

健康の友

2024年8月号 No.679

南医療生協の基本理念

みんながって みんないい
ひとりひとりの いのち輝くまちづくり

- 6月の結果**
- ◆加入267人(年間目標8,010人)
 - ◆増出資21,664千円(年間目標5.2億円)
 - ◆班会開催368班(のべ628回)
 - ◆新班12班
- 6月末累計**
- ◆組合員数97,349人
 - ◆出資総額3,344,145,707円
 - ◆平均出資金34,352円
 - ◆運営委員総数706名
 - ◆地域組織19ブロック 103支部

あさがおや
庭をめぐりて
咲きにけり
(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

南生協病院 052-625-0373(代)

第62回総代会 未来づくり わくわく スタート!



第62回南医療生協通常総代会 全体会の様子(コープ健診フィットネスセンター3階会議室)



挨拶される亀井克典様

第62回南医療生活協同組合通常総代会は、6月30日にコロナ禍以前の形で開催しました。

冒頭、来賓のNPO地域共生を支える医療・介護・市民全国ネットワーク共同代表 亀井克典様からご挨拶をいただきました。

全体会では「超少子・超高齢社会」、人手不足、デジタル化への対応など社会環境の変化の中にあっても、あらゆる人とのまじりあい、つながりづくりを進めて行こう、と事業と運動の議案提案をしました。

地域・支部・事業所の様々な取り組みを交流

議案提案後、13の分散会に分かれ、議案内容の討議を行いました。

「患者数が減っている。分析、対策はたてられているのか?」「若い人の活躍の場づくりをどうしていくのか?」「オンライン発信をすすめてほしい」など、声が寄せられました。

いくつかの分散会の中では、地域の健康づくりやおたがいさまのまちづくりをささげる「支部」の運営委員不足や、「健康の友」の手配りをしてくれる世話人不足についての声も出されました。

午後の全体会でも、多くの発言が続きました。「歯科衛生士から、歯の健康を考えた「カムカムメニュー」を作っては、と提



分散会では総代さんたちが日常の組合員活動を発言・交流し、議案内容を深めました。

案がありました。メニューを考える人、調理をする人という見事な連携で完成しました。みんなで8020めざしてがんばります(知多市ブロック)

「おたがいさまの家『いこまい』では、多文化子育てサロンより「外国人親子に巻き寿司の作り方を教えてくれる?」と頼まれました。当日、赤ちゃんから中学生25~30人が参加。などやかでとてもステキな時間を過ごしました。8月の健康チェックにお誘いし、次につながれたらいいな(西三河ブロック)

「総代会で提案されている『うけいれる、うけとめる、つなげる』を実践するためには職員確保が必須です。ぜひ、みな1000カードでご紹介ください。これまでこの運動から437人が就職しました(みんなど1000人職員紹介活

動委員会

これらの発言を受け専任専務理事の答弁があり、6



優秀支部賞を受賞した名南ブロック千鳥南支部近藤支部長。Vサインがいいですね。

班会でつながり広がる

南医療生協の基本は「班」新しい班が誕生しました

半田南支部の新しい班「ひだまりならわ」は、初めての班会を7月9日14時から、「ふらっとスペースならわ」で開催しました。今回の会場は「高齢者も障がいのある人も、ひとり親家庭の方も、一人ひとりのできることに目を向けて役割をもってささげながら、毎日暮らせることができた」という想いが集まった「場所」です。

班会のテーマは「薬の飲み合わせチェックをしましょう」講師は薬剤師の村井克行さんです。柑橘類との飲み合わせに注意は知っていたけど、ヨーグルトや牛乳も影響があるのは初耳。



左の写真真ん中が薬剤師の村井さん。和やかな班会の様子がうかがえますね。

処方箋を持参しての個別相談。など、この住宅に入居されているはじめてさん3人の参加もあり、和気あいあいのひと時でした。

南医療生活協同組合のホームページは二次元コードからどうぞ



つの議案採決に入り、議案は全て承認されました。(詳細は2面を参照)



「たからボランティアの会」の活動報告を行うたからブロック北頭宝生支部田上支部長。



ジョン万次郎のやしゃこの中が、7月中旬

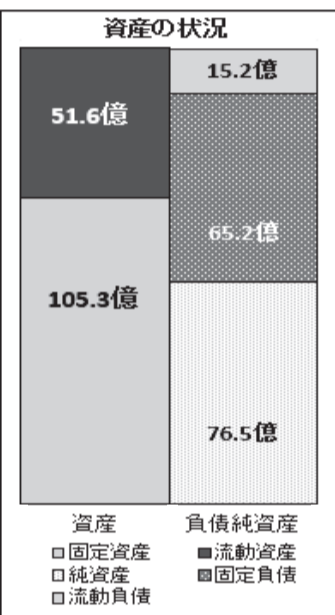
佐清水出身の万次郎が漁船で遭難したのは1841年。14歳の時。無人島の伊豆諸島鳥島に漂着。5ヶ月後に米国捕鯨船に救助されて単身渡米し、英語や航海術を学び帰国したのは1851年。53年のペリー来航を機に幕府直参に重用された。60年には遣米使節団の一員として咸臨丸(かんりん丸)に乗船するなど日米修好に尽力した▼万次郎の直系は四代目が中浜博氏で、五代目は娘の京さん。博氏は名古屋大学医学部を卒業し、聖霊病院の院長もされた。医学生時代はみなと医療生協・協立病院初代院長の加藤昭次先生とは同級生で「初期研修」を山梨県の医療機関で共に学ばれた▼助けたり、助けられたり。感謝したり、感謝されたり。そういう日常の中で紡がれるヒトとしての関係づくりが、ゆるぎない信頼と恒常的な平和を築きあげていくように思われた。

第62回南医療生活協同組合通常総代会 6議案すべて可決

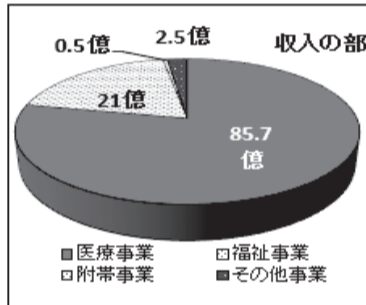
議案	反対	保留	賛成	棄権
第1号議案：2023年度事業と運動のまとめ 2024年度事業と運動の方針決定の件	1	4	385	1
第2号議案：2023年度決算関係書類、事業報告書承認の件	1	2	388	
第3号議案：2024年度予算及び資金計画決定の件	1	3	387	
第4号議案：役員報酬決定の件	1	8	382	
第5号議案：監事監査規約変更の件	1	2	388	
第6号議案：議案決議効力発生の件	0	3	387	1

表彰された支部・班・ボランティア・患者会

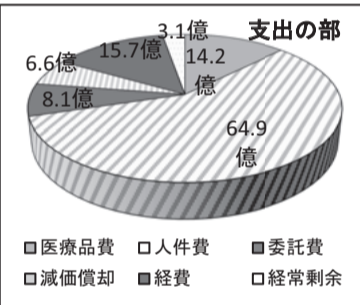
- 表彰支部 千鳥南、白水南、浦里、上浜、笠東、星崎、富木島西、知多市ひまわり、豊明南西、大高中、知立
- 優秀表彰班 男塾、南野2丁目班、第三公園清掃班①②③、ひだまり、清水住宅さくら2、セラバンド、さとちゃんの健康教室
- チャレンジ表彰班 健康体操
- ボランティア表彰 男塾
- 患者会表彰 ひばりの会



2023年度決算



2024年度予算



他職種と連携して 退院支援

南生協病院 5A病棟
課長 畔柳 由美子

5A病棟は整形外科・小児科・眼科・皮膚科、さらに4月から新たに総合診療科が加わった混合病棟になっています。小児から高齢者まで様々な年代の患者さまが入院されています。5人の総合診療科の医師が着任され、週1回医師・看護師・ケースワーカー・リハビリとカンファレンスを実施しています。病気だけでなく退院後の生活を考え、患者さまにとって何が必要かなどのカンファレンスを行っています。

病気をきっかけに今まで行えていた生活行動を実施することが困難になっている患者さまが多く、他職種と連携をとりながら患者さまの日常生活援助や社会復帰に向けて5A病棟という「チーム」で取り組みを頑張っています。

医療活動紹介

“病理医”の気持ち

南生協病院 病理診断科 部長 棚橋 千里

「病理医」の仕事は顕微鏡をみることです。皮膚・胃・大腸をはじめ、採取された検体から「病理技師」が顕微鏡用標本を作りまします。それを病理医が診断する「組織診」は年間約2500件です。子宮頸癌検診や喀痰検査など、細胞検査士の免許を持つ病理技師と一緒に診断する「細胞診」は年間8000件ほどです。

病理医は胃炎・大腸炎や良性腫瘍の他、癌などの悪性腫瘍の診断をします。悪性の診断をした時には、「病名を聞いたら不安になるだろうな、大丈夫かな」、「手術で治るといいな」、「薬がよく効くといいな」と、顔を見ながら患者さまに心を解りやすく説明しています。解剖は、一人の人間の死を他の人の生に生かすとても尊いこと」と言われています。大切な人を亡くされてつらいところ、解剖を承諾してください。ご家族に感謝し、患者さまの死を無駄にできない、という使命感を持って病理解剖を行っています。解剖の結果は、研修医の教育や医師の疾患理解に役立ち、次に出会う患者さまの治療に生かされます。

私は病理診断を通して当院の医療に貢献したいと、日々考えながら仕事をしています。

顕微鏡と病理医 病理解剖室

法律相談 Q & A

財産分与と子ども名義預貯金・学資保険

Q 離婚の時には、夫婦が婚姻中に協力してできた財産は、2分の1ずつに分けると聞いていますが、それでいいですか？

A その通りです。婚姻中に築いた財産を互いに2分の1になるように分配することになります。その分配のことを「財産分与」と言います。

Q では、子ども名義の預貯金や学資保険はどうなりますか？ 子どもの財産になりますか？

A 離婚に際して、相手が、財産分与の対象財産として分け合うべきだと主張した場合は、裁判所は、名義が誰であれ夫婦が協力して築いた財産は財産分与の対象になると考えていますから、子ども名義の預貯金も学資保険も、財産分与の対象財産として夫婦で分け合うことにならざるをえませんね。

ただし、子ども名義の預貯金のうち、親族から子どもに渡されたお年玉、誕生日祝い、小遣い、入学祝いなどで貯まった分は子ども自身の固有財産と認められ、学資保険の保険料をあなたの親が支払ってきた場合（その証明が必要ですが）は学資保険の解約返戻金はあなたの特有財産と認められますから、それらは、いずれも財産分与の対象とはなりません。

財産分与は他にもいろいろ難しい場合があるので、相手の言いなりにならず、早めに相談されるほうがいいですね。

弁護士：山田万里子(弁護士法人あおば法律事務所)



法律相談のご案内 (8月・9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：8月6日(火) 8月27日(火)

9月10日(火) 9月24日(火)

いずれも14：00～16：00のうち30分間。

会場：南医療生協 本部 1階会議室

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週間前までにお願いします。

※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

特定健診は自覚症状がない段階で、大きな病気につながる生活習慣病のリスクを知ることが出来ます。
がん検診は早期発見し、治療につなげることが出来ます。早くみつかることができれば、生活習慣病もがんも決して怖い病気ではありません。自分だけは健診(検診)なんて受けなくても大丈夫と思っている方。これからも長く楽しく元気にお過ごし頂くためにもどうか健診(検診)をお役立て下さい。



健診(検診)は、なんのために受けるのでしょうか？

健診・ドックセンター 保健師 菅谷 晴代

*乳がん検診では自分では気づくことができない小さな変化をみつかることが出来ます。
「プレストアウエアネス」
「乳房を意識する生活習慣」を存じでしょうか？もし乳房のしこりやいつもと違う変化を感じたら、速やかに乳腺外科を受診することもお勧め致します。
8月は健診の予約がとりやすい月です！
皆様気持ちよく受診して頂

ご予約・お問合せ
総合病院 南生協病院
健診ドックセンター

電話：052-625-0489
平日 10：00～16：30
土 10：00～11：30

南生協病院
だより

8月以降の発熱患者さまの診療について

南生協病院 事務次長 福澤 弘康

厚生労働省からの通達により、外来対応医療機関(発熱外来)の制度は2024年3月末で廃止されました。これにより、新型コロナウイルス関連の疾患が風邪などと同じ扱いとなり、方法を変更します。8月1日以降、発熱患者さまは以下の通り受診いただきますようお願いいたします。

診療時間内

月～土 AM8：30～11：30

内科外来にて受付をお願いします

診療時間外

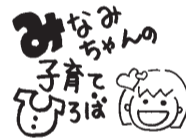
月～土の受付時間外・日曜・祝日

救急外来にて受付をお願いします

※感染予防対策のため、発熱患者さま以外も引き続きマスクの着用をお願いします

※治療目的以外での検査を行うことはできません

※治療薬に対する公費負担が終了しており、コロナの治療薬は3割負担の患者さまで、一万五千元～三万円程度の窓口負担が必要となります。内服をご希望の方は、受診時に医師へご相談ください。



冷却ジェルシート(熱さまシート・冷えピタ)の利用方法

子ども支援活動委員会 大野 みどり

冷却ジェルシート(熱さまシート・冷えピタ)利用されていますか？冷却ジェルシートはひんやりして気持ちがいいですよ。実は、このシートはおでこに貼っても、発熱時に全身の体温を下げる効果はありません。シートは手に取るとわかるように、そのものは冷たくないですね。ひんやりする理由は、シート中の水分が熱を取り込みつつ蒸発する仕組みで、貼った部分の皮膚の温度を下げてくれるに過ぎません。うちわであおぐのと同じような効果といえるでしょう。

全身の体温を下げるためには、タオルなどで包んだ保冷剤を脇や足の付け根に当てるのがオススメです。また、冷却ジェルシートの使用で、過去には気をつけたい報告があります。1つ目は、生後4ヶ月の赤ちゃんが、ずれてしまった冷却ジェルシートで鼻と口が塞がれ、窒息状態になってしまったという事故がありました。自分で払いのけることができない乳児への使用時は特に気をつけましょう。また、かぶれなどがみられることがあります。使用上の注意をよく確認して使用しましょう。



イベント情報はインスタグラムでどうぞ

<イベントの予定>

- 8月28日(水) 10：00～11：00 なつまつり
- 10月予定 ハロウィンパーティ
- 12月予定 クリスマス会
- 2月予定 ひなまつり



全員主役! たからブロックボランティアの会のみなさん

えあつこの大切さを再発見再確認できました。演題発表ごとに質疑応答を行ない、最後には職種や立場を超え参加者同士での意見交流もあり、新しいつながりを生み場にもなりました。

医師、臨床工学士、介護事業所の利用者さん、ボランティアさんと職員、介護ヘルパー、理学療法士、看護師、ケアマネージャー、組合員ボランティアチームから8つの演題発表が行われました。どの演題も、地域のつながり、人と人のつながり、多職種連携が無ければ対応できない取り組みばかりで、つながって助け合い支



参加のみなさん 小グループに分かれて意見交流

第13回わくわく10万人会議

第7回組合員・職員による地域医療・介護実践交流会

7月20日

第14回わくわく10万人会議 (予告)

テーマ: 防災でまちづくり
日時: 8月17日(土) 14:00~16:30
場所: 健診・フィットネスセンター3階会議室



透析患者さまに寄り添う! MEセンター近藤技師の報告



全国の仲間と 左端前川さん前列土屋さん

6月13日から3日間、日本医療福祉生活協同組合連合会主催のボランティア活動に土屋さん(地域ささえあいセンター職員)と、他の医療福祉系から参加した4人とともに活動して来ました。名古屋を8時半頃車で出発、夕方4時に能登半島先端(震源エリア)の避難所3箇所支援物資をお届けし、震災以降の大変な状況を伺いました。宿泊は綺麗な古民家でした。水道は復旧したものの、トイレは故障し仮設トイレ、入浴は水でのシャワー、睡眠は持ち参った寝袋での仮眠。半年たつてもまだ厳しい環境での宿泊は貴重な経験となりました。二日目は軽トラ3台で解体予定宅(70代のご夫妻で震災後は車中泊へ。自宅再建後に使用したいとの希望で、冷蔵庫、テレビ2台、洗濯機、シンク2台、エアコン2台、エアコン2台、仏壇等をご利用の方の倉庫(片

今回のウォーキングは、弥生時代及び古墳時代の歴史が集積された、東海市の名和町と名古屋市大高町の境界線を挟んだ地域で、名和地域の組合員の方の参加を期待して、4.3kmと1.7kmコースを作りました。54名の参加のうち、名和地域から始めて企画に参加された方が11名もいました。



古墳deコープ! 名和と大高の歴史を知ってウォーキング! 6月9日 東海市北ブロック 名和東支部 小島 孝義

70歳の男性、昨年末に豊明に引っ越してきたばかりの時、荷物片づけをしていくうちにだんだん歩きづらくなったそうです。1月2月と時が経つにつれて、下半身の麻痺が進み3月には歩く動かせなくなりました。その間介護申請をしようとしたところ、病名がはっきりしないと出来ないとのことでした。症状が進む中で脊椎の専門の医師に診てもらったところ、通院の依頼が豊明市おたがいさまセンター「チャット」にありましたが、予約時間が夜のたため、「チャット」では受けかねたが、おたがいさまセンターから結果が、すぐ大学病院の救急外来へ行くように指示されました。

おたがいさま運動 制度のはざままで、おたがいさま運動だからできる支援 豊明・東郷ブロック理事 山崎 節子



お困りごとに対応された豊明北支部のみなさん

今年度から、星崎ブロック内の各地域持ち回りで遊らんとを開催します。今回は浦里支部で開催しました。当日35人(うち子ども9人)の参加となりました。企画をきっかけに新しいつながりをつくっていくことを目標に企画づくりを行いました。今回は、浦里支部で毎月定期開催されている「お茶し専科」と緑児童館との合同企画として、多世代まぎあいの機会となりました。当日は、2024年度星崎ブロックですすめている「心拍ウォーキング」は、暑さのため中止



ベジチェックで子どもと「野菜たくさんとれてるかな?」

子どもも大人も楽しめました 7月6日 星崎ブロック 浦里支部開催

学んできたことが芽吹き始める新年度 南生協病院 研修医 細田 昇平

豊明市 重層支援センターから こ・ん・に・ち・は 豊明市市民生活部共生社会課 重層支援センター 梅原尚子(通称 うめちゃん)

そのうち学校 8月17日出開講♪ 第2の人生大学 "安心・子育てコース"は学童期(小学生くらいの時期)がテーマです 今回は、現代の子どもを取り巻く「SNS」「運動」「食事」「親の関わり」「性教育」など、子育て世代のアンケート結果を元に、子どもが健やかに成長していくうえで、気になっていることや心配なこと、話題になっていることなどを講義テーマに加えリニューアルしました♪ 現役の子育て世代のみならず、お孫さんのいる方、子どもと関わるお仕事の方、その他子どものことに関心のある方、どなたでも受講できます!みなさんの受講申込をお待ちしています!

日にち	テーマ
第1回 8月17日(土)	親の心の持ち方、子どもとの関わり方~子どものSNSともどうつきあう?~
第2回 9月21日(土)	こどもの運動 親の運動
第3回 10月19日(土)	子育てにイライラしてしまう、子供が不登校で悩んでいるママへママの心が軽くなる方法・子供の自信を育てる声かけ
第4回 11月16日(土)	反抗期でも慌てない! 子どもの成長を妨げない親でいるためのトレーニング法
第5回 12月7日(土)	学童期の体と心を育む食事、その実践のためのポイント
第6回 12月21日(土)	おうちで性教育

時間: 10時~11時30分 会場: 健診フィットネスセンター3F会議室 (総合病院南生協病院内) 全6回 受講料3,000円

お知らせ

お問合せ：地域ささえあいセンター
052-625-0650

8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
17日 (土)	14:00~16:30	第14回 わくわく10万人会議「防災でまちづくり」 (第1回 全組合員対話で南医療生協バージョンアップ運動(仮)全体実行委員会)	健診・フィットネスセンター3階会議室
24日 (土)	14:00~16:00	スポーツ大会 ポッチャ&フリスビーで遊ぼう! 教育文化スポーツ活動委員会	健診・フィットネスセンター3階会議室
30日 (金)	14:00~16:00	イオンモール大高 健康チェック	イオンモール大高2階

◎今月のくらしまちづくり学習会はお休みです

患者さまの願いを叶えたい

南生協病院だからこそ感じるやりがい

南生協病院 5B病棟 看護師 山崎 理沙



結婚を機に就職して5年が経ちました。それまでは大学病院でがん患者様と関わってきたので、がん看護の知識を深めたいと漠然と思っていました。

当院に就職後、地域包括ケア病棟や緩和ケア病棟があることもあり、入退院を繰り返す患者さまと関わる機会が増えました。その影響から患者さまの残された人生について考えるようになりました。

私の人生観の「人生楽しんだもの勝ち」とも重なり、意思決定支援に着目し、緩和ケアや終末期看護についての学びを深めている最中です。法人や組合員さんとの繋がりにより患者さまの願いを叶えやすいことが当院の魅力でもあり強みだと思います。

子育てとの両立に疲弊を感じたり、正解のない看護に悩んだりしますが、患者さまのちょっとした願いと一緒に叶えられた時はやりがいを感ずります。患者さまとの会話を楽しみながら想いを汲み取り、多職種と連携しながら看護師としての力を発揮していきたいと思っています。

第14回わくわく10万人会議

防災でまちづくり

避難所における生活について

避難所ってどんなところ？

環境防災活動委員会・くらしまちづくり委員会共催

日時：8月17日(土) 14:00~16:30

場所：健診・フィットネスセンター3階会議室

講師：椿 佳代氏(災害ボランティアコーディネーターなごや、エンジェルランプ代表、多文化防災ネットワーク愛知・名古屋)

第1回 全組合員対話で南医療生協バージョンアップ運動(仮) 全体実行委員会

お問合せ：地域ささえあいセンター 052-625-0650

ヨコのカギ

- 1 ……は宵越しの銭は持たぬ
- 4 夏に多い皮膚の出来物
- 7 恩返しをする鳥
- 8 桜肉は……の肉
- 10 千分の1の単位
- 11 宇宙から来た「ちり、キング
- 13 新しい時代。……メーキング
- 15 「時雨」の読み方は？
- 17 道筋。経路
- 18 年輪の数と一致します
- 19 「辛勝」の反対語は？
- 21 ……心。……全地帯
- 22 高跳びの横木
- 23 刀をおさめる入れ物
- 24 ワインは……の実でつくくる果実酒
- 25 ダンスで速いステップ



1	2	3	4	5	6
7		8	9	10	
	11		12		
13	14		15		16
17		18			
19		20			
21		22		23	
24		25			

【問題】二重ワクの文字を、A~Fの順に並べてできる言葉は、なに？

- 1 ■タテのカギ
- 2 バリのセーヌ河畔の広場に立つ……塔
- 3 アメリカの貨幣単位
- 4 高い金額。……紙幣
- 5 セミがあちこちでしきりに鳴いています
- 6 ……そばの上ノリをかける
- 7 ……とザル
- 8 めったに無い様子
- 9 了解。承知すること
- 10 つのり集めること
- 11 員……
- 12 首都はワルシヤワ
- 13 温度を下げる……装置
- 14 冗談。しゃれ
- 15 雑木。山で……を刈る
- 16 雑木。山で……を刈る
- 17 ハチ取らず
- 18 雑木。山で……を刈る
- 19 雑木。山で……を刈る
- 20 雑木。山で……を刈る
- 21 雑木。山で……を刈る
- 22 雑木。山で……を刈る
- 23 雑木。山で……を刈る
- 24 雑木。山で……を刈る
- 25 雑木。山で……を刈る

6月号の答え

ア	ヤ	メ	ケ	ン	ガ	ク
ジ	エ	ン	ダ	ー	イ	ク
サ	マ	イ	カ	コ	ウ	
イ	カ	ア	イ	ニ	ク	
	タ	レ	ン	ト	ゴ	イ
ニ	ツ	キ	ハ	ア	ラ	
ガ	ム	サ	ン	グ	ラ	ス
オ	リ	ツ	ル	ラ	イ	ト

【答え】^Aアイ^Bアイ^Cエイ^Dガ^Eサ

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 名古屋市緑区南大高二丁目204番地 南医療生協地域ささえあいセンター

◎メ切り：8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 92通
☆当選者(敬称略)
南区 土井久登美 緑区 山本千代子
東海市 原山 弘 知立市 森 陽子
東海市 八重樫徳男

理事会だより

◇6月30日(日)36人中34人の出席で第32期第14回理事会を開催しました
◇主な内容

- ①「全組合員対話で大型リニューアルをチャンスに 南医療生協バージョンアップ運動(仮)」について、以下確認しました。
*「もっと安心してたよれる事業所づくり」「もっと人と人がつながるまちづくり」を、全組合員、地域の人、職員との対話を通して進めます。
*この運動を通して、出資金の純増を積み上げていきます。
*2024年8月~2026年3月まで取り組みます。
- ②8月3日(土)10時~助産所はあと15周年イベント企画「子育てフェスティバル」を開催します。
場所：コープ健診フィットネスセンター3階
- ③6月13日(木)~15日(土)南医療生協から職員、組合員の2名を派遣した能登半島地震被災支援のボランティア活動についての報告と義援金集約および送金状況を確認しました。
- ④8月17日(土)第14回わくわく10万人会議を開催します。
*テーマ：防災でまちづくり
*講演：避難所ってどんなところ？
講師 椿 佳代氏(エンジェルランプ代表)
*ワークショップ：簡易トイレづくり体験

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 医務事務局 TEL:052-625-0373 Email:ikyoku-jimukyoku2@minami.or.jp

看護師・保健師・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、健診ドックセンター
内容：病棟看護、救急看護、手術室看護、訪問看護、保健指導など
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。
<お問い合わせ先>
南医療生活協同組合
人事総務課 求人担当
Tel. 052-625-0630
<まずはお気軽に見学から!>
看護師求人ホームページ
からお申込みください
詳細はコチラ→

ナースエイド募集中(非常勤)

勤務地：総合病院 南生協病院
内容：病棟での看護補助業務
資格・経験問いません
お気軽にお問合せください。
お問合せ：人事総務課 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 —

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
=8:00~11:30
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/



*診察券をお持ちで
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
11月末まで

(最長4ヶ月)

Main hospital schedule table with columns for days (月, 火, 水, 木, 金, 土) and departments (内科, 外科, etc.).

(注) ※医師名のあとの数字は第〇何曜日の数字です。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。

えきまえ歯科(よってって横丁2階) 052-626-1720

Table for eki-mae-dentist showing reception times and availability by day.

みなみ歯科(南区鳴浜町) 052-611-4253

Table for minami-dentist showing reception times and availability by day.

ひまわり歯科(知多市新知東町) 0562-54-3718

Table for himawari-dentist showing reception times and availability by day.

※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。(予約制)

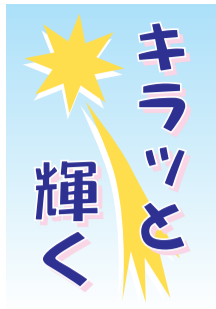
Table for Kaname Hospital (かなめ病院) with columns for days and departments.

Table for Takara Clinic (たから診療所), Tomioka Clinic (富木島診療所), and Momoyama Clinic (桃山診療所) with columns for days and departments.

※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



運営委員として活躍の加藤さんをご紹介します。
組合員になったきっかけは、息子さんが子供のころ行った南生協病院で受診の際に先生が納得できる説明を丁寧にしてくれたことに



健康は日々の積み重ね

鎌倉台支部 加藤すな子さん

感動したことでした。今は、常務理事の大野さんに誘われて運営委員をなさっています。年齢を感じさせない、活発さと、企画力がある方で、昨年度まで班長を務めた「ゆっくり気まま体操」は15年以上も続く班会です。そして「こんな班会やったらどうだろう」「バスハイクはここにきたい」という話も出てきます。また、班会ですべてきてくださる方がきっかけで、増資の積み立て通帳を毎月集めに回っています。イベントへの参加もよくして下さり、先日のイオン大高健康チェックでは、通行人に参加の声をかけて下さいました。ご主人もご一緒に、「骨密度」を測ったら数値がとても良かったらしく、加藤さんの「健康で過ごしたい」という目標もご夫婦ともに日々の積み重ねで、叶えていると感じました。

CO-OP コープ フィットネスクラブwish

国民病!? 『腰痛』を改善する方法はあるの? 世界の常識は?

フィットネスクラブwish トレーナー 今井 晶子

日本人の80%以上の方が生涯のうちに腰痛を経験するといわれています。まさに国民病です。一度重症化すると何度も繰り返したり慢性化します。

では、予防や再発を防止する方法はあるのでしょうか? 答えは……あります!

腰痛の原因 腰痛の原因には主に2つあります。

一つは腰椎の機能障害(ぎっくり腰や椎間板ヘルニアなど原因があるもの)と、もう一つは脳の機能障害(原因が明確ではないが痛みを感じる腰痛)です。いずれの原因に対しても「運動の継続」が最善の方法と診療ガイドラインでも示されています。痛みのある方もない方も、これからのために『動く』ことを始めましょう。

腰痛は動いて治す 安静にするという考えはもう昔の事、予防・治療とも世界の常識は『動いて治す』です。ただし、腰痛の原因や症状はさまざま。腰部とは直接関連性のない場合もありますので、まずは「医師による診断が重要」で、自己判断は禁物です。その上で wish では理学療法士やトレーナーが適切な運動処方を行います。

「きつくない全身運動を毎日」が推奨されていますが、忙しい方でも続けやすく、効果を実感しやすいストレッチ専用マシンもあります。少しだけ体を動かすことから始めましょう!

相談・見学無料ですので、お気軽にお問い合わせください。



夏休みキッズ短期教室のご案内

せっかくの夏休み。公園で遊んでおいて! といいたけれど、この暑さでは気軽に言えないですね。wish で運動不足を解消! そして新たなチャレンジにより一歩成長した夏を過ごしましょう!

開講日: 7月30日・31日
8月2日・6日・7日・9日・27日・28日
全8日(何日でも参加可能)
時間: 9時~10時 費用: 1,700円/回
場所: フィットネスクラブ wish スタジオ

営業時間 10:00~22:00
(日祝~17:00)
*木曜休館

お問合せ 052-625-0500
Fax 052-625-0535

受付時間 10:00~20:00
(日・祝~17:00)

★トレーナー募集しています。
経験有無問いません。
お気軽にお問合せ下さい。

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



じゃがいもとハムのチーズ焼き

◆作り方

- 1 ロースハムは細切りに切っておく。じゃがいもは皮をむいて薄くスライスしておく。なるべく薄くスライスしましょう。
- 2 フライパンにオリーブオイルを回し入れてじゃがいもスライスを半量並べる
- 3 その上にハム、とろけるチーズをのせて残っているじゃがいもスライスを並べます。その上からハムととろけるチーズをのせる
- 4 軽く、胡椒をふったら、蓋をして極弱火でじっくりと焼いて完成。
*15~20分ほど焼く

●ヘルシーなワンポイント●

冷蔵庫の中にある食材で簡単に作れるメニュー。チーズとハムに塩気があるので味付けは「胡椒」のみ。おかずが少ない時の1品にしても良さそうです。食べやすい大きさにカットして食べてください。

材 料(2人分)

- ★ロースハム ……2枚
- ★じゃがいも ……1個
- ★オリーブオイル ……大さじ1
- ★胡椒 ……適量
- ★とろけるチーズ ……15g

栄養価 (1人分)

エネルギー	約 96kcal
たんぱく質	約 2.5g
脂 質	約 7.1g
塩 分	約 0.3g

生協こどもの作品展

今年も、たくさんの作品の応募をお待ちしています

応募のきまり

- ◆応募資格・組合員のお子様で、幼児(4歳以上)から小学6年生まで
- ◆応募・お問合せ 〒459-8016 名古屋市緑区南大高二丁目204番地 南医療生協 地域ささえあいセンター 担当: 片山 (052-625-0650)
- ◆応募締め切り: 8月24日(土)
- ※応募作品はお返しできませんので、ご了承ください。

主催: 愛知県生活協同組合連合会 後援: 愛知県・愛知県教育委員会



緑区 三浦 まゆみさん



東海市 山口 テル子さん

組合員の作品コーナー



東浦町 松崎 孝則さん



緑区 荒井 桂子さん



大府市 森井 二夫さん

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。どしどしお寄せください。

妻と一緒に 東郷町 仁藤 清司さん ほぼ毎日ストレッチと太極拳をやっています。体のバランスがよくなったように思います。



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: 南医療生活協同組合 人事総務課
TEL: 052-625-0630

