めいなん

第558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

ようこそ！なんでも街かど相談室！

こんな時こそ気軽に相談を！

昨年秋から始まった取り組み「いのちの相談所」1月23日、わいわい広場で2度目の開催をしました。

今回は、親しみやすい名前の相談室にしようと、「医療・介護・生活なんでも街かど相談室」に名前を変え開催しました。前回の開催時と同じく、名南会の看護師、医療ソーシャルワーカーが相談に対応、更に今回は名古屋南部法律事務所から2人の弁護士にも来ていただきました。

「医療・介護・生活なんでも街かど相談室」は病気や介護の相談の他、生活の中で不安に感じていることなど、幅広い相談に応じることができる環境になりました。

多くの方に知っていただく為、当日を迎えるまでに、ポスティングで宣伝活動を行いました。名南病院職員の協力で、約1000件のお宅にチラシを配布し、電話での問い合わせも数件いただきました。

当日はあいにくの雨という事と、開催が午前中のみという事もあり、相談件数は2件のみでしたが、相談にみえた方からは、「相談した事に具体的に答えてくれ、どうすればいいかを教えてくれてよかった」「最近悩んでいたが、相談できた事で、気が晴れた」と声をいただき、安心して帰っていただける企画となりました。

医療の事以外にも、身の周りや生活上の困りごとがみんなあり、こんな時だからこそ、相談できる場所をなくしてはいけないと強く感じました。「医療・介護・生活なんでも街かど相談室」は、今後も定期的に開催していく予定です。どんな相談でも構いません。困りごとがあれば、是非、お越しください。

開催日でなくても、名南会では「医療」「介護」「治療費」等でお困りの方の相談を受け付けています。いつでもお電話ください。

健康保険アンケート協力のお願い

困りごとの中で、「国保料が高くて負担である」や「経済的事由によって受診を控えている」などの声を聞くことがあります。今号には、愛知県民主医療機関連合会による健康保険アンケートを入れております。健康保険加入の方の状況を知り改善に取り組んでいきたいと考えていますので、是非ご協力ください。

さらに健康保険アンケートの裏面には、「75歳以上医療費窓口負担2割化に関するアンケート」があります。75歳以上の方はこちらも宜しくお願いします。

医療法人名南会　社員各位

医療法人名南会　第56回定時社員総会のご通知

法人定款第20条の規定による
「医療法人名南会　第56回定時社員総会」を
開催いたしますのでご通知申し上げます。

2021年3月　医療法人名南会
理事長　三宅　隆史

この間、社員の皆さまには、当法人が「特定医療法人」への移行を行うにあたって多大なご協力をいただきました。ご協力に深く感謝いたします。つきましては、移行による「新定款」に基づき、定時社員総会の開催が、今までの年１回５月より、年２回３月及び５月開催となります。３月定時社員総会は、①翌年度の事業計画及び収支予算の決定、②翌年度中の借入金額の最高限度額の決定、を行います。よろしくご協力をお願いいたします。

日時：**2021年3月27日(土)**
開場・受付開始　午後１時30分　午後２時～3時　総会議事

場所：**金山・労働会館東館２Fホール**
名古屋市熱田区沢下町９－７

名南会ホームページ　URL https://www.meinan.or.jp/　名南会　検索　サイトQRコードはこちら▶

連載 名南会の医療

～無差別平等の医療を実現するために～

名南会では全日本民医連が掲げる綱領に基づき、「安心して住み続けられるまちづくり」「無差別・平等の医療」の実現を目指して、地域の皆さんと一緒に取り組みをすすめています。是非、その取り組みの良さについて会員や地域の皆さんにわかりやすくお伝えしたいと考えましたが、今回、医師をはじめとした医療従事者向けの医療専門情報サイト「m3.com」に無料低額診療事業を中心に名南病院の取り組みの特徴をわかりやすく取り上げていただいた記事がありますので、めいなん新聞でも5回（予定）に分けてご紹介いたします。是非、ご一読ください。

【愛知】コロナ禍の困窮者や外国人を支える無料・低額診療事業―小南重人・名南病院院長らに聞く◆

2020年12月11日（金）配信

◆◆◆

地域住民の活動から生まれた名南病院（名古屋市）は、現在も「友の会」を中心とした地域の人々と密につながりながら、どんな人にも分け隔てなく医療を提供している。困窮者を取り巻く医療の現状や、入院から在宅まで切れ目なくアクセスできる医療を目指した取り組みについて、医療法人名南会名南病院院長の小南重人氏、医療連携相談室課長の鷲野雅子氏、事務次長の吉岡奨氏に聞いた。（2020年10月26日インタビュー）

左から小南重人氏、吉岡奨氏、鷲野雅子氏

―名南病院の成り立ちについて教えてください。

小南　名南病院を運営する医療法人名南会は、伊勢湾台風で名古屋市南部が甚大な被害を受けた際に、救護のために全国から集まった全日本民主医療機関連合会（以下民医連）の協力のもと、地域住民の「誰もが、いつでも、どこでも安心してかかれる病院を自分たちの手でつくろう」という運動によって設立されました。1967年「名南外科診療所」としてスタートし、現在では地域包括ケア病床を含む158床で、名古屋市南部の地域医療を支えています。

あらゆる人に等しく医療を提供することを目指し、創立以来、患者さんから差額ベッド代をいただかない方針を貫いてきました。さらに、2011年からは社会福祉法に基づき、経済的に困難を抱える方の医療費を減額・免除する「無料・低額診療事業」を実施しています。

―無料・低額診料事業を始めたきっかけは、なんだったのですか。

鷲野　2008年のリーマンショックによる失業や経済的な困窮で、保険証を持たない人が増えました。また保険証があっても費用が払えず、受診できない患者さんがいることが国会でも問題にされたのです。無料・低額診療事業自体は、それまでも民医連やさまざまな法人で実施されていましたが、さらに需要が増加しました。

こうした状況を受けて、当法人ではプロジェクトを立ち上げ、厚生労働省や名古屋市と協議して、ようやく2011年に事業を開始できることになりました。当院がやるべきことだと動き出してから、何度も行政に掛け合ってスタートできた瞬間でした。

（次号へつづく）

無料・低額診療を周知する、大きな看板

出典（m3.com／ニュース・医療維新／日付）、この記事はm3.comの許可を得て転載させていただいております。

くらしの法律相談

弁護士法人名古屋南部法律事務所　平針事務所
弁護士　髙森 裕司

優生手術被害一時金

Q　優生手術被害一時金はどのような人が受けられますか？

A　「優生上の見地から不良な子孫の出生を防止する」優生保護法が1996年まで日本に存在し、男女問わず、特定の疾病や障害等を有するとされた人に対して本人の意思によらない不妊手術が多く行われました。優生保護法が憲法違反であったことは現在各地で争われている裁判で明確に認定されています。国はいまだに責任を認めていませんが、提訴後の2019年に被害者に対して「一時金」320万円を支払う制度をつくりました。

一時金は、優生保護法が存在した間に不妊手術を受けた人で、母体保護等のみを理由として手術を受けたことが明らかな人以外、現在生存している方が受けられます。申請に当時の手術の記録は要りません。ただ、県から被害者に直接通知はされないので、自ら申請する必要があります。しかし、何十年も隠し続けねばならなかった事情もあり、申請件数は想定を遥かに下回っています。

請求期限は5年。申請者は公表されません。支援団体（優生手術被害者とともに歩むあいちの会）に弁護団がありますので、早めにご相談ください。

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。
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

特集・名南会の医療

第6回 名南病院専門医による連載企画

インスリン治療について

名南病院　内科　医師　中島千雄

今回はインスリン治療についてお話しします。

インスリン治療は糖尿病の薬物治療の一つです。インスリンは膵臓のランゲルハンス島β細胞で生成されるホルモン物質です。インスリンは膵臓から血液を介し全身の細胞に送られ、各組織の細胞内へのブドウ糖の取り込みを促進し、エネルギー利用や貯蔵などに働きます。

インスリン治療はインスリンを体外から皮下組織または血中へ注射によって補充することで、正常の方と同様の血糖の動きを実現することを目的とします。インスリン分泌は、基礎インスリン分泌（食事と関係しない生命維持に必要な血糖を維持するために働く）と、追加インスリン分泌（食事からのブドウ糖摂取での血糖の上昇をおさえるために働く）にわけられます。基礎インスリン分泌は空腹時血糖値（朝起きたときの何も食べていない状態の血糖値）で評価し、追加インスリン分泌は随時血糖値（食間、食後など食事の影響をうけた血糖値）で評価をします。それぞれの血糖値の測定は病院での血液検査や、自宅での血糖自己測定器（SMBG）、持続血糖モニター（フリースタイルリブレなど）を用いて測定します。

インスリン治療を早期に積極的に開始する必要がある状態は、1型糖尿病の方、自身の膵臓でのインスリン分泌が極度に低下している方（血液中インスリン測定や、血液または尿中のCペプチド測定で評価をします）、肝臓障害や腎臓障害など臓器合併症が進行した方、内服治療のみでは血糖コントロールが不十分な方、ステロイド治療を実施している方（気管支喘息や自己免疫性疾患など）になります。また感染症や脱水、骨折などの外傷から体調不良となり高血糖状態となっている方、外科手術が必要な方、妊娠期の血糖管理が必要な方もインスリン治療が必要となります。

治療に用いるインスリン製剤は①基礎インスリン分泌を補充するもの（長くゆっくりと働くもの。持効型：ランタス、グラルギン、ランタスXR、レベミル、トレシーバ。中間型：ヒューマリンN）、②追加インスリン分泌を補充するもの（速く働き、速く分解消退されるもの。超速効型：ヒューマログ、ノボラピッド、アピドラなど。速効型：ヒューマリンR）、③混合型／配合溶解型（①と②を一定の配合で混ぜ合わせたもの、注射回数を減らす目的。ヒューマログ25ミックス、50ミックス、ノボラピッド30R、ライゾデグなど）があります。

インスリンの薬効であり最大の副反応は低血糖です。毎日の体調や食事のタイミングや量、運動活動量などでいつでも低血糖がおきる可能性があるため、ブドウ糖は常に身の回りに持つようにしてください。ふらつき、気持ち悪さ、動悸、急な発汗や集中力の低下など、低血糖が疑われる症状があるときは主治医への早めの相談をお願いします。

最近、新しいインスリン製剤や血糖測定方法が増え、より細やかに患者さんの血糖の動きに応じた治療の選択ができるようになりました。

ご自身のインスリン治療の目的や作用、副反応について、疑問に思われることはぜひ病院スタッフにお尋ね下さい。

みんなで考えよう！

住みよい名古屋市を作るには？

～コロナ禍・・・今の名古屋の市政はどうなってるの？～

医療法人名南会　評議員
（日本共産党　前名古屋市議）
高橋祐介

今年4月、名古屋市長選挙が行われます。市長選挙は、住民の要望に向き合った政策を進めることができるかどうかが問われるものです。今、要望の多い名古屋市の医療・福祉政策はどのようになっているのでしょうか。

多くの方からやってほしいと要望の多い、無料のPCR等検査の実施（社会的検査）について河村たかし市長は、「名古屋市では積極的疫学調査（病気の感染経路や特徴などを調べること）を行っており、PCR検査は正確性が問題」として、実施には後ろ向きです。

また、名古屋市民の健康増進を担ってきた市立病院（東部及び西部医療センター）を、臨床研究等を進めるためとして廃止し、大学病院化することが市長の指示の下、今年4月に行うと昨年12月に突然議会に提案され、賛成多数で可決されました。現場からは「コロナで大変な中、病院の移行作業どころではない」「今は医療に専念させてほしい」との声が多く、病院を利用している住民からも「そんなのいつどこで決まったの？」と突然のことに驚きの声が上がり、思いつきの政策ばかりで住民の声を聴かない河村市政のあり様は明確です。

福祉分野では、敬老パスが名鉄やJRでも使えるようになったらいいのにという声を受け、来年2月から市内の私鉄等で使えるようになります。しかし市長はたくさん使う人がいると言って、一人年間720回（毎日使えば一日2回）を限度にするとしています。「市バスと鉄道を乗り継いで出かけて帰ってくるだけで4回の使用。今まで通りに出かけられなくなる」「ボランティアのために敬老パスで移動していたが、それもこれからは難しいかな」という声も聞こえてきます。もともと敬老パスは高齢者の健康増進・社会活動への参加を進める目的で作られた制度で、今でも全国から名古屋の敬老パス制度に学びたいと視察が相次ぐ優れた制度です。利用制限を設けることなく私鉄等への利用拡大を求める署名運動も広がっています。

河村市長は「儲からなければ福祉はできん」という立場を示しており、住民の暮らしを優先にする立場ではありません。医療・福祉を大切にする市政にするためにも、どんな市政を望むのか、一緒に考えてみませんか。

調理師　調理助手

募集中

ご紹介待ってます！

名南ふれあい病院直営の厨房で調理業務の仕事ができる方を募集しています。
入院されている患者さん、老健に入所されている利用者の方の食事を作っていただきます。病院食ですが、見た目や味にもこだわりながら、楽しみにしてもらえる食事作りを心掛けています。
資格のない方やパートでの就業も可能です。お知り合いの方を是非ご紹介ください。

連絡先：☎052-692-2388
名南会 人事室 小出（こいで）まで

コロナ禍での活動

ウォーキング

ふれあい地域では伊東繁さんを中心に昨年10月からウォーキングを企画しています。コロナ感染予防のため活動が制限される中、何か楽しいことはできないか、友の会のみなさんと繋がることはできないかと始めたものです。今年に入り、現段階で2月から7月頃まで毎月計画を立てる予定です。どなたでも参加しやすいようコース設定も行います。ぜひご参加ください。

……

※予定については折り込みのチラシ、名南会ホームページをご覧いただくか、健康推進室（☎052－692－7544）にお問合せ下さい。

友の会ボッチャ大会開催延期のお知らせ

先月の新聞「めいなん」にてお知らせいたしました友の会ボッチャ大会ですが、昨今の新型コロナウイルス感染再拡大の状況を受け、３月の開催は厳しいと判断し、延期を決定致しました。

３月の大会を目指して練習に励んでいた皆様には残念なお知らせとなりましたが、友の会としては秋の開催を目指して取り組みをすすめていく予定です。引き続きサロン・仲間を増やして楽しく運動しながら、みんなで大会当日を迎えられるように頑張っていきましょう。

緑区 たまり場計画進行中！

2020年９月から始まったたまり場計画。いよいよ２月15日から工事が始まります。おおよそ１か月で工事を終え、机やイスなどをそろえ、４月にオープンする予定です。オープンセレモニーを行う予定ですので、皆さんお楽しみに！

※オープン前ではありますが、既に利用予約が埋まっている曜日もあります。気になるなぁという方は、地域役員や友の会事務局に気軽にお尋ねください。

2021年3月予定表

	日/曜日	班 会	班会内容	班会場所
名南病院地域	4日(木)	13:30～ 道徳地域合同班会	脳トレ	名南わいわい広場
	9日(火)	13:30～ 南木場班	未定	名南わいわい広場
	25日(木)	9:30～ 新三条班	脳トレ	会員宅
	26日(金)	14:00～ 名南班	未定	会員宅
	第3月曜日	13:00～ 囲碁教室		名南わいわい広場
		絵画班	おやすみ	
	第2･3水曜日	10:00～16:00 わいわいちくちく(趣味の会)		名南わいわい広場
	第1･3火曜日	10:00～ ラジオ体操・100歳体操班		名南わいわい広場
	第2･4火曜日	9:30～ わいわいボッチャチーム	ボッチャ	名南わいわい広場
	第4火曜日	13:30～ ちぎり絵教室		名南わいわい広場
	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

サロンたまり場	名南病院地域	ほんわか喫茶	おやすみ	
	名南ふれあい病院地域	ふれあい喫茶	おやすみ	
		ゆめっこ広場（子育てサロン）	おやすみ	
		ふれあいお食事サロン「ほっこり」	おやすみ	
	名南診療所地域	コーヒーサロン	おやすみ	
		トスカ健康ひろば	おやすみ	
		名南診お食事サロン「ゆたか」	おやすみ	
	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）	おやすみ	

	日/曜日	班 会	班会内容	班会場所
名南ふれあい病院地域	8日(月)	15:00～ 滝の水班	コロナ禍の生活	会員宅
	15日(火)	14:00～ 東部班	ボール体操	徳重コミセン
	16日(火)	14:00～ コスモス班	茶話会	もやい
	17日(水)	13:00～ なでしこ班	いつでも元気	はみんぐ広場
	19日(金)	15:00～ 桶狭間班	ボッチャ	桶狭間公民館
	23日(火)	14:00～ 相生班	名南会の施設について・ボッチャ	相生コミセン
	25日(木)	14:00～ 中村班	脳トレ	ふれあいヴィレヂ
		大清水班	おやすみ	
		ひまわり班	おやすみ	
		豊田地域班	おやすみ	
		健康麻雀班・カラオケ班	おやすみ	
	2日(火) 16日(火)	13:30～ ボッチャ健康会	ボッチャ	豊田コミセン
	第2木曜日	10:00～ 大磯ボッチャチーム	ボッチャ	大磯コミセン
名南診療所地域	1日(月)	15:30～ 中根班	未定	会員宅
	12日(金)	14:00～ 御剣班	ボッチャ体験	会員宅
	16日(火)	13:30～ 豊北･診療所合同班	茶話会	伝馬コミセン
	16日(火)	14:00～ 健康サロン遠源	ボッチャ体験	名ブロ
	17日(水)	15:00～ 平郷班	未定	喫茶あみん
	19日(金)	14:00～ ひよこ昼班	いつでも元気	たまり場ひよこ
	29日(月)	14:00～ 北原班	いつでも元気	たまり場ひよこ
		名南診健康体操	おやすみ	
		絵手紙班	おやすみ	
		コーポラス班	おやすみ	
	第2･4火曜日	10:00～ トスカ健康体操	100歳体操ほか	伝馬コミセン
	第2･4金曜日	13:30～ボッチャを楽しむ会	ボッチャ	伝馬コミセン
		編み物同好会	おやすみ	
	未定	14:00～ 絵手紙教室	未定	未定
中川診療所地域	16日(火)	10:00～ たんぽぽ班	健康チェック	
	21日(日)	ひなた班		ひなたホール
		囲碁の会	おやすみ	
		さわやか体操班	おやすみ	
		ヨガ班	おやすみ	
		絵手紙教室	おやすみ	

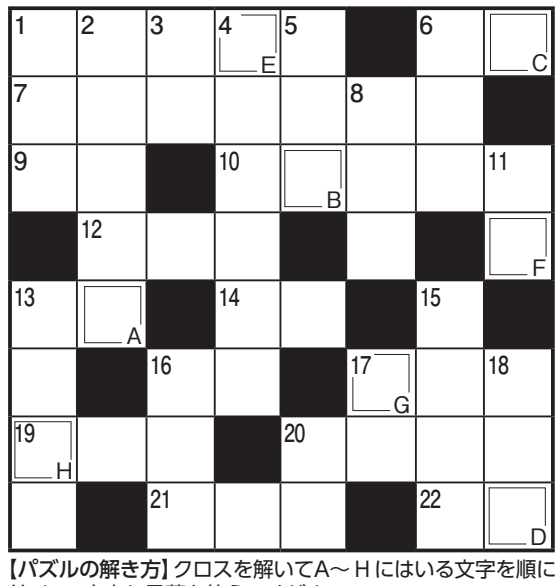
※ 今後のコロナ感染状況によって中止になる場合もございますので、ご了承ください。

第175回 クロスワードパズル

出題　菊入　元久
（南区内田橋）

たてのかぎ

1 黒と白が特徴。陸の動物ではパンダ、海の動物では？。
2 うそ泣き
3 幼稚園児・小学低学年までの子どもを親しんでいう言葉
4 縄文時代の後、古墳時代の前
5 一家の運勢
6 古事記・日本書紀でいう神々の時代
8 「〇〇〇嘗胆」堅い薪の上で寝ることや、若い胆（きも）を胆嘗（な）めることで、怠けたり、目的を忘れたりしないようにするということ。中国の古事に基づき、今は熟語として用いられている。
11 自分。わたし。関西方面で女性が使う。
13 待っている人の行列などの途中に強引に押し入ることで、軽犯罪法違反に該当する行為。〇〇〇〇運転、〇〇〇〇通話などの使い方も。
15 感染症を鎮めてくれるらしい妖怪。今回のコロナ禍で一躍有名。
16 イネの穂が一面に風に揺れるさま
17 書き損じた不用の紙。また、約束などを無かったことにしたり、物事を無駄にしたりすることという意味も。
18 人類が生み出してきた社会・国家・文明などの変遷、興亡の経緯。
20 「〇〇不思議」きわめて不思議な事



【パズルの解き方】クロスを解いてA～H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。

A	B	C	D	E	F	G	H

ヒント　この雌雄は、16年ぶりに、名古屋城天守閣から地上に降ろされ、3月20日～4月2日、名古屋城二之丸広場・4月10日～7月11日栄地区のミツコシマエヒロバスで展示されます。この雌雄とは？

よこのかぎ

1 「〇〇〇〇〇めっちゃか」めちゃくちゃのこと
6 「〇〇子（こ）」シカの子を言う
7 新型コロナウイルスの感染を流行させたのは、この神かも・・・。また、忌み嫌われている人もこうたとえられる。
9 「〇〇も積もれば山となる」
10 人と会った時に受ける感じ。入社面接・お見合いなどは最初のこれが大事。
12 難しい文字
13 「〇〇が甘い」相手につけこまれやすい、すきのある行動をいう
14 「〇〇の薄着」特に寒かった冬なのでこれをした人は、風邪を引いたのでは・・・・・。
16 物をかつぎ、または押し・引きなどする時の掛声。「えっさ〇〇」
17 名誉・名声
19 太陽・月の光冠。でも今は、「COVID-19」新型〇〇〇ウイルス感染症としての印象が強いです。
20 他の書物に引用されていることを、原典にさかのぼって調べることをせず、そのまま引用すること。
21 月の30番目の日。転じて月の末日をいう。
22 絵描き・画家

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3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。
556号の答えは「キンガシンネン（謹賀新年）」。26通の応募があり、全員正解。
（当選者）竹森　満子さん（港区木場町）、山田　正信さん（南区弥次ヱ町）、松本　聆子さん（瑞穂区白龍町）

投稿 読者のひろば

「デイサービス庵」がなつかしく…

新年号のめいなん新聞の表紙は、デイサービス庵のスタッフと利用者様で、主人はお休みしているのでなつかしく拝見しました。三度目のお休みですが、今回は（全国や愛知の）感染者数も多く、いつ庵さんに戻れるのか先が見えない状態です。今日一日、明日一日とコロナに感染しない事だけつとめて毎日を過ごしています。

南区豊田　畔柳　恵子　さん

成人式、娘の振袖に感動

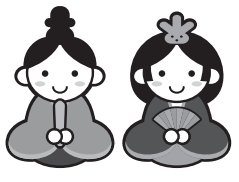
娘が成人式を無事終えホッとしました。私が着た振袖を着ての出席で、感動も大きかったです。

南区豊田　浅井　清子　さん

「大寒」を過ぎ、感じられる春の兆し

暦の上では「大寒」ですが、その名の通り今年は寒い日が続きました。そんな中にも草木を見ていると春の兆しが感じられることもあります。

中川区下之一色町　中島　政子　さん



名南会診療案内

2021年3月より

●※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

＊リハビリ・物療の夜診：水曜日・金曜日
※月・木・金の皮膚科は9:00～11:30

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
午前	内科 1 内科 2 内科 3 内科 4 内科 5	三宅 中島 (西村由理子) (早川幸博)	小南 髙木方 伊藤春見 (稲葉)	小南 伊藤春見 名市大(前田) (西村由理子)	黒田 (松岡) (内科医) 名市大(熊西)	三宅 小林 (加藤晃佑) (成田) (原薗)	内科医交替 内科医交替 非常勤医師☆ ☆水野、桜井、太田交替で
	小児科	吉岡	外園/吉岡(第4のみ)	吉岡	吉岡	吉岡	
	外科 1 外科 2 外科 3	皮膚科(安田) 早川 整形(竹中)●	鈴木(乳腺・甲状腺) 皮膚科(安田) 整形(長谷川)	鈴木 整形(竹中)●	鈴木◆ 整形(長谷川)	皮膚科(安田)▲ 早川 整形(長谷川)	鈴木(乳腺・甲状腺)(隔週) 整形(竹中)●
午後	特診	長谷川 (リウマチ) 竹中 (ギプス・骨粗鬆症)	外園(第1・第3) 三宅(糖尿病) 加藤(糖尿病) 山本(内科外来)	小林(ものわすれ外来) こころと発達 吉岡モモ (第1、2、4、5)		髙木方 (ピロリ・肝炎外来) こころと発達 吉岡モモ(第1、3)	●整形(竹中)11:00まで、その後病棟回診 ▲皮膚科10:30まで、その後訪問診療 ★17:30～心エコー、18～19:30診察 ◆鈴木(乳腺・甲状腺)→隔週
夜診	内科 1 内科 2 内科 3 内科 4 内科 5	小南 黒田 (井汲)		三宅 (山本) (玉腰) (長尾)		髙木方 名市大(伊藤)★ (西村英哉) 名市大(河合) 中島	
	外科 1 外科 2 外科 3	泌尿器(佐野) 整形(片山・都島)		鈴木(乳腺・甲状腺)■ 早川 整形(鈴木・寺部)		鈴木(乳腺・甲状腺)■ 岡根◎ 第2・3のみ整形(髙木英)	■鈴木(乳腺・甲状腺)→水・金隔週 ◎岡根→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
外来・一般外来、どなたでも受診下さい。

曜日	月	火	水	木	金	土
午前	名市大(藤川)	小松 外科(早川) こころと発達 吉岡モモ	小松 外科(岡根)	(古田) リハ外来(早川)	名市大(間所)	早川/小松
午後	もの忘れ外来 (家田・福岡)					

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

名南ヘルパーステーションきずな

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	大森		名市大(上村)	名市大(西脇)	大森	相場/内科医※
午前(訪問診療)		大森・相場	大森・小林	相場・劉		
午後(訪問診療)	大森・相場	大森・相場	大森・土井	相場	早川	

※ 土曜日午前診　第1森下医師、第2藤田医師、第3相場医師、第4・5渡邊医師。

名南訪問看護ステーションきずな

※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
中川診デイケアひまわり
(月)～(土) 9:30～15:40

診療科目　内科・小児科

※1 月の最終週は休診。
※2 土曜日 午前診:交替

曜日		月	火	水	木	金	土
午前診	1診 2診	山口 名市大(河合)	山口	山口※1 名市大(長谷川)	山口	山口 藤田	※2 山口/ (名市大・森)
午後		山口(訪問診療)	山口		吉岡モモ(小児科)	山口	
夜診		名市大(山邊)			名市大(中村)		

ヘルパーステーションひなた

TEL 309－3013　FAX 309－3014

住宅型有料老人ホームひなた

TEL 301－7705　FAX 309－3014

簡単!! 健康体操

聴こえの簡単チェック編

名南ふれあい病院　リハビリテーション課
理学療法士　三井　祥子・山本　美佳

こんにちは！３月になり、日中の寒さも緩んできて、春の実感がわいてくる時期ですね。季節の変わり目なので、引き続き体調管理に気をつけていきましょう！

今回は、難聴のチェック方法を紹介していきたいと思います。

☆**難聴とは・・・**

小さな音が聞き取りにくくなることだと思われがちですが、きこえの状態にはいくつかのパターンがあります。例えば、「**高い音がきこえにくい**」、「**低い音がきこえにくい**」、「**右耳（又は左耳）がきこえにくい**」など、難聴の種類や程度は人それぞれです。

✓ 聞こえのチェック

耳から30cm離れたところで
指をこすりあわせる音が聞こえるか
→ 高い音のきこえ低下の可能性

耳から30cm離れたところで
指のタップ音が聞こえるか
→ 低い音のきこえの低下の可能性

簡単にできるので、皆さん、是非試してみてくださいね。
次回もお楽しみに！

季節感たっぷり 行事食 名南病院の栄養課の取り組み

節分の行事食を行いました。

節分は、毎年2月3日ですが、今年は2月2日です。これは、124年ぶりのことだそうです。

豆まきで邪気を追い払って今年は、健康でよい年になるといいですね。

名南病院　栄養課　谷開　大輝

癒しの絵コーナー

南区北内町　川崎　勇さん

口は健康の入り口シリーズ ⑰

歯科医師　奥田 希世子

咬んだ時の歯の痛み(咬合痛) について

「歯の痛み」には様々ありますが、咬んだ時にズキッ！とする痛みを感じたことはないでしょうか？今回は、咬んだ時の歯の痛み、つまり「咬合痛」についてのお話しです。

咬合痛の原因もまた様々で、一つは虫歯です。神経にまで達する深い虫歯の場合、虫歯の穴の中に入り込んだ食片が、咬んだ時に神経を圧迫して痛みを感じます。

２つめは、歯の根っこの先端に膿が溜まる、根尖性歯周炎（こんせんせいしじゅうえん）と呼ばれる症状です。虫歯や歯の破折・亀裂などにより、歯の神経に感染がおよんで神経が死んでしまった場合に起こります。根っこの治療を終えた歯でも再感染して膿が溜まることがあります。

３つめに、歯周病によって歯を支える組織（骨や歯根膜）が弱くなっている場合にも咬合痛が起こり、過剰な咬合力が加わり続けることで歯周病が悪化するという悪循環も生じます。

最後に、歯ぎしりや食いしばりによって歯に無理な力がかかり続けることで起こる咬合性外傷（こうごうせいがいしょう）があります。唇を閉じてみて下さい。この時上下の歯が当たっている方は「かみしめ癖」があるかもしれません。

寒いと歯をギュッとかみしめるように、緊張する場面で歯のかみしめは起こります。日常生活では、コンピュータ・テレビ・読書などに集中している時、調理などの家事作業中も歯のかみしめには要注意です。

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
〒457-0843 名古屋市南区忠次1丁目1番1号
TEL052-691-6480（むしばゼロ）
呼続はみんぐ歯科
〒457-0016 名古屋市南区汐田町3-15
TEL052-811-4182

歯科医師・歯科衛生士募集中!
奨学金制度あります！お気軽にお問い合わせください!!

健康レシピ

名南病院　栄養課
調理師　二川　有

春キャベツと豚ロースの一口照焼

材料（２人分）

キャベツ
… 約4分の1（200～300g）
豚ロース薄切り…… 8枚
葱千切り…… 適量
小麦粉・サラダ油…… 適量
☆照焼だれ
　醤油…… 大さじ1.5
　酒・味醂…… 各大さじ1
　砂糖…… 小さじ1

健康ポイント

春キャベツに含まれるビタミンuは胃の働きや粘膜を修復し正常に保つ働きがあります。

作り方

1人あたり（カロリー330kcal）

①キャベツを5cm角に切り、熱湯に入れゆでて柔らかくなったら取り出し冷まします。葱は千切りに切ってさらしておきます。

②豚肉を広げ①で用意したキャベツと葱をのせて豚肉の上下を折りたたみます。肉を軽く握りなじませたら小麦粉を薄くまぶします。

③フライパンにサラダ油を適量いれてフライパンが少し温まったら②で用意した豚をいれて中火で焼きます。軽く焼き目がつくまで焼いたら照焼だれをいれてとろみが付くまで材料を転がしながら絡めます。とろみがつき火がとおったら完成です。