めいなん

第575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
小岩　朋宏
☎052-692-2388

年に一度の
健康チェック

特定健診

今年も始まります

健康診断担当の
看護師より
ご案内!!

皆様のお手元に今年も「特定健康診査受診券」が届き始める頃でしょうか？大きな文字で「令和○年度特定健康診査」もしくは「令和○年度後期高齢者医療健康診査のご案内」と表記のある大きな封筒が毎年ご自宅まで郵送されてきます。お手元に届いたら間違えて捨てる事の無いように、健診を実施するまでは大切に保管して下さいね。（毎年何名かは捨ててしまった!!という方がいらっしゃるんです。）

特定健診のみで実施できる検査内容は思いの外少なく、心電図（健診で血圧が診察を受けたほうが良いと推奨される値以上の方や、問診などで不整脈が疑われる方で医師が必要と認める場合は受けることが出来ます。）やレントゲンは残念ながら含まれていません。「毎年ちゃんと健診受けてるから、心電図検査もやってるでしょ？」と思っていた方が、実は一度も心電図を実施していなかったという例も過去にはありました。そこで一緒にお勧めしたいのが「友の会健診」と「名古屋市委託検診」の二つ！友の会健診は名南会独自のもので名南会健康友の会にご加入（入会費、年会費無料）の方が対象となります。特定健診を受診される際に、既定の項目には含まれていない「心電図」やその他数種類の採血項目等が無料でプラスされるお得な内容になっています。せっかく健診を実施しても、心電図や一般的に必要と思われる採血項目が漏れてしまっては何とも勿体ない…。健診の意味合いをより良くするためにも、この機会に是非友の会入会も一緒にご検討下さい！

また名古屋市委託検診は「ワンコインがん検診」の名称でも知られる名古屋市の検診内容で、レントゲンや検便チェック、性別・年齢により前立腺や胃、乳房の検診もあります。乳がん検診は名南病院のみ、胃がん検診は名南病院ではバリウム、カメラによる検査が可能で、名南ふれあい病院ではバリウムでの検査が可能です。その他は名南会各院所で実施可能です。

特定健診だけでなく、より充実した健診内容となるよう「友の会健診」や「名古屋市委託検診」を上手に組み込み、皆様の健康維持・増進に貢献できますようサポート出来れば幸いです。

※名古屋市在住の国民健康保険加入の方（40歳～74歳まで）・75歳以上の後期高齢者医療保険に加入している市民を対象に受診券が送付されます。
※協会けんぽ保険の扶養に入っている方（同じく40歳～74歳まで）も対象ですが受診券発行に関しては会社に申請が必要な事もあるようなので各自ご確認下さい。
※75歳を迎える年の方は、いつもと受診券の送付時期・使用期限が異なります。誕生月によって変動しますのでご注意下さい。
※22年度は無料クーポンの延長使用はできませんのでご注意下さい。
※委託検診の詳細は受診券と同封されているパンフレットでご確認下さい。
※風しん抗体検査がまだ未実施の方は、健診と同時にできますのでお声掛け下さい。

その他、健康診断のおすすめポイント!!

1 名南病院の乳がん検診では最新のマンモグラフィ機器を導入!!

その名も『なごむね』　従来の撮影より痛みが緩和されるそうですよ!!　名古屋市委託検診としては2年に1度の実施ですが、毎年のチェックがおすすめです。（委託検診対象外の年は自費検診となります）

2 2021年10月より『ピロリ菌検査』ができるようになりました！

対象は20歳～39歳までの名古屋市在住の方で、過去一度も受けた事のない方になります。実施方法は採血。こちらの検診はクーポン等は届かないようなのでご存知ない方がいたら是非とも教えてあげて下さい!!

3 バースデー健診がおすすめ！！

名南会健康友の会にすでにご加入を頂いている方には誕生日を迎える前月までにバースデー健診のおすすめハガキをお送りいたします。（4・5・6月生まれの方は5月に送付いたします。）受診の際に届いたはがきを受付にご持参いただくと、粗品を進呈いたします。

4 友の会健康づくりスタンプラリー対象イベント

名南会健康友の会では健康づくりスタンプラリーを実施しています。所定のスタンプを集めると粗品がもらえるイベントですが、健康診断もスタンプラリーの対象となります。健康診断を受診してスタンプをゲットしましょう!!

【受診券について】

年齢	加入している保険	送付方法	送付時期	送付時期
40歳～74歳まで	国民健康保険	市から受診券が届く	5月末～6月にかけて送付	6/1～翌年3/31まで
75歳以上	後期高齢者医療保険	市から受診券が届く	5月末～6月にかけて送付	6/1～翌年3/31まで
40歳～74歳まで	協会けんぽ扶養家族	加入している保険会社により対応が異なる		4/1～翌年3/31まで

※医療機関を指定される場合あり

【年度途中に75歳の誕生日を迎える方（名古屋市の場合）】

名古屋市国民健康保険加入の方	名古屋市国民健康保険、後期高齢者医療保険のどちらの加入期間でも使用可能な共通受診券が送付される		
上記以外の方	4月～9月生まれの方	自身の誕生日を過ぎた約2ヶ月後に“後期高齢者受診券”が送付される	自身の誕生日以降翌年3/31まで
	10月～3月生まれの方	例年通り5月末～6月にかけて送付されてくるか、取得手続きを取り、従来の健康保険にて健康診断を受診する	6/1～自身の誕生日前日まで

＊名古屋市国民健康保険の資格を9月末日までに取得された方が対象。

6月号
もくじ

●シリーズ「今、なぜ日本国憲法？」　憲法25条の意義　……2面
●シリーズ「名南会の医療・介護」
無料低額診療事業　寄せられたご相談……3面
●医療・介護の現状を現場から伝える「事務長のボヤキ」……3面
●名南会健康友の会　第2回総会報告 ……　4・5面

その他、体操やお口の健康、健康レシピなどの健康情報など
内容盛りだくさんでお届けします！！

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▶

シリーズ

今、なぜ日本国憲法？③

憲法と貧困対策 ―憲法25条の意義

弁護士法人 名古屋南部法律事務所　弁護士　林　翔太

税金と社会保険料・介護保険料、物価上昇など支出は増える一方で、年金・生活保護費など収入は下がっていく一方です。デフレからの脱却ができないまま、新型コロナウィルスによる経済の停滞で、生活は苦しくなっていく一方です。

生活保護になるのはその人のせいだ、介護が必要になるなら家族で面倒を見ればいいなどと「自助・共助・公助」と政府がスローガンを謳っているように、自己責任論がかなり行きすぎている世の中になっています。

しかし、憲法においては、「健康で文化的な最低限度の生活を営む権利」は、国が保障することになっています。今の憲法は、国民一人一人がその人らしく、人間らしい生活を暮らせるように政治を行うよう求めています。本来は、国民の面倒は、その人自身や家族が見るのではなく、国が見ることになっているのです。障害や高齢を理由に働けず生活が苦しくならないようにすること、施設に入る必要があればその施設を見つけること、施設がなければ作ること、病気になればお金がなくて医療費を負担すること、いずれも国の義務なのです。こうしてみると、「自助」よりも前に、「共助」「公助」が先にあるのです。

自己責任論は、その人に機会が与えられて初めて成立するものです。ところが、誰しも病気になりたくてなるわけでもないように、決してすべて本人に原因があるのではなく、社会に制度がないとか、制度があっても使えないとか、本人ではどうすることもできない事情もあるのです。社会の責任を本人の責任にしてはいけないのです。

ところが、今の日本はどうでしょう。歴史的にも家族や地域に任されてきたのか、生活保護が必要な人でも家族がいることを理由に断念させられたり、施設に入る必要があるのに施設の利用料を払えないのでやむを得ず家族で介護をするようになったり、病気を押して働いたり、治療費が高額になるから医者にかかるのを諦めたりする人が後を絶ちません。家族が限界まで来ているのに、面倒を見させたために、一家心中や虐待など痛ましい事件が今でも絶えません。

日本国憲法では、生存権（憲法25条）を保障しました。工場や会社で働くようになった頃、安い給料で長時間労働、しかも健康を害する環境では人間らしい生活が送れているとは言えなかったからです。

確かに、戦後から経済も発展し、餓死する人や住居のない人は減りました。しかし、生き物として生きていればいいわけではありません。心を持った人間として豊かな生活を送れるようにする義務を国は負うのです。

ところが、国はこれに逆行する政治を行っています。「自助・共助・公助」をスローガンに自己責任論を強調し、生活の面倒はすべて家族任せにして、責任を逃れようとしています。社会保障関係費は年々減らされ、その一方で外国から武器を買い集めています。「国を守るのに必要だから」と言って武器を買う余裕があるなら、国民の生活を守るためにお金を使って欲しいですね。

今なお、憲法、生存権が生かされた政治になっていません。暮らしに憲法を生かすためにも、きちんと国には社会保障の義務を果たして欲しいですね。

憲法25条

1項　すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。

2項　国は、すべての生活部面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。

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、名南会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

名南会の医療シリーズ

名南病院無料低額診療事業　寄せられたご相談⑤

生活が安定するまでの一時的な受診でも（後編）

44歳 女性

現在通院されている病院にも相談されましたが、分割払いや後払いの提案のみで、以前も同じような依頼をしたこともあり、何度も相談もしにくくなり、当院で無低診利用され、受診された事例です。経済的な問題が解決すれば、近隣の病院への受診を再開されると思います。金銭的な問題から、治療を中断され、病状が悪化する事例も多く、最悪手遅れとなることもあります。

新型コロナの影響で休業等のため、収入の減少があれば、最大20万円まで貸付（無利子・保証人不要）が受けられる「緊急小口資金」制度があり、申請期限が6月末まで延長されました。お問い合わせ先は、お住まいの市町村社会福祉協議会です。

生活が安定するまでの一時的な受診や、内服だけの希望でもかまいません。医療費に不安がある方は、名南病院にお問い合わせください。

医療費に関するお問い合わせ・ご相談はこちらのホームページまで

～職員募集のご案内～

名南会では、看護師、介護職員はじめ、以下の職員を募集しています。

正社員では、ケアマネ、医療相談員、看護アシスタント、薬剤師、言語聴覚士を募集しています。パート職員では、診療アシスタント、調理助手、夜勤専門の看護師、薬剤師、生活援助員の職種になります。

就業場所、働き方、勤務条件や仕事内容などの詳細は担当者までお尋ねいただきますよう願いします。

連絡先➡☎052-692-2388　本部事務局の人事担当 小出（こいで）まで

看護師の募集はこちらから

その他の職種はこちらから

事務長のぼやき

コロナ禍の混乱の中で

名南診療所　事務長　竹内　さやか

❶病院でのクラスター発生により入退院が制限されることが続いた冬…
訪問看護ステーションきずなでは、患者さんの入院が必要となったとき、すぐに入院できる病院が見つからず、入院までの約1週間患者さんの生活を援助した事例がありました。転倒を繰り返す方で、食事も自力で用意することが困難な方でした。スタッフ間で相談し、転落予防と支援空間を確保するためにまずは室内の環境を整え、緊急時は看護師2名で対応する体制を整えるなどし、早朝・深夜問わず頻回の訪問対応に追われました。スタッフで相談し実践した結果、骨折や受傷することなく入院日を迎えることができました。
県外への外出や旅行、外食も制限される生活となって2年以上過ぎました。1日でも早く収束して、お出かけも当たり前だった日常に戻ることを願うばかりです。

❷政府はコロナワクチン接種を推奨していますが、ワクチン供給は非常に不安定で週単位での納入数しか分からなく、納入の確定した期間でしか予約枠を作成できない状態が続いています。モデルナ社製ワクチンではなくファイザー社製ワクチンを希望される方が比較的多くいらっしゃるのですが、ファイザー社製ワクチンの供給が特に不安定なため困っています。安定した供給となって、地域の方々の希望するワクチンをスムーズに接種できるように早くなるといいなと思います。

簡単!! 健康体操

予防編　膝の痛み

名南ふれあい病院　リハビリテーション課
理学療法士　市川　裕二・角田　真澄

今月はひざの痛みについて紹介していきます。

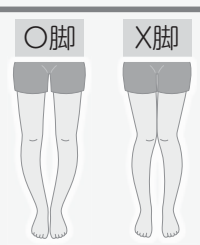
ひざの痛みを予防して健康寿命をのばそう ①

ひざの痛みについて

- 階段の上り下りがつらい、正座ができない。
  歩いていてひざが痛いと悩んでいる方は多くいます。
- ひざの痛みの多くは、ひざにかかる負荷によって
  筋肉・骨・靭帯・関節包といった組織がいたむことで生じます。

変形性ひざ関節症になりやすい人

- スポーツや運動で膝関節を駆使した人
- 半月板・靭帯損傷、関節リウマチ、痛風等による
  関節炎の既往がある人など
- 太ももの筋力が低下している人　• 肥満傾向の人
- O脚、X脚の人　• 高齢の女性



ひざの痛みの進行

来月号はひざの運動についてお伝えします。お楽しみに！

出展：日本理学療法士協会ホームページ　理学療法ハンドブックより改編

いのちや暮らしの相談お気軽に

名南病院地域

まちかどなんでも相談所

4月23日㈯午前にわいわい広場にて「まちかどなんでも相談所」を開催しました。

当日は南部法律事務所の弁護士と名南病院のケースワーカー・看護師も参加し、2名の方のご相談に応じました。また、健康相談、食材支援も同時開催しました。

名南病院地域は次回7月に。名南ふれあい病院地域は6月24日に開催予定です。

友の会
総会報告

出会い・つながりを大切にし、健康づくりをすすめ、コロナ禍をともにのり越えていきましょう!!

2022年4月23日(土)　名南会健康友の会　第2回総会
於：ふれあいヴィレヂ2階

2021年7月に名南健康友の会と中川健康友の会がひとつになり名南会健康友の会として新たに出発しました。あれから1年、新型コロナウイルスの感染は相変わらず終息の気配を見せず、サロンや班会、企画など多くの活動が制限される中、地域の中でのつながりが希薄になり、やりたいことが出来ないストレスを抱えるなか、どのようにしてみんなのいのちと健康を守り、仲間のつながりを持ち続けるか知恵を絞りながら取り組みをすすめてきた一年でした。

名南会健康友の会として再出発、一年を経過して初めての総会

コロナ感染拡大防止のため、これまでのようなみんなで集まって世話人・ボランティアさんお疲れ様会や、バザーをあわせて開くような形での開催はできませんでしたが、参加人数を制限し各支部の友の会役員を中心に16名の参加で名南会健康友の会　第2回総会を開催しました。

総会の初めに、2021年度名南会健康友の会会長の北方茂信さんが開会のあいさつを行った後、医療法人名南会と日本共産党から来賓としてご参加いただいた、小岩朋宏専務理事と高橋祐介前名古屋市会議員にご挨拶を頂きました。

名南会健康友の会ではこの一年、支部を主体に地域の状況に寄り添った活動を展開し、「まちかどなんでも相談室」を全支部で実施し地域の方の相談を受けたり、「子ども食堂(現在はフードパントリーとして実施)」では広くつながりを築いてきました。また、中川区下之一色町では町内会と共催で「買い物支援」をおこない、名南病院地域支部では「団地の全戸訪問」、緑区をはじめ「新しくできたたまり場を地域の交流スペースにしていく」など多くの取り組みを工夫しながら進めてくることが出来ました。これらの取り組みをすすめていく中で、利用される方やボランティアで参加される方々と信頼関係を築いて友の会の仲間増やしを前進させ、まちづくりをすすめてきました。こうした各支部の一年の取り組みを報告にまとめて、各支部で発表をおこないました。

小岩専務挨拶

高橋祐介
前名古屋市会議員挨拶

地域のつながりを拡げ、困難に寄り添い、安心して住み続けられるまちづくりをすすめよう

(2022年度名南会健康友の会方針)

私たちは安心して住み続けられるまちづくりをすすめていくために次の点を柱に2022年度の活動をすすめていきます。

1)健康づくり：みんなが健康に暮らしていくための取り組みをすすめてきます。

●班会やサロン・教室を増やして、健康づくりの取り組みを名南会と協力して進めます。

●班会・サロン・企画など交流の場を増やしていきます。

●健康診断をより多くの会員に受けて頂けるような取り組みをすすめていきます。

2)仲間づくり：健康づくりや助け合い活動を通じて友の会の仲間を増やしていきます。

10000人の友の会組織を作っていくために次の取り組みをすすめていきます。

●民医連・名南会・友の会活動の良さを伝える活動を重視し、広報・学習会の取り組みをすすめていきます。

北方会長挨拶

●班会やサロンなどでつながった友の会の仲間とのつながりを切らさない活動を進めていきます。

●異世代、同世代の交流の機会を作り、たくさんの世代の方が友の会活動に関わっていけるよう取り組みをすすめます。

3)共同のまちづくり：地域に住むあらゆる人たちと手を取り合って、まちづくりをすすめていきます。

●訪問行動やまちかどなんでも相談室等の取り組みで、地域のみなさんの声を聞き、困難に寄り添った活動をすすめていきます。

●助け合いの取り組みを地域のみなさんと共にすすめていきます。

●緑・天白地域での名南会事業所づくりを名南会と共同して推進していきます。

4)まちづくりの取り組みや地域の声を聞く活動や学習を通じて、いのちと平和をまもる活動をすすめていきます。

●社会保障をよくする運動、行政や政治に直接訴える活動など取り組みをすすめていきます。

●いのちや健康を脅かす最大の要因である戦争やそれに関わる政策に反対する取り組みをすすめていきます。

●私たちの生活を守る力をつけるために、社会情勢を学ぶ学習会を企画・推進していきます。

名南病院地域報告
丸田さん

ふれあい病院地域報告
中村さん

方針案報告
北方会長

特別決議報告
丸田さん

緑支部報告
鈴村さん

天白支部報告
加藤さん

名南診療所地域報告
川瀬さん

ほんわか食堂報告
松土事務局員

中川診療所地域報告
北村さん

ロシア　プーチン政権による侵略行為に抗議して（特別決議）

名南会健康友の会はロシア　プーチン政権によるロシア侵略に抗議して、医療法人名南会とともに声明を挙げる特別決議をおこないました。

特別決議

「ロシアは戦争やめよ」の国際世論で包囲し、今こそ日本国憲法生かす世論と運動を強めよう

ロシアによるウクライナ侵略に対し、世界中から「戦争やめろ」の声が上がっています。国内外で無数のデモやスタンディングが取り組まれ、SNSにも「NO WAR」の声があふれています。

プーチン政権は、病院や学校なども破壊し、罪なき市民の命を奪う暴挙に出ています。しかも、原子力発電所を攻撃し、外部からの電力供給を切断するなど、世界規模の大惨事になりかねない事態も迫っています。

ロシアの行為は、国連憲章や国際法に違反するものであり、いかなる言い訳も通用しません。戦闘を直ちにやめ、無条件で撤退すべきです。

国際社会における紛争を解決するため、武力に訴えることを許さない世論は、世界の大勢です。憲法9条を生かした平和外交こそ、紛争の平和解決に向けた、日本政府がとるべき態度です。

一方で、ロシアの侵略を口実に、自民党や維新の会などから、「憲法9条では国は守れない」「米軍と核兵器を共有すべき」などの発言が相次いでいます。岸田政権は敵基地攻撃能力の保有の検討を表明し、衆院憲法審査会が連続で開催されるなど改憲論議も一気に強まっています。

ロシアの蛮行が明らかにしたのは、「軍事」対「軍事」の対応では国民の生命・財産は守られないということです。敵基地を攻撃すれば、反撃を受けて全面戦争になり、攻撃の抑止にはなりません。

日本国憲法には「再び侵略国家にならない」との決意が込められています。改憲策動や核武装の動きを見過ごすわけにはいきません。今こそ憲法が生きる社会を求め世論と運動を広げる時です。「憲法改悪を許さない全国署名」で対話を広げ、「戦争反対」「憲法守れ」の声を広げましょう。

（2022年3月26日
医療法人名南会
第58回定時総会特別決議）
2022年4月23日
名南会健康友の会　第2回総会

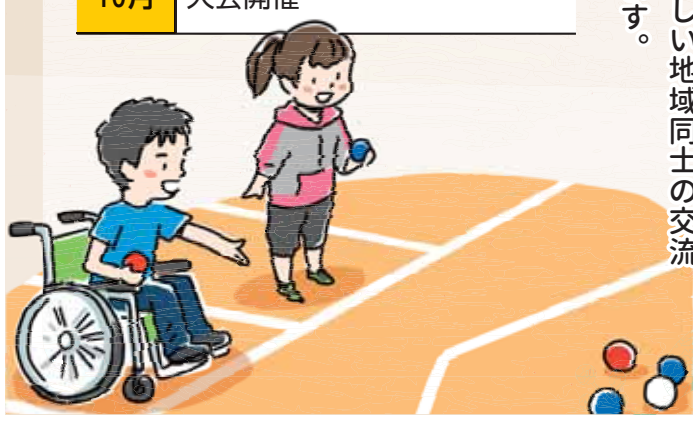
開催告知

名南会健康友の会初の ボッチャ大会を開催します!!

10月を目標にボッチャの大会の開催を計画しています。各地のサロンや班会で練習している成果を出しながら、新しい地域同士の交流の場になればと考えています。

今後のスケジュール

7月	大会開催要項発表。（名南新聞7月号に詳細をお知らせします。）参加を希望される方はチーム編成を進めてください。
8月	参加チーム申し込み開始。（参加多数の場合は先着順となる予定です。）
10月	大会開催



名南会健康友の会　2022年度役員体制について

2022年度名南会健康友の会は次のメンバーを役員に活動をしていきます。

2022年度　役員体制（敬称略）

役職	氏　名	推薦・所属支部
会長	北方　茂信	名南診療所地域　支部
役員	長谷川　ちとせ	名南病院地域　支部
役員	牧野　尚子	名南病院地域　支部
役員	丸田　須美子	名南病院地域　支部
役員	山田　晶子	名南病院地域　支部
役員	中村　朝子	名南ふれあい病院地域　支部
役員	川瀬　晶雄	名南診療所地域　支部
役員	青木　好子	緑　支部
役員	菊池　啓子	緑　支部
役員	近藤　睦美	緑　支部
役員	加藤　平雄	天白　支部
役員	北村　晴美	中川診療所地域　支部
役員	高尾　恭作	中川診療所地域　支部

＊年度中も支部の推薦により役員を随時増員していく予定です。

4月17日(日) 天白支部 第3回総会を開催

第1部、名南病院の加藤晃佑先生より「コロナ禍での糖尿病患者さんの動向 日常生活で気を付けること」の講演がありました。先生は、「生活習慣病」「日本における糖尿病の状況」「糖尿病予防」など話され、参加者からの質問1つ1つに丁寧に答えていただきました。

第2部「総会」で、「天白支部2・3年目の取り組みと今後について」報告しました。●会員が58名増え現在169名に●高坂班を結成●相生班は、隔月で15回開催●会員訪問、特定健診、ワクチン接種の送迎など取り組んできました。4年目に向け、新班の結成、健康教室の開催、施設見学などの取り組みを通じて、会員拡大を頑張り、診療所・居宅事業所など名南会、緑支部と共同して実現目指すことを確認しました。

総会には、これまでニュースが届いていなかった方も参加され、27名参加がありました。

天白支部支部長　加藤　平雄

「コロナ禍における生活習慣病」の記念講演

名南病院　加藤　晃佑 医師

4月17日(日)天白支部第3回総会で名南病院の加藤晃佑医師による「コロナ禍における生活習慣病」の記念講演がありました。データをもとに主な死因の5割が生活習慣病が関連していると話され、糖尿病、高血圧、脂質異常症などがどのような病気なのか、どのように予防すればよいのか幅広くお話してくださいました。講演後の質疑応答では、「糖尿病は遺伝なのか?」「糖尿病の判定数値について」などの質問が出され、質問者の顔をしっかりと見て質問1つ1つに丁寧に答えている姿が印象的でした。

2022年6月予定表

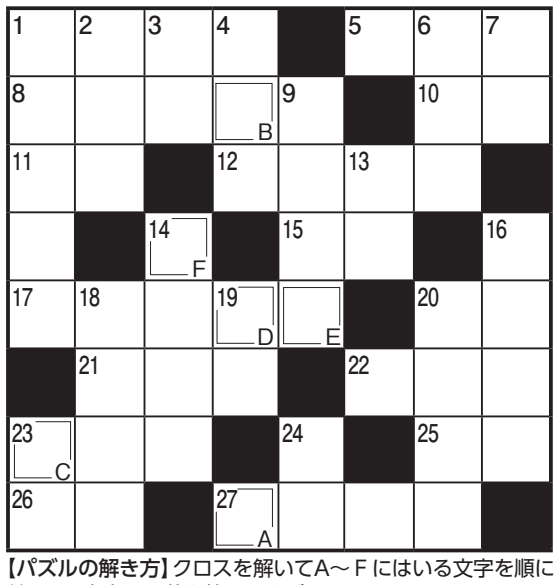
	日/曜日	班 会	班会内容	班会場所
名南ふれあい病院地域	2日(土)	13:00～ ひまわり班	いつでも元気	会員宅
	13日(月)	14:30～ 滝の水班	簡単な体操	会員宅
	15日(水)	13:30～ なでしこ班	いつでも元気	呼続はみんぐ歯科2F
	17日(金)	14:30～ 桶狭間班	未定	桶狭間公民館
	18日(月)	14:00～ 東部班	未定	徳重コミセン
	21日(火)	14:00～ コスモス班	茶話会	会員宅
	23日(木)	14:00～ 中村班	脳トレ	ふれあいヴィレヂ
	未定	14:00～ 大高班	未定	森の里集会所
	未定	大清水班・たんぽぽ班	未定	
	未定	有松・太子班	未定	
	豊田ふれあい班、健康麻雀班・カラオケ班、豊田地域班はおやすみです。			
	第1・3 火曜日	13:30～ ボッチャ健康サロン	ボッチャ	豊田コミセン
	第1 火曜日	14:00～ 太極拳	太極拳	みどりの広場
	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
	第3 木曜日	14:00～ ヨガ健康体操	ヨガ	みどりの広場
	第2火曜日 第3木曜日	14:00～ にこにこ体操	体操	みどりの広場
中川診療所地域	12日(日)	ひなた班		ひなたホール
	21日(火)	14:00～ たんぽぽ班	野の花の生け花を楽しむ	
	毎週 水曜日	15:00～ さわやか体操班		中川診療所 友の会ルーム
	第2・3 木曜日	13:00～ 絵手紙教室		中川診療所 友の会ルーム
	囲碁の会、ヨガ班はおやすみです。			
サロンたまり場	新型コロナウイルス感染拡大防止のため、サロンはしばらくお休みとさせていただきます。			

	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	脳トレ	名南わいわい広場
	13日(月)	14:00～ スマホ教室		名南わいわい広場
	23日(木)	9:30～ 新三条班	脳トレ	会員宅
	27日(月)	14:00～ 白鳥丸班	未定	会員宅
	囲碁教室、着付け教室はお休みです。			
	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～ 100歳体操班		名南わいわい広場
	第2・4 火曜日	9:00～ 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
名南診療所地域	6日(月)	14:00～ 中根班		東中根公民館
	15日(水)	13:30～ コーポラス班		コーポラス集会室
	17日(金)	14:00～ ひよこ昼班		たまり場ひよこ
	21日(火)	13:30～ 豊北・診療所合同班		伝馬コミセン
	27日(月)	14:00～ 北原班		たまり場ひよこ
	未定	14：00～ 健康サロン遠源		名ブロ
	名南診健康体操、絵手紙班、編み物同好会、絵手紙教室はおやすみです。			
	第2・4 火曜日	10:00～ トスカ健康体操	100歳体操・スマイル体操	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

※ 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190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 気持ちがとげとげしくなること
2 物品の値段を問うことば。「この商品は、お○○○ですか？」
3 うそをつくこと。またその話。
4 「○○○のぼり」物価・温度・地位などが、ぐんぐん上がるたとえ。
6 自分で自分をほめること。
7 興行の終わりをいう時もある。「千秋○○」の略。
9 外出時に持っていく食事であるが、新型コロナの影響で、家庭に持ち込む割合が多くなってきた。
13 過去に都がおかれた場所のこと。京都・奈良・鎌倉市など。
14 無作法なことのさま。無礼。
16 コロナが終われば、癒しを求めて、人々が集まる場所でしょう。浴用・飲用として利用される。
18 大声でしかりつけること
19 物事・勝負のなりゆきを視察すること
20 マヌガイ科のイシガメの子ガメの俗称。甲が丸く、銭に似ているのでこの名がついた。
23 それとなく教えること。またその教え。
24 肉食性（共食いもする）の軟体動物。墨をはいて、身を守る。

よこのかぎ

1 「○○○○浄土」仏教で、西の方向にあるとされている阿弥陀仏の浄土。極楽浄土。
5 体は魚形で体長４メートル前後以上の哺乳類。潮を吹く。
8 馬肉のスキヤキ
10 「内○○」内部の事情・ことがらをいう。本当の姿。
11 「は○○い・ソ○○テス・ウ○○イナ」
12 子ども達が２５周年を記念し、「「○○○○式」をあげてくれました。
15 幼児語で魚のこと
17 隣家の火事でもらい火しました
20 「○○は急げ」良いことはためらわずに行えという意味です。
21 堤防
22 何代も続いて繁盛し、信用されている店。
23 装置、からくり。「種も○○○もない」
25 三大成人病とは悪性新生物（○○など）、心疾患、脳血管疾患のことです。
26 俗に警察のことをいう。
27 箱に物を詰めること。「○○○○して出荷する」

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6月30日（木）　※答えをハガキで左記まで送ってください。
〒457－0841　名古屋市南区豊田五丁目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をぜひお書き添えください。
その他、詩・短歌・マンガ・写真などの投稿も募集しています。
572号の答えは「ハルサメヤ　オオアクビスル　ビジンカナ」。33通の応募があり、31通正解。
（当選者）山田　正信さん（南区弥次ヱ町）、花井　貞子さん（瑞穂区大喜町）、津村　文子さん（港区木場町）

【パズルの解き方】クロスを解いてA～F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

ヒント　同じアヤメ科に属し、よく似た花に、アヤメ・カキツバタがあり、6月に花を咲かせます。

投稿 読者のひろば

日本国憲法シリーズ（素敵な出合い）を楽しみにしています

「今、なぜ日本国憲法？①」を読みました。法律改正制定と憲法〝改憲〟の違いがよくわかりました。人権保障（個人の尊厳）のための最高法規、日本国憲法シリーズ（素敵な出合い）を楽しみにしています。

南区東又兵エ町　小早川　弘江　さん

世界中、笑顔で暮らし、平和でこそ

毎日ウクライナの悲惨なニュースを見たり読んだりします。一日も早く終わり、心から平和を祈ります。この四月、身内では、大学卒業・大学入学・小学新一年生、喜び事が重なりました。平和でこそです。世界中、笑顔で暮らし、いつまでも続きます様に。

昭和区御器所　吉田　秀美　さん

後期高齢者医療、保険料いくらになるか心配…

二年前、主人が後期高齢者になった時、国民健康保険から後期高齢者医療保険になり、保険料が3倍以上になり、間違ってないか区役所に電話しました。昨日、私も75歳になり、保険料がいくらになるか、とても心配です。健康保険と介護保険が年金の額をかなり減らしています。

南区豊　畔柳　恵子　さん

名南会診療案内

2022年6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・水・木・金の午後
気管支：火の午後

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 髙木万 青山 （多湖）	小南 伊藤春見 名市大（前田） （西村由理子）	黒田 （加藤晃佑） （伊藤有史） 名市大（松永）	三宅 蔭山 名市大（林） 名市大（間所）	内科医交替 内科医交替 非常勤医師☆ ☆水野、桜井、太田、和田 交替で
	小児科	吉岡	（森由佳）	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）	予防接種：森由佳（第1）・吉岡（第3） 三宅（糖尿病） 蔭山（糖尿病） 加藤（糖尿病） 内科医（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）		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 ■鈴木（乳腺・甲状腺）→水・金隔週 ◎岡根→隔週
夜診	内科 1 内科 2 内科 3 内科 4 内科 5	中島 黒田 （井汲） （内科医）		三宅 名市大（藤吉）★ 山本 （長尾）		小南 髙木 （西村英哉） 名市大（加藤）	
	外科 1 外科 2 外科 3	泌尿器（湯口） 整形（片山・神原）		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）	

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（羽柴）	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）	小林	村松／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	内科医※
午前（訪問診療）	青山	大森・久保田	大森	劉・大森	青山	
午後（訪問診療）	大森	大森・青山	大森・土井	大森	早川	

※ 土曜日午前診　第1赤澤医師、第2藤田医師、第3赤塚医師、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 第2・4週は休診
※2 土曜日　第1・3・5:金光　第2・4:山口　※3 午前の加藤医師は5月から

曜日		月	火	水	木	金	土
午前診	1診 2診	山口 名市大（松永）	山口 名市大（山川）	山口	山口※1 名市大（加藤）※3	山口 藤田	※2 山口／（名市大・金光）
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（海老名）		

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

医療法人名南会　第58回定時社員総会　概要

第58回総会

2022年3月26日（土）金山・労働会館本館　午後14時～15時10分
出席社員総数は612名（出席40名、委任状出席572名）。

三宅隆史理事長より挨拶を受け、小岩専務理事より議案提案・討議の後、議案は全て全員賛成で採択されました。

採択された議案

第1号議案　入退社員承認の件
入退社員数を確認し、社員総数956名の承認

第2号議案
2022年度活動方針及び事業計画承認の件
（2022年度事業計画の重点課題方針について）
①事業所での感染対策を徹底し、患者・利用者さんと職員を守り抜き、「人権の砦」としてコロナ禍の医療・介護活動を発展させていきます。
②平和憲法を守り抜き、人権と公正の視点で、いのちとケアが大切にされる社会の実現をめざします。
③経営と管理の改善を進め、第8次長期計画にもとづく毎月の予算達成重視し、今後の名南会の展望をつくり出していきます。
④コロナ禍だからこそ名南会と健康友の会の共同を大きく広げ、無差別・平等の地域包括ケアと安心して住み続けられるまちづくりを進めていきます。
⑤医師をはじめとした職員確保を強め、民医連綱領と民医連総会方針を確信に職員育成と職場づくりを進めていきます。

第3号議案
2022年度基本予算承認の件
2020年度基本予算は、経常利益249,713千円（経常利益率4.7%）、2021年度実績見込比は△48,539千円（83.7%）、2021年度予算比+41,279千円（119.8%）とする。事業収益は5,304,945千円とし、事業費用は2021年度実績見込比103.0%とする。設備投資は1億円、地域資金は純増5,000万円を目標に募集目標額は1億2,000万円とする。

第4号議案
2022年度借入金最高限度額決定の件
本法人の2022年度借入金最高限度額を70億円とする。

健康レシピ

アジのさんが焼き

名南病院　栄養課
調理師　都築 智也

材料（2人分）

アジ（3枚おろし）……	2尾
すり下ろし生姜……	大さじ1
小葱……	1本
みょうが……	1/2個
白味噌……	大さじ1.5
大葉……	8枚

エネルギー　239kcal（合計）
食塩相当量　3.9g（合計）

作り方
①小葱、みょうがはみじん切りにします。アジは薄切りにします。
②①とすり下ろし生姜、みそを加えて包丁で細かくなるまでたたきます。
③8等分にして大葉で包み、形を整えます。
④フライパンにサラダ油をひいて中火で熱し、③を並べて焼きます。両面に焼き色がつき、中まで火が通ったら火からおろします。
⑤お皿に盛り付け、お好みでレモンを添えて完成です。

健康ポイント
6月はみょうがや大葉が旬の野菜でアジもおいしい季節になります。香味野菜のさわやかな風味が食欲をそそります。ご飯のおがずにもお酒のおつまみにもおすすめの一品です。

みんなからの投稿作品

橋抗岩の日の出を見る為、一時間、チャンスを窺っていた時が思い出されます。

お写真と一緒に、素敵な手芸作品も投稿していただきました♪
南区三吉町　横地　由仁さん

口は健康の入り口シリーズ ⑬⑪

フッ素塗布が65歳以上の虫歯予防に拡大

歯科衛生士
松下　早苗

フッ素は、市販の歯みがき剤にも多く配合されており、歯のエナメル質に作用して虫歯予防効果と虫歯進行防止に効果を発揮してくれます。

フッ素は乳歯や生え変わったばかりの永久歯に塗布することで、虫歯になりにくい歯をつくるために長年使われています。しかし、一部保険でできますが、ほとんどは自費か歯科医院のサービスとして実施されています。

65歳以上のフッ素塗布は、これまで在宅への往診患者さんのみ保険で塗布することができましたが、この4月の診療報酬改定で在宅療養患者に加えて外来受診される65歳以上の患者さんへも拡大されました。高齢期によくみられる「根面齲蝕(歯の根元のむし歯)」の予防効果が期待できるとしたものです。

根面齲蝕とは、だんだんと歯ぐきが下がって歯根の表面が露出した状態になった根元のところが虫歯になることです。エナメル質に覆われていない歯の根元は虫歯になりやすく、また、唾液の分泌量が少なくなることによっても虫歯になりやすいと考えられます。保険の負担割合に応じて100～300円ほどの窓口負担はありますが、歯科で塗布するフッ素は市販の歯みがき剤にくらべてフッ素濃度が高いので、虫歯予防効果はより期待できます。

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!!

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