



第524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

**私たちはこれからも地域とともに、
無差別・平等の医療・介護の実践と連携による地域包括ケアに
とりくみ、誰もが安心して住み続けられるまちづくりをめざします**



議案提案を行った
西本義弘専務理事

①子ども食堂・子ども塾
が、地域の共同のもと
活動が發展しています

2016年12月に名南
病院講堂でスタートした
「ほんわか食堂」子ども食
堂が大きく發展しました。

地域のボランティアのご
協力、食材の提供など協力
の輪も広がりました。名
南病院に続いて、8月19日
には港区の東築地防災セ
ンターで「ほんわか食堂in
みなと」がスタートしまし
た。学区の民生委員、児童
委員協議会と共同で計画
し実現したものです。テ
レビでも紹介され大きな
話題となりました。

8月から小中学生を対
象に学習支援を行う「みの
り塾」が始まりました。「み
のり塾」は名南ふれあい病
院でも行われています。

②地域の支え合い、健康づ
くり、友の会が深くか
わり、地域から注目

2年前より名南会と名南
健康友の会の共同で開催し
ているトスカ健康ひろばも
活発に展開されました。ス
タートは、スーパの廃止に
伴う買物難民対策の出張
販売からです。それが、地
域のボランティア「レッツス
マイル隊」と南保健所職員、
名南健康友の会で共同して
毎週火曜日に介護予防の目
的で健康体操教室を行うこ
とになりました。「スマイル

③名南・中川健康友の会
でさらに広がる「助け合
い」のとりくみ

中川健康友の会の「助け
あいまい会」も広がっていま
す。助け合い事業も送迎事
業に広がっています。今後の
高齢者の健康問題、介護予
防を考える場合、外出支援、
通院支援が大切なものとな
ります。名南会としても、「助
けあいまい会」の取り組みの
経験をもとに、考えていかな
ければならない課題である
と思います。(2面へつづく)

第53回定時社員総会議案提案(要旨)

**第2号議案…2017年度活動報告(2017年度トピックス)と
2018年度活動方針**

紙面の都合上、一部のみの掲載
とさせていただきます。



三宅隆史理事長 開会挨拶

出席社員総数は858名(出席115名、委任状出席
743名)。
冒頭に参加者全員で1年間に亡くなられた社員のみなさ
まの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、伊東繁、加藤伸久両
名南会理事の2名を議長
に選任し議事がすすめら
れました。その後、高橋祐
介・日本共産党名古屋市委
員、江上博之・同名古屋
市会議員より来賓あいさ
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、定款変更など
議案提案は全て全員賛成



来賓あいさつをいただいた
高橋祐介・市会議員



来賓あいさつをいただいた
江上博之・市会議員

2018年5月26日(土) 金山・労働会館東館2階ホール
午後2時〜5時10分

医療法人名南会 第53回定時社員総会

で採択されました。
(議案の一部は次に掲載)

「1面からのつづき」
名南健康友の会でも、中川健康友の会に続いて、2017年7月から「お助けプロジェクト」が始まりました。ボランティア登録、利用者登録を進めています。

④安心して住み続けられるまちづくりが職員と友の会の共同で「層ひろがり、民医連事業所と友の会が地域に必要とされる存在へ」

多くの地域活動が、名南会50周年にふさわしく前進してきています。

お食事サロンが、名南診療所、ふれあいヴィレゾで継続し、参加者も増えています。子ども食堂もあわせて、今や名南会の病院・診療所

【地域資金募集運動・健診運動】

地域資金募集運動は、地域と事業所の共同の取り組み、待合室行動、地域訪問行動などにより協力件数は増加しています。年度末

に取り組んだ積立キャンペーンは、新規64件、継続82件と大きく成功しました。しかし、1億円の資金目標には2年連続で未達成となっています。資金目標の未達成は、友の会員が増えていないことがひとつの原因となっています。10

は、地域の方々が食事を

する場所にもなっています。喫茶の取り組みも、名南病院での「ほんわか喫茶」、ふれあい喫茶、名南診療所コーヒースタンドと取り組まれています。地域の子どもたちの「ゆめつこ広場」も継続

しています。健康づくりの取り組みも広がりを、秋の健康チャレンジでは、大垣ウオーキングに37名が参加しました。毎月第4火曜日のアピタ名古屋南店での「まちかど健康チェック」も定着し、毎回40名から50名を超える人が利用していたでいます。安心して住み続けられるまちづくりの具体的な活動も重要です。熱中症訪問行動や豊田小学校南西交差点調査から信号交差点改善の申し入れなども行いました。

2018年度の重点課題方針

- ①平和憲法を守り、社会保障の営利・市場化に反対し、当事者として主体的に地域と職場からたたかう。
- ②無差別・平等の医療・介護の実践、総合的な医療・介護の質向上をはかり、いっそうの連携で地域包括ケアにとりくむ。
- ③「全職員の経営」を貫き、全事業所で管理運営体制を強め、法人全体で月次経常利益予算の達成をはかる。
- ④健康友の会とともに、健康増進活動、ささえ合い活動をすすめて、誰もが安心して住み続けられるまちづくりをめざす。
- ⑤民医連らしい運動と事業に裏付けられた職員育成、いきいき働き続けられる勤務環境改善をはかる。

第4号議案 2017年度決算、
第5号議案 2018年度基本予算

2017年度決算は 全事業所で増収・増益、235百万円の 経常利益となり大きな経営改善

2017年度事業収益は5,041百万円、前年比103.5%、前年差172百万円と大きく伸びました。入院収益は、法人全体で空床をつくらない取り組みを強め両病院とも1日患者数が増加し、名南病院は前年比107.0%、名南ふれあい病院は104.6%と前進することができ

名南会第7次長期計画の 初年度経営目標を達成

名南会の経営の困難は、長期借入金返済額が大きく、事業活動によって設備投資や借入金返済をまかなうだけの資金を生み出していない経営構造にあります。この構造から脱し、今後10年間の展望を作り出すことが第7次長期計画の課題です。その初年

2017年度経営改善の特徴

2017年度経営の特徴として、4点を確認したいと思います。①必要利益である経常利益予算達成にこだわった管理、②毎日の稼働目標を数字で明確にし、数字を追求した活気のある現場での努力、③地域の医療・介護連携の中で強みを生かし、法人として空床を作らない対応

の強化、④法人財務委員会で作成した経営報告書による経営認識の共有です。

引き続き、名南会の経営課題は、利益剰余金の確保と名南会協同基金の結集、今後10年間の展望を持った有利子負債の削減にあります。引き続き、経営改善に努めていきます。

2018年度予算の重点課題と目標

重点課題

- 民医連総会方針学習、「新しい2つの柱」具体化
- 医療・介護活動と健康づくり・まちづくり活動の総合性
- 医師をはじめ職員の確保と育成
- 診療報酬・介護報酬改定へのたたかいと対応
- 全職員の経営を貫く民主的管理運営

目標

経常利益 235百万円
事業収益 5,162百万円 (前年比102.4%)
電子カルテ更新 法人内連携強化、業務改善に結びつける

第6号議案 定款一部変更

今総会での 定款変更ポイント

- ①事業の追加
（1）名南ふれあい病院の介護療養病床を介護医療院に転換
- ②介護保険法に基づく介護予防・日常生活支援総合事業を追加
- ③企業主導型保育事業を開始
- （2）特定医療法人への移行
①「基金」の章を削除（名南会協同基金への振替を予定）
- ②「評議員」と「評議員会」の章を追加
- （3）その他
①定時社員総会の開催を毎年2回3月及び5月に開催
- ②副理事長及び常務理事の定数を「2名以上4名以内」に変更

特定医療法人への移行について

昨年度の定時社員総会で、医療法人制度移行にあたって最終的には特定医療法人をめざすこととしました。社員の出資額を保全し、課税関係の余地を避けるため「基金拠出型医療法人」への移行を経ることとしました。特定医療法人は、租税特別措置法に規定する特定の医療法人をいいます。国税庁の承認を得られれば、法人税の軽減税率が適用されるなど、税制上の優遇措置を受けることができます。特定医療法人への移行にあたって、評議員会の設置が必要となります。評議員は、医療従事者、有識者、地域の医療を受ける方、必要と認められる方から、理事の数の2倍以上を選任することとなります。より開かれた医療法人運営をめざす機会としてとらえて、積極的な評議員会を構成していきます。

議案に対して、6名の職員（事業所報告、子ども食堂・子ども塾、医師の確保と研修）、2名の友の会役員（友の会活動報告）、その他2名の方（名南健康友の会緑支部設立、H P H・健康づくり拠点病院、めいなん新聞総会特集号の改善等）から発言がありました。



閉会あいさつを行う
早川純午副理事長



医療法人名南会 第53回定時総会 特別決議

「安倍9条改憲 NO!」の共同をさらにひろげ、疑惑にフタ、数々の悪法を強行する安倍政権を退陣に追い込もう！



毎年微妙な天気予報をはねのけ、雨にならず開催できていた春の健康まつりも：今年は見事に大雨(暴風雨に近かった!!)の中の開催となりました。悪天候の中でも足を運んで下さった地域の皆様、ご参加ありがとうございました。恒例となった一色中学校



外はあいにくの大雨、診療所玄関エレベーター前で。お疲れ様でした!!

大雨のなか、230人を超える参加者で♪
中川診療所・春の健康まつり♪
を楽しみました!!

中川健康友の会

5/13日



オープニング会場、参加者でいっぱい! (2Fダイケア)

のプラスバンド部演奏は雨音なんてなんのその!!! それはそれは見事な演奏に心酔し続けて大好評の抽選会では、ひなたご入居のお三方が見事当選! 大変喜んで頂けました。

模擬店では例年より販売数を多くしての準備、完売出来るかと各担当者は心配していました。あつという間に売れ切れ。安堵の歓声が聞かれました。

今年のリサイクルバザーでは珍しいハプニングも起きました。最後まで争奪戦の熱狂ぶり。各コーナーの盛況ぶりも例年通りで一安心でした。屋外ゲームの皆様には大変なご不便をお掛けしました。お風邪を召されてませんように。

ご協力頂きました名南会職員の皆様、友の会の皆様、ありがとうございました。

中川診療所看護課長 森 亜希

春の健康ウォーキング

名南健康友の会
中川健康友の会



5/29日
火



5/17日
木

「焼き物の街」
常滑を歩こう
第1弾

常滑散策に参加して

名古屋の近くの市なのにも何と知らなかったが本音です。
今はセントレアで発展してますが、私達おじんには焼物の町がまず頭に浮かびます。ネットで調べてみると日本六古窯の一つで今は急須で日本一のシェアを誇るとか。まずびっくりしたのは、町が観光化されていて、健脚コースと、そうでないコースが、明示されている。短いコースを選んだがこれが大変、狭い道、上り坂、下り坂これではお年寄りが住むのに大変だと思っていたが、坂の上の家は空き家が多かった。窯と言えは、テレビなどで、どんどんマキをくべ、その火(温度)の管理を陶芸家が苦労するところが放映されるが、そんな窯は何処にあったのだろうか? 途中ろくろで簡単に形を造っていたので、『簡単に出来るもんだな』と言うと、

東山公園ぐるっと一万歩

第2弾

5/29に、春の健康ウォーキング第2弾で東山公園一万歩コースへ名南健康友の会23名、中川健康友の会から1名の計24名で行ってきました。当日は天候にも恵まれ、約2時間東山公園の自然の中楽しくウォーキングすることができました。

東山一万歩コースに参加して

歩くことに少し自信があるつもりでしたが、起伏あり6kmの行程は結構キツかったです。それだけにゴール地点に来たときは満足感がいっぱいでした。途中、草花の名前を教えて頂いたり、楽しいひとときを過ごしました。今さらですが歩くことはいいことです。またこのような企画をお待ちしています。

木場町 中岡 美保



「これからが大変です、そんな簡単なものではないかもしれません」とお叱りを受けた。失礼しました。どこにも大きな壘があり、その中にメダカが何匹も泳いでいた。印象的だったのは、やはり常滑焼で作成した作品をかざった散策道路でした。そこだけを眺めて歩いたので、その上にある有名な招き猫「ここにゃん」がわからなかった。沢山の人が参加され、楽しい半日でした。蛇足ですが、ランチは神宮前まで帰りそこで食べました。コーポラス班 森 久勝

7月以降の行事予定

7/3 (火)	名南診お食事サロン 11:30~ 名南診療所 多目的室	7/30 (月) 31 (火)	道德平和盆踊り大会 道德公園	8/4 (土)	ほんわか食堂 inみなと 東築地防災センター
7/21 (土) 18 (土)	ほんわか食堂 11:30~ 名南病院 講堂				
7/27 (金) 31 (金)	お食事サロン「ほっこり」 11:30~ ふれあいヴィレヂ1階			8/24 (金) 25 (土)	中川反核平和盆踊り大会 波花公園

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

～ ボランティアさん募集! ～

春の
行楽

お伊勢参りと
おかげ横丁さんぽ

6月2日晴天の中、名南健康友の会49名で春の行楽「お伊勢参りとおかげ横丁さんぽ」に行ってきました。伊勢神宮で参拝した後、おかげ横丁で昼食と自由散策、その後はもくもくファームで温泉と買い物と盛りだくさんの内容でした。

春の行楽お伊勢さん参りに参加しました。当日は天気も良く少し暑いくらいでしたが、道路の停滞もたいしたことなく順調に進みました。伊勢は私の故郷なので何回も行っているのですが、皆さん大勢で行くのは又楽しいです。

もくもくファームでは皆さんそれぞれ温泉や食事、買い物を満喫されていました。運転手さん、ガイドさんも

安全運転で、途中伊東会長のトークもあり充実した1日を過ごさせていただきました。

豊田地域
長谷川 秀男



2018年7月予定表	日/曜日		班 会	班会内容	班会場所
	5日(木)		13:30~ 道徳地域合同班会	歯周病予防	名南わいわい広場
	10日(火)		13:30~南木場班	いつでも元気	ほんわかルーム
	11日(水)		10:00~16:00 わいわいちくちく(趣味の会)		名南わいわい広場
	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
	23日(月)		13:00~ 囲碁教室	健康体操	名南わいわい広場
	24日(火)		13:30~ ちぎり絵		名南わいわい広場
	26日(木)		9:30~ 新三条班	いつでも元気	会員宅
	28日(土)		13:30~ 絵画教室		名南病院講堂
	毎週月曜日		13:00~ 囲碁教室	囲碁	名南わいわい広場
	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
	毎週水・金曜日		13:00~ 歌謡舞踊教室	歌謡舞踊	名南わいわい広場
	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
	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	ふれあいヴィレチ3F
			ふれあいお食事サロン	毎月最終金曜日 11:30~	ふれあいヴィレチ1F
			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
			トス力健康ひろば	毎月第2火曜日(毎週火曜日健康体操教室開催中) 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
	中川診療所地域		サロン・なかしんさん (コーヒー・お茶・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
	9日(月)		15:00~ 滝の水班	骨密度測定	会員宅
	12日(木)		14:00~ 豊田地域班	塩分を減らす食事の工夫	ふれあいヴィレチ
	14日(土)		13:00~ ひまわり班	食中毒予防	会員宅
	17日(火)		13:30~ コスモス班	認知症の方との付き合い方	えがおたまり場
	18日(水)		13:00~ なでしこ班	嚥下について(誤嚥予防)	えがおたまり場
	26日(木)		14:00~ 中村班	歯周病について	ふれあいヴィレチ
名南ふれあい病院地域	2日(月)		15:30~ 中根班	足のつり	会員宅
	3日(火)		19:00~ 御剣班	アルコール依存症とは?	会員宅
	6日(金)		14:00~ 健康サロン遠源	コグニサイズ	遠源
	10日(火)		13:00~ 絵手紙班	健康体操	名南診療所2F多目的室
	11日(水)		13:30~ コーポラス班	認知症の方との付き合い方	コーポラス集会室
	12日(木)		10:30~ 名南診健康体操	健康体操	名南診療所2F多目的室
	17日(火)		13:30~ 豊北診療所合同班	健診・がん検診のすすめ	伝馬コミセン
	20日(金)		14:00~ ひよこ昼班	ボケ防止体操	たまり場ひよこ
	23日(月)		14:00~ 北原班	介護保険制度について	たまり場ひよこ
	25日(水)		15:00~ 平郷班	8020歯を丈夫に保つには	喫茶「あみん」
	第4木曜日		14:00~ 編み物同好会	編み物	名南診療所
	第2、4火曜日		14:00~ 絵手紙教室	絵手紙	名南診療所
名南診療所地域	17日(火)		10:00~ たんぼぼ班	カラオケ	
	毎月第4土曜日		13:00~ 囲碁の会	囲碁	ひなたホール
	毎週水曜日		15:00~ さわやか体操班	健康体操	ひなたホール
	毎週土曜日		14:00~ ヨガ班	ヨガ	ひなたホール
	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					

投稿 読者のひろば

新入職員の皆さん：
頑張って下さいね！

名南会の仲間になり、患者様のために頑張って下さいね。私達患者にとってもうれしい事です。たのもし新入職員の皆さん頑張ってくださいね。

南区豊
山田 や江子 さん

糖尿病食：家族の協力、そして「めいなん新聞」でも

外来糖尿病ランチバイキング教室の記事、興味深く読みました。糖尿病食は患者本人だけでは続けにくく、家族も心得て続けなくてはと日々感じてます。「健康レシピ（めいなん新聞）」

でも載せて下さるとうれしいです。麺・パンの工夫も知りたいです。

天白区天白町
中澤 香保子 さん

家族写真を歴史風にアレンジ

家族写真を飾るのに写真立ては時々パタッと倒れる



し、何枚か増えてくるとかさばってしまいます。賞状等を入れる額の一番大きなサイズを買って来て、息子夫婦が結婚してお嫁さんや孫が生まれた、この5年間をわが家の歴史風にコメント入れて並べて壁に飾りました。いつ頃どんなイベントがあったか一目でわかり、整理整頓出来ました。

南区豊

畔柳 恵子 さん

●※必要な所へ貼るなど御利用下さい

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

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

TEL 691—3171(代)

FAX 691—0200

予約専用0120—10—3171

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

※月・木・金の皮膚科は9:00～11:30

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

名南介護老人
 保健施設 **かたらいの里**

TEL 691—8085
 FAX 692—5732

名南ヘルパーズ ぎずな TEL 694-7203

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

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

中川診療所
TEL 301-2631(代)
FAX 301-3018
中川診療イケアひまわり
診療科目 内科・小児科
(月)~(土) 9:30~15:40

クロスワードパズル

第142回

出題 大森 久紀
名南診療所所長

【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「ふれあい」の文字が入ります。

ヒント 小林一茶の俳句

A	B	C	D	E	F	G	H	I
J	K	L	M	N	O	P	Q	

- 1 日本平、お茶の産地で有名な県
- 2 ○○○ロード、西安・長安・敦煌など、世界遺産
- 3 名古屋の場合は都市○○ですが、地方へ行くとフロバン○○です
- 4 梅雨になぞらえて、断続的に物事が続く状態を○○○○式と言います
- 5 肩が痛い時にも使いますが、ひとつのことにとことん没頭する性格を言います。
- 7 名古屋名物と言えは「みそかつ」、「みそかつ」と言えは……
- 8 恩を○○で返す
- 11 葬儀で遺族に対して「○○○○」をお祈りいたします
- 13 大阪名物、「ソース二度漬け禁止」と言えは……
- 14 昔のカレンダーは、一枚つつめくってました
- 16 戦国時代、軍勢の進退用の合図として吹かれました
- 17 哀川翔、柳葉敏郎がメンバーだったグループは二世風靡○○○
- 19 寝る時、高さ・かたさで眠れない人がいます
- 21 木材の透明用のコーティング剤・保護剤
- 23 P(元素記号)

よこのかぎ

- 1 日本庭園に風流ですね。「鹿威し」これは「○○おとし」と読みます
- 3 言葉や動作が荒っぽくて落ち着きのない人を「○○○人」と
- 6 嫌な事があると、学校や会社をつい「○○○○」したくなります
- 8 ○○地獄～その生物の名前から砂場に作る罠のこと
- 9 「親知らず」とは、大人の○○○の中で最も後ろに位置する歯
- 10 仕事などのやり直しを命じること
- 12 通例⇔
- 14 死にかかっていること。たとえば、「○○○の重傷」「○○○の状態」
- 15 ○○○侵入、○○○投棄、どちらも犯罪です
- 17 チーム対戦スポーツは基本、○○と守り
- 18 本格的な武家政権による統治が開始した時代、源頼朝が幕府を開いた地
- 20 野山や海岸などの自然豊かな場所に出かけ、食事をする
- 22 お寿司につきもの、新生姜の甘酢漬け
- 24 ルイス・キャロルの代表作「不思議の国の○○○」
- 25 病院に来ること

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。

曜	日	月	火	水	木	金	土	
午前	内科 1	三宅	小南	小南	黒田	三宅	○	
	内科 2	中島	高木万			小林	○	
	内科 3	西村由	稲葉	前田	劉	池井	○	
	内科 4	早川幸	井上	浅尾	浦西	成田		
	小児科	吉岡	外園	外園	外園	吉岡	吉田悟/武田(交代)	
	外科 1	皮膚科(二村)* 早川	鈴木	岡根	皮膚科(二村)* 鈴木(乳腺・甲状腺)・脇通	皮膚科(二村)* 鈴木(乳腺・甲状腺)	鈴木(乳腺・甲状腺)・脇通 整形(則竹・松原)	
午後	外科 2	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)	整形(竹中)	
	外科 3							
	特 診	ギブス外来 (竹中)	小児予防接種(外園) (第1,第3) 糖尿病外来(三宅)	こころと発達(吉岡) (第1,2,4,5)	ものわすれ外来(小林)	ピロリ・肝炎外来 (高木万)	※整形(竹中) 9:00~10:30	
	夜診	内科 1	小南	※整形(長谷川) の予約されている 一方の受付 時間は11時まで ・糖尿病初診者 教室	三宅	・水曜夜診伴野 19時半まで。 ・高木万の金曜 夜診は前日まで に要予約 ・木曜午前診外 科は鈴木が隔 週で担当	高木万 黒田 西村英 立田	・鈴木(乳腺・甲状腺) 夜診は水・金のどちら からか ★金曜夜診外科岡根 の担当日は5/11、 5/25,6/8,6/22
		内科 2	小林		山本			
		内科 3	中島		伴野			
内科 4		井汲		中川				
内科 5								
小児科		吉田悟/外園		外園		吉田悟		
夜診	外科 1	泌尿器(鶴田)	最終月曜日夜(多目的室)(三宅)	鈴木(乳腺・甲状腺)★		岡根★		
	外科 2	整形(長谷川)		早川		鈴木(乳腺・甲状腺)★		
	外科 3	整形(片山)		整形(浅井・鈴木・榎木)		整形(築瀬/高木実)		

曜	日	月	火	水	木	金	土
午	前	黒川	小松 外科系(早川)	増田	古田 リハ(家田)※	小松	黒川／武田
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)

通所リハビリテーション (月)、(火)、(水)、(木)、(金)、(土) 9:30~15:40

曜 日	月	火	水	木	金	土
午前診	大森	山邊	大村	西脇	大森	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	大森/土井	小松		
夜診	大森					

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 大島	山口	山口/金光(交替)
午後	(往診)		山口		吉岡※2	山口	
夜 診	山邊				藤浪		

※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

簡単!!
健康体操

熱中症対策

名南ふれあい病院 リハビリ課
高橋尊人・水野貴博

こんにちは(^o^)/
今月号からこの欄の担当になりました名南ふれあい病院 リハビリ課の水野・高橋です。皆さんの日々の健康に役立つ情報を掲載していきますのでよろしくお願いします。
さて今月のテーマは熱中症対策です。
暑い日が続きますが熱中症や脱水に注意して過ごしましょう。



熱中症患者のおよそ半数が高齢者です。
日中の炎天下だけでなく室内でも起こる可能性があります。
高齢者の熱中症患者が多い要因として以下のものが考えられます。

- ①体内の水分不足

②暑さへの調節機能の低下

③暑さを感じにくい

④無理をしてしまう



【室内での熱中症への対策】

- ①こまめに水分補給を行う
常温でOK。冷たい飲物の取り過ぎで体調を崩さないようにしましょう。

②部屋の温度を確認
温度変化に気づけるよう気をつけましょう。

③エアコンを活用
身体に直接当たらないよう風向きを調節しましょう。

④涼しい服装で過ごす
吸汗…速乾性に優れたスポーツウェアがおすすめです。

⑤すだれやカーテンを利用する
直射日光を遮断できます。

⑥部屋のこもりきりにならない
外に出る習慣をつけて暑さに慣れるのも有効です。
外出時の対策も必要となりますので、以下を参考にして下さい。



【外出時の対策】

- ①日傘や帽子を利用する

②飲物を持ち歩く

③涼しい場所(公共施設や店舗等)を利用する

④緊急時の連絡先を携帯する



熱中症は予防が第一です。適切な予防を行いながら部屋にこもりきりにならず涼しい時に外に出かけることも健康にとっては大切です。

口は健康の入り口シリーズ ⑧

歯科往診について



はみんぐ歯科
歯科医師 澤田 真由実

病気やケガで寝たきりになったり、車イスでの移動が必要な場合、患者さんご自身での歯科医院への通院が難しくなると思います。このような場合、はみんぐ歯科では患者さんのご自宅へ往診に伺うことができます。また、入院先の病院や介護施設へも伺う事ができる場合もあります。(病院や介護施設では提携している歯科医院がある場合があり、当院が行けない時があります)はみんぐ歯科の往診では、入れ歯の調整、作製、簡単な虫歯の治療(前歯の詰め物など)などができます。被せ物が取れたり、歯が折れてしまった場合も、新しく被せることは難しいですが、入れ歯を修理することで対応できる場合もあります。また、歯周病の継続管理や口腔ケアで定期的に伺うこともできます。

歯を削る量が多い場合や奥歯の処置、歯の神経の治療などは往診では対応できないため、応急処置を行います。その後、ご家族の方と相談して外来に連れてきてもらい治療を行う場合もあります。

往診に伺える場所は医院のからの距離で決められており伺えない場合もありますが、できる限り困っている方のお役に立ちたいと思いますので往診が必要な方は一度ご相談ください。



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

呼続はみんぐ歯科

〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号

TEL 052-691-6480

〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15

TEL 052-811-4182



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



労働基準監督署の業務一部民営化でどうなる？

Q…今年7月から、労働基準監督署の監督業務の一部が民営化されるというニュースをみました。どういうことですか？

A…労働基準監督署(労基署)は、労働基準法などの法律で決められた労働条件が適切に守られているかを監督したり、万が一労働事故が起ったときの補償を行ったりする役所です。厚生労働省が管轄しています。監督業務は、例えば「職場でサービス残業が横行している」という労働者の申告を受けて、職場に実態調査に入り、残業代を適正に支払うことを指導する業務です。労使で締結した三六協定に反する長時間労働がなされている場合、是正指導をすることも監督業務の一つです。労働基準監督官という専門職が担っています。この監督業務を、監督官の人手不足解消を掲げて社会保険労務士(社労士)などに一部担わせるのが今回の民営化です。もともと監督官が少なすぎることで、労基署職員の定年後人員不足が目くだった。

補充政策のため、人手が足りず、監督官が監督業務以外を担当するため監督業務が手薄になっていることなど、民営化ではなく根本的な解決が必要との指摘がなされています。厚生労働省では、内閣府の規制改革推進会議から始まった話であることも民営化に疑問を抱かれます。働く者の命と健康を守る労基署の監督業務。今後の動きにぜひ注目ください。

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

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

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



港区 浅見 登志美さん

健康レシピ

名南病院 栄養課 調理師
都築 智也

トマト缶で作る
キーマカレー

**** 材料(2人前) ****

- すりおろしニンニク

オリーブオイル

合い挽き肉

塩

胡椒

玉葱

人参

カットトマト缶

カレー粉

中濃ソース

コンソメ

塩

ご飯

5g

6g

120g

0.2g

100g

50g

200g

4g

6g

3g

1g

450g

***** 作り方 *****

1人分当たり 605kcal 塩分2.9g

- ①フライパンにオリーブオイルをしき、ニンニクを加えて炒める。香りがでたら合い挽き肉を入れ、塩胡椒をして炒める。

②合い挽き肉に火が通ったら玉葱、人参を加え、玉葱がしんなりするまで炒める。

③トマト缶を加えて中火で5分炒めたら調味料Aを加えて5分炒める。

● 健康豆知識 ●

トマト缶にはβカロテン、ビタミンC、ビタミンEなど抗酸化ビタミンが含まれます。βカロテンは肌の機能を正常に保ち、ビタミンEは肌の老化を抑え、ビタミンCはハリのある肌を作るのに必要なコラーゲンの生成を促します。抗酸化ビタミンは動脈硬化を起こしやすくする過酸化物質を作り出すのを防ぎます。