



長年の夢を形に！ 社会福祉法人「地域だんらん」誕生

2026年7月29日、社会福祉法人「地域だんらん」が正式に発足しました。

ひとりのひとりを大切に、地域社会の声を聞き、地域とささえあう法人になるよう、8月15日の理事会にて基本内容や運営方針が確認されました。

基本理念

ひとりのひとりのかけがえのないいのち輝くまちづくり

運営方針

- 1、利用者の個人の尊厳を守ります。
- 2、地域に開かれた社会福祉法人を自覚し、地域とともにあゆむ法人をめざします。
- 3、南医療生協及び地域の介護・福祉施設、医療機関、行政、地域社会との連携をすすめます。
- 4、災害時には、救護活動、生活支援活動を行行政、地域と連携して行います。
- 5、健全経営につとめ、働く職員の待遇や施設、労働環境の改善をすすめます。
- 6、「良い介護、福祉、看護サービス3つの指標」を実践します。
- (1) 介護、福祉、看護サービスにおいて、社会的な水準が確保されている
- (2) 利用者ご本人の意思を尊重します
- (3) 地域社会にささえあい、助け合いのネットワークがあるまちづくりに協力します
- 7、保健活動や介護予防活動にとくみます。
- 8、憲法や法律を守り、利用者、職員や地域の声に対応する理事会運営につとめます。

9月19日(土)の十万人会議では、豊明市社会福祉協議会会長 加藤誠氏による記念講演や「地域だんらん」の設立と今後の見通しの報告などを予定しています。ぜひ、ご参加ください。



かなめ病院リハビリテーション室、全面リニューアル工事が終了。より安心・安全なリハビリを行うことができるようになりました。

かなめ病院は、この結果に満足することなく、今後もリハビリテーションの品質向上に取り組みでまいります。また、3月末にはリハビリテーション室の全面改修が完了しました。広くなり、入

見学(ぐるぐる見学会)のお申し込みは地域ささえあいセンターまで
052(625) 0650



班会って 楽しいね 顔が見える なんでも話せるネ

7月の「親睦深めあい班会」は相原支部が南生協病院の職場と交流しました。一緒にカレーを作って食べながら交流を行いました。

(詳細は4面)

かなめ病院ランクイン

日本の優れたリハビリテーション病院2026

このたび、米ニュース誌『Newsweek』と国際調査会社『Statista』が共同で実施した「Japan's Best Physical Rehabilitation Facilities (日本の優れたリハビリテーション病院2026)」において、かなめ病院が257位にランクインしました。

2010年南生協病院移転に伴う外来棟新設の際には、組合員の皆さまから多大な出資と期待を寄せていただきました。こうした一歩一歩が、現在のかなめ病院の礎となっています。

2025年からは区政協力委員の皆さまとの連携で、住民の皆様との相談窓口の常設も始めています。

8月から回復期リハビリテーション病棟の新しい最高の施設基準にもいち早く対応しています。

愛知・南医療生協の奇跡を製作された。その解説・あらすじに「創立当時308人だった組合員が6万人を超えるまでに成長した。それだけ多くの組合員を抱えながらも権力構造に陥らず、ひとりのひとりの権利や尊厳を尊重しながら地域づくりを目指す南医療生協の活動を追う。」と書かれた▼8月に南医療生協が立ち上げた社会福祉法人。地域だんらんが法人認可を受けた。医療、介護から社会福祉分野まで組合員と地域に貢献できる生協となった。

生存権や人としての尊厳を保障する日本の社会福祉政策は、

「令和8年熊本地震災害義援金」 にご協力ください

このたびの「令和8年熊本地震」に被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

また、この地震災害及び関連災害が原因により亡くなられた方に謹んで哀悼の意を表します。

2026年7月28日に熊本県熊本地方で最大震度7の地震が発生し、その後も震度5弱を超える余震が繰り返し発生し、被災地の住民の方々は避難生活を余儀なくされています。また、猛暑の折、ライフラインの復旧もままならず、被災された住民の方々のくらしに大きな影響を及ぼしています。

1959年伊勢湾台風により壊滅的な被害を受けた名古屋市南部地域へ全国からの物心両面にわたる救援活動が行われ、その救援活動に支えられた地域住民がこの時の体験を原点に1961年に南医療生協を創立しました。南医療生協は被災者のくらしの再建を支援するため「令和8年熊本地震災害義援金」に取り組んでまいります。

皆様からお預かりした災害義援金は、愛知県生活協同組合連合会（日本生活協同組合連合会）及び被災自治体への送金を通して被災者支援に活用させていただきます。

皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

南医療生協を通じて「令和8年熊本地震災害義援金」のご協力につきましては南医療生協各事業所窓口又は下記の口座への送金にてお願いいたします。

2026年8月6日

南医療生活協同組合 理事長 長江浩幸

令和8年熊本地震災害義援金 南医療生協募金専用口座

■三菱UFJ銀行（0005）すずかぜ支店（862）普通口座 1072034

南医療生活協同組合（ミナミイリヨウセイキョウ）

※振込手数料はご負担願います

知って得する
ワンポイント

メモ



夏バテを食事で克服

南生協病院 栄養支援室

管理栄養士 深谷 英幸

「暑さ寒さも彼岸まで」季節の変わり目の目安として、古くから人々の暮らしに根付いてきましたが…。気象庁が発表した3か月予報では8月は厳しい暑さが続いて9月は一旦落ち着くが10月は比較的暖かいことが予想されます。

2025年9月の平均気温は「30.9℃」で50年ほど前に比べると4℃ほど高いです。

この暑さは食べ物の「旬(しゅん)」がずれてしまい、秋の味覚を暑いさなかに食べることもありえます。夏バテは誰もが経験するもの。そのためにはしっかり食べておく必要があります。大切な栄養素は「ビタミンB1」です。多く含まれるのは豚肉、うなぎ、大豆、玄米などの食品です。吸収が良くなる食事として玉ねぎ、にんにく、にらなどの香味野菜。

少量でもいいので毎日摂取して夏バテを克服していきましょう。



その人らしい生活を支える



南生協病院

研修医2年

五嵐

大暉

研修医2年目を迎え、疾患だけでなく患者さん一人ひとりの生活背景や価値観を意識して診療するようになり、自身の成長を実感しています。特に印象に残っているのは誤嚥性肺炎で入

院していた方です。ご本人と家族が「できる限り自宅で過ごしたい」という希望を持たれていました。どうしたら生活を支えていけるのか、多職種で真剣に方法を考え、模索しました。この経験を通して、病気を治療するだけでなく、その人らしい生活を支えることが医師の重要な役割であると学びました。今後も幅広い

知識と技術を身につけるとともに、患者さんに寄り添う姿勢を大切にしながら成長していきたいと考えています。また阿波踊りなど、班会を通じた地域の方との交流が自身の成長に繋がっています。スバルプロジェクトを始めとして、地域の方々に研修を支えて頂いていることにこの場をお借りして感謝を申し上げます。



『高額療養費制度』 が見直されたのは ご存じですか？

相談連携室 社会福祉士 石川 麻里

令和8年8月1日から制度が変わりましたので変更のポイントを含めてご案内したいと思います。

高額療養費制度は、1か月に病院や薬局で支払った医療費の自己負担額が限度額を超えた時、超えた分が戻ってくる仕組みです。

上限額は年齢（70歳未満と70歳以上）や所得に応じて定められていますが、8月からそれぞれの区分で負担いただく金額が高くなっておりますのでご注意ください。

長期にわたり療養を受けられる方には、4ヶ月以降は自己負担限度額が更に軽減される「多数回該当」



厚生労働省高額療養費制度のホームページへはこちらのQRコードから

という仕組みがあります。これまでの制度は月単位の上限額でしたが、新たに年単位の上限額を設ける「年間上限」が設けられ、長期療養者の負担が更に軽減されるケースもあります。

詳しいことをお聞きになりたい方は、医事サービス課又は、相談連携室へお尋ねください。



患者さんや家族の思いも感じながら、 「チーム」で支援

4A病棟 看護主任 山田 明奈

4A病棟は呼吸器病棟です。認知症の患者さんが増えているのを日々実感しています。認知症の方は今いる場所や状況がわからなくなって混乱をする方も多く、治療のための機器やチューブを外し、帰りたいとなってしまいうなど入院が困難となることも多いです。看護師同士でカンファレンスを実施し、どう関わるのがよいか、できることはないかを考え、主治医やリハビリ、薬剤師、ナースエイド、相談連携室などの他職種と一緒に協力しながら看護を進めています。昼間は車椅子などに座ってもらい、塗り絵や体操などをして、一緒に付き添ってお話して起きてもらい、夜は眠ってもらう生活リズムを作りながら、またテーブルの位置の変更など環境面の工夫もし、患者さんや家族の思いも感じながら生活リズムを作り、早期に退院できるようにチームで支援しています。



法律相談 Q & A

デジタル遺言

- Q パソコンなどで作成した電子データを使って遺言を残せる「デジタル遺言」ができるようになったと聞きました。私も今すぐ作成できますか？
- A いいえ、制度上有効なものとしてはまだ利用できません。2026年6月に改正法が公布され、電子データ等で作成できる「保管証書遺言」という新しい制度の創設が決まりましたが、実際に利用できるのは、公布から3年以内の政令で定められる施行日以降です。
- Q そうなんですね。制度が始まったら、自分でパソコンで文章を作成して保存しておくだけで有効になるのでしょうか？
- A いいえ。所定の方法で作成・署名等をした上で法務局に保管申請を行い、原則として遺言書保管官の前で遺言の全文を口述するなどの手続が必要です。こうした手続を経て法務局に保管されなければ、保管証書遺言として効力を生じません。
- Q もし、今すぐに遺言を作成したい場合はどうすればよいですか？
- A 新制度のスタートを待たずに、現行の「公正証書遺言」や紙で作成する「自筆証書遺言」をご検討ください。自筆証書遺言については、法務局で遺言書を保管してもらう既存の制度も利用できます。
- Q よく分かりました。デジタル遺言を待つより、今の状況に合わせた確実な方法を選ぶ方が安心ですね。
- A そのとおりです。ご自身の財産や家族関係、健康状態などに応じて、適切な遺言の方法を選ぶことが大切です。まずは一度、弁護士へご相談ください。



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（9月・10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：9月8日（火） 9月24日（木）
10月13日（火） 10月27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

豊明市には南医療生協の支部が3つあり、出向中の今も毎月必ずどこかの会議に顔を出します。重層の仕事だけなら、このつながりが無くても出来るのかもしれませんが、南医療生協の職員らしく働くには欠かせないあと感じています。ある会議で、健康の友を手にした組合員さんが「感想はどこに送ればいいのか？」と職員に尋ねていま

「つながり自分にも返ってくるもの」編

した。聞くと、「この看護師さんは私に合わせた生活の工夫を教えてください、お陰で1か月で数値がグーンと良くなって、すごくお世話になったの。あとあと、うめちゃんの記事もイイの。私も支援をする時はこう考えようって思ったの」と。素直に嬉しい…。支援する側のつもりでいた私が、職員としての誇りと「また原稿を書こう」とい

うヤル気をたっぷりもらいました。その方は、家庭や仕事での役割がなくなってきた今、南医療生協が「新しくできた社会とのつながりだ」と話します。なるほど。ヒトはいくつになっても、新しい人との出会いで新しい役割を持ち成長する。誰かを支えるつながりは、いつの間にか自分を支えてくれるつながりにもなるんですね。



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（ただいま出向中）

南生協病院
だより

産後も安心して 子育てができるように

南生協病院 3A病棟 南川 誉水

当院では、出産後のお母さんが安心して育児ができるように産後ケアを行っています。出産後は心や体が大きく変化する時期であり、授乳や育児への不安、疲れを感じる方も少なくありません。産後ケアでは授乳や育児、体調に関することなど、産後の不安や悩みについて、助産師が寄り添い、一人一人に合わせた支援を行っています。

また、小児科受診や乳幼児健診、予防接種に合わせて利用すること

もできるため、通院の機会を活用して気軽に相談いただけます。産後ケアは、安心して子育てを続けるためのサポートです。「少し疲れたな」「誰かに相談したい」と感じたときは、どうぞお気軽にご利用ください。

当院では、お母さんと赤ちゃん、そしてご家族が地域で安心して子育てができるよう、これからも支援を続けてまいります。

健診・ドック
センター

あなたにあった 「いろいろな健診」のおすすめ

健診・ドックセンター 大島 美奈

1. 血圧・血糖・コレステロールが気になる方、たばこを吸う方、お酒を飲む機会が多い方へ

血管や肝臓は年齢とともに少しずつ変化します。頸動脈エコーでは動脈硬化の進み具合や血流の状態がわかります。血圧脈波検査では血管の硬さや血管年齢の目安を確認できます。腹部エコーに追加する肝脂肪・肝硬度検査では、いわゆる肝硬変の状態を調べることができます。血管等の状態を知ること、脳出血や脳梗塞等の予防のための改善に役立てることができます。体への負担が少ないためおすすめの検査です。定期の健康診断や人間ドックに追加もでき、または単品でもお受けいただく事ができます。

一度検査を受けてみませんか？

2. 10月から第3土曜日にママさんのための 「託児付きレディース検診」始めます

平日は働いている、または「お子さんを見てくれる方がいなくて」という方、どうぞこの機会をご利用ください。子どもたちのためにはママの健康が第一です。

託児については窓口またはお電話にて承ります。



料金	組合員	一般
血圧脈波	3,800円	4,600円
頸動脈エコー	3,800円	4,600円
腹部エコー検査 +肝脂肪・肝硬度	4,600円 +1,600円	5,700円 +2,500円
子宮がん検診	市内20才以上500円、協会けんぽ990円	
	4,500円	6,900円
乳がん検診 マンモグラフィ	市内40才以上500円	
	3,800円（2方向）	7,100円（2方向）
乳腺エコー	3,100円	4,300円

ご予約・お問合わせ：健診・ドックセンター
052-625-0489 平日10：00～16：30（土11：30まで）
窓口でのご予約も上記時間

糖尿病教室

どなたでも参加できます

糖尿病疾患管理委員会主催

糖尿病は世界的にも爆発的に増えており、世界の成人の10人に1人が糖尿病と言われています。糖尿病は自覚症状がないまま進み、目や腎臓にも病気を引き起こします。

糖尿病とうまくつきあう方法をお話します。

日時：10月19日(月) 15:00～16:00

場所：健診・フィットネスセンター
3階会議室A

内容：フットケア
合併症について

参加費：無料

*事前申し込みは不要です

お問合せ：地域ささえあいセンター 052-625-0650



糖尿病協会マスコット
マールくん

生協ゆうゆう村地域文化交流館

がやが家講座

2026年10月～12月(第85期)
受講生募集中!!

がやが家講座の申し込み・問い合わせ

TEL 052-619-5578 FAX 052-619-5636

〒457-0804 名古屋市南区源兵衛町1-27 きまてんぐ発まで

講座名/講師	曜日/時間/開催日	アビール/受講料(3か月分)
絵画教室 koddy 絵画造形教室 主宰 楠山こづえ 3階(こまざわ庵)	10:00～12:00 水曜6回 10月7・21 11月4・18 12月2・16	初めての方でも大丈夫です。皆で楽しく、がやがやとお話しながら絵を描きましょう。 クレヨン・絵の具・クレパス・エンピツ、自分の使いたいもので描きましょう。 見学もできます。 絵手紙、水彩画、パステル画、デッサン、塑造(粘土)、色エンピツ画など。 6,600円(税込)
	13:00～14:30 水曜6回 10月7・21 11月4・18 12月2・16	体のコリや疲れのとり方や筋力アップのしかたの簡単な方法を教えます。 知らないとそのんそん 6,180円(税込)

今月の
ピックアップ
講座

チラシは下記、
二次元コードにて
ご覧いただけます。



おしらせ

だんらん市 9月5日(土) 8:00～12:00
地球の子マルシェ 9月5日(土) 9:00～15:30
南生協病院敷地内

よりあいマーケット(よりマ) 第1水曜日開催
9月2日(水) 10:00～14:00(各店舗により異なります)
南生協よって横丁(1階)

イオンモール大高 健康チェック 9月25日(金) 14:00～16:00
イオンモール大高2階
お問合せ：地域ささえあいセンター 052-625-0650

理事会だより

◇7月25日36人中32人の出席で第33期第15回理事会を開催しました。

◇主な内容

①社会福祉法人「地域だんらん」認可されました。「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、毎月第3土曜日)と地域、職場で「社会福祉地域だんらん懇談会」(仮)で、これからの社会福祉事業の成功に向けて協力を広げていくことを確認しました。

②4価髄膜炎ワクチンの自費料金を確認しました。南生協病院ワクチン外来(第3金曜日午後)において接種が可能となります。(予約052-625-0373)

③9月からの「虹の出会い月間」の取り組み方について確認しました。

●65・50記念のパンフレットをお届けし、お礼とともに南医療生協の支部、班会、事業所の活動をお伝えする

●南生協病院50周年をお知らせする

●社会福祉法人「地域だんらん」をお知らせ

④経営対策について以下確認しました。

●選ばれる事業所づくりのために地域の声を寄せていただき、改善につなげる

●地域との協同で健診や健康づくりをすすめる

●65・50記念パンフレット協賛広告へのお礼とともに支部、班会、事業所の活動をお伝えする

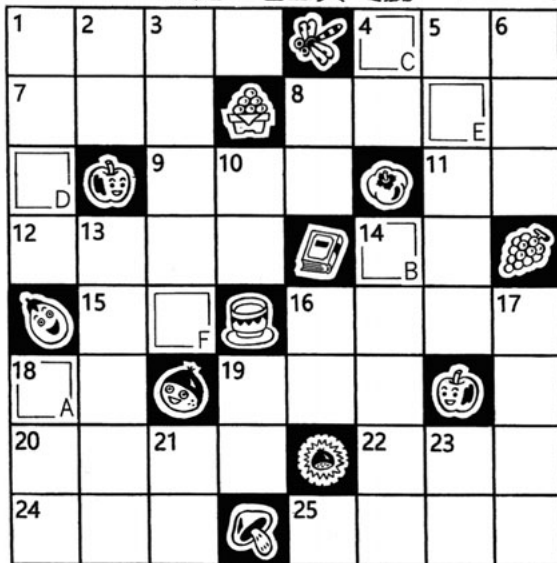
●職員紹介活動(みな1000運動)を広げる

■ヨコのカギ

- ……吉日
- 殻を取った貝の肉
- 吉沢亮主演『国宝』は……の世界が舞台
- クロスズメバチやミツバチなどの幼虫
- ウランの兄
- 青と紫を混ぜた色
- うそつきの……少年
- 図工とは……と工作
- 山のてっぺん
- 風呂上がりにかける湯
- サウナ風呂の……時計
- 米国の50番目の州
- ……ポーチ
- 吉野朔実作『少年は……をめぐす』
- ……雷火事おやじ
- 香り……、味しめじ

ザ・クロスワード

出題▶モロゾミ勝



答

A B C D E F

【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
台風で海面が高まり波が押し寄せる現象
アダムスの妻の名
赤とんぼのことです
恥しらず。厚顔……
松茸何本採れるかな？
まだ結婚していません
アマチュア無線家
……の再配分が大事
女郎花、どう読む？
頭の骨
徳島名物……おどり
対義語は朝やけ
ハクシオン大魔王が苦
手なもの
……が豆鉄砲を食う
1尺は10……
鼻……端……

6月号の答え



答セキランウン

(横乱雲)

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：9月30日(水)
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 72通

☆当選者(敬称略)

東海市 佐野 雍尚 大府市 藤田 康次
南区 道川 直樹 緑区 杉山 敬子
知多市 松本 昭子

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: ikkyoku-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



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

フリーダイヤル
0120-373-195

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

12月末まで
ご予約いただけます

			月	火	水	木	金	土	
内 科	午 前	当 日 内 科	内科医師124	内科医師1235	内科医師1235	内科医師	内科医師	交代制	
		消 化 器 科	※古松124 牛田14 ※浅野124	長江（肝臓）235 奥村1235	※古松1235	牛田	長江（肝臓） 奥村	※古松2 長江3	
		循 環 器 科	中村124	※喜多村1235 水野1235 ※森本1235 田嶋235	※喜多村1235 中村235 依田1235	※喜多村 水野	※喜多村	※喜多村 3	
		呼 吸 器 科	長田24 吉見12	清水1235	※諏訪1235 長田1235	※諏訪 清水 慢性呼吸器外来	※諏訪234 中川 吉見	※諏訪3 長田2	
		糖 尿 病 科	橋詰124 西田124	橋詰1235 石井1235	石井1235	※柴田 石井	橋詰124 石井123 西田	※西田2	
		腎 内 科			腎臓内科医師1235	腎臓内科医師24			
		神 経 内 科		中野1235	高橋春1235				
		膠 原 病 科			膠原病内科医師1235				
	午 後	一 般 内 科 予 約 制				トッ 膝			
		専 門 内 科 予 約 制	西田（糖尿病 / 内分泌科）124	※喜多村（循環器科）1235 長江（緩和ケア外来）1235 水野（循環器科）1235 ※森本（循環器）1235	※柴田（糖尿病 / 血液内科）135 ※諏訪（呼吸器科）1235 高橋春（神経内科）1235 西田（糖尿病 / 内分泌科）1235 入山（血液内科）1235	ペースメーカー外来13 緩和ケア外来23 加藤（血液内科）	西田（糖尿病 / 内分泌科）		
総合診療科	午前	予 約 制	豊岡124	西村135 秋田2	高田1235	木山	山崎		
	午後	予 約 制					ワクチン外来3		
外 科	午前		鳥居124 原124	高木135 中澤（消化器）1235	中澤235 板津（消化器）1235	高木 鳥居	原234 板津（消化器）	交代制	
	午後 予約制				宮崎（静脈瘤）1235		須田（呼吸器外科）		
乳 腺 外 科	午前 予約制		宮崎（再診）124 田中恵理（初診）124		※矢吹（術後再診のみ）123	宮崎（初診）	※矢吹（術後再診のみ）		
	午後 予約制					宮崎（再診）			
脳神経外科			午前	大場124	藤原1235	公文1235	中江	衆原	甲斐
整 形 外 科	午前		加藤124 柏原124 秋尾124	山田1235 堀1235 四宮1235	山田1235 元田1235 近藤東宜15 武田23	元田 四宮 河邊123 今井（予約制）13	四宮 整形交代医師 後藤公孝	整形外科医師 脊椎外来（予約制）13	
	午後 予約制		※リウマチ特診 今井124		※リウマチ特診 今井1235	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		徳住124 南部12	徳住1235 南部1235	皮膚科一般125 南部1235	徳住 南部123	徳住 南部123	皮膚科一般24 南部3	
	午後 予約制		徳住124			徳住			
泌 尿 器 科	予 約 制	午前	竹内124	石川琢丸1235	泉谷1235	安里	稲西234	※日下4	
		午後 予約制		※泌尿器科医師1235					
耳鼻咽喉科			午前	清水124	内田135 代務医師2 水谷真也1235	岸本235 稲福13 代務医師1	安井	安井	車 近藤13 山中24
眼科 予 約 制			午前	長谷川14	二村235 望月1235	二村1235	二村	二村 眼科医師	眼科医師13
小 児 科	午前		坂田124 舟川124 増田進（アレルギー）124	増田進1235 舟川1235 坂田（こころの相談外来）1235	坂田1235 舟川（アレルギー）1235	久松 坂田	舟川 水谷公美	舟川13 小児科医師2 坂田4 野口	
	午後 予約制		増田進（アレルギー）24 舟川（アレルギー）1 アレルギー新患・指導外来124	予防接種1235 野口（腎臓外来）13 乳幼児健診1235	長田（16才以上神経外来）25 石川達也（神経外来）13 坂田（こころの相談外来）125	予防接種 乳幼児健診	増田進（アレルギー） 齋藤（小児心臓外来）124		
婦 人 科	予 約 制	午前	西川124 宮村124	西川1235 田中勤1235	宮村1235 西川1235	田中勤 西川	西川1234	田中勤（思春期外来）（予約制） 西川124	
		午後 予約制	西川124 婦人科がん検診24			西川124 婦人科がん検診124			

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	○	○	○	○	○	○
13:00～16:30	○	○	○	○	○	○
17:00～20:00			○			

受付時間	月	火	水	木	金	土
9:00～11:30	○	○	○	○	○	○
13:00～16:30 (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)

	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		
		もの忘れ 外来	カミタニ 紙谷	神田	渡邊235	カミタニ 紙谷	神田	神田13
		一般内科	神田	鈴木	神田	石田	松田	松田13 増田2 土井4
		一般内科 ②					長田134	
		専門外来		柴田 (糖尿病) 柚之原 (整形外科)	柚之原 (整形外科)	柚之原 (整形外科)	土井23 (胃カメラ)	長田1 (呼吸器)
星崎 診療所 821-9201	8：30 ～12：00	耳鼻咽喉科	喜多村眞弓 14		喜多村眞弓 135		喜多村眞弓 134	
	8：30～12：00 (専門)		喜多村敬 (心臓・循環器) 124	内山 (血圧・循環器) 村尾	村尾1235	田中	内山 (血圧・循環器) 村尾	川瀬
	17：20～19：30		可児124				村尾	

	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2	浦西	浦西	長江1 古松3 松田24
	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	梅木 新美	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	高橋 川嶋12	藤田	石田	藤田	石田	太田13 中嶋24
	17:15～19:30	太田24 下野13		長崎		長谷川	
メンタル クリニック みなみ 626-1026	8:20～12:00	阪野	阪野125 小林1235	伊井俊貴 伊井友美1235	阪野 小林124	阪野	伊井俊貴 伊井友美 阪野13 蜷川24
	14:00～15:00						

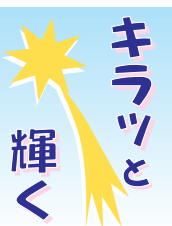
※メンタルクリニックみなみはよってって横丁2階にあります

(注) ※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。



長年生協の世話人をされている近藤治子さんにお会いしたのは、支部の東山植物園のウオーキング班会でした。

花がお好きで植物園に何度通われ、園の事をよくご存じで、私達にも気さく



人生楽しくをモットーに 日常を謳歌している世話人さん

新海東支部 近藤 治子さん

に見どころを教えてくださいました。

人生は楽しく生きたいとの事で、今でも太極拳、ボ

イストレーニング、お茶の会と3つの班会に元気に参加してみえます。

以前、さそいあって太極拳に参加していたお友達の小さな異変に近藤さんが気づかれたそうです。

その方のご家族も気づかれなかったほど早期の認知症受診のきっかけになったそうです。

その事を伺うと「若い頃から仲が良く長い時間一緒にいたから気づけました」とおっしゃいます。

その後も、お友達のサポートをされたそうです。

人とのつながりの大切さを感じました。

神社仏閣めぐりやテーマパークでのマスコット集めなど、色々な事に興味を持って生き生きとされている近藤さんは、輝いていて私達も元気をもらえます。

(Y)

ヘルシー クッキング



焼きおにぎり ◆作り方

材料(*2人分(1人2個))

- ★御飯 ……300g(1個75g)
- ★醤油 ……大さじ1
- ★ごま油 ……大さじ1/2
- 醤油タレ
- ★みりん ……大さじ1/2
- ★醤油 ……大さじ1

栄養価 (2個分)

エネルギー	約 287kcal
たんぱく質	約 4.5g
脂質	約 4.0g
塩分	約 2.2g

- 御飯は普通の硬さで炊いておく。300gをボウルに計る。醤油大さじ1を加え良く混ぜ合わせておく
- ①の御飯を4等分しておにぎりにします。*やや硬めに握って下さい。ラップで握ると手が汚れません
- 醤油タレをあらかじめ混ぜ合わせておく
- フライパンにごま油を入れて熱し、中火でおにぎりを両面焼き色が付くまで焼く
- 焼き色が付いたら弱火にして醤油タレをハケで両面塗る。*ハケがなければかけても可能
- 火を止めてしばらく置いておく。*すぐに盛付けると崩れやすいので注意
- お皿に盛付けて完成

●ヘルシーなワンポイント●

最初から御飯に味つけをしておくことがポイント。まんべんなく色が付きます。冷凍しておいた御飯を活用するのもあり。フライパンで簡単にできます。かつお節、ごまなどをかけるとさらに美味しく頂けます。食欲がなくても御飯がススムメニューです。

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

CO-OP コープ ファitnessクラブ wish

痛いから、動かない? 「できない」ではなく、「できる動き」から

～メディカルフィットネスで始める、体の機能改善～

マネージャー/健康運動指導士 今井 晶子

「膝が痛い」「腰が不安」「体力に自信がない」…だから運動は無理、とあきらめていませんか?

身体を動かす目的は、筋肉を鍛えたり、汗をかいたりすることだけではありません。動きにくくなった身体の機能を整え、“できること”を取り戻すのも大切な運動です。

wishでは理学療法や健康運動指導士が、痛みや体力に合わせて、その人に合った動き方を一緒に考えます。

その選択肢の一つがパワープレート(写真右)。細かな振動を利用し、立つ・座るなど無理のない姿勢でも筋肉に刺激を与えることができます。あなたも wish で大人気のパワープレートのとりこになるかも?見学をお待ちしております。



昨年大好評!今年もやります【第2回 日本全国盆踊り大会】

日時: 9月19日(土) 16:45~18:45

場所: 南生協病院 JR側入口 参加費: 無料(模擬店は一部有料)

阿波踊りや郡上踊り、名古屋ばやしなど、日本各地の踊りを一度に楽しめるちょっと欲張りな盆踊り大会。今年はキッチンカーも登場!踊って、見て、食べて、みんなで楽しみましょう!当日一緒に盛り上げてくれるボランティアも募集中です!

【お問合せ】

営業時間: 9:30~21:30(日祝~17:00)

※電話受付は営業終了1時間前まで

休館日: 木曜

電話: 052-625-0500 FAX: 052-625-0535



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)を募集しています。どしどしお寄せください。

組合員の 投書欄

楽しみあれこれ

港区 原口てる江さん

毎月ポストに健康の友を届けていたいただき、ありがとうございます。

クロスワード他、折込みのたからのかわら版の浦西美幸医師のちよつといい話、とても楽しみです。

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⇒

