直後、官房長官から、大規模災害に対応するために緊急事態条項を憲法で定めることは大きな課題だ、という趣旨の発言がありました。

緊急事態条項とは、非常に時に憲法秩序を一時停止して非常措置をとることを認めるものです。自民党の憲法改正草案(2012年)では、首相が閣議で決定すれば緊急事態を宣言でき(国会は事後承認でよい)、立法・地方自治を内閣が代行する、

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。

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

といえます。制限される国家権力の側から緊急事態条項を持ちたいと語られることに、なんだか危険な雰囲気を感じます。憲法の制限を受けたくないのでしょうか? 実際、自民党の考える緊急事態条項は、権力を制限する仕組みに乏しく、権力の「暴走」を許しかねない内容です。

口は健康の入り口シリーズ ⑥

～「歯」にまつわることわざのいろいろ～

今回は、歯にまつわることわざをご紹介します。



- ①奥歯に物のはさまったような言い方
思うことを率直に言わないで、どこかにおもしろくない気持ちがひそんでいるのが感じられる状態。
- ②ごまめの歯ざり
力のおよばぬ者が憤慨すること。
- ③歯牙にもかけない
問題にせず、無視すること。
- ④歯に衣(きぬ)着せず
相手の感情にこだわらず、思ったことをずけずけということ。
- ⑤歯亡び舌存す
剛強なものはかえて早く滅び、柔軟なものは後まで生き残ること。
- ⑥歯止めをかける
物事が進みすぎないように押さえること。
- ⑦目には目を、歯には歯を
こうむった被害には同じ仕返しをすること。
- ⑧奥歯に剣
腹の中では敵意をいさながら表面に示さないこと。

歯にまつわることわざをご紹介しますが、奥深い意味のあることわざばかりです。歯は、口をつぐんでいけば見えないため見せない感情や思いがことわざに表れているようです。反対に、健康な歯は笑顔や明るさを表す表情の一部で、前向きな生き方や社会生活の象徴であると思います。ぜひ定期的に歯科検診を受け、心も明るく健康な日常生活をお過ごしください。



歯についてのご相談・診察予約は
医療法人はみんぐ
はみんぐ 歯科 TEL 052-691-6480
〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号
むしほゼロ
〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15
呼続はみんぐ 歯科 TEL 052-811-4182

港区 浅見登志美さん



癒しの絵コーナー
猫と犬
まかせなさい

健康レシピ

名南病院栄養課 調理師 都築 智也

甘酸っぱ トマトピクルス



*** 材料 (2人分) ***

- (材料)
ミニトマト…………… 12個
(調味料A)
はちみつ…………… 大さじ2
白ワインビネガー…… 大さじ2
バジル…………… 5枚
塩、こしょう…………… 各少々

*** 作り方 ***

1人分あたり 164kcal

- ①ミニトマトは湯むきをする。
- ②ジッパーつきの袋に①を入れAを合わせたものを注ぐ。
- ③②を冷蔵庫で冷やしながらかきまぜる。

●ワンポイント●

袋で漬けると、液が少なくすむだけでなく、味のなじみも良くなります。バジルピネガーは作り置きしておくと、ほかの料理にも使えて便利です。最近では、スーパーでもカラフルなミニトマトが売っているので、お勧めです。
見た目も華やかで夏場の暑い時期でもさっぱり食べられる一品です。