

# 健康の友

2026年3月号 No.698

## 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

### 1月の結果

◆加入217人(年間目標8,000人) ◆増出資21,042千円(年間目標5.2億円)  
◆班会開催282班(のべ453回) ◆新班2班

### 1月末累計

◆組合員数98,376人 ◆出資総額3,331,686,222円 ◆平均出資金33,867円  
◆運営委員総数675名 ◆地域組織19ブロック 103支部

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)



# 地域へ出よう つながろう



## 各地で「しめくくり月 問一斉訪問行動」開催

2月7日、8日は雪が舞う大変寒い日でした。各地で組合員と職員が地域訪問を行いました。今回は、337人が参加し、1250軒のお宅を訪問し、545人との対話が進みました。支部やブロック・職場は、これまでに出会った方々に改めて加入のお誘

い、事業所の応援増資のお願い、支部の企画にお誘い等、目的を決めて、職員と一緒に訪問をします。桃山診療所の周辺地区では、健康の友の配布をお願いしたい方や、気になる患者様・利用者様を、職員と地域組合員さんのペアで訪問しました。例えば、「おたがいさまの家 ももの家に行ってみませんか」と顔見知りの職員がお誘いする

と、「どうやって行ったらいいの?」と質問があり、組合員さんが具体的に「ここからだ」と、この路線のバスに乗って、このバス停で降りたらいいですよ」など、息ぴったり案内ができました。地域の様子が良くなりました

富木島中支部では、伺った団地に外国人の方が多く暮らしていることがわかりました。富木島診療所の案内をしようとしたが、言葉の壁が。今回は多言語で作成したチラシを準備すると地域のつながりをひろげられるね、と話合いました。

## 次世代につながる

### 65・50記念事業進捗

65・50記念事業の目的は、南医療生協創立から65年・南生協病院開設から50年の歩みを共にしてきた方々と喜びを分かち合い、次世代につながる事です。記念事業の成功は、ひとりひとりの組合員さんに寄り添い、イザという時に頼りになる、いつまでも健康でいたいという願いに応えられるかどうかにかかっています。1月の推進会議では、組合員の幅広い意見を集約することを提案し、5年先を目指す事業と運動のビジョンづくりに役立てる取り組みを開始しました。



南生協病院大型リニューアル工事進行中!  
名古屋市南区から緑区へ新築移転して15年。雨漏りや外壁の痛みがひどく、現在リニューアルの大江工事中です。昨今の物価高の中、工事費もかさんでいます。組合員のみなさまの積み立て、一括増資による応援を、心からお願いたします。これからも、みなさまに「イザというときも安心」の医療を提供できるよう努めてまいります。

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



## 健康づくり フェスティバル

テーマ 仲間と一緒に健やかに～多世代の健康づくりを班会で～

2026年 3月15日(日) 10:00~14:00

会場: 総合病院 南生協病院、南生協よって横丁

記念講演 (10:00~)

若いうちから始める、生涯動ける身体づくり  
～人生100年時代を元気に生きるために～



講師: 日本福祉大学健康科学部 リハビリテーション学科 理学療法専攻 浅井 友詞 教授

福島の原発事故(2011年3月11日)は取り返しのでない事故になった。15年経過した今でもデブリを撤去できない。放射能は高濃度で放出を続けている。広範な被災地域にとつて原発事故は終わっていないのだ。国際原子力事象評価尺度はその被害を7段階レベルに分類している。福島原発事故はチェルノブイリ事故(86年)と並ぶレベル7で、人類史上最悪の事故として記録している。この事故を国会調査委員会は当局と事業者が安全対策を先送りし続けてきた末の「人災」だと公表した。この事故で原発の安全神話は地に落ちた。あれから15年。国も業界も総力を挙げて安全対策を講じてきたのではなかったか。ここに来て恐ろしい話が舞い込んできた。中電浜岡原発の再稼働審査をめぐるデータ不正である。しかもこの不正は数年前に内部通報があり、「社内調査をしたが見抜け」なかったという。今年2月に原子力規制委員会に外部通報があり問題化した。中電社長は記者会見で不正を知ったのは昨年12月2日だと説明したが、社内でも内部通報を受けて調査するコンプライアンス推進会議のトップを社長は兼ねているわけだから説明にはならない。原子力を扱うトップには、過去の歴史を学び、正直で国民の立場を貫ける人格者がいい。

# 2026年度南医療生活協同組合 第64回通常総代会 総代選挙公告

2026年1月31日

総代選挙管理委員会 委員長 山口明美

定款第48条、第49条及び「総代選挙規約」にもとづき、2026年度の総代選挙を以下のとおり実施します。

### (1)立候補

- ◆受付期間：2026年3月31日(火)～4月2日(木)：午前10時～午後4時まで
- ◆受付方法：南医療生活協同組合事業所にある所定の用紙に記入の上、南医療生活協同組合本部事務所地域ささえあいセンター内（名古屋市緑区南大高2-204 TEL052-625-0650）に設置した総代選挙管理委員会に提出することにより受付する。

### (2)選挙

- ◆投票日：2026年4月17日(金)：午前10時～午後4時まで
- ◆投票場所：所定の南医療生活協同組合の事業所にて行う。＜投票場所は下記(4)のとおり＞
- ◆選挙区選挙委員：別紙＜第64回通常総代会「南医療生協選挙区・選挙委員」一覧＞
- ※ただし、立候補者が定数内の場合は、無投票当選とする。

### (3)選挙区及び選挙区定数

- ◆総定数：400名
- ◆選挙区及び選挙区定数：下表

### (4)総代選挙投票場所

1～3：きままでんぐ苑、4～6：かなめ病院、7～16：星崎診療所、  
17～26：たから診療所、34～46：富木島診療所、27～33、54～57：生協ひまわり歯科  
85～98：桃山診療所、47～53、58～84、99～120：南生協病院

以上

表 <第64回通常総代会選挙区及び選挙区定数>

選挙区	定数	選挙区	定数	選挙区	定数
1.柴田支部	3	42. 富木島西支部	5	83. 大高南東支部	4
2.白水南支部	4	43. 富木島中支部	5	84. 大高中支部	5
3.白水北支部	3	44. 荒尾東支部	4	85. 新海東支部	5
4.千鳥南支部	4	45. 荒尾西支部	4	86. 長根台支部	3
5.千鳥北東支部	2	46. 荒尾南支部	3	87. 片平支部	4
6.千鳥北西支部	3	47. 共長支部	6	88. 鎌倉台支部	3
7.星崎支部	2	48. 共和西支部	6	89. 桃山支部	5
8.元鳴尾支部	2	49. 東山支部	4	90. 黒石支部	2
9.南野2丁目支部	2	50. 北山支部	6	91. 戸笠支部	4
10.上浜支部	2	51. 大府神田支部	6	92. 滝ノ水小坂支部	5
11.南3・鳴尾支部	3	52. 石ヶ瀬吉田支部	6	93. 扇台支部	3
12.笠寺東支部	3	53. 東浦支部	4	94. 神の倉支部	3
13.笠寺西支部	3	54. 知多市東部支部	2	95. 久方支部	3
14.笠寺北支部	2	55. 知多市南部支部	3	96. 天白東支部	3
15.笠寺南支部	3	56. 知多市ひまわり支部	4	97. 天白西支部	4
16.浦里支部	3	57. 知多市八幡支部	3	98. 天白北支部	3
17.北頭・宝生支部	5	58. 有松東支部	3	99. 知立支部	4
18.中割・弥次工支部	3	59. 有松南支部	3	100. 安城支部	3
19.堤起浜田1支部	4	60. 有松北支部	3	101. 刈谷支部	4
20.神松元塩1支部	2	61. 有松中支部	3	102. 岡崎支部	3
21.元塩浜田支部	4	62. 桶狭間南支部	5	103. 瀬戸支部	2
22.大生支部	4	63. 桶狭間北支部	6	104. 中区地域	1
23.新郊支部	3	64. 南陵支部	3	105. 中村区地域	1
24.桜田準備支部	3	65. 東丘支部	5	106. 西区地域	1
25.南区北西支部	3	66. 太子支部	4	107. 港区地域	1
26.瑞穂支部	3	67. 鳴海支部	5	108. 北区地域	1
27.常滑南支部	2	68. 相原支部	4	109. 熱田区地域	1
28.常滑北支部	2	69. 緑東支部	4	110. 中川区地域	1
29.武豊支部	2	70. 緑西支部	3	111. 昭和区地域	1
30.美浜・南知多支部	2	71. 平子南支部	3	112. 千種区地域	1
31.半田南支部	3	72. 平子北支部	4	113. 名東区地域	1
32.半田北支部	3	73. 豊明南東支部	4	114. 守山区地域	1
33.半田中支部	3	74. 豊明南西支部	4	115. 日進市地域	1
34.加木屋南支部	4	75. 豊明北支部	6	116. 東郷町地域	1
35.加木屋北支部	3	76. 大高南支部	8	117. 一宮市地域	1
36.横須賀支部	4	77. 大高北支部	3	118. 春日井市地域	1
37.名和東支部	3	78. 森の里支部	5	119. 其他の三河地域共通	3
38.名和南支部	3	79. 大高中之郷支部	6	120. 職員	10
39.名和北支部	4	80. 大高藤塚支部	2		
40.名和中支部	4	81. 大高西南支部	4		
41.富木島東支部	3	82. 大高西北支部	3		
				総合計	400

支部以外の地域は行政区で100名以上の組合員を有する地域に総定数を配した三河地域（豊根村含む）については今後の支部づくりを踏まえ、全地域を1選挙区とした

## 2026年度南医療生活協同組合 第64回通常総代会公告

2026年1月31日

南医療生活協同組合 理事長 長江 浩幸

南医療生活協同組合定款54条、56条、57条にもとづき2026年度第64回通常総代会を開催します。

記

### 1、総代会日程及び会場

日時：2026年6月28日(日)午前9時30分より午後4時

会場：コープ健診・フィットネスセンター3階

名古屋市緑区南大高2丁目204番地 052-625-0620

### 2、予定議案

- 第一号議案 2025年度事業と運動のまとめと2026年度事業と運動の方針決定の件
- 第二号議案 2025年度決算関係書類、事業報告書承認の件
- 第三号議案 2026年度予算及び資金計画決定の件
- 第四号議案 役員報酬決定の件
- 第五号議案 議案決議効力発生の件

### 3、報告

長期住所不明組合員の脱退手続きに関する報告

以上

## 医療活動紹介

### 患者参加型

## 医療安全「カルタ」で意識向上

リスクマネジメント委員会 患者参加推進チーム

患者様と医療者が共に医療安全への理解を深める「患者参加型医療安全カルタ」を11月26日にじゃんぱん班会にて開催しました。カルタは「主治医の名前を覚えよう」「隠すより人に話そう悩みごと」など、患者様が主体的に医療安全に関わるための行動をまとめたものとなっています。当日は参加者の組合員さんにカルタを取ってもらい、身近な事例を交えな

から意見交換しました。参加者からは「とても分かりやすいカルタで、地域でもやってみたい」「病院内でのこれからの付き合い方に光が差した」など非常に前向きな感想が出ていました。患者様には医療の単なる受け手としてではなく、医療チームの一員として加わって頂き、主治医の名前を覚えるなど、まずはできることから一緒に実践していけたら嬉しいです。



## 6A病棟のチーム力

6A病棟 看護課長 古屋 さおり

看護主任 西田 亜紀・中野 麗奈

6A病棟は、循環器内科、神経内科、内分泌・腎臓内科を中心とした病棟です。様々な病気の患者様が入院されています。夏や冬は血管の病気が増えますが、安心して療養頂ける環境づくりを大切にしています。循環器内科では水野先生・

中村先生を中心に、退院後の生活を見据えた治療と指導を行っています。また、カテーテル検査・治療の患者様にはスムーズな検査と合併症の早期発見に努めています。神経内科では藤井先生を中心に、患者様・ご家族の思いに寄り添い、元の生活に戻れるよう支援しています。資格を持っている看護師もおり、一人ひとりの生活に合わせた指導を心がけています。「動脈硬化のお話」「心不全のお話」「糖尿病のお話」などの班会も行っています。

今後も多職種で協同し、患者様とご家族の思いに寄り添えるよう取り組みたいと思います。



# 法律相談 Q & A

## 親の借金、どうすればいい？

Q1 亡くなった親に多額の借金があるようです。払わないといけませんか？

A 原則は相続人に支払い義務が承継されますが、自身が相続人だと知ってから3ヶ月以内に家庭裁判所に相続放棄の申述を行うことで免れることができます。ただし、この手続をすると、借金だけでなく、預金などプラスの財産も受け取れなくなります。借金は嫌だけど、お金は欲しいという「いいとこ取り」はできないため、財産と負債をよく確認して判断しましょう。

Q2 相続放棄をしても、生命保険金はもらえますか？

A 保険の受取人が誰になっているかで決まります。受取人が相続人の場合は、遺産ではなく当該相続人の財産とみなされるため、相続放棄をしても受け取れます。亡くなった親本人が受取人の場合は、遺産の扱いとなり、相続放棄をすると受け取れません。

Q3 相続放棄をする前に気をつけることは？

A 遺産に手をつけないようにしてください。親の預金を使ったり、遺品を勝手に処分したりすると「相続することを認めた」(単純承認)とみなされ、あとから放棄できなくなる恐れがあります。ただし、常識的な範囲での葬儀費用や仏壇墓石購入費用の支払いについては、単純承認とはみなされないことが多いと思われます。少しでも不安なときは、自分でお金を使う前に弁護士へ相談しましょう。



弁護士：山田 陽介 (弁護士法人あおば法律事務所)

### 法律相談のご案内 (3月・4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：3月10日(火) 3月24日(火)  
4月14日(火) 4月28日(火)

いずれも14:00~16:00のうち30分間

会場：南医療生協 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週間前までにお願ひします

※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

※駐車料金は、有料です

予約・お問合せ：南医療生協人事総務課 052-625-0630

# 自転車への青切符導入を機に 交通安全の意識を高めましょう

法務部長 弁護士 熊谷 大輔

自転車の交通事故の抑止を図るため、4月1日から、16歳以上の自転車運転者に「交通反則通告制度(青切符)」が適用されます。反則金を納めることで刑事責任を負うことなく事件処理される制度です。ながらスマホ(1万円2千円)、右側逆走(6千円)など113の違反行為が対象です。なお、飲酒運転は重大な違反として、反則金ではなく刑事手続の対象です。



※ 標識

自転車走行の原則は、「車道が原則、左側を通行。歩道は例外、歩行者を優先」です。歩道を通行できるのは、①歩道通行可の標識(※上記)がある②13歳未満、70歳以上、または一定の身体障害を有する方③やむを得ないとき、のいずれかとされています。

被害軽減のためのヘルメット着用(努力義務)も大切です。購入補助制度のある自治体もあります。また、愛知県では条例で保険加入が義務付けられています。自転車事故で数千万円の高額な賠償責任を負うこともありますので、加入できているか必ずご確認ください。詳細は、警察庁から【自転車ルールブック】

が公表されています。班会で「近くでつい右側を走ってしまいたい場所はないかな?」「お酒飲んで自転車乗ってないよね?」「ヘルメット、みんなで一緒に買いに行きませんか?」など、みんなで安全意識を高めましょう。

警察庁

【自転車ルールブック】



## 健診・ドックセンター

# 今年度、特定健診をまだ受けてない方へ ~名古屋市からお知らせ来ていませんか?~

健診・ドックセンター 受付事務 丸井 美咲

特定健診受診券やクーポン券が届いたけれど、引出しや郵便物に埋もれたままで利用されていない方はいませんか?未使用の方は、期限が3月末までです、お急ぎください。この特定健診に、名古屋市のワンコインがん検診をぜひ加えてください。

肺がん・大腸がん・前立腺がん・胃がん(バリウム)検診は毎年、胃がん(胃カメラ)・乳がん・子宮がん検診は2年に1回受けられます。

名古屋市外の方も、各自治体の受診期間等をご確認ください。

症状が現れないうちに進行していくがんもあり、早期発見・早期治療が何より重要です。実際に健診で早期発見につながった方もあります。

既に今年度健診を受けられた方もそうでない方も、年に1度は特定健診・がん検診を受けて頂き、安心して健やかな日々を送っていただくためにも、健診・ドックセンターをぜひ活用して下さい。

名古屋市ワンコインがん検診	対象者(頻度)
肺がん・大腸がん・胃がん(バリウム)	40才以上(毎年)
胃がん(胃カメラ)	50才以上(隔年)
前立腺がん	50才以上男性のみ(毎年)
子宮がん・乳がん	子:20才以上・乳:40才以上女性のみ(隔年)

※特定健診受診券と名古屋市ワンコイン検診を人間ドックとセットで受けていただくこともおすすめしています。

(料金をご予約時にお伝えいたします)

※名古屋市以外の方は、自費料金でご利用いただけます。

ご予約・お問合せ：健診・ドックセンター受付 052-625-0489

平日：10:00~16:30 土：10:00~11:30  
(窓口でのご予約も上記の時間。平日のお電話によるお問合せは午後の方がつながりやすいです)

※聴覚に障がいをお持ちの方は、FAX：052-625-0490をご利用ください

# 第9回 地域共生社会フォーラム

(旧名称：地域共生社会の実現に向けて 地域大交流会)

参加者193人 (会場参加102人オンライン視聴91名) 2月14日  
地域共生社会フォーラム実行委員会



第1部の基調講演では、走井山善西寺住職矢田俊量様(写真右上)より「地域共生社会の実現に今お寺ができること〜コンパッション・コミュニティを目指して〜」をテーマにお話いただきました。

続いてあいち福祉振興会半田事業所所長の田窪英樹様、江南市社会福祉協議会福祉活動専門員の伊藤光洋様より実践報告をしていただきました。

南医療生協の杉浦直美副理事長の南医療生協の福祉活動の原点「いっぶく運動」の報告から第2部を開始。豊明市市民生活部共生社会課課長補佐の竹田哲規様をコーディネーターに登壇者のみなさまとシンポジウムを行いました。地域共生社会がますます注目されている今、人と人がつながることの大切さを改めて感じたフォーラムでした。



第33回わくわく10万人会議  
あなたのまちの南医療生協の病院・診療所を紹介します♪今回はかなめ病院と桃山診療所が登場♪  
・かなめ病院 2026年のイチ押しはこれだ！  
・桃山診療所 いろいろな人とのつながっています  
日時 3月21日(土) 14:30~16:30  
会場 健診・フィットネスセンター3階  
わくわく10万人会議共同代表事務局(専務室 長尾) 052-625-0620

## 南生協病院 病院への意見を気楽に投稿

一虹の意見箱(WEB版)をはじめました

南生協病院 事業所利用委員会 濱中 壯太郎

いつも当院をご利用いただき、ありがとうございます。  
このたび、患者さまからのご意見やご要望をこれまで以上に受け取りやすくするため、「WEB投書箱」を新しく開設しました。  
「ちょっと気になったことを伝えたい」、「こうだったらもっと便利なのに」、そんなお気持ちをスマートフォンやパソコンからいつでもお寄せいただけます。  
診療のこと、受付のこと、院内の設備のことなど、どんな小さなことでも大歓迎です。みなさまの声が、より過ごしやすい病院づくりの大切なヒントになります。  
もちろん、これまでどおり紙の投書箱もご利用いただけます。  
書きやすい方をどうぞご利用ください。  
あたたかいご意見をお待ちしております。

こちらの二次元コードを読み込むとWEB版投書フォームにつながります。



半田中支部では、知多半島駅前の商店街関係の方の加入が少しずつ増えています。今回は、ゆっくりお話ができる平日の午後に、いくつかの店舗を訪問させていただきました。その中で未加入の花屋さんでは、お父さんにいつまでも健康でいて欲しいから健康チェックにいつかしてほしいとの息子さんの思いを受けて「13日のマルシェの健康チェックに夫婦で行くよ、そして、その時加入もね。」と約束をいただきました。

その数日後、マルシェの健康チェックに、加入申込用紙を持って、ご夫婦揃って来ていただきました。近々予定されている、大腸がんチェック班会も楽しみにしております。



知多半島北ブロック

おたがいさまの家ほととの移転先を見つけたいと、地域訪問を行いました。今回の訪問には、地域から信頼の厚い、親睦会の木村さんが一緒に訪問してくださいました。

その中で、地域のみなさんのお困りごとや、生協病院への思いなどを聞きし、支部・班活動へのお誘いをしました。お会いできた方々より、「生協病院に助けられた」との感謝の言葉や、おたがいさまの家ほととの期待の声をいただくことができました。



大高西ブロック



大高東ブロック 大高中之郷支部

中之郷支部には、南生協病院庶務課の職員が運営委員会に参加。支部が抱える様々な課題について一緒に考え、解決に向けて支援をしてくれています。訪問行動でも、坂が多く、高齢者では健康の友配布が厳しく、地域に、何とかして世話人をふやしたいと準備を進めてきました。当日は、庶務課をはじめ外来、えきまえ歯科、小規模よっての職員が多数参加し、一斉に訪問。3名の世話人さんを見つけることができました。事業所と地域がひとつになり、実を結んだ瞬間でした。



有松・東陵ブロック 有松北支部

たまたま訪問先の方が、お知り合いの方で、「いつもありがとう、困ったことない？」と温かな言葉で送られ、地域に根ざした交流の輪がひろがりました。

## 地域へ出よう つながろう

### しめくり月間一斉訪問



豊明・東郷ブロック 豊明南東支部

訪問出発前に、参加者で「寒いけどがんばるぞ！」のポーズで集合写真、左から2人目は、昨年10月の一斉訪問で、運営委員になられた大森さん。今回は訪問する側で参加です。

12月末、鳴海・左京山ブロックにおたがいさまシートが届いた。よって在宅診療からのもので、患者の家に訪問時に駐車する場所を鳴海のある地区で探しているというものであった。たまたま、心当たりがあり2軒を当たったが、予想に反して良い反応がなかった。だが、まったく偶然の話が、平子北支部が開いた班会に参加したAさんがその地区に住んでいた。世話人になってくれればと思つてAさんの家を訪ねた時、駐車場の話をしたら簡単に許可してくれた。  
ある日、半田の松見理事がこの駐車場の話が出た。半田の方ではいろいろな団体と協議して訪問する車が違反ならず、安全に置けるようにしているという。そうか、それならと南医療生協と提携しているティア緑に電話した。事情を話すと少し離れた駐車場を使つてもよいと責任者に言われた。  
一方、ブロックにある6つの支部の支部長に連絡して近所で空いている、自分の家の駐



駐車場を貸していただいた北原旦子さん

## おたがいさま運動

# 「いいよ駐車場使つて」困ったときはおたがいさま

鳴海・左京山ブロック 理事 小池 裕之

## 豊明市 重層支援センターから こ・ん・に・ち・は



### ～気持ちイイ朝の目覚めのために、暮らし全体に目を向ける～ 編

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

「セロトニンってハッピーホルモン」って知ってる？朝日を浴びるとドーパミンと出るらしいよ。朝、部屋のカーテンは自分で開けたかな？

『起立性調節障害』という病気を知っていますか？10人に1人の中学生が悩んでいる、れっきとしたカラダの病気です。立ち上がるとフラッシュとする、動悸がする、朝起きられない…。でも始まりが「朝つらい」だから、怠けや心の問題と思われて、病院に行くのが遅れがちなんです。重層で関わる時は病院の指導を大切にしながら、「朝ごはん食べてる？」「水、コップ何杯くらい飲む？」「遊びは何か好き？」「スマホは何時まで見てるの？」そんな話から始めます。血の巡りが良くなる水分や塩分の取り方、運動や睡眠の必要性を一緒に学んで、自分でできる体調管理を一緒に考えて、ときには一緒に遊んでみる。感受性の豊かな時期だからこそ、自分で考えカラダと暮らしを整えることが、自律神経をそっと助けてくれます。気持ちイイ朝は、暮らし全体からつくっていくんですよ。



## 第16期(2026年度)そのうち学校人生大学 受講生募集スタート!

2026年6月から開講する“第16期(2026年度)そのうち学校人生大学”受講生の募集をスタートします。多世代の交流を通して、体験や学びを深めてみませんか？第16期そのうち学校人生大学のコースは下記の通りです。

- ①おいしい家庭料理コース(デイ) 全6回 受講料:6,000円(税込)  
6月~12月(8月休講)第2木曜日10:00~12:30
- ②おいしい家庭料理コース(ナイト) 全6回 受講料:6,000円(税込)  
6月~12月(8月休講)第2金曜日18:30~20:30
- ③まつりめぐりコース 全6回 受講料:3,000円(税込)  
6月~2027年5月 不定期開催
- ④弁護士に学ぶ!安心・かしい生活者コース 全12回 受講料:12,000円(税込)  
6月~2027年5月 第2水曜日14:00~16:00
- ⑤わがまち再発見コース(前期) 全6回 受講料:3,000円(税込)  
6月~11月 第3火曜日10:00~13:00
- ⑥わがまち再発見コース(後期) 全6回 受講料:3,000円(税込)  
12月~2027年5月 第3火曜日10:00~13:00

下記の二次元コードまたはURLからのお申込みも可能です。  
<https://forms.gle/NVw83rSe8xB7Sx9b6>

みなさんの受講申し込みをお待ちしています。  
そのうち学校事務局(専務室 長尾) 052-625-0620



まつりめぐりコース

そのうち学校人生大学のお申込みはこちらの二次元バーコードからお申し込みいただけます。

# おしらせ

お問合せ：地域ささえあいセンター

052-625-0650

## 3月の予定

7日 8:00~12:00 だんらん市 南生協病院敷地内  
 (土) 9:00~15:30 地球の子マルシェ 南生協病院敷地内

15日 10:00~14:00 第35回健康づくりフェスティバル  
 (日) 南生協病院敷地内およびよって横丁

21日 13:00~14:00 南医療生協創立65周年・  
 (土) 南生協病院開設50周年記念事業推進会議  
 14:30~16:30 第33回わくわく10万人会議  
 健診・フィットネスセンター3階会議室

27日 14:00~16:00 イオンモール大高 健康チェック  
 (金) イオンモール大高2階

## みな1000 頑張る職員紹介

# 誰もが自分らしく輝ける 場所を創りたい

グループホームいりゃあせ 管理者(主任) 室谷 涼平

2月より「グループホームいりゃあせ」の管理者に就任しました。

私が南医療生協を選んだ理由は、組合員の皆様、ご家族、職員が手を取り合い、利用者様の「当たり前の生活」をどこまでも豊かに広げていける確信があったからです。

これまで長年介護に携わる中で、地域の方々やボランティア様との交流が、利用者様の笑顔や夢を叶える最大の原動力になる姿を間近で見えてきました。

一人ではできないことも、この街の皆様となら実現できるはずで

す。まずは「ゆうゆう村」の地域介護をさらに盛り上げ、誰もが自分らしく輝ける場所を創っていきます。

見かけたらぜひ、気軽に声をかけてください！皆様と一緒に楽しい時間を過ごせることを、心から楽しみにしています。



### ■ヨコのカギ

- 1 ひなまつりに飾る餅
- 4 「俘虜記」は……文学
- 7 ホタルグサは……草
- 8 国際郵便
- 10 人の住む家
- 12 ……！ あっばれ！
- 13 茶色、英語では？
- 15 きず、欠点、あやまち
- 16 英大衆紙「ザ……」
- 17 プロフィール
- 19 ……腐。納……
- 20 キツネは……神社の使
- 22 席を定めず立ったまま
- 25 やさしくて慈悲深い母
- 26 プンタンとも呼ばれる
- 27 中国の通貨は……元

## ザ・クロスワード

出題▶モロズミ勝

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		
26		27			

【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？

- 24 23 21 19 18 16 15 14 11 9 6 5 4 3 2 1
- タテのカギ
- 1 眠れない夜に数えます
- 2 春の彼岸の中日
- 3 三人寄れば文殊の……
- 4 人気漫画「……の刃」
- 5 低い……ヒール
- 6 足首の両側の突起骨
- 7 マリモで有名な湖
- 8 売り家と……様で書く
- 9 三代目
- 10 虫が……と動いている
- 11 互いに顔を知る仲
- 12 美川憲一のヒット曲の
- 13 一つ「……の女」
- 14 「彼はナイス……だ」
- 15 都市の中心地帯
- 16 髪を結ぶ飾りの一つ
- 17 サザエの……焼き
- 18 あまちゃんのおけ地

### 1月号の答え

カ	ガ	ミ	モ	チ	ナ	ハ
ケ	ン	カ	カ	ド	マ	ツ
タ	ン	ク	ウ	リ	バ	
オ	ン	ケ	イ	キ	シ	
ト	メ	イ	ロ	シ	ヨ	
シ	カ	イ	ハ	ノ	イ	
ダン	ボウ	コン	ビ			
マチ	メ	モ	リ	ワ		

【タテ】ク、バ、ノ、ト、モ (竹馬の友)

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：3月31日(火) 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 84通  
☆当選者(敬称略)  
豊明市 吉成亀代子 緑区 宇根 良喜  
知多市 渥美 年弘 緑区 梶野千恵子  
東海市 家崎 正史

## 今年も開催 運営委員と仲間のお泊り研修会

教育文化スポーツ活動委員会

日時 5月23日(土) 10:00~5月24日(日) 12:00  
 会場 名古屋クラウンホテル(地下鉄伏見駅徒歩5分)  
 参加費 9,000円(日帰り夕食交流会まで参加7,000円)  
 南医療生協のおたがいさまのまちづくり、健康づくりの取り組みを学ぶ場。地域、職場を超えて参加者同士が交流し、「協同って楽しい！」を実感できます。組合員さんどなたでも参加できます。申し込みお待ちしております。  
 お問合せ：地域ささえあいセンター 052-625-0650

## 理事会だより

- ◇1月31日(土) 36人中33人の出席で第33期第8回理事会を開催しました。
- ◇主な内容
  - ①12月決算報告について確認しました。南生協病院での「総合診療科」のスタート(4月1日~)のご案内、健診の受診のおすすめ、ナースエイド(看護助手)や介護職員紹介など地域に協力を呼びかけていくことを確認しました。
  - ②第64回通常総代会に向けて方針骨子について提案と審議を行いました。
  - ③豊明市地域密着型サービスについて応募事業者の中で、南医療生協が最優先交渉権者として選定されたとの報告がありました。
  - ④2~3月しめくり月間での取り組みについて、以下南生協病院、南医療生協の情報をお伝えして、応援を広げることを確認しました。
    - 南生協病院外壁リニューアル増資の呼びかけ
    - 3月15日(日)健康づくりフェスティバル ~記念講演(浅井友詞 日本福祉大教授)参加の呼びかけ

**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

**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

**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

窓口予約も上記

時間で承ります

3/2より

4~6月分

予約開始

		月	火	水	木	金	土	
内 科	予 約 制	一般内科	牛田 豊岡 浅野2345	上村 藤井	長田 高田123	清水 秦	高橋麻12 山崎124 奥村24	交代制
		消化器科	古松	長江(肝臓)2345 奥村	古松	牛田	長江(肝臓)124	※古松2 長江3
		循環器科	中村	喜多村 水野 田嶋 森本	喜多村 依田 中村	喜多村 水野	喜多村124	
		呼吸器科	長田1234 吉見1235	清水234	※諏訪	※諏訪 慢性呼吸器外来	※諏訪124 吉見124	※諏訪3 長田2
		糖尿病科	橋詰 西田	橋詰 石井	石井124 石黒	※柴田 石井	石井124 西田124 橋詰124	西田2
		腎内科			腎臓内科医師	腎臓内科医師24		
	予 約 制	神経内科		中野	高橋春	藤井		
		一般内科				藤		
		専門内科	西田(糖尿病/内分泌科)	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) 加藤(血液内科)123 西田(糖尿病/内分泌科)	石黒(糖尿病科) ペースメーカー外来13 緩和ケア外来24 岡本(血液内科)	西田(糖尿病/内分泌科)124	
		午前	中澤1235 原	高木1234 中澤(消化器)	中澤 板津(消化器)	高木123 外科医師	原124 板津(消化器)124	交代制
		午後			宮崎(静脈瘤)		須田(呼吸器外科)12	
		乳腺外科	午前	安部(再診) 宮崎(初診)		※矢吹(術後再診のみ)	安部(再診) 宮崎(初診)	※矢吹(術後再診のみ)124
外 科	予 約 制	午後			宮崎(再診)			
		脳神経外科	午前	大場	藤原	栗原	中江	間瀬124
	予 約 制	午前	加藤 近藤亜紀 山口	山田 瀬戸口 後藤	山田234 元田 近藤東宜14 武田23	元田 後藤124 河邊124 今井(予約制)13	後藤124 衣斐124 整形交代医師124	整形外科医師 脊椎外来(予約制)13
		午後	※リウマチ特診 今井		※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124	
	予 約 制	午前	徳住 南部	徳住 南部	皮膚科一般 南部	徳住 南部	徳住124 南部124	皮膚科一般(予約制)134 南部2
		午後	徳住			徳住		
	予 約 制	午前	小宅1345	竹内	石川琢丸	元永	泉谷14	日下(完全予約制)4
		午後		※泌尿器科医師				
	耳鼻咽喉科	午前	清水	内田1245 宮澤	岸本 稲福13	安井	安井124	車 近藤12 山中34
	眼科	午前	長谷川1245	二村1234 眼科医師	二村	二村 田村	二村12 眼科医師124	眼科医師13
	小 児 科	午前	坂田 舟川	増田進 坂田	野口 坂田3 舟川124	久松14 坂田123 舟川234	増田進124 舟川124 水谷124	舟川13 久松2 小児科医師2 坂田4
		午後	舟川(アレルギー)135 アレルギー-新患・指導外来	予防接種 野口(腎臓外来)13 育児相談1345	長田14(16才以上神経外来) 石川達也(神経外来)13 坂田(こころの相談外来)14	予防接種 乳児健診134	増田進(アレルギー)124 齋藤(小児心臓外来)24	
婦 人 科	午前	西川1234 宮村1245	西川1234 田中345	宮村 西川	田中34 西川	西川124	田中(思春期外来)(予約制)34 西川24	
	午後	西川1234 婦人科がん検診1234			西川124 婦人科がん検診124			

(注) ※印は初診受け入れ不可です。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。

生協えきまえ歯科(よってって横丁2階) 052-626-1720

みなみ歯科(南区鳴浜町) 052-611-4253

生協ひまわり歯科(知多市新知東町) 0562-54-3718

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

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00~11:30	○	○	○	○	○	○
13:00~16:00 (第2木休診)	○	○	○	○	○	△
17:00~20:00	△	△	○	△	△	△

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

※みなみ歯科とえきまえ歯科では、歯科訪問診療を随時行っていますのでお気軽にご相談ください。

※お問合せ・予約につきましては、上記時間帯にお電話ください。日曜・祝日は休診です。(予約制)

		月	火	水	木	金	土
かなめ 病院 619-5320	8:50~11:30	神田	紙谷	神田	神田	松田2	増田2 松田3 土井4
	一般内科	神田	紙谷	神田	神田	松田2	増田2 松田3 土井4
	一般内科②					長田14	
	専門内科		柴田(糖尿病) 柚之原(整形外科)	柚之原(整形外科)	柚之原123(整形外科)	土井24(胃カメラ)	長田1(呼吸器)
星崎 診療所 821-9201	8:30~12:00	喜多村眞弓		喜多村眞弓		喜多村眞弓124	
	8:30~12:00(専門)	喜多村敬(心臓・循環器)	内山(血圧・循環器) 村尾	村尾	田中	内山(血圧・循環器)124 村尾124	川瀬
	17:20~19:30	高橋				村尾124	
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2 古松3 代診4
	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 tel:9:00~	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	梅木 第3休診	梅木	梅木	梅木	
桃山 診療所 876-8880	8:50~12:00	藤田1234 川嶋135	藤田245 石田13	石田	藤田124 長江3	石田	太田13 中嶋24
	17:15~19:30	太田14 下野235		長崎		高橋	
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 小林	阪野124	伊井俊 伊井友 阪野13 蜷川24

※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



おたがいさまの家「ももの家」を『ちよっと覗いてみようかしら』と、思いついたところから始まりまし

# キラッと輝く

## おたがいさまサロン たにちゃんち

### たにちゃんちは自宅を解放

滝ノ水小坂支部 谷口 和子さん

今では人と出会う「おもしろさ」「不思議さ」を味わっています。

少しの勇気を持って参加してみた事で思いがけない出会いが目の前に広がりをを見せてくれます。

ちよっとした出会いから始まったサロン。毎回、笑い声が絶えず、時間が過ぎるのを忘れてしま

います。料理、健康、読書、時には、地域の中学校の合唱コンクールの鑑賞など幅広い話題のサロンです。娘も、参加者の名札を、お母さんが好きだという丸くてかわいいひよこのイラストで作って応援してくれています。そして、「たにちゃんち」の看板も！月に1回ですが、笑顔で過ごせるのを楽しみにしています。

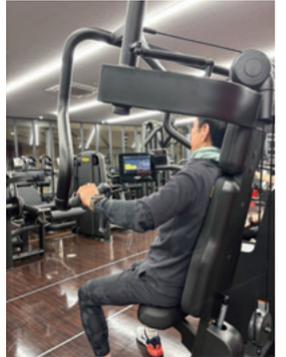
# CO-OP コープ フィットネスクラブ wish

## ダイナペニアを知っていますか？

### ～筋力を維持することが重要です～

健康運動指導士 松村希良軌

ダイナペニアと似た用語として、サルコペニアはよく聞かれます。サルコペニアは「筋肉量の減少に加え、筋力が低下した状態」を指しますが、ダイナペニアは「筋肉量の減少が明らかでなくても、筋力が低下した状態」を指します。ダイナペニアは比較的新しい概念ですが、生活習慣病の発症、歩行能力や認知機能の低下、死亡リスクなどと関連することが明らかになっています。そのため、筋肉量や体型に変化がなくても油断せず、筋力を維持するために運動をすることは非常に重要です。



AI搭載マシンを使用した筋力測定風景

wishではAI搭載マシンと健康年齢を測定するチェックアップを導入したことにより、全身の筋力の測定・評価がより簡易的に実施できるようになりました。その他のマシンも含め、健康づくりをするための運動環境が十分に整っています。ぜひ、一度見学・体験にきてください。トレーナー一同お待ちしております。

- 外来wish入会相談を開催します。  
3月24日(火) 10:30~11:30 病院1階ふれあいルームにて理学療法士・管理栄養士・健康運動指導士がご対応します。
- 3月末まで 春の入会キャンペーン(入会手数料半額)開催しています。

営業時間 9:30~21:30(日・祝 ~17:00) \*木曜日休館です  
お問合せ 052-625-0500 Fax 052-625-0535

# 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



## 新玉ねぎと豚肉の生姜焼き

### ◆作り方

- 1 新玉ねぎは1cm幅に半月形に切っておく。ミニトマトはへたを除き、十文字に切り目を入れる。豚肉は10cm長さに切る。〈A〉は混ぜ合わせる。
- 2 フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、豚肉を広げ入れて炒める。肉の色が白っぽく変わったら塩、黒胡椒を少々ふりフライパンの端に寄せる。
- 3 フライパンのあいたところに玉ねぎを加えて炒め、ミニトマトも加えて全体を炒め合わせる。ミニトマトに火が通り、皮がはじけてきたら〈A〉を加えて味をからめる。
- 4 器に盛り、フライパンに残ったタレを煮立てて最後に回しかける。

### 材料(2人分の表示です)

- ★新たまねぎ …… 2個(300g)
- ★豚肩スライス肉(薄切り) …… 100g
- ★ミニトマト …… 10個(150g)
- ★醤油…大さじ1と1/2
- ★酒 ……大さじ1
- ★みりん ……大さじ1
- ★生姜(すりおろし) ……小さじ1
- ★サラダ油 ……大さじ1
- ★塩・黒胡椒 ……適量

### 栄養価(1人分)

エネルギー	約 205kcal
たんぱく質	約 11.8g
脂 質	約 8.2g
塩 分	約 2.1g

### ●ヘルシーなワンポイント●

フライパンだけで作れるメニュー。新玉ねぎをたくさん使えるメニュー。トマトが味のアクセントになっています。いつもと違う生姜焼きです。ご飯に合う一品です。

\*写真は2人分です。



緑区 林 富美子さん

### 組合員の作品コーナー



大府市 森井 一夫さん



かなめ病院デイケア 介護福祉士 野田 由実さん



東海市 坂野 美恵子さん

### かなめ病院デイケアの壁面飾り

かなめ病院デイケアの部屋には、壁に模造紙1枚分の絵があります。実はこれはご利用者が1枚ずつ折られた折り鶴などで出来ています。季節に合ったものや、ご利用者のリクエストなどを元に、絵を作り上げています。

デイケアでは、筋力トレーニングや有酸素運動マシン、自主トレーニングなどの機会を提供していますが、運動の待ち時間に皆様もくもくと折られています。会話も楽しみながら折られている様子は、とても穏やかで雰囲気が良いです。

以前、「ゴッホのひまわり」を模した作品を一人のご利用者から「持ち帰りたい」と言われたことがありました。現在、その方はご自宅にて大きな額縁を購入され、玄関に飾ってくださっているそうで、とても嬉しい出来事になりました。

もし、かなめ病院の近くを通られましたら、一度デイケアの壁面飾りを見にいらしてください。お待ちしております。

### お詫び

二月号「キラッと輝く」の門彩乃さん、「組合員の投書欄」の荻原数子さんの氏名の記載に誤りがありました。お詫びして訂正します。

### 切り取って保存

知多市 竹内 誠さん



ヘルシークッキングは手軽で簡単に作れる料理で、重宝しています。いつも切り取って保存して、活用しています。

# 常勤 非常勤 看護師募集中

勤務場所：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：外来・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。

＜お問合せ先＞  
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、見学におこしください。  
お申込みはこちらから⇒

