第515号 2017. 11. 1 (1)

かとともに 50年 そしてこれがら

F



助けプロジェクト」を立ち

から名南健康友の会も「お げています。また、この秋

安倍自公政権、改憲 勢力による改憲を 対に阻止しよう!

向けて、2018年医療・介 もと、社会保障給付費の抑制な 掲げる自民党・公明党政権の でさらなる保護費の削減も狙 護の同時改定が実施されます。 社会保障の「自然増削減」を させる必要なし」との世論が過 説明は不十分」「今国会で成立 ず、国民の声に耳を傾けず、戦 半数を超えていたにもかかわら 背景に、秘密保護法、戦争法、そ 政策のもとで憲法に保障された 争する国づくりにむけた悪法を 社会保障の理念の解体です。 います。成長戦略や経済財政 して共謀罪と、いずれも「政府の 安倍政権は国会での数の力を

2052-692-2388 町村への財政支援を通し て「自立支援」に駆り立て 付削減策が盛り込まれて な負担増や従来にない給 る仕組みづくりなど、新た

第515号(部内資料) (毎月1回、1日発行)

名古屋市南区豊田 五丁目 15番 18号 発行責任者 西本

医療法人

行

名南会

義弘

るには今しかないと、宿願の憲法 スケジュールを加速させ、「森友」 となった今年5月3日、安倍首 いのちと暮らし、平和を守りたい どのような状況になったとしても その選挙結果は分かりませんが 改定を狙った大義のない解散総 選挙を行いました。今号めいな という憲法違反の暴挙に踏みだ 大臣自らが9条改憲を宣言する ん新聞編集の10月初旬段階では したまま、多数の議席を確保す 加計」疑惑の真相究明にフタを しました。改憲実施にむけての

広げ強くしていくために。 私たちのこの間の取り

た介護保険「改正」法には、現

あいついで強行成立させてきまし

も憲法改悪を阻止しましょう。

いのちとくらし、平和を守る声を大きく 仲間づくりを。

祉協議会、東築地学区町内 ワーク」への参加や社会福 も実現し、そのつながりを 広げてきています。 会等との共同の取り組み

地域の助け合い・見守り

会」をスタートし活動を広 活動である「助けあおまい 職員と友の会が共同して 組みでは、中川診療所で

助け合いのネットワークを うよ!!」会員さん一人一人 す。「一緒に友の会に入ろ これから一層重要になりま 共同を広げていくことが の仲間を増やし、地域との と実践を進め、地域でいの かみ、「安心して住み続け 住民とつながり、要求をつ や相談活動、自治体への働 果たしています。友の会 られるまちづくり」の運動 きかけなどを通じて、地域 を守るとりくみ、地域訪問 ちと暮らしを守る役割を

り組みでは道徳学区だけ 食堂」(こども食堂)の取 室開催を実現、「ほんわか ブと共同し、毎週の体操教 地域のボランティアグルー 健康ひろば」では保健所や 上げました。また「トスカ

の開催も予定しています らはふれあい病院地域で

こども食堂の取り組みで

ひろげていきましょう。

習支援である「みのり塾」 その活動の場が広がり、学 ではなく東築地学区にも

も8月より開催。10月か

けあいの





9/27 名南病院講堂

10月から始まる秋の月間にむけて、秋の共同組織拡大強化月間方針を確認し、意思 ト集会を9月29日に名南病院講堂にて開催しました。



この月間を「いのちと暮らし・平和を守る月間 名南会創立50周年にふさわしい月間 にしていくために、職員・友の会が共同して取り 組んでいくことを強化月間の方針とともに全体 で確認しました。名南会各事業所・健康友の会 それぞれからも、月間成功に向けた抱負を出し合 いました。

- *無差別・平等の地域包括ケアの実現 に向けて共同の取り組みをすすめます。
- *憲法を守り、私たちの命とくらしを 守っていく取り組みをすすめます。
- *健診運動をひろげます。
- *名南会を大きく強くする取り組み (資金募集運動)をすすめます。

名南会ホームページ

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

て明るくよい雰囲

気が見受けられ

れ、

ひとつの

きるよう努めていきたいと思いま

る安心した暮らし、をサポ

1 あ

トで

住み慣れた地域

笑 顏

Š

開設から一年がたった住宅型有料老人ホー

宅系施設「住宅型有料 ひなた」が開設し、 早一年が経ち 老人ホー

名南 部屋中現在14名が入居されていま 名南会に関わ に入り入居数が少しずつ増え、 病院 や名南 ふれあ い病院、 今年度 18

後 方 日々です も名南会の居宅系施設とし 々に助けて ス も行っています。

するなど助

け合う場

面

\$

気あるものにしてくれています。 もあり、 「っていただいたり(下写真)、 で流しそうめんを行う(上写真 入居されている方の生活を活 .康体操などの趣味活動も行 近では、 〟を楽しめるようなイベ 週2回の ただき目の前でお寿司を お寿司職人さんに来 地 域の方々のご協力 コーヒー サロン

タッフ一同まだまだ試行錯誤 いただきながら、 入居者様や地域

都道府県に対して主要農作物

大豆など)の優れた種

光止され

まし

種

子

法は

ければ満足な収穫ができない一 毎年新しい種を買って植えな

今年の通常国会で種子法が

子の開発、

普及、保存を義務、

開設してしばらくは入居がなか 名南会初 の居 なかありませんでしたが、 ムひな

と増えていく中、 かになってきており、 おります 士会話を楽 んかたら 力しあ 入居される方が一 入居されている方々の多くは、 の里の受け皿となって ながら配 りのある方が多く、 ホ 膳してく 入居者様同 ム内も賑 食事時に また一人 老

料金 名古屋市在住65歳以上 1回法1,500円 一般成人 1回法3,500円

> 小児 2回法 1回目3,500円、2回目2,500円

インフルエンザ予防接種料金の割引のご案内

インフルエンザワクチン接種について

10月に入り今年もそろそろインフルエンザワクチン接種の時期となりました。

インフルエンザは発熱や咳などを主とした呼吸器感染症のひとつで12月から3

月の冬季を中心に流行を起こします。インフルエンザの流行や健康被害を抑える

には、インフルエンザワクチンが有効です。インフルエンザワクチンによる発症 予防効果は約60から80%と確実に予防できるものではありませんが、肺炎等の

重症化への進展を阻止し、入院や死亡のリスクを下げることが期待できます。現 在のインフルエンザワクチンはA型が2種類、B型が2種類の計4種類のインフル

エンザウイルスに対応しています。そのため、より多くの種類のインフルエンザ

ウイルスによる重症化を防ぐことが可能になります。ワクチンは接種後少なくと

も2週間たたないと効力が発揮されませんので、ワクチンの接種は本格的な流行

インフルエンザ予防接種のご案内

インフルエンザの予防接種は原則として予約制となりますので、事前に名南会

が始まる前の12月中旬ごろまでには終えておくことが大切です。

の各事業所の窓口、またはお電話にてご予約をお願いします。

名南病院 薬局長

澤井

宏典

医療法人名南会では、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しています。

*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 予防接種を受ける際に、あらたに名南会協同基金にご協力いただいた場合 も割引を実施いたします。

*割引の内容

- 1回につき1,000円の割引を実施いたします。
- ・名南会の各事業所で接種される場合のみ
- ・小児2回法の2回目は700円
- ・名古屋市も65歳以上の方を対象にした予防接種については、名古屋市に よる委託事業のため割引はできません。
- ・健康保険組合による接種補助券の併用は可能です。

ご予約・お問い合わせは

☆052-691-3171 名南ふれあい病院 ☆052-691-0041 ☎052-691-2497 中川診療所 ☎052-301-2631

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。

相談のみ

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 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

高畑アクセス法律事務所

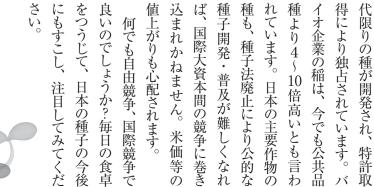
中川区高畑2-110サンライズ第2ビル2階 電話 052- 362-3731

争を害して不平等だ」とねらわ れたからだといわれています を行う種子法の制度が れたのはなぜでしょう? 種」をめぐる競争は激烈です 寡占をねらうバ 種の開発などに公的助成 イオ企業 種の 独

人することができたのです。 この種子法が突如、 」など)を安定的に安く 廃

はその地域柄にあった種子(た 国が助成を行っており、 ける法律です。 冷害に強い米 これら事業に 「自由競 「ひとめ 生産者 正さ

にもすこし、 をつうじて、 良いのでしょうか?毎日の食卓 値上がりも心配されます。 何でも自由競争、国際競争で





名古屋南部法律

田 巻 事務所



紘子

告され

有難うございました。

名南診療所地域

安田

恵美子

にドイツでは

西欧特 まし になったと報

的ミスにより 大きな被害

富山

・福井)の共同組織の会員が一堂に会し、これ

東海北陸 (愛知・三重・岐阜・石川

2年に1回、

あったが、 の引き金で

0)

後の人為

東海北陸の共同組織のみなさんにこの間の取り組みを報告しました。子ども食堂について土肥カヅ子さん、トスカ健康体操教室について北方茂信さんと安田恵美子さん

東海北陸各地の共同組織(友の会会員・医療生協組合員)で経験を交流しました。

う7人乗りの重爆撃機に

発生の4つの引き金は1・ を聞きました。 告では、反原発から脱原発 本富士夫氏による特別報 内容が印象に残りました。 と平和を考え、憲法9条の じの残した日誌から戦争 の平野和治氏のお話で、 じを持つ福井民医連会長 戦にて18歳で戦死したお 乗る少年飛行兵で、 3・テロリズム、 人為的ミス、2・自然災害、 大切さを確信したという へ進化していったという話 福井大学名誉教授の山 原発事故 4・サイ 沖縄

島原発は自然災害が直接 ーテロということで、 福

声 と で号令をかけて体操を

出ず、 操みなみ」を披露し、 型水力、地熱などの利用 表の時間 演習として準備はバッチ 出し物として「スマイル体 進んでいるようです リだったのですが、いざ発 0) かりました。 交流会では司会を仰せつ 1日目に開かれた夜 愛知県連

陽光、洋上・陸上風力、 いう状態で、 分科会発表演題の予行 動画だけは流れて では肝心の音が 翌日

脱原発に向かっており、 仕方なく 山 太 のですが、参加した各県か 合わず大失敗。 ら6件の問い合わせがあ しましたが、 九月二十五日 名南健康友の会 各地域の皆さん方が、 豊北班 画像の動きと と、思った

た。これはこれで良しと と申し込みがありまし 体操のDVDが欲 副会長

北方

分科会に参加し

の注文を受ける状態、分科 皆さんに大うけでDVD スマイル体操が他の県の いるのに驚きました。名南 加出来て色々勉強が出 会の様な所で披露出来た 健康友の会の健康作りに、 くりの組織活動をされて ました事に感謝致します。 幸せに思いました。 |診療所/中川健康友の会

~2017年度 ・秋の健康講座~



無料です。お誘い合わせて、お気軽にご参加ください

2 301-2631

力と工夫で立派に健康

のんびり楽しむ温泉の旅

浴料は別途600円自己負担となります。 ◎詳細のご案内は折込チラシをご参照ください。

つろぎのひと時を!

◎入浴料は別途500円自己負担となります。 *中川診療所、中川区内数ヵ所を経由して出発。

■お問合せは中川診療所受付へ電話052 (301) 2631

少年飛行兵のお話には、軍国 は罪」この言葉をしっかり受 主義教育でたやすく神国を を入れる時だと考えます。 け止めて、二度と少年を戦地 子が理解出来ました。「忘却 に送ってはならないと強く思 信ずる少年兵に育っていく様 平野和治氏の沖縄で散った

中川健康友の会でも取り組みを始めた「助け合い

る集会が今年は福井で開催されました。今年は名南 までの各地域での取り組みでの経験や成果を交流す

の活動が東海北陸の各地でも多く取り組まれている

様で、それぞれの地域の特性も踏まえつつ、

多くの

成果や課題を共有できました。

参加者の感想

共同組織活動交流集会に参加して

記念講演は「飛龍」とい

いました。子や孫のために今 で こそ憲法九条を守る活動に力 「島を忘れない脱原発を目 も 私の参加した第四分科会(*) 九条の 会の活動報告、

福

指す活動等、 いろいろな分 力

ら共同組織の為に力を尽く 強さと高齢者の方々の活躍 野で活動する共同組織の *共同組織活動交流集会では日 した。これからも微力なが する姿に私も元気を頂きま したいと思います。 者が分かれ、 程の二日目にテーマ別に参加 る での取り組みを報告し交流す 「分科会」がおこなわれます。 中川健康友の会 それぞれの地域



11:30~



多目的室



14:00~



中川区かの里 プチギャラリー 雜花ya



11:30~ ほんわか食堂

名南病院 講堂



11:30~

ふれあいヴィレヂ1階



9:50金山駅集合(詳しくはチラシにて)







副会長

高尾

恭作

名南診療所地域 健康まつり

りのお

☆10月から11月まで毎週水曜日 健康チャレンジ 前号折り込みか名南会各診療所のチラシにて

お問い合わせ・ はすべて お申し込み

★印は申込み必要 名南・中川健康友の会事務局

周年企画

(えんじゃくちょう)



や東にいろは町という町名があります

が、これも「中の割」の「い」の割、「ろ_

云われています。名四国道を挟んでや は「わ」「か」を合成して町名としたと (「遠」は変体仮名で「を」と表す) 「若_

熱田前新田西の割の神明社 ▲善進神明社

行により、寛政村となり、昭和12年名

ていましたが、明治22年市町村制の施

古くは愛知郡熱田前新田と呼ばれ

「は」の割を合併したものです。

年に遠若町となりました。 古屋市に編入されて寛政町、

昭和34年 昭 和 36

よる大きな被害を受けた地域です。 (1959)の伊勢湾台風時には高潮に

田奉行となりましたが、藩主宗睦(む の家に生れ、寛政3年(1791)に熱 達し寛政12年(1800)干拓に着手、 ねちか) の命により、経費1万両を調 左衛門は享保12年(1727)に武士 によって海浜を埋め立て、 (1801) に開拓されました。津金文 享和元年 この新田は津金文左 と呼ばれていました。

衛門胤臣(たねおみ)

線に囲まれた地域は、

屋線)、県道154号 県道59号線 (中郷十一 す。現在の東海通の南、 わった町名がありま 若町というちょっと変

荒子川の東に、遠 国道23号線の

かつては熱田前新田

はさらに「を」の割、 の割」に属していました。「中の割」に 間を「中の割」と区分し、 した。この新田は旧中川以東を「東の 350万㎡の広大な新田を完成させま が遠若町です。「遠」は「を」の元の字 の割の区分があり、これを合併したの 6ヶ月間の突貫工事によって、翌年約 荒川以西を「西の割」とし、その 「わ」の割、 遠若町は「中 か



▲津金門左衛門の偉業をたたえる碑

出会えてとっても楽しんだ ざいました。皆さんの心がけ と「びっくりポン!」でした れだけ大勢の人が見えたの が良かったのですね。外での させていただくんですが、そ そこへ友の会としてお手伝い 最後の福引の時はどこから のバンドもようございまし したが、少し静かでした。 ザー、喫茶コーナーもありま 院内の奥の方で体力測定、 の人が食べてくれました。 出店も結構にぎわって、大勢 こと、上天気で本当にようご した。先は何よりも良かった れはそれは楽しゅうございま 楽しい健康まつり みんなの心がけも良く 名南病院の一大イベント、 吉岡先生のお話や昭和歌謡 到病ま でございました。 たくさんの友の会の仲間 吉岡モモ医師 の講演も盛況 新三条班 、 友の会の 焼き鳥も完売 出 病

and a		IT.		04.012	一	でかった。	
		日/曜日		班 会	班会内容	班会場所	
•	名南病院地域	2日(木)	13:	30~ 道徳地域合同班会	インフルエンザ	名南わいわい広場	
1		8日(水)		00~16:00 わいちくちく(趣味の会)		名南わいわい広場	
•		14日(火)	14:	30~ 南木場班	いつでも元気	ほんわかルーム	
•		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	
		24日(金)	14:	00~ 名南班	頭の体操	会員宅	
2		25日(土)	13:	30~ 水彩画教室		名南わいわい広場	
0		27日(月)	13:	00~ 囲碁教室	健康体操	名南わいわい広場	
1		28日(火)	13:	30~ ちぎり絵		名南わいわい広場	
7		毎週月曜日	13:	00~ 囲碁教室	囲碁	名南わいわい広場	
年		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	
_		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	
月月		名 南 病地	院域	ほんわか喫茶	毎週月曜日 10:00~11:30	名南病院 「くるくるプラザ」	
予	ボランティア			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3F	
定		名南ふれる病院 院 地		ふれあいお食事サロン	毎月最終金曜日 11:30~	ふれあいヴィレヂ1F	
表				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	
				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 地	所域	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	毎月第1火曜日11:30~	名南診療所2F多目的室	
		中川診療地	所域	サロン·なかしんさん (コーヒー・お茶·軽菓子付)	毎週木曜日 10:00~11:30	中川診療所 友の会ルーム	

•	• • • •	• • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • •			
		日/曜日	班 会	班会内容	班会場所	
		4日(土)	13:00~ ひまわり班	頭の体操コグニサイズ	会員宅	
1	_	9日(木)	14:00~ 豊田地域班	インフルエンザ	ふれあいヴィレヂ	
	名南 病南	13日(月)	15:00~ 滝の水班	インフルエンザ	会員宅	
	名南ふれあい	15日(水)	13:00~ なでしこ班	続く咳の病気	えがおたまり場	
1		21日(火)	13:30~ コスモス班	インフルエンザ	えがおたまり場	
1		22日(水)	14:00~ 天白区懇談会	免疫力を高める食事	相生コミュニティーセンター	
ł		4日(月)	15:30~ 中根班	白内障・緑内障	会員宅	
$\ $		7日(火)	19:00~ 御剣班	頭の体操	会員宅	
	名	8日(水)	13:30~ コーポラス班	頭の体操	コーポラス集会室	
	南	9日(木)	10:30~ 名南診健康体操	健康体操	名南診2F多目的室	
	診	10日(金)	14:00~ 健康サロン遠源		遠源	
1	療	14日(火)	13:00~ 絵手紙班	頭の体操	名南診療所2F多目的室	
1	""	17日(金)	14:00~ ひよこ昼班	骨粗しょう症について	たまり場ひよこ	
$\frac{1}{1}$	所	21日(火)	13:30~ 豊北・診療所合同班	パーキンソン病とアルツハイマー	伝馬コミセン	
	地	22日(水)	15:00~ 平郷班	風邪の予防	喫茶「あみん」	
	 域	27日(月)	14:00~ 北原班	糖尿病について	会員宅	
1	"	第4木曜日	14:00~ 編み物同好会	編み物	名南診療所	
1		第2、4 火曜日	14:00~ 絵手紙教室	絵手紙	名南診療所	
П	中	21日(火)	10:00~ たんぽぽ班	国保勉強会	中川診療所 友の会ルーム	
	川診	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	
	療	毎週水曜日	15:00~ さわやか体操班	健康体操	中川診療所 友の会ルーム	
$\left\{ \right.$	所地	毎週土曜日	14:00~ ヨガ班	ヨガ	中川診療所 友の会ルーム	
	域	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	

※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

たてのかぎ

出題 大森 久紀

名南診療所所長

壊れやすい物のこと

2

引っ越し用語で、食器などの割れやす

寝たふりをすること

「○○○寝入り」=都合の悪いときなどに、

5 4 3

の選手を一気に抜き去ること

不〇〇、

内閣の構成員で、

大臣や官房長官などの

儀式が行われる場所、「結婚〇〇〇〇

「○○○抜き」=リレーなどで後ろから他

20

大橋巨泉司会の伝説の番組「○○○ダ

18

の

岐阜県にある有名な滝

16 15 14 12

ラテン音楽で使われる楽器で、シェイカー

急性胃腸炎の主な症状は、 7月第3月曜日の祝日

老いて庭に出ても疲れるば のを待って庭に出て、 命手をかけていましたが、 **庭菜園が来年からなくなり** から書いていたのですが、 と家庭菜園と長い間若い そうです。 もうぼちぼち卒業し 昔は、 夜が更ける 一生懸 家 年 時 た。 でボランティアをしていまし の日8月9日はデイサービス 長

原

水爆禁止世

界大会最終

ます。

テレビから流れる長崎市

ない事ですが、

それを口実

崎市

長

の

X

ツ

セ

卒業かな? 履歴書等にも趣味は、 味の家庭菜園は

もう

みも の **ब**्र わが家の豪華夕食の楽し あり、 お料理は2週間に一度

中川区下之一色町

さん

柳 恵子 いきます。 さん

北朝 く平和的 制 恭子

ました。 くれて、 に大きな被害をもたらしてい 〝異変〟の多い天候は各地 でも季節は秋を運んで 北朝鮮の暴挙は許せ 朝・夕は涼しくなり 解決の努力を 裁だけで

ないでいたことを思い、 5 ず胸にこみ上げるものがあり 長さんのメッセージを聞き乍 7月はみんなで折鶴をつ 思わ

ば

力こそ、 の改善にもならないと思いま 状況を悪化させるだけで、 よる北朝鮮への対応、 るのではないでしょう ਭੁ 日米軍事力の 平和を作る為の一層の努 支配力を強化する事より 大国に求められてい 強化と軍事力に 何

第135回

8 10 12 13 14 15 16 18 21 19 20 22 23 24 25 26

【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。 グレイのマスには「かたらい」の文字が入ります

▶ 小林一茶の俳句

Α	В	С	D	E	F	G	Н	
J	K	L	М	N	0	Р	Q	

よこのかぎ

1 束子

513号の答えは「ジットシテ その他、寄稿・詩・短歌・マンガ・

シロイメシクウ

アツサカナ」。

27通の応募があり、

全員正解。

上野

友恵さん(南区内田橋)

写真などの投稿も募集しています。

答えをハガキで名南会本部事務局まで送ってください。 「めいなん」新聞への感想や近況などお書き添えくださ

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

【応募要項】締め切り11月30日

 $\widehat{\pm}$

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。

- 左から、青・黄色・赤
- 新潟の有名な米菓
- うれしいことや楽しいことが重なるこ とを「○○と正月が一緒に来たよう」
- 10 物事における重要なことをたとえて
- 11 そのものに対しては、企業などが円滑 な運営や改善のために組織的に対応す
- ることが求められる。クレームや文句 に似た言葉
- 13 「超〇〇〇〇〇」=通常の人間にはでき
- ないことを実現できる特殊な能力のこと 17 金星の別名で、明け方を『明けの○○○
- ○○○』、日暮れは『宵の○○○○○』 19 牛や山羊などを飼育し、乳や乳製品を 生産する畜産のこと
- 21 物や金銭などの使いみちを難しく言うと 22 責任〇〇〇、危険〇〇〇
- 23 復路⇔
- 24 「○○虫」=夏の終わりから秋にかけて、 "リィーン、リィーン"と鳴く虫
- 25 カエサルが、ルビコン川を渡る時に 言った言葉「○○は投げられた」
- 26 巳→○○→未

※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

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

受付 8:30~11:30 午前 診療 9:00~12:00 受付 5:30~7:30 夜 診療 6:00~8:00 ※火・木・金の皮膚科は9:30~11:30

:月・水・木・金の午前、第3土の午前 腸:月・火・水・木・金の午後

気管支:火の午前

日 木 金 内科 1 内科 2 内科 3 内科 4 小南 高木万 三宅小林 内科内科 小南 伊藤春 三宅中島 000 伊藤春 黒田 前田丸茂 池井成田 西村由早川 高谷 劉 ○(第1、3、5) 小児科 外園 外園 外園 伊藤康/加藤(交代) 吉岡 吉岡 前 岡根 外科 1 皮膚科(深津) 皮膚科(深津) 皮膚科(深津) 鈴木(乳腺・甲状腺)(隔週 外科外科 鈴木 整形(長谷川) 鈴木/藤林 整形(長谷川) 鈴木(乳腺·甲状腺 整形(早川/長谷川 (則竹·松原) 整形(竹中) 早川 整形(竹中) 整形(竹中) 小児予防接種(外園) (第1、第3) ※整形(竹中)は こころと発達(吉岡) ギプス外来 ピロリ・肝炎外来 午後 特 診 ものわすれ外来(小林) 9:00~10:30 (第1、2、4、5) (高木万) (竹中) 内科 小南 小林 三宅山本 ※皮膚科 黒田 糖尿病初診者教室 最終月曜日夜(多目的室) 内科内科 高木万西村英 (火·木·金) 9:30~11:30 2 3 4 5 夜 中島井汲 内科 和田 診 小児科 外園 伊藤康/外園 伊藤康 夜診は水・金のどちらか 外科 外科 外科 泌尿器(鶴田) 整形(長谷川) 鈴木(乳腺·甲状腺)★ 早川 1 2 3 岡根/(隔週) 木(乳腺·甲状腺)[、] 整形(片山) 整形(渡部) 整形(簗瀬/高木英

名南ふれあい病院

691 — 0041(代) FAX 692-5732

· 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 月 日 火 水 木 金 土 小松 古田 山羽/武田 午 長谷川 前 宇佐美 小松 外科系(早川) リハ(家田)* 午 もの忘れ外来 後 ・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〉 外来:

名前介護老人 かたらいの里 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355きずな |

TEL 694-7203

FAX 692-7092

名南診療所 診療科目 内科・小児科・呼吸器内科

691 — 2497(代) FAX 692-2667

名南診通所リハビリ (月)~(土) 9:30~15:50 (月)~(土) 9:30~16:40

※1 月の最終週は休診。 ※2 発達相談(予約制)13:00~15:00 予防接種(予約制)15:00~16:00 一般小児17:00~19:00

曜 日 午前診 山邉 大村 大森/○(交替) 午前(往診) 大森/安達 大森 午後(往診) 早川 大森/小松/安達 小松 大森/土井 大森 夜診

名南訪問看護វずまずな ※訪問看護ステーションでは 24時間連絡対応いたします。

デイサービス庵

TEL 698-7307

FAX 698-7308

中川診療所

診療科目 内科・小児科

TEL 301-2631(代) FAX 301-3018 中川診デイケアひまわり (月)~(土) 9:30~15:40

曜	日	月	火	水	木	金	土
午前診	1診 2診	山口	山口	山口※1 長谷川	山口 佐々木	山口	山口/金光(交替)
午	後	(往診)	山口		吉岡※2	山口	
夜	診	山邊			大島		



2017年11月より

康講座、

健康チ

I

ツ

83

名南ふれあい

友の会会員以外、

地域からも多数の参加

簡単!

外出しながら体操

名南ふれあい病院 作業療法士:青山 リハビリ課 言語聴覚士:川島

こんにちは(^o^)♪肌寒くなってきましたね。 前回に引き続き、今回も「ながら体操」を紹介します。お出かけ中、 いつもより気をつかって行うことで、より効果的な運動ができます。

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。
- ・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!!

★おでかけ前 編★

- ①靴を履いたら、膝屈伸を4~5回行う。
- ②その場でゆっくり足踏みを10歩行う。



★お出かけ中 編★

- ・歩いている時につま先をあげ、かかとからの着地を意識する。
- ・手をしっかり振ることも大切です。

★信号待ち 編★

・片足立ちのように、体重を片足に5秒かける。反対側の足も行う。 (実際は両足とも地面についており、体を傾けるようなイメージです)

▶階段 編★

・手摺りを持って、ゆっくりと一歩ずつ踏みしめる ように上がる。



★電車 編★

- ・座席に座ったら、背筋を伸ばしてお腹とお尻に力を入れる。
- ・片方ずつ、足の裏全体で床を5秒ほど踏みつける。

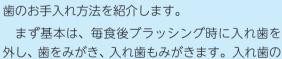
口は健康の入り口シリーズ ⑦



~入れ歯のお手入れ方法

はみんぐ歯科医師 澤田 真由実

ずっと義歯を使ってこられた方でも入れ歯の掃 除の方法を聞かれることがあります。今回は入れ 歯のお手入れ方法を紹介します。



清掃に用いるのは歯みがき用の歯ブラシでもいい



ですが、義歯用ブラシの方が清掃効率がよいです。人工歯のくぼんだと ころや、部分入れ歯の場合は歯と接する部分やバネの裏に汚れがたまり やすいのでしっかりみがいてください。歯みがき粉は入れ歯に細かい 傷をつけてしまうので入れ歯には使用しないで下さい。

入れ歯洗浄剤は毎日使用しても大丈夫ですが、ものによっては使用頻 度が決められているものもありますので、個々の取り扱い説明書を読ん でください。また入れ歯の材質によっては洗浄剤を使えないものもあ りますので、わからない時は歯科医師や歯科衛生士にお尋ねください。

毎日お手入れしていても、入れ歯に着色や歯石がついてしまうことも あります。取れなくなった汚れは当院では入れ歯のクリーニングを行っ ていますのでご相談ください。

就寝時は、歯科医師からの指示が無い限り入れ歯を外してください。 外した人れ歯は水か人れ歯洗浄剤に浸けて保管してください。

汚れたままの入れ歯を使用していると臭いや残存歯の虫歯の原因に なるので以上のことをお手入れの参考にしてみてください。

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

はみんぐ歯科や

TELO52-691-6480

〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15

呼続**はみんぐ歯科 が** TEL 052-811-4182



者全員が う5年 会ひまわり 声 量 t 果が良くなった」 恒例となっています。 測 |康チェック (血 聞 定 希望 かれます。 ・班の不用品バザ 平和委員会の Ш 呼続はみんぐ歯科 流 測 院定)で参 圧 昨 新 など喜び 年に比べ 婦 第 人の 加

か

①名南会と訪問

「地域で安心して暮

登志美さん

間に先駆 を開 健康 月 つからの 友の 以 催 公上になり け、 しまし 会 9 户 た。 30 続 毎 日 同 開 年 健 ·体脂肪· (土)名 秋に 催 康まつ はも 部 月 護認定

点から」とのテーマで訪

良

く体を動かし終えました

看護

師の

纈

佳

しく迎えるには~訪問看護

特別健康講座

も大人気です。

第

され、 入り、 に参 ションきずな所 子・名南訪問看護ステ が 活 えまし 加 が注目される時 多くの 関 者は真剣に聞 心 の高 質問も 長の講 とかく にさがう 出 き





期を自分 いてご家族で話題にする機会 持つことの重 してみること、 津津でした。 「望まし 要性」 人生の 0) 話に興 最期に

の指導の下、 南 あい病院作業 健康体操で気持 療法士

名南ふれあい病院 調理師 大木 直矢

きのこと根菜の けんちん汁



しめじ…… 1/4パック まいたけ… 1/2パック 生しいたけ…… 1枚 もめん豆腐…… 1/4丁 にんじん…… 30g ごぼう…… 15g サラダ油… 大さじ1/2 昆布····· 6cm ****** 作 り 方 ******

下ごしらえをする

①しめじは石づきを除き、まいたけとともに小 房にわける。しいたけは軸を落とし、4つに切 る。にんじんは1cm厚さの半月切りにし、ごぼ うは包丁の背で皮をこそげて1cm幅に切る。

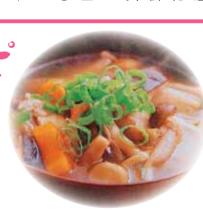
けんちん汁を作る

- ②鍋にサラダ油を熱し、①をすべて一度に加え る。油がまわったら、水2カップ、昆布、酒、しょ うゆを入れ、野菜がやわらかくなるまで煮る。
- ③豆腐を手でくずし入れ、ひと煮立ちさせる。 器に盛り、小口切りにしたわけぎをのせる。

● ポイント ●

きのこと根菜のうまみでだしいらず。素朴で落ち着く味です。じんわりと 体が温まります。 きのこは食物繊維、ビタミン B 類、ビタミン D2、ミネラル、 が豊富に含んだ低カロリー食品です。 ビタミン D2 がカルシウムを効率よく 吸収するのを助け、丈夫な骨、歯を作ります。





酒……… 大さじ1/2 醤油…… 大さじ1強

わけぎ……… 適量