

健康の友

2022年12月号 No.659

南医療生協の基本理念

みんなちがって みんないい
ひとりひとりの いのち輝くまちづくり

10月の結果

◆加入396人(年間目標8,000人) ◆増出資26,432千円(年間目標4億円)
◆班会開催316班(のべ758回) ◆新班2班

10月末累計

◆組合員数96,913人 ◆出資総額3,325,289,313円 ◆平均出資金34,312円
◆運営委員総数708名 ◆地域組織19ブロック 103支部

ひっそりと
庭にうつし
ゆきつばき
(みつや)



南医療生活協同組合 〒459-8016 名古屋市緑区南大高二丁目204番地 052-625-0620(代) 編集部052-625-0650 ホームページ <http://www.minami.or.jp/>



おたがいさまの家 誕生！ 空き家活用であたたかいまちづくり

みんなの想いを形に

南医療生協の8つ目のNPO「おたがいさまの家」「二人三脚」が南区西又兵衛町に誕生しました。10月30日に行われたオープニングセレモニーでは、85名の方がその誕生を祝いました。

たからブロック速水理事の挨拶では、「地域の人たちに寄り添い憩いの場所になる。この地域の方がみな元

おたがいさまで 助けあおう

ある日、「速水さん、まだ空き家さがしとるん？私、地域や人のお役に立てれば」と思っています。

気に長生きしますように、楽しい「二人三脚」にしたいと思っています。当日のバザーはたくさん品物が集まり大盛り上がりでした。



家主の宇佐見さんからの電話がありました。「南医療生協と志が一緒ですね」と速水理事。すぐに現場に見学に行きました。8月におたがいさまの家の名前を募集し、21件の応募の中から、「お互い助け合おう」の気持ちで込められた「二人三脚」に決められました。

地域での 素敵な出会い

つながりづくりの拠点にし、誰もが安心して暮らせるまちづくりを語りながら、地域の組合員さんと、たから診療所の職員の協同で、「おたがいさまの家ができるよ」の一斉訪問行動を行いました。訪問の中で出会ったアトリエを運営されている方が「二人三脚」



おたがいさまの家ができるよを地域にお知らせする様子

お問い合わせ
地域ささえあいセンター
052-625-0650

どなたが来ても 大歓迎の家

おたがいさまの家は、誰が来てもよい地域のたまり場であり、つながりづくりの拠点です。ここに来れば誰かに会えるおたがいさまの家が自宅の近くにあれば、くらしの安心が網の目のようにひろがっていきます。



年末年始の診療について

2022年12月30日(金)午後～2023年1月3日(火)まで
休診させていただきます。

1月4日(水)より通常診療を開始します。
休診中、急病でお困りの方は南生協病院の救急外来をご利用ください。

休診中は新型コロナウイルス感染症・インフルエンザの検査を行うことができません。また、救急外来は救急車の搬入や重傷者の受診時は、他の患者様にお待ちいただくことがあります。あらかじめご了承ください。

南生協病院お問い合わせ：052-625-0373

病院内店舗は下記のとおりです。

日付	レストランビアンモール	ショップグリーンリーブスモール
12月29日(木)	11:00～14:30	8:00～17:00
12月30日(金)	お休み	8:00～14:00
12月31日(土)	お休み	お休み
1月1日(日)	お休み	お休み
1月2日(月)	お休み	お休み
1月3日(火)	お休み	お休み
1月4日(水)	11:00～14:30	8:00～17:00

<お詫び>

11月号に掲載した統計数字ですが、96,795人(96,795人の誤り、3,317,347,052円は3,317,347,052円の誤りでした。お詫び申し上げます。

インフルエンザワクチン接種情報

◆予防接種料金
1回目接種¥3960(税込) 組合未加入¥7810(税込) 2回目接種¥3410(税込) 組合未加入¥6710(税込)
名古屋市在住の高齢者には公費による補助があります。自己負担額 無料(公費接種期間：10月15日～1月31日)
対象者①接種日に満65歳以上の方
対象者②接種日に満60歳以上65歳未満で心臓・腎臓・呼吸器・ヒト免疫不全ウイルス(いずれも単独で身体障害者手帳一級)で身体障害者手帳を接種時に提出した方(重複などの等級合算の一級は対象外です)
※その他の市町村にお住まいの方は当該医療機関にお問い合わせください

◆実施事業所 特診(接種予約日)は予約制
■総合病院南生協病院 予約専用フリーダイヤル 0120-373-195 ■かなめ病院052-619-5320 ■星崎診療所052-821-9201
■たから診療所052-611-1880 ■桃山診療所052-876-8880 ■富木島診療所052-601-8521 ■メンタルクリニックみなみ052-626-1026
◆定期通院の患者様 定期受診時に各診療所にお申込みください

名古屋市からの電力・ガス・食品等価格高騰 緊急支援金のお知らせ

名古屋市ホームページより

国の決定を受け、名古屋市では、電力・ガス・食品等の価格高騰による負担増を踏まえ、特に家計への影響が大きい住民税非課税世帯に対し、1世帯あたり5万円の「緊急支援給付金」が支給されます。名古屋市の電力・ガス・食品等価格高騰緊急支援給付金に関することは、名古屋市緊急支援給付金コールセンターにお問い合わせください。
名古屋市緊急支援給付金コールセンター (TEL: 050-3135-3260) (FAX: 052-228-2774)

対象世帯の方には、11月7日(月)より順次、氏名等をあらかじめ印字した確認書等を同封した封筒を名古屋市が発送しています。名古屋市を例に掲載しましたが、他の地域でも同様の制度があります。詳しくはお住まいの地域のホームページをご確認ください。



「豊明市
おたがいさ
まセンター
ちょっと」
の開設5周
年を祝うイベントが豊明市
の施設で11月に大勢の人を
集めて開催された▼5年前
には5人の利用者からスタ
ートした事業は、コロナ禍
においても利用者は増え、
それをささえるサポーター
も380人を超えた。サポ
ーターの年間出勤延べ回数
は一千数百件に及んでいま
す▼あいさつで市長はその
活躍を称え、南医療生協や
コーディネーターを高く評
価された▼利用者からの発
言では自ら高齢で介護を必
要とする立場だが、それで
も夫の介護に集中して身心
がまいってしまった。そん
な時にちょっとした利用を通
じておたがいさまの心が通
じあって生きる元氣を得
た。近所の人にも知らせ
ていきたいとの話だった▼
サポーターからは掃除の支
援に入る前は必ず自分の家
の掃除をしてから行くよう
にしているとの発言で会場
をなごませた▼支援される
側もする側も「ありがと
う」「おたがいさま」と声
掛け合いながら、おたがい
さまが元氣になってまちも
元氣になるまちづくりをす
まめている。ひとり一人が
すばらしい。

(ゆ)

医療生協一口メモ 出資金は「医療・介護・福祉・生活支援の事業」と「困った時のおたがいさまのまちづくり」をささえています。あなたの一口千円の増資の積み重ねが、南医療生協の事業活動とまちづくりを豊かにします。

医療活動紹介

放射線科

血管撮影装置の更新のお知らせ

南生協病院 放射線科 科長 坂本 正行

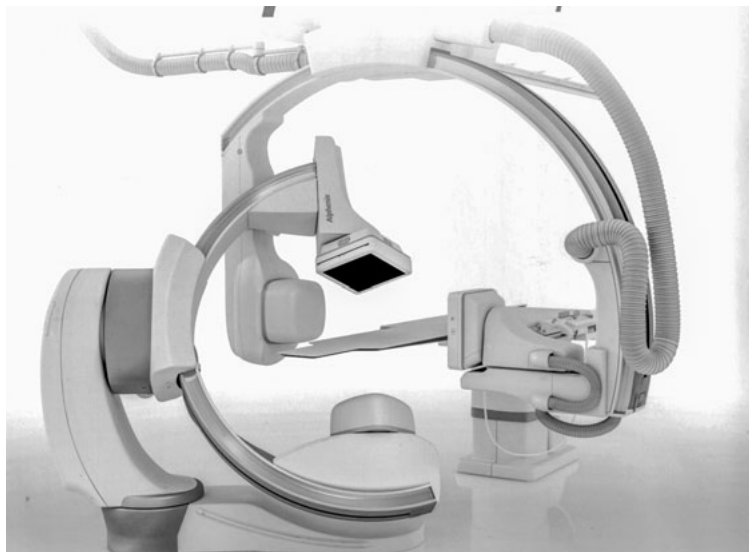
この装置は細長いカテーテルを用いて透視下で血管の中に造影剤を流し、全身の血管内の病気を検査・治療する時に使用します。

現在は主に循環器内科で使用され、心筋梗塞の治療から不整脈のアブレーション治療まで数多くの検査・治療をしていますが、現装置は導入から既に13年目となり老朽化が目立ってきました。画質の劣化をはじめ、患者様への被曝線量も増加し、治療の安全性も損なうようになってきた為、今回、機器の更新をすることになりました。

この13年の間に装置の性能も飛躍的に向上し、高画質、使いやすいアプリケーション、大幅な被曝線量低減、造影剤使用量の低減など、多くの改善がされています。

2022年の年末から機器更新(CANON メディカルシステム社 Alphenix Biplane)の工事に着手し、2023年の2月には新規稼働となります。

安心・安全な検査・治療ができるよう、これからも日夜、奮闘してまいります。



YouTube 南医療生協チャンネル 上級編追加 協同っていいかも委員会

かなめ病院 リハビリテーション科 理学療法士 渡邊 直樹

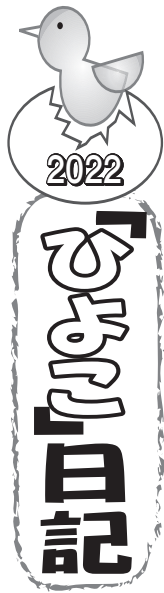
YouTube「南医療生協チャンネル」では、「一身体操上級編」を2つ追加しました。

目的はとにかく楽しく「あたまとからだを使う」です。どんな体操が面白いかな？どうすれば脳トレになるかな？を試行錯誤しました。

初級・中級からは難易度が上がった体操となり間違いやすいですが、スタッフでも間違えます。間違ったと認識することも頭の体操となります。

動画をみながら一緒に手・足・頭を使いましょう。これまでYouTubeチャンネルでは「一身体操」以外にも「かなめ式バランス体操」「ふきしんゴムバンド体操」等の体操を紹介させて頂いています。どれも全身使って効果的。

「最近家でゴロゴロしているな」というあなた。もう一度見直してやってみませんか？



トップナイフを夢見て日々奔走

研修医2年目 岡本 爽希



まらぬ指先の動きで糸をキュッと結び血管を処理して…。

というのは全て、来年から外科に進む僕の寝る前のベッドの中の妄想で、現実にはそんなに甘くはありません。現実には、本当に同じ道具を使っているのか疑いの日々を送っています。

たくなるくらい、上級医の先生方とはかけ離れた手技にしかありません。

気付けば2年間の初期研修もあと半年。同期のメンバーの進路も大筋決まり、

徐々に自分たちひよっこ研修医の巣立ちの時が近づきつつある感じがします。妄想の中のような外科医にな

れるのは、とてつもなく先のことにしか思えません

が、それでも「この手術はぜひあの先生にお願いしよう」と思ってもらえるよう

な「トップナイフ」と言われる日を夢見て、病棟業務、

処置、手術、当直と奔走しながら5ヶ月目の外科ロー

テの日々を送っています。



寄り添ってつなぐを大切に

南生協病院

外来看護師 久保田 泰代



外来の中央処置室では、各科外来医師の指示にて採血・点滴・注射・輸血などを行なっています。処置室は診察の前

に患者様の様子を確認する場所でもあるため、何か気にな

ったことがあれば受診する科へお伝えし連携をとってい

ます。それにより必要に応じ

た対応ができ、少しでも早く苦痛の緩和や診療に繋がるようにしています。

また、針を刺すなど痛みを伴う処置・検査が多いため、

少しでも痛みがないように患者様の希望にできる限り寄り添えるように努めています。

毎日混み合っていますが、ご本人様確認を患者様にご協力頂きながら、安全で確実な

処置を行い、安心して受診して頂ける丁寧な対応をスタッフ一同心がけております。



名古屋市重層的支援体制整備事業のモデル事業始まる

星崎診療所居宅介護支援事業所

ケアマネジャー 後藤 文市朗



4月から「重層的支援体制整備事業(以下、重層事業)」のモデル実施が始まっ

ています。近年、個人や世帯が抱える生きづらさや課

題が複雑化、多様化しており、従来の「子ども・介護

者」などの縦割りの相談窓口では対応が難しく困っているにも関わらず支

援が届かない制度の狭間にいる方々や、高齢の親がひきこもりの中高年の子の生活を支える「8050問

題」など複合的な課題を抱えた世帯が増えています。

重層事業は、既存の枠組みを超えて①断らない相談支援②参加支援③地域支援の3つの支援を一体的に行

うことで、新たな支援体制を構築しようとしています。名古屋市では、まずは北

北区・西区・中村区・南区の4区に「包括的相談支援チーム」を配置し、令和6年度には全区でも本格実施を予定しています。

ケアマネジャーも積極的に「包括的相談支援チーム」と連携し、協力し合いながらよりよい支援をしていきますので相談ください。

法律相談 Q & A

家族信託は万能ではない

Q 家族信託をすれば、親が認知症になっても困らないって本当ですか？

A 民事信託のことですね。確かに民事信託には財産管理機能があるので、あらかじめ信頼できる家族に財産を託しておくことで、認知症になってもその財産をご本人のために使うことができます。

Q ですよね！早速、父と民事信託をやります！先日聞いたセミナーの先生に相談したらいいですか。

A それも一つかもしれませんが、もう少し民事信託のことを知っておきましょう。

Q そうですね。仮に私が財産を託される場合、私に何らかの責任が発生しますか。

A 善管注意義務が発生します。ですので、財産の管理の仕方がますいにご本人等から損害賠償請求される可能性があります。

Q 託された人が自由にできるわけではないのですね。

A そうです。民事信託は、あくまで財産を託す人(委託者・受益者)のためのもので、託される人(受託者)のためのものではありません。また、信託の目的も非常に重要です。これらの点を掘り下げないままの民事信託はお勧めしません。

実際に検討が不十分な信託契約書を見たことがあります。将来トラブルになる可能性があります。

民事信託は、複雑かつ先例が少ないので、信託以外で同じ目的を達成できるなら無理に信託をする必要はありません。

このように将来トラブルになる可能性や信託以外の手段も含めて、あなた方にあった手段を検討してくれる弁護士に相談するのが良いと思います。

弁護士：盛田 哲矢（弁護士法人あおば法律事務所）



法律相談のご案内（12月・1月）

弁護士法人あおば法律事務所が法律相談を担当します。

相談日：12月13日(火) 12月27日(火)

1月10日(火) 1月24日(火)

いずれも14：00～16：00のうち30分間。

会 場：健診・フィットネスセンター3階会議室

電話予約制。相談日の1週間前までをお願いします。

※無料相談は初回のみです。

※ご相談の際には組合員証をお見せください

予約・お問合せ：南医療生協人事総務課：052-625-0630

南医療生協カレッジは、医師・看護師等の医療者だけでなく、介護職員や学生さん、組合員さんもうでない方も参加でき、日頃悩んでいるちょっとしたこと（主には医療・介護がテーマ）をみんなで学び、交流しあう場です。

前半はテーマにそってミニレクチャー、後半は参加者で交流しあいます。交流タイムは、専門職でない方もじゃんじゃん発言、質問してOK。

初回は、「便秘」がテーマ。ご自身が便秘の方、便秘で困っている方を介護している方が、医師や介護職員も参加し、目からウロコの話で盛り上がりしました。次の予定も決まっています。12月3日（土）15～16時「どうする？発熱患者からお申し込みください。」

もの忘れ検診を受けた方の大半は、認知機能の低下を認めないと判定されていますが、実際不安を抱えておられる方も多いようです。実はフレイルや認知症予防のためには、認知機能だけでなく、身体的、心理的、社会的要素が絡み合っています。

健診・ドックセンターでは、健診を受けたあとも、日々の生活のなかで健康増進につながる取り組みを行いたいとの思いで、リハビリ科と協同して「フレイル認知症予防体操班会」をはじめました。理学療法士を講師にむかえ、10月までに3回開催、のべ数人名の方々が参加されました。座学をはじめ、頭と体を同時に使う様々な体操（一身体操）を教わり、みんなで楽しく取り組んでいます。自宅でも継続できるように「体操カード」をお渡しして、できる範囲で行って頂いています。

「ずっと元気でいたいから」「衰えを多少なりとも抑えたい」等参加された方の思いは様々です。毎月第3金曜日14時～15時で開催



フレイル認知症予防体操班会

南生協病院
だより

医療・介護を身近に 学びあう仲間を大募集

南医療生協カレッジ事務局 西岡 麻知子



健診・ドック センター

はじめました!! フレイル認知症予防体操班会

健診・ドックセンター 保健師 菅谷 晴代

していますので、興味のある方はどうぞお越し下さい。ご参加をお待ちしております。

お問合せ
健診ドックセンター
052-625-0489

たから診療所指定居宅介護支援事業所（略してたから居宅）には、3人のケアマネジャーがいます。ご利用者様やご家族様の生活改善に向けて、医療機関、介護事業所などと連携を図りながら支援につなげています。サロンの手伝いや支部運営委員会の参加等地域活動も行なっています。

参加してみたいの感想ですが、タオルを使って身体全体を動かすので終わった頃

たからといえばタオル体操

たから診療所指定居宅介護支援事業所
ケアマネジャー 浅野 英里名



には身体がばかばかし、肩こりや腰痛も改善されたような気がします。楽しい音楽を聞きながら皆さんと一緒に運動すると今日も1日頑張ろうという気持ちになります。そしてますます地域の皆さんとひとつになれる気がします。さあ皆さんも一緒にタオル体操に参加しませんか？

お問合せ
たから診療所
052-611-1880



たから診療所のケアマネジャー中央が浅野さん

介護職員(常勤・パート)募集中!

勤務地：南医療生協の介護事業所のいずれかです。
内 容：老健・グループホーム・ヘルパーステーションなどでの募集です。
資 格：介護福祉士・初任者研修(旧ヘルパー2級)等
※無資格の方もご相談ください！

お問合せ：南医療生協同組合 人事総務課
TEL: 052-625-0630

看護師・助産師(常勤・パート)募集中!

勤務地：総合病院南生協病院・かなめ病院
訪問看護ステーション
内 容：病棟看護・救急看護・手術室看護・訪問看護など
様々な分野で募集しています。
カムバック研修も随時開催しています。

お問合せ：南医療生協同組合 人事総務課
TEL: 052-625-0630

—地域と職場で「みんなで1000人職員紹介運動」を広げよう—

コロナ禍で、あなたを待っている
ご高齢の方がいます

ケアマネジャー大募集

南医療生協の地域の組合員と
ともにつくるケアプランはちがいます！
やりがいがあります！働きがいがあります！
お問合せ 人事総務課 052-625-0630



第34回ほしぎき健康まつり まちづくりの輪 ひろがる

星崎診療所 看護師 御田 迪衣

11月3日

第34回ほしぎき健康まつりが、開催されました。
当日はステージ企画、バザー、謎解きゲーム、キッチンカー、ワークショップ、研修医の体験コーナー、子どもの健康チェックと盛りだくさんでした。



開募大鼓で始まったステージは大盛り上がり。今回初参加の名城大学のトップリフさんのワークショップと謎解きゲームには、沢山の親子連れが参加していました。研修医の先生から血圧の測定音を聴かせてもらい、「ドキドキする子もいました。最後の抽選会には、子どもがお年寄りまで、抽選券を握りしめて参加し白熱しました。500人程の参加があり、まちづくりの輪がひろがりました。

第14回大高健康まつり 大盛況

11月6日

大高健康まつり実行委員会

南生協病院とよつて横丁で開催されました。400人を超える参加がありました。

今回のまつりでは、支部活動に関わっていない担い手の方も活躍できる場をつくりながら、今後の支部活動が活発化できるよう取



大高健康まつりでは、毎月健康サロンで人気の笑いヨガとペン習字のブース展示を行いました。毎回参加いただいている組合員さんもお手伝いに来ていただき、多くの参加者が賑わいました。またスタンブラリーも行ったアンケートには、十名の方が「健康の友を配ってもよい」「サロン・ホフンティの企画に参加したい」と回答していただきました。まつりだけでなく今後の新しいつながりができています。

各地域でにぎやかに 秋の健康まつり

緑学区で開催の第5回緑コミセンまつりに参加しました

鳴海・左京山ブロック

11月6日

緑学区で開催される緑コミセンまつりに実行委員会から参加をさせていただきました。緑コミセンの参加者数の合計は、500人程で大変多くの方が来場されていたお祭りでした。私たちは、ベジチェックとコーヒーコーナーで参加しました。ベジチェックを受けられたご家族の方は、「そろそろ野菜多く摂っていると思う」「野菜をもっと増やさないやね」などと話あっていました。コーヒーコーナーでは、鳴海支部の新しい運営委員の近



藤さんが作成された兜を飾り(写真左)、見学をしながらコーヒーを楽しんでいた方々もいました。鳴海の地域の懐かしい話に花が咲きました。鳴海左京山ブロックは、今後も継続してまつりや企画に様々な団体と一緒に取り組んでいきたいです。

大成功 わくわくフェスティバルinももやま

桃山診療所 事務長 水野 元和

11月13日

メイン企画のドクタートークショーは、所長の藤田重紀子医師と勝手に副所長といわれている石田猛大医師の掛け合いトークショーでした。桃山診療所の将来構想や認知症の話など興味のあるものでした。



藤田医師と石田医師によるトークショー

藤田所長による便秘解消ほかほかヨガも行われました。別の会場ではダイケアの利用者が育ったサツマイモ掘りも行われ近所のお子さんが「イモほりに来た」とお芋を手に満面の笑みでした。虹の出会い月間の重点課題の一つ桃山診療所再生の外壁の色決め投票も行われました。12月のまちづくり交流会で色を発表します。

第32回 まざりあい10万人会議 看護部と研修医の活動紹介

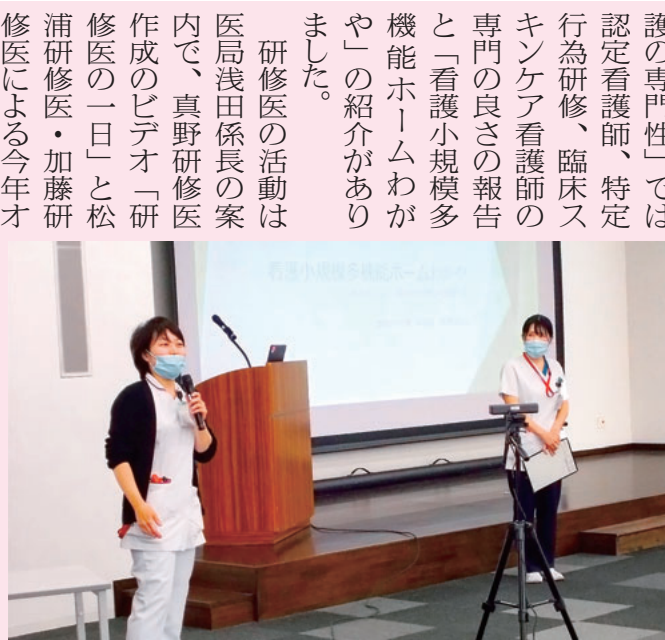
11月19日

参加者は会場73人、オンライン25人の合計98人でした。



活動報告をする松浦研修医と加藤研修医

2年越しの日間賀島への研修会？が25人の参加で実現しました。富木島診療所の職員鶴島さんから時々お国なまりを交えて東北大地震の当日の状況をお話していただきました。高齢の両親を連れて避難所へ向かい、そこでの現状、また親族を亡くされた話をされました。どこか地震がこないだろうという甘さを猛省する厳しい現状を学びました。全体で共有したい内容でした。10月22日、体育祭に向けて応援合戦の「ソーラン踊り」の特訓を行いました。バラバラだった踊りも2回、3回繰り返すとなんとか様になるようになってきて、組合員はハハハと肩で息をする爽快感？でした。夕食交流会では、名物のタコを食しながら思い思いの話で盛り上がり、念願の研修会終了となり、後半に向けて団結力を強めました。



会場からの質問に答える服部課長と見守る福島部長

第33回まざりあい10万人会議

テーマ：南医療生協介護部門のご紹介
日時：12月17日(土) 14:00~16:30
場所：健診・フィットネスセンター3階

基本の第2コース

学び・遊び・食べる！



10月22日、体育祭に向けて応援合戦の「ソーラン踊り」の特訓を行いました。バラバラだった踊りも2回、3回繰り返すとなんとか様になるようになってきて、組合員はハハハと肩で息をする爽快感？でした。夕食交流会では、名物のタコを食しながら思い思いの話で盛り上がり、念願の研修会終了となり、後半に向けて団結力を強めました。

転倒危険度チェックと 転ばない体作り体操

たからブロック 中割・弥次エ支部 支部長 加藤 恵子

一度転倒すると再度転倒する可能性が高まります。また、転倒は体力低下、日常生活活動の制限や転倒恐怖感による引きこもりにもつながります。



リハビリ職員による転ばないための動作実践

たからブロックでは、10月8日に「転倒危険度チェックと転ばない体作り体操」班会を行いました。正しい歩き方や靴の選び方、杖を使った歩き方などを学びました。爪先立ち運動や座位バランス運動、片脚立ちを行いました。写真は椅子に座った状態で、手を挙げて体を大きく左右に移動させているところです。このような運動、歩く習慣を身に付け転倒予防になります。



笑顔があふれる健康チェック その場で加入もたくさんありました

浦里支部運営委員会は、毎月支部独自の作ったレジンで運営委員会を開催しています。

レジンには、おたがいさまシート対応も記載されています。9月末南生協病院より、退院された浦里在住の患者様Aさんのところへ「2人3脚訪問にて安否確認と地域組合員さんとのつながりをお願いしたい」とのおたがいさまシートが提出されました。



浦里支部運営委員会のみなさん 左から二番目が、支部長の平手健之さん

おたがい さま運動

ひとりひとりのくらしを 支えています

星崎ブロック 浦里支部

今後は区役所と相談しタクシードライバーの予定で集まっています。

支部企画や班会のお誘いの声かけも行いました。また先日は別の方から電気カーペットを粗大ゴミに出してほしいとの相談を受け、2人の運営委員さんと自宅から回収場所へ搬出しました。

花と食のマルシェで ひろがる仲間づくり

知多半島南ブロック 美浜・南知多支部

10月22・23日、南知多の一大イベント「花と食のマルシェ」で、美浜・南知多支部が健康チェックで出店しました。

南生協病院から50km離れていても、事業所がなくとも班会や健康チェックで南



笑顔があふれる健康チェック その場で加入もたくさんありました

知多半島南ブロック 美浜・南知多支部

お知らせ

お問合せ：地域ささえあいセンター
052-625-0650

※新型コロナウイルスの感染状況によって中止又は変更の可能性があります。

12月の予定

3日 (土)	8:00～12:00	だんらん市	南生協病院敷地内
	9:30～15:30	地球の子マルシェ	南生協病院敷地内
10日 (土)	14:00～16:30	そのうち学校修了式 健診・フィットネスセンター3階会議室	
12日 (月)	13:30～15:00	くらまち学習会 「後期高齢者医療費2割負担と診療報酬について」 講師：医事サービス課 健診・フィットネスセンター3階会議室	
17日 (土)	14:00～16:30	まざりあい10万人会議 「南医療生協介護部門の紹介」 健診・フィットネスセンター3階会議室	

1月の予定

7日 (土)	8:00～12:00	だんらん市	南生協病院敷地内
	9:30～15:30	地球の子マルシェ	南生協病院敷地内
15日 (日)	10:00～12:30	愛と平和のチャリティコンサート 健診・フィットネスセンター3階会議室	
21日 (土)	14:00～16:30	まざりあい10万人会議 健診・フィットネスセンター3階会議室	

毎週の行事

毎週 木曜日	10:00～13:00	みどりオーガニックマーケット	南生協病院敷地内
-----------	-------------	----------------	----------

■ヨコのカギ

- 1 自転車の腰かけ
- 4 年の暮れです
- 7 「昆虫記」といえば
- 9 ……像、……発
- 10 ……は剣より強し
- 11 ……平野の中心地は帯
広市です
- 12 国連安全保障……会
- 14 ほかの部屋です
- 16 フランス発祥の軽快な
舞曲とは？
- 18 仏語で「小さい」
- 20 えん罪は……の人の人
権と人生を奪います
- 21 ごはんのこと
- 23 朝雨に……いらずとか
- 24 ……に従って操作する
- 26 新しい年の始まり
- 27 安楽……、社長の……

ザククロスワード

出題▶モロズミ勝

1	2	3	4	5	6
7		8	D		9
	10		11		
12	13	14	E		
15	16	17		18	19
20	A		21	22	
23		24		25	F
26			B	27	

答

A	B	C	D	E	F
---	---	---	---	---	---

- 25 24 22 20 19 17 15 13 11 8 6 5 4 3 2 1
- タテのカギ
- 1 動物を間近で見られる
……パーク
- 寒いから……を閉めて
小さい物がよく見える
ヒッジとトリの間
取っ手が付いた食器
知らせること。合格
……が待ち遠しい
ごみは……して出そう
誕生日ごとにプラス
自分で自分を褒めます
役所や会社などで働い
ています
- 企画案は不採用でした
特定の作曲家の作品を
連続演奏する音楽会
10年ひと……
……宴、……気
カイコがこもります
青は……より青い!?

10月号の答え

ア	キ	ン	ド	イ	ツ	ワ
ス	ン	ジ	ヤ	ケ	ツ	ト
カ	ダイ	マン	ソ			
イン	タイ	デン				
マチ	シ	モ	フリ			
ツ	シ	ヨ	ジ	バ	ラ	
タ	カ	ヨ	ウ	ジ	リン	
ケ	マ	リ	スク	ー	プ	

答「スイリドリマ」
(推理ドラマ)

正解者の中から抽選で5人に図書カードを差し上げます。応募資格は本人組合員のみとさせていただきます。
宛先:〒459-8016 名古屋市長区南大高二丁目204番地
南医療生協地域ささえあいセンター

◎メ切り：12月31日(土)

クイズの解答の書き忘れがないかご確認を！
8面の投書欄の方にも図書カードをさしあげます。
ハガキには住所・氏名・組合員番号をお書きください。

☆応募総数 70通

☆当選者 (敬称略)

刈谷市 内田美佐子 大府市 亀山 耕造
大府市 松林 克也 豊明市 吉成 修二
大府市 黒田 直由

ヘルスアップカレッジで
健康づくりが広がる

健康づくり委員会

6月から診療所やおたがいさまの家など17会場で開催されたヘルスアップカレッジが終了しました。

全6回の講義に合計182人が参加し、南生協病院の作業療法士やフィットネスセンターwishの職員から体力チェックや筋トレの紹介などがありました。

初めての取り組みとして、YouTubeを使ったオンライン配信を行い、参加者から「離れた地域でも健康づくりが学べてよかった」「家に帰ってから動画でふりかえることができてよかった」と好評でした。

全会場で一番参加者が多かった常滑市南陵公民館会場は、19人の申し込みがありました。途中から積立増資も始まり、今後も健康づくり班会として継続していく予定です。

来年度は筋トレなどと併せて心の健康づくりに着目した内容も行う予定です。

3月12日(日)に行う「第32回健康づくりフェスティバル」で詳細をお伝えしますので、ご期待ください。

このほかに各ブロックで取り組んできた健康づくりを交流する企画や子供向け企画も行います。お友達やご家族とぜひご参加ください。

チケット等のお申し込みは、地域ささえあいセンターまでお問合せください。

お問合せ：地域ささえあいセンター 052-625-0650



愛と平和のチャリティコンサート

くらしまちづくり委員会・健康づくり委員会

日時：1月15日(日) 10:00～12:30
場所：健診・フィットネスセンター3階会議室
参加協力券：お一人1,000円
定員：100人

「参加協力券」の売り上げは、ウクライナ難民支援と福島原発事故で被災したこどもたちへのカンパ、また「健康づくりフェスティバル」での活動資金として活用させていただきます。
ぜひ、お越しください。

＜出演予定＞

みなみ風 村松愛子 吉野光汰 医局デュオ

理事会だより

◇10月29日(土) 35人中32人の出席で第31期第18回理事会を開催しました。

◇主な内容

- ①設備投資関連で「全自動錠剤分包機」「コンピューターのハード・ソフトの更新」の為の出費を承認しました。
- ②冬のボーナス支給額を承認しました。
- ③仲間(組合員)ふやしについて意見交換を行ないました。
- ④医師体制拡充の為の進捗確認と意見交流を行ないました。
- ⑤加入、出資金、住所変更などの書式を一部変更する手続きを確認しました。
- ⑥最新のコロナワクチン、インフルエンザワクチンの情報を確認しました。
- ⑦10月30日(日) たからブロックで「おたがいさまの家・二人三脚」のオープンセレモニーについて確認しました。

診察案内

南生協病院

052-625-0373(代表番号)

救急対応は365日24時間
行っています

当日の時間内は
直接ご来院下さい

午前

受付＝8:30～11:30
＊自動再来機受付
＝8:30～11:30
診療開始＝9:00～

夜間診療は
休止中です

翌日以降の予約

052-625-0373

月～金11:00～16:30
土 11:00～12:30

WEB予約

http://yoyaku.minami-hp.jp/



＊診療券をお持ちで
ない方は、総合受
付にて作成後ご利用
ください

健診・ドックセンター

予約・問合わせ
052-625-0489

※13時以降が
つながりやすいです

平日10:00～16:30
土 10:00～11:30

予約が可能な期間は
3月末まで

(最長4ヶ月)

				月	火	水	木	金	土
内科	午前	一般内科	予約 当日	牛田234 橋詰134	堀内 松井134 森本	長田123 脇田	内科医師 早川	奥村 橋詰 高橋 樋口24 松井1235	交代制1234
				内科医師	内科医師	内科医師	内科医師	内科医師	
		予約制	消化器科	古松	長江(肝臓) 奥村234	古松	牛田1345	長江(肝臓)	古松2 長江3
			循環器科		喜多村 水野 沢田	喜多村	喜多村 水野1234	喜多村	
			呼吸器科	長田	早川	諏訪	諏訪 慢性呼吸器外来1235	諏訪	諏訪3 長田4
			糖尿病科		橋詰123 石井	石井234 石黒	柴田 石井	石井	
			腎内科		腹膜透析外来13	代務医師			
			神経内科		中野	高橋春	もくの 空野謙1234		
	午後	専門内科 予約制		喜多村(循環器科) 長江(緩和ケア外来) 水野(循環器科) 石黒(糖尿病科) 森本(循環器)	柴田(糖尿病/血液内科)13 諏訪(呼吸器科) 高橋春(神経内科)123 膠原病外来 入山(血液内科) 佐藤元	石黒(糖尿病科)234 ペースメーカー外来13 緩和ケア外来23 加藤(血液内科)			
	外科	午前		築山(消化器)	長谷川誠(消化器)	築山(消化器)	板津 外科医師	外科医師	交代制1234
午前 予約制		宮崎慶(乳腺) 中澤俊(消化器)		中澤俊(消化器) 矢吹(乳腺)	矢吹(乳腺)1245 静脈瘤外来	矢吹(乳腺)			
午後 予約制				静脈瘤外来	水谷和(肛門)24	須田(呼吸器外科)1234			
脳神経外科			午前	武藤	中原	安達	中江	盛岡	中原1234
整形外科	午前		加藤 菱田 杉本	山田 元田	山田 尾池 整形非常勤医師	元田 尾池2345 河邊 今井(※予約制)135	池田1234 蔵地1234 整形外科医師1234	整形外科医師1234 脊椎外来13	
	午後 予約制		リウマチ特診 今井	リウマチ特診 池田	リウマチ特診 今井	骨粗鬆症外来13 脊椎外来24	リウマチ特診 今井		
皮膚科	午前		南部 徳住	南部 徳住	南部	南部 徳住1234	南部1345 徳住1234	皮膚科一般1234 (※予約制)	
	午後・土曜は予約制		午後	皮膚科一般 徳住		皮膚科一般			
泌尿器科 予約制			午前	全並	飴本	飴本	飴本	友澤1234 飴本5	日下124 飴本3
耳鼻咽喉科	午前		山中 横井	安井 近藤	岸本 稲福13	内田1345 坂倉	安井134 浅井久1234	車1234 山中1234	
	午後 予約制		午後	山中	岸本				
眼科	午前		長谷川佳	二村123 代務医師	二村123 代務医師4	二村1234 太田1234	二村134 代務医師1234	代務医師3	
	予約制		午後		二村(特殊検査)123	二村(特殊検査)1234			
小児科	午前		坂田 野口	増田 山本知	坂田 久松25 宮村梨13	山本節234 久松234	増田 水谷	山本知1234 浅井ゆ123 4 増田13 坂田24 堀江重(発達相談)2	
	午後 予約制		予防接種	予防接種 野口(腎臓外来)13	長田(16才以上神経外来)24 石川(小児神経外来)3	坂田(赤ちゃん外来) 宮村梨(赤ちゃん外来) 石川(小児神経外来)2	増田(アレルギー)1234 齋藤(小児心臓外来)124		
産婦人科 予約制			午前	西川 宮村宝	石井 田中勤 菅野	西川	宮村宝 田中勤 松本	石井 西川	田中勤(思春期外来)1234(予約制) 婦人科代診24(予約制)

えきまえ歯科(よってって横丁2階)052-626-1720

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:00	○	○	○	○	○	○
13:00～16:00	○	○	○	○	○	／
17:00～20:00	／	／	○	／	○	／

みなみ歯科(南区鳴浜町) 052-611-4253

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:30	○	○	○	○	○	○
13:00～16:00	○	○	／	○	○	／
17:00～20:00	／	／	○	／	○	／

ひまわり歯科(知多市新知東町) 0562-54-3718

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:30	○	／	○	／	○	○ (～12:00)
①12:30～15:30 ②13:00～16:30	②	①	往診	①	②	／
17:00～20:00	／	○	／	○	／	／

※問合せ・予約につきましては、各歯科の受付時間内にお電話ください。日曜・祝日は休診です。

	受付時間		月	火	水	木	金	土
かなめ 病院 619-5320	8：50 ～ 11：30	神経内科			後藤	後藤	後藤	後藤24
		もの忘れ 外来	かみたに 紙谷	神田	渡邊	かみたに 紙谷	神田	神田13
		一般内科	村瀬	土井	村瀬124 かみたに 紙谷3	代診	松田	松田1 増田2 土井4
		一般内科②					内科医師	
		専門内科		柴田 (糖尿病)		金野 (整形外来)	土井24 (胃カメラ)	長田2 (呼吸器)
	毎週月曜日 午前	健診	もの忘れ検診をご希望の方は、かなめ病院までご連絡ください。					
	星崎 診療所 821-9201	8：30 ～12：00	耳鼻咽喉科	喜多村真		喜多村真		喜多村真
8：30～12：00 (専門)			喜多村敬	内山 (血圧・循環器)	神田	津田	内山 (血圧・循環器) 山田	内山1 津田24 宮木3
17：20～19：30			代務医		休診		内山	

	受付時間	月	火	水	木	金	土
たから 診療所 611-1880	9:00～12:00	浦西	浦西	浦西 柴田13 長江24	浦西	浦西	長江1 松田24 古松3
	14:00～16:00			浦西 専門(予約のみ)			
	16:30～19:00					鈴木	
富木島 診療所 601-8521	8:45～12:00	大島 梅木	大島 梅木	大島 梅木	梅木	大島 梅木	大島13 水野13 梅木24
	16:30～19:00	梅木	大島3 梅木1245	梅木	梅木	梅木	
桃 山 診療所 876-8880	8:50～12:00	藤田 川嶋	藤田	石田	中澤	石田	太田13 中嶋24
	17:15～19:30	下野13 太田24		長崎 (糖尿病)			
メンタル クリニック みなみ 626-1026	8:20～12:00	阪野	阪野 小林	伊井俊 伊井友	阪野1245 小林	阪野	伊井俊 伊井友 交代制

※メンタルクリニックみなみはよってって横丁2階にあります

(注) ※医師名のあとの数字は第○何曜日の数字です。担当医師が変更となる場合があります。ご了承下さい。日曜・祝日は休診です。

有松・東陵ブロックにあるNPOおたがいさまの家りあでは、毎週火曜日・金曜日にカフェりあんとして、コーヒーをお出ししています。以前は、金曜日のみの営業でしたが、好評なため、新しく火曜日もやることになりました。前は、金曜日をご紹介しましたので今回は、火曜日の紹介です。カフェりあんの常連さんには、有料老人ホームおあいこの入居者さんも来てくださり、「個性豊かな人がいるから、たくさん話して

楽しいし、お互いにプラスになっているなあ」と言ってくださり、りあんは有松・東陵ブロックにとってなくてはならない拠点です。

第二・第四金曜日には、健康チェックとして「ベジチェック」体験をしています。コーヒーを飲んだ後に、健康チェックを行い、少しづつ数値が上がってきています。



キラッと輝く みんなで「ホッと」カフェりあん

カフェりあん 火曜日担当の皆さん

よってって横丁2階 こんにちは! 名鉄のアフタースクール TELACO南大高校です



TELACOでは「仲間とともに未来を見つける場」をコンセプトに、学びと体験の場として日替わりで取り組む「TELACOプログラム」、論理的に考える力を養う「プログラミング教室」、国際化社会を生きる力を養う「英語教室」を三本柱に、仲間と一緒に「自ら考える力」「豊かな心」を育みます。

小学校のある日は室内での活動が主ですが、よってって横丁2階屋内広場や屋外広場で季節のイベントを開催したりもしています。10月には屋外広場でハロウィンダンスパーティーを実施してお父さまお母さまにもご覧いただきました!

私たちは様々な経験・体験を通して、その中から子どもたち自身が好きな事や得意な事を見つけたり、頑張りたい事や目標を発見して未来の可能性を広げていく、そんなお手伝いができる場でありたいと考えています。

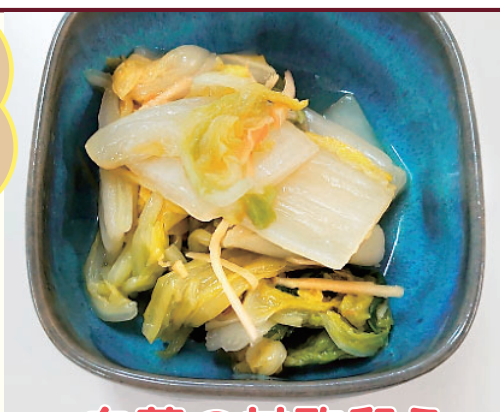


大高南小学校、大高小学校、大高北小学校へのお迎えや、最長7時半から21時までのお預かり等、子育て世代へのサポートを通じて、地域活性化のお役に立てれば幸いです。

お問合せ：052-602-4488

ヘルシー クッキング

緑区栄養士連絡会
南生協病院
栄養支援室
管理栄養士
深谷 英幸



白菜の甘酢和え

◆作り方

- ① 白菜は4cmの長さに切ってボールに入れる。しょうがはせん切りにする。
- ② 白菜を大きめの鍋で茹でておく。
- ③ ボールにAを混ぜ合わせる。②の水気を絞り、ボールに加えてよく和える。

材 料 (4人分)

★白菜 …………… 6枚程度

A

- ★しょうが …………… 20g
- ★赤とうがらし …… 0.5本
- ★お酢 …………… 大さじ6
- ★砂糖 …………… 大さじ4
- ★塩 …………… 小さじ1
- ★醤油 …………… 小さじ1/2
- ★ごま油 …………… 小さじ2

栄養価 (※1人分)

エネルギー	約	76kcal
たんぱく質	約	0.3g
脂 質	約	26.0g
塩 分	約	0.6g

● ヘルシーなワンポイント ●

- ・白菜がたっぷり使えるメニュー
- ・鍋以外でも白菜を活用出来ます
- ・ピリ辛が好みの方は赤とうがらしを増やして下さい

組合員の作品コーナー



緑区 佐藤 修 さん



東浦町 松崎 光江 さん



知多市 佐藤 栄 さん



知多市 横山 静江 さん



大府市 森井 一夫 さん



南区 山口 祝 さん



緑区 風 雅也 さん

常勤医師・研修医 募集中!



専門かつ総合的な診療を行う
“地域のかかりつけ病院”で
はたらきませんか?
病院見学・医師採用に関するご相談など、
まずはお気軽にご連絡ください。



お問合せ：南生協病院 医局事務局 TEL:052-625-0373 Email:ikyoku-jimukyoku2@minami.or.jp

ホームページ求人募集ページ▶

編集委員会より
身近な出来事やご意見・作品(絵手紙・手作り品・写真など)募集しています。
としとしお寄せください。

ヘルシークッキング毎回
楽しみにしています。

毎回が楽しみ
緑区 細野 順子

ありがとうございます。

班会に皆様取り組んでお
られ、元気をいただいで
おります。

班会に参加しています
緑区 坂本まつ子

