

健康の友

2026年10月号 No.705

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

8月の結果

◆加入223人(年間目標8,000人) ◆増出資1,440千円(年間目標5.2億円)
◆班会開催233班(のべ418回) ◆新班8班

8月末累計

◆組合員数98,304人 ◆出資総額3,368,044,792円 ◆平均出資金34,262円
◆運営委員総数642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)

秋うらら
長寿を祝し
凛と咲き
(みつや)



世話人さんが地域をつなぐ

※健康の友配布ボランティアさんを「世話人さん」とお呼びしています。

虹の出会い月間

最近どう? から始まる安心ネットワーク

8月22日大高東ブロック・大高西ブロック合同スタートダッシュ交流会。42人の参加でにぎやかに。よかったことや9月以降どんなことをしていくか話し合いました。

おたがいさまの
まちづくり

南生協病院の外来看護師から出された「おたがいさまシート」。内容は「庭の草刈りをお願いしたい人がいる」でした。早速、地域理事と職員が訪問。「妻が認知症で困っています。どこに相談したらいいのかわからない。子どもは離れた地域に住んでいて、心配をかけたくない」とのこと。

どこに相談すればいいかわからず、孤独と孤立を感じていた男性。帰りがけには「話を聞いてもらいたい、ちょっと心が軽くなりました」と話してくださいました。お困りごとに関しても、南医療生協の介護を紹介し、安心していただくことができました。

悩みや困りごとを抱え、孤立している人々もまちには見受けられます。

「健康の友」を配ってくださる「世話人さん」は、まちの様子を見守ってくれる人です。ちょっと気になるなというその一ネットになっています。

さらに、そのネットワークを強くしているのが「班」です。班では、くらしの中でのよかったことや困ったことを話し合えて、仲間の知恵や経験だけでは解決できない問題は、南医療生協の事業所に相談するなど、専門職と地域の協同で解決することもできます。

名南ブロックでは、地域と事業所が協同し、担い手さんの世代交代や、地域の安心ネットワーク

流行期に入りました。予防接種はお早めに!

インフルエンザ予防接種情報

◆予防接種料金

1回目接種 ¥3,960 (税込) 組合未加入 ¥7,810 (税込)
2回目接種 ¥3,410 (税込) 組合未加入 ¥6,710 (税込)
名古屋市在住で65歳以上の方の自己負担額(公費接種) ¥1,500
(公費接種期間: 2026年10月1日~2027年1月31日)

名古屋市在住で今年度12歳、15歳、18歳を迎える方は
自己負担0円(名古屋市からクーポン券が郵送されます)

※助成金の金額、対象年齢が市町村によって異なりますので、名古屋市以外の市町村にお住まいの方は当該の自治体にお問合せください。

◆実施事業所 特診(特別接種日)は基本的に予約制
※詳細は各事業所へお問い合わせください

2~18歳 フルミスト生ワクチン 10月1日~開始

自費料金 ¥8,890 (税込) 組合未加入 ¥10,670 (税込)

※名古屋市在住の方は公費接種対象外になります。自治体によって異なりますので、事前にお住まいの自治体にご確認ください。

接種場所: 南生協病院 小児科外来

・母子手帳をお持ちください。本ワクチンは生ワクチンのため、免疫不全、副腎皮質ホルモンを内服されている方は接種できません。

ークを広げることが目的に世話人さんを探す訪問行動を行いました。9月に予定していた4回の訪問行動は、初回で6人もの世話人さんが見つかりました。「配るのはご近所の10軒くらいです」と伝え地図を見てもらったところ「それならいいわよ」となったとのこと。

65・50記念事業とともに 南医療生活協同組合 創立65年史を語ろう

南医療生協の運動の転換期と言われているのが、2001年に行った「2万人の健康まつり」です。当時の組合員数は約42,000人。まつりの入場者は24,000人でした。1,000円の協賛チケットを普及し、これまでつながっていた団体や個人とのつながりが広がりました。

(4面へ続く)

病気やワクチン接種などは病院や診療所へご予約ください。

■総合病院南生協病院 予約専用フリーダイヤル 0120-373-195
予約電話受付時間: 月~金/11:00~16:30土11:00~12:30代表電話052-625-0373
■かなめ病院 052-619-5320(予約電話受付時間: 月~金/10:00~16:00)
■星崎診療所 052-821-9201 ■桃山診療所 052-876-8880
■たから診療所 052-611-1880 ■富木島診療所 052-601-8521

南生協病院の面会時間に変更になりました。詳しくは2面

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



よく見かけるコンビニ。「便利なお店」。最近、住民票や印鑑証明の発行、ATM(現金自動預け払い機)設置のサービスまで行き届いている店もあるとか。日用品や食べ物なども品揃えが豊富だ。但しお金が無ければまったく利用ができない。日本の高度経済成長が終了する昭和48年頃まで、地域は今のコンビニよりもずっと「便利」だった。お金が無くても味噌・醤油、酒などが切れた場合の貸し借りが日常的にやりとりされていたように思う。困った時の助け合いが人間の関係性をつくっていたように懐かしそうに思える。最近、町中を車で走っていると、ガソリンスタンドや書店、コンビニが閉店しているのを見かけるようになってきた。事業として長く続けた野だと思っていたので驚きだ。栄枯盛衰は世の習いといえ地域が衰退していくようでもさみしい▼まちを元気にして同時に生協事業も末長く継続していくことは可能だろうか? 生協法第一条で、生協の目的は地域のくらしの安定と生活文化の向上を期することだと明記している。目的は利益追求ではない。熟年を過ぎた医師が診療のおわりに「くらしで困っていることはないですか?」と聞いている。その問題解決に医者も地域も職員も振り回されている。この日常こそ生協道か。

医療生協一〇メモ 南医療生協のネットワークは、「医療・介護・福祉・生活支援の事業」と「地域でのおたがいさまのまちづくり」が結びつき活躍しています。あなたも組合員になっていっしょに健康で安心の生活を築きませんか。

知って得する
ワンポイント

メモ



「目の愛護デー」 目を守る健康習慣

南生協病院 視能訓練士 石川 紗弓

秋風が心地よい季節となりました。

10月10日は目の愛護デーです。目の健康を考えるにはとても良い機会ですね。

「目の健康って何だろう…？」と難しく感じるかもしれませんが、意外と取り入れやすい習慣がたくさんあります。

例えば、普段の食生活では、ほうれん草や卵黄などに含まれるルテインや緑黄色野菜に含まれる抗酸化成分は体にも眼にも良い成分です。

それから、紫外線は皆さんご存知の「白内障」や「加齢黄斑変性」のリスクと言われています。

サングラスや帽子での紫外線対策も目の健康を守る習慣として取り入れやすいかと思えます。

最後に、一番大切なのは早期発見・早期治療。

自覚症状が無くても一度眼科での検査を受けてみてはいかがでしょうか。

早めのチェックが安心につながります。

健やかな見え方で今年の秋も楽しく過ごしましょう。



ひまわり日記

研修医と地域が

ともに育ちあう

―スバルプロジェクト―

「病気だけでなく、患者さん一人ひとりの思いやぐらしに寄り添える医師を育てたい。」
そんな思いから、南医療生協では研修医と地域がともに育ちあう「スバルプロジェクト」を実施しています。研修医は病院を飛び出し、健康講座や学習会、地域活動への参加を通して、地域の健康課題やぐらし、医療への思いを学んでいます。

組合員の皆さんからは、「若い先生と話す元気をもらえる」「健康について考えるきっかけになった」といった声も寄せられています。医師を育てるのは病院だけではありません。皆さんとの出会いや対話が、患者さん一人ひとりの思いやぐらしに寄り添える医師を育てます。



「先生こんなことがあったのよ、どう思う？」

てます。
皆さんの地域にも研修医を呼んでください。研修医と地域がともに学び、育ちあう輪を一緒に広げていきましょう。



世代交代真ただ中、奮闘中！

病理診断科主任 小島 清乃



病理診断科は、数年前から世代交代に向けて、「いかに現在の品質を落とさず業務に取り組みか」ということを大きな目標として若手育成に力を入れています。
病理診断科の仕事は、手作業も多く、やり方を学んだからと言って同じ結果が出るとは限りません。検体の取り直しや検査のやり直しが難しく、一人前になるのに10年かかるといわれる仕事です。
最近では、治療方法の選択の1つとして病理検査(遺伝子検査)を用いることも増えており、患者様の予後に大きな影響を与える部分も担っています。
そのため、誰がやっても同じ結果が出せるよう、病理診断科としての品質保持のために、教える側、教わる側一丸となって業務に取り組んでいます。ベテランから若手への知識と経験の伝達が、最大限活きるよう日夜奮闘中です。

南生協病院面会時間 変更のお知らせ

〈9月1日から〉

平日 12:30~19:00

土日祝 12:30~17:15

※緩和ケア病棟は定めなし
人数や時間の定めなし



気長に信頼関係をつくって 心を開いてくれる

富木島診療所居宅 鶴田 保子



富木島診療所で、ケアマネをしながら、民生委員をしています。地域の方とも顔見知りになり、気軽に声を掛けて下さるようになりました。
毎年8月に区の民生委員の事例発表会があります。今年度当学区では、「訪問を拒否される76才の男性の取り組み」が発表されました。一人暮らしの方で、民生委員の訪問を拒否され、近所付き合いもない方で地域で孤立され、電気を止められ、ロウソクで生活されていた。部屋の中で倒れているかも知れないと近所から民生委員とケアマネの2刀流で、頑張っていたと思います。

困ったことがあっても、心を開いてくれる人ばかりではありません。気長に信頼関係を作ることが大切です。民生委員もケアマネも同じです。これからは民生委員とケアマネの2刀流で、頑張っていきたいと思っています。

法律相談 Q & A

アパートの賃借人が逮捕されてしまった？！

Q 私のアパートに住んでいる賃借人の1人が、先日、スーパーで万引きをして逮捕されたと聞きました。既に先月分の家賃が支払われていないこともあり、この賃借人との賃貸借契約を解除したいのですが、可能ですか？

A 賃貸借契約を解除するためには、賃借人に債務不履行があり、契約の継続が困難な程度に契約当事者間の信頼関係が破壊されていることが必要です。単なる万引きでは、そもそも賃借人に債務不履行があるとはいえず、契約の解除は難しいと考えられます。

Q そうなのですね。では、契約書で、「賃借人が犯罪行為を行った場合は賃貸借契約を解除することができる」との定めがあった場合はどうですか？

A その場合でも、解除するには当事者間の信頼関係が破壊されていることが必要です。この賃借人に前科前歴がなく、被害金額も小さい等の事情があれば、今回の件で信頼関係が破壊されたとまではいえないでしょう。また、刑事裁判が確定するまでは被疑者・被告人は無罪と推定されますので、解除の可否については慎重に検討するべきです。

Q 分かりました。それでも、今後賃料が支払われるか不安なのですが・・・。

A 賃料の滞納が続けば、それを理由に契約を解除することは可能です。また、賃借人が合意した場合も契約の解除が可能です。まずは、留置されている賃借人と面会する、賃借人の弁護士と連絡を取るなどして、賃借人の意向を確認することがよいでしょう。

弁護士：溝口 聖悟（弁護士法人あおば法律事務所）



法律相談のご案内（10月・11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：10月13日（火） 10月27日（火）
11月10日（火） 11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 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

秋風を感じる季節になりました。少し前の話ですが、夏休みに「おたがいさまの家いっぶく」で今年も流しそうめんを企画しました。昨年と同様、高齢者の「うちごはん会」の企画に夏休みの子ども達に呼びかけるものです。毎月「うちごはん会」に参加している中年の身体障害者の方は1年越しの参加が叶いました。昨年、地域の匠に作ってもらった本物の太い竹を



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）

豊明市 重層支援センターからこん・に・ち・は 一緒に居てもイイと思える場所へ編

使ったそうめん台と TENT を外に設置し、流しそうめんがスタート。猛暑の中、参加者は流しそうめんの爽やかさと暑さのギャップを堪能し、「次、いくよ」と次々とそうめんを流し入れる運営ボランティアさんも楽しそう！市の職員も合わせると10代から80代までの多世代の参加となりました。流しそうめんを堪能した後はいっぶくの中にすべての参加者が入り、おにぎりと冬瓜の煮物、ちくわの天ぷら、肉団子などを楽しみます。おにぎりと肉団子を食べ続ける若者、食事後のおしゃべりを楽しむマダムたち。なるほど、これが「ごちやませであり、おたがいさま」か……みんなで同じことをしなくてもイイ。たくさん話さなくてもイイ。同じ場所に居て、それぞれが自分らしく過ごせる。それだけでも人と人はゆるくつながっていく。居場所って、何かをしてもらう場所だけじゃなく、自然と一緒に居てもイイと思える場所なのかもしれません。

南生協病院
だより

南大高町内会と共催の 「秋のふれあい健康まつり」

南生協病院 事務長室 大野 悠祐

南生協病院では、11月8日（日）10時から14時で「秋のふれあい健康まつり」を開催します。まつりは南医療生協と南大高町内会で共催するようになり3年目となります。

南大高町内会と一緒に企画を考え、地域の多くの方に楽しんで頂けるように準備を進めています。出店や企画にも多くの関係団体のご協力が予定されています。協同組合のつながりを活かした企画や、地域の企業の企画など、様々

なネットワークを活かしたまつりとなります。菓子まきやeスポーツ、スタンプラリー、事業所体験企画、1億円の重さ体験企画などの家族で楽しめる企画になっています。今年は65・50記念事業の年なので、企画参加者に特別な数量限定プレゼントも考え中。組合員のみなさんご参加をお待ちしています。また、ステージ企画は出演者も募集中です。

健診・ドック
センター

10月はピンクリボン月間

忙しい時こそ、乳房に 不安があったら迷わず受診を



健診・ドックセンター 保健師 菅谷 晴代

乳がんの手術をしてから3年が経ちました。まさか自分かと思う反面、やっぱりそうだったのかと妙に冷静な自分がいました。しかし「なぜもっと早く受診しなかったのか、手遅れかもしれない」という不安と後悔が一気に押し寄せてきた時のことは忘れません。実は20代から乳腺症を繰り返していた上に、異動したてで仕事を優先したい気持ちもあり、気になるしこりがあっても受診をする気になれずにいたのです。念のため受けた検診でも、残念ながらマンモグラフィーの放射線写真には写らないタイプのがんだったようで、自己判断で様子を見てしまいました。2年後に乳腺エコーでみつかったのが、幸いなことにステージⅠで転移もない状態だったのは、ただ運がよかっただけです。

普段から乳房に関心を持ち、しこりなどの変化に気付いたらまずは受診すること、「プレストアウェアネス」について知ってほしいです。仕事、子育て、介護等に追われているときこそ検診を受けてほしいです。しこりってどんな感じ？自分で気づけるだろうかと思われる方はぜひこの機会に乳がんのしこりを模型で触れてみませんか？

乳がん・子宮がんのレディース検診は通常は平日ですが、10月からは第3土曜日もレディース検診（託児付きも受付中）があります。ご不安な点があれば、お気軽にご相談下さい。
お問合せ：052-625-0489



ピンクリボンキャンペーン

健康づくり委員会と健診・ドックセンターのコラボ企画

日時：10月2日（金）10：00～11：00

会場：南生協病院 1階ふれあいルーム

乳がんのしこり体験してみませんか
「女性のための健康ガイド」プレゼント！

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



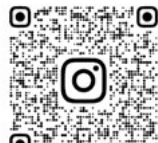
糖尿病協会マスコット
マークくん

「子育てしゃべり場」ははじめました！

子育て支援活動委員会

子育て支援活動委員会では、毎月第2木曜日15時から16時に、南生協病院1階のふれあいルームにて「子育てしゃべり場」を開催しています。子育てに関することなら何でも自由に話せる場を作りたいという思いで、2026年7月から開始しました。事前申し込みも不要、いつ来ていつ帰ってもOK、お子様やパートナーと一緒にでも大丈夫です。委員会の看護師、助産師、保育士等や人生経験豊富な組合員が交代で担当します。お父さん、お母さん、おじいちゃん、おばあちゃんも子育てで心配に思っていること、嬉しいこと、楽しいことも一緒にしゃべりませんか。妊婦さんもOKです。

お気軽にお越しください。お待ちしております。



@KOSODATE_373

お知らせ

だんらん市 10月3日(土) 8:00～12:00
地球の子マルシェ 10月3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
10月7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 10月23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

◇8月29日36人中33人の出席で第34期第16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。

- ②9月からの「虹の出会い月間」10月3日(土)4日(日)「担い手と仲間ふやし」一斉訪問行動の取り組み方について確認しました。

- 重点支部を決めて支援する
- 65・50記念のパンフレットをお届けし、お礼とともに班会や支部の取り組みを知らせ、お誘いする。
- 南生協病院50周年をお知らせし、増資の協力を広げる
- 社会福祉法人「地域だんらん」をお知らせする

- ③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
- ケンケンサイクルを地域との協同ですすめ、健診、健康づくりを広げる
- 65・50記念パンフレット協賛広告へのお礼とともに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

- ④南生協病院の面会時間
(全日12:30～17:15→平日12:30～19:00、土日祝12:30～17:15)の変更(9月1日より)について確認しました。

■ヨコのカギ

- 1 スポーツで戦おうという気力、応援の掛け声
- 4 阿寒湖の特別天然記念物
- 7 赤とんぼが止まります
- 8 震度5程度の強い地震
- 10 羊頭を掲げ……を売る
- 12 ねじくぎ
- 13 いぬ→ぬま→まり→りす→すいか→かめ
- 15 再来年の干支
- 16 秋の果物の一つ
- 17 ……の差
- 19 タイマイは……
- 20 力士としての呼び名
- 22 ボルシチ発祥の国
- 25 木へんに毎と書いて？
- 26 イワシなどの幼魚
- 27 こだまのことです



- 24 23 21 19 18 16 15 14 11 9 6 5 4 3 2 1
- 物置小屋 倉庫の一種 きのこの水 対義語は「師匠」 等防止対策基本法 2014年制定の 行列のいちばん後ろ 無色……半…… 秋の味覚です 人を呼ぶためのベル 身の力士 豊昇龍も霧島も……出 利息ともいいます パソコンの入力装置 ……は金なり ウクライナ出身の力士 対義語は「豊作」
- 【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？

8月号の答え



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：10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 85通

☆当選者(敬称略)

緑区 柴本せつ子 南区 堤俊子
緑区 高見茂 緑区 山内あゆみ
大府市 中田むつみ

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: 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

1月末まで
ご予約いただけます

			月	火	水	木	金	土
内 科	予 約 制	当 日 内 科	内科医師134	内科医師	内科医師	内科医師	内科医師	交代制
		消 化 器 科	※古松134 牛田13 ※浅野134	長江(肝臓) 奥村	※古松	牛田	長江(肝臓) 奥村	長江3 ※古松2
		循 環 器 科	中村134	※喜多村 水野 ※森本 田嶋234	※喜多村 中村 依田	※喜多村 水野	※喜多村	
		呼 吸 器 科	長田34 吉見134	清水	※諏訪 長田	※諏訪 清水 慢性呼吸器外来	※諏訪 中川 吉見	※諏訪3 長田2
		糖 尿 病 科	橋詰134 西田134	橋詰 石井	石井	※柴田 石井	橋詰 石井 西田	※西田2
		腎 内 科			腎臓内科医師	腎臓内科医師24		
		神 経 内 科		中野	高橋春	伊藤	伊藤	
		膠原病科			膠原病内科医師			
	予 約 制	一 般 内 科				トウ 膝1245		
		専 門 内 科	西田(糖尿病/内分泌科)134	※喜多村(循環器科) 長江(緩和ケア外来) 水野(循環器科) ※森本(循環器)	※柴田(糖尿病/血液内科)13 ※諏訪(呼吸器科) 高橋(神経内科) 西田(糖尿病/内分泌科) 入山(血液内科)	ペースメーカー外来13 緩和ケア外来24 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134	秋田124	高田	木山	山崎	
	午後	予 約 制					ワクチン外来3	
外 科	午前		鳥居134 原134	高木 中澤(消化器)	中澤 板津(消化器)	高木 鳥居	原 板津(消化器)	交代制
	午後 予約制				宮崎(静脈瘤)		須田(呼吸器外科)	
乳 腺 外 科	午前 予約制		宮崎(再診)134 田中恵理(初診)134		※矢吹(術後再診のみ)	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134	藤原	公文	中江1234	衆原	甲斐1235
整 形 外 科	午前		加藤134 柏原134 秋尾134	山田 堀 四宮	山田 元田 近藤東宜14 武田23	元田 四宮 河邊1235 今井(予約制)135	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134		※リウマチ特診 今井	骨粗鬆症外来13 脊椎外来2	※リウマチ特診 今井	
皮 膚 科	午前		徳住134 南部134	徳住 南部	皮膚科一般 南部	徳住 南部	徳住 南部	皮膚科一般24 南部35
	午後 予約制		徳住134			徳住		
泌尿器科 予約制	午前		竹内134	石川琢丸123	泉谷	安里	稲西	※日下4
	午後 予約制			河野麻莉奈				
耳 鼻 咽 喉 科		午前	清水134	内田 水谷真也	岸本 稲福13	安井1345	安井	車1235 近藤145 山中23
眼 科 予約制		午前	長谷川34	二村134 望月	二村	二村1234	二村1234 眼科医師1234	眼科医師13
小 児 科	午前		坂田134 舟川134 増田進(アレルギー)134	増田進 舟川 坂田(こころの相談外来)	坂田 舟川(アレルギー)	久松 坂田	舟川 水谷公美125 坂田34	舟川13 小児科医師25 坂田4 野口
	午後 予約制		増田進(アレルギー)4 舟川(アレルギー)13 アレルギー新患・指導外来134	予防接種 野口(腎臓外来)13 乳幼児健診	長田(16才以上神経外来)24 石川達也(神経外来)13 坂田(こころの相談外来)124	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)245	
婦 人 科 予約制	午前		西川134 宮村134	西川 田中勤	宮村 西川	田中勤 西川	西川	田中勤(思春期外来)(予約制)1234 西川24
	午後 予約制		西川134 婦人科がん検診134			西川 婦人科がん検診		

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	カミタニ 紙谷	神田 神田135
		一般内科	神田	鈴木	神田	石田	松田 松田13 増田2 土井45
		一般内科 ②				長田	
		専門外来		柴田 (糖尿病) 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 134		喜多村眞弓		
	8:30～12:00 (専門)		喜多村敬 (心臓・循環器) 134	内山 (血圧・循環器) 村尾	村尾	田中	内山 (血圧・循環器) 村尾 川瀬
	17:20～19:30		可児134				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24	浦西	浦西	長江1 浦西3 松田245
	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245
	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13	藤田	石田	藤田	石田	太田13 中嶋24
	17:15～19:30	太田4 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135	阪野 小林	伊井俊貴 伊井友美	阪野 小林	阪野	伊井俊貴 伊井友美 阪野135 蜷川24
	14:00～15:00				阪野		

※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。

ひまわり支部の運営委員さん2名が転居やご逝去で心細くなっていました。長年のお勤めを退職されたばかりの岡田さんにひまわり支部の運営委員さんをお願いして、はや三ヶ月が経ちました。今のひまわり支部にとって、まさにひまわりのような存在の岡田さん。口数少なく、控え目な彼女ですが、運営委員会はもちろん、ひまわりマルシェ、食事会、お茶会、筋トレ、脳トレ、スマホ班会等々に



新運営委員さん大活躍

知多市ひまわり支部 岡田 光江さん

参加。さらにブロック内の他支部班会でも、時々お顔拝見します。虹の出会い月

間訪問行動にも参加されま



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



さつまいものヨーグルトサラダ ◆作り方

- ①さつまいもは皮付きのまま約2cmの角切りにし、十分に水にさらします。軟らかく茹でて塩・胡椒を振り、あら熱をとっておく
- ②プルーンは一口大に切っておく
- ③ヨーグルトとマヨネーズを混ぜ合わせておきます。
- ④さつまいも、プルーン、③を軽く混ぜ合わせる。

材料(*2人分)

- ★さつまいも……………50g
- ★プレーンヨーグルト……30g
- *大さじ1＝約15g
- ★プルーン（種抜き）……4粒
- ★マヨネーズ ……大さじ1/2
- ★塩・胡椒……………適量

栄養価 (1人分)

エネルギー	約 90kcal
たんぱく質	約 1.5g
脂 質	約 1.7g
塩 分	約 0.4g

●ヘルシーなワンポイント●

乳酸菌と食物繊維を同時に摂取できる「腸活メニュー」若干塩分は増えますが塩やや多めのほうが美味しく食べられます。プレーンは鉄分たっぷり。さつまいもは形が崩れない程度にしっかりと茹でましょう。

CO-OP コープ フィットネスクラブ wish

体重だけではわからない、筋肉のこと。

～インボディで始める、からだの健康チェック～

トレーナー 近藤 順子

今の筋肉量足りていますか？

最近歩くスピードが遅くなった。何もないところでつまずくと言う事はありませんか？

それは年齢とともに足腰の筋肉が減っているサインかもしれません。

wishでは、高精度測定器インボディで体組成を測定しています。

体重が増えていなくても、実は筋肉が減って脂肪が増えている

[隠れ肥満]の予防にも役立ちます。

体重だけでは見えない筋肉量、体脂肪量、左右のバランスがわかります。

定期的に数値を測定することで、現在の食事量やトレーニングが正しく進んでいるかの答え合わせをすることができます。データに基づいた効率的な体作りを一緒に始めませんか？

wishには、理学療法士、管理栄養士、健康運動指導士が在籍しております。

はじめての方もスタッフがサポートしますので安心してお越しください。見学お待ちしております。



問合せ

営業時間：9：30～21：30（祝日～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

トレーナー募集中！

週2日～、1日4時間～／

経験者優遇

詳しくは wish まで

＼秋の入会キャンペーン／

10月16日（金）～11月30日（月）

期間中のご入会で 入会手数料 通常4,400円→無料！

※事前予約をお願いします

入会前にちょっと試してみたい方には「ワンウィーク wish」

1週間 2,200円で体験できます。

*南医療生協「健康づくり補助券」または健診受診者の方で

「無料体験チケット」をお持ちの方は、無料で1週間体験できます。（過去にご利用された方はご遠慮ください）

組合員の作品コーナー



東海市 増村 浪江さん



緑区 風 雅也さん



緑区 林 富美子さん



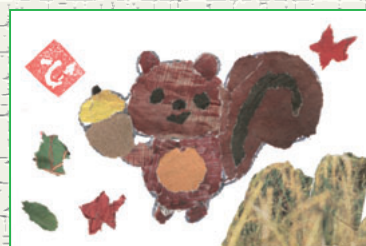
大府市 森井 一夫さん



緑区 糸 桂子さん



豊明市 鈴木 重子さん



豊明市 上条 博子さん

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⇒



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。

雨に想う
知多市 瀬川 穂子さん
知多市は雨が少なく、毎日畑の水かけが大変です。
千葉の雨被害を思うと、自然の非常(情)をつくつく感じる毎日です。

