

医療とくらし

1人は万人のために万人は1人のために

●訪問看護師になって	2P	2023 7・8月合併号 No.530
●最近、口が乾くのですが.....	3P	
●夏です。暑いです。運動します?	5P	
●子どもの絵と習字	8P	

5月末現在組織状況/組合員数40,769人 出資金額1,391,252.5千円 平均出資額34,125円



平和の願い 人から人へ



6/4 あいち平和行進 千種・名東コース 80名!!! 報告

市内各地で平和を願う「平和行進」がおこなわれました。千種・名東区内を行進した組合員さんにお話しを伺いました。
(4面：東区コース 報告)

● 草の根の運動 ●

地域で草の根運動こそが大事だとの思いで、毎年、平和行進に参加しています。「核兵器のない世界にむけて」をスローガンに、名東区の一社から千種区の今池まで約7キロを行進しました。これからも参加し続けます。

サマー増資 キャンペーン中

出資金は組合員の願いを実現するために使われます。生協の自己資本比率を高め、安定した経営を行うことで、より安全・安心の医療・介護実現に近づきます。増資の協力をよろしくお願いいたします。

出資金の存在を ご存知ですか?

北医療生協では、加入時に出資金をお預かりしております。また、安定した経営のため出資金の増額を呼びかけています。「過去に出資した覚えはあるけどいくら出したか覚えていない」「出資金がいくらあるか知りたい」などございましたら、北医療生協事務局までお問い合わせください。
052-914-4554 (受付時間 平日午前9時~午後5時)

— お知らせ —

7・8月「医療とくらし」 合併にともなって

今年度は「医療とくらし」7月号と8月号を合併号とします。そのため、8月は休刊となります。今後とも、「医療とくらし」をご愛読のほど、よろしくお願い申し上げます。

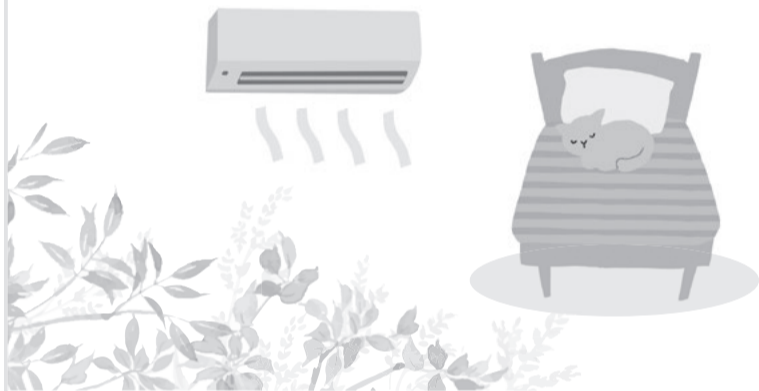
「こころ」の連載 22

梅雨明け、そして夏。

北メンタル・クリニック 事務長
幅しのぶ



今年も例外なく暑いですが、外に出ると焦げてしまいそうな……。
「夏はだるくて動けない」という方、いますよね～。
それは、睡眠が不足していることが多いです。
夜、蒸し暑くて寝苦しくはないですか？
エアコンかけ過ぎて冷え切っていませんか？
エアコンや扇風機を上手にを使って、快適な睡眠空間を作りましょう。
寝具やパジャマを見直すのも良いですね。
しっかり寝ることで、日中の活動がしやすくなり、食事もおいしく食べられます。
いろいろ工夫しても寝られずお困りの方は、気軽にご相談下さい。



北メンタル・クリニック
☎ (052) 912-2113

訪看情報メール便

訪問看護師になって

東部訪問看護ステーション 糟谷 千花

私は訪問看護師となってもまもなく半年が過ぎようとしています。

病院で治療を受けている患者様は、当然ですが緊張や不安でいっぱいな様子でした。一方ご自宅で過ごされる利用者様は、治療と向き合いながらも肩の力が抜け、とても表情が豊かでリラックスされていると感じます。

家のぬくもりや家族の気配を感じられる事が人に与える影響の大きさを改めて実感しました。

そんなご自宅で安心して生活が続けられるよう、毎日笑顔で訪問に向かいたいと思います。



北医療生協 東部訪問看護ステーション ☎ (052) 726-9220

ケアマネ日誌

14



総合事業の 基本チェックリストってなに？

ケアマネジャー統括マネジャー 大曾 恵子

介護が必要な状態にならないように総合事業（介護予防・日常生活支援総合事業）という介護予防の取り組みがあります。買い物や掃除などをヘルパーさんに手伝ってほしい、デイサービスみたいなところで運動がしたいなど思われる方は、身体の状態に応じて必要なサービスが受けられます。その際、行われるのが、「基本チェックリスト」です。

日常の生活の状況や心身の状態を25項目とその他お尋ねする13項目の質問により、いくつかの項目に当てはまる方は、「事業対象者」として認定され、総合事業のサービス（訪問介護、デイサービス、配食サービス）を受けることができます。介護認定と違い、すぐに結果がでるのでサービス開始までに時間があまりかかりません。

ただ、その方の状態にあった必要なサービスは様々です。すべてがサービスに繋がるわけでもありません。まずは、いきいき支援センターやケアマネジャーに相談していただきたいと思います。



北医療生協指定居宅介護支援事業所
☎ (052) 916-0343

今日からできるリハビリ体操

連載115

北病院 リハビリテーション科 理学療法士
矢島 武



ラジオ体操を正しくマスターして体力アップ!

ラジオ体操第一の動きをしっかり行えば十分な運動になります!

胸を反らす運動 背筋を十分に伸ばして、良い姿勢をつくる運動

●運動内容



①腕を下から横に振り上げます。始めは真横辺りまで振り上げます。



*膝を曲げてしまうと十分な運動になりません。
*胸を反らす運動という事を忘れないようにしましょう。



②一度戻してから今度は大きく斜め上に広げます。この動作を4回繰り返します。



*手のひらは写真のようにしましょう。だらんとしてしまうよりも胸が反らしやすいです。

*注意点
モデル：下條 奈々

小児コーナー

子ども医療費助成制度について

北病院 総合サービス課 高井 萌絵

名古屋市では18歳に到達した年度末までに病院などで受診した医療費の自己負担額を助成しています。愛知県内の病院などで受診するときに健康保険証とともに子ども医療証を窓口提出すると、医療費(保険診療分)の自己負担額が助成され無料の取り扱いとなります。

なお、限度額認定証等をお持ちの場合や、ほかの公費助成制度で受給者等の交付を受けている方は、当該受給者証等も一緒にお出しください。

ただし、入院時の差額ベッド代、健康診断、予防接種、文書料など保険診療の対象とならない費用や入院時の食事負担(標準負担額)などは助成されません。

自治体ごとに異なりますので、詳しくはお住まいの市町村へご確認ください。
参照：名古屋市HP


北病院 耳より情報

口の中にもカビ？

北病院病棟看護師
摂食嚥下障害看護認定看護師
永井 浩美

みなさんは口の中にもカビが生えるのをご存知でしょうか？口の中に生えるカビは季節によるものではなく、体調や内服薬、口の動きなどが深く関係します。

口の中に生えるカビの一つにカンジタ菌があります。症状は口の中の頬・舌・唇に点状や線状、斑紋状の白色の苔(コケ)のようなものが付着する場合と、口腔粘膜が赤くはれて痛みを伴う場合があります。カンジタ菌はもともと口の中に常に存在する菌(常在細菌と言います)です。普段、体調が良い時は感染せずに済んでいますが、体調が悪くなり免疫力が下がった場合や、口腔内が汚れて乾燥すると感染しやすくなります。また口の中が汚れることで、寝ている間にそれを誤嚥して誤嚥性肺炎となることもあります。普段からも大切ですが、病気になった時こそ口の中をきれいにすることを心掛けましょう。




ナース♥hotline ホットライン

奨学生のつどい

看護師・看護学生対策担当 山田 綾乃

5月20日(土)に奨学生のつどいを行いました。内容は、法人紹介(北医療生協の取り組み)・病院紹介(病院の施設案内や病棟看護師の1日のスケジュール説明)・病院見学(外来・病棟・デイケア)を行いました。北病院見学を終えた奨学生たちは「病棟が明るくて広い！実習に行った病院は病室も暗くて狭かったので、療養環境としてとてもいい！」「4人床で1ベッドに1つ窓がついている病院はあまりない。スタッフステーションも広くて仕事がしやすそう！」と、看護学生ならではの目線で感想を話してくれました。

参加
職員 2名
学生 2名



看護師募集中 問い合わせは
☎(052)915-2301 担当 井指

先月、口腔乾燥症の原因について書きましたが、今回は治療について説明していきます。

①シエーグレン症候群などの自己免疫疾患が原因の場合、耳鼻咽喉科、腎臓内科などで唾液分泌を促進する薬が処方されます。漢方薬も効果的であることもあります。

糖尿病などの代謝性障害が原因の場合、原因となっている病気をまずは治療し、改善するまでは人工唾液、保湿ジェル、保湿スプレー、食前のうがいなどで対処することとなります。

②唾液分泌を抑制するような薬(抗精神薬、抗アレルギー薬、胃薬など)が原因の場合、主治医にご相談ください。

③加齢が原因の場合、唾液を作ることができないため人工唾液、保湿ジェル、保湿スプレー、食前のうがいなどで対処することとなります。

④ストレスによる場合、適度な運動、睡眠を取り自律神経を整えてください。

また、ガムを噛むこともお勧めします。

⑤口呼吸、睡眠時無呼吸の方は、耳鼻咽喉科、呼吸器内科への受診をお勧めします。

口の中の相談室

今回の相談は…

最近、口が乾くのですがどうしたらよいですか？

Part ②



北生協歯科 きがのりふみ
歯科医師 木賀 紀文

おしゃべり広場

守山区西島町 渡邊 二美子さん
すこしおレシ
ピの懐かしい味を作ってみました。
歯の治療中の為、
ごぼうをピーラー
でこそげて水には
なし、あくを取っ
て二人分の材料で
味付けをして、本当に懐かしい味で美味い一品が出来ました。次に作る時は、色どりに人参を入れてみようと思います。

春日井市林島町 川口 通子さん
今日からできるリハビリ体操。すこしおレシ。いつも参考にしています。ありがとうございます。

北区成願寺 吉田 博さん
リハビリ体操は簡単でいつも参考に
なります。

守山区茶臼前 ゆるる
正しいラジオ体操って難しいですね。腕を回すとき、かかどが上がってしまいます。たった3分。されど3分。無理なく続けたいです。

北区中味碗 古瀬 和江さん
毎月医療とくらしを楽しみにしております。クイズ、料理を特にです。パズルはボケ防止になります。もう少し難しくてもよいような気がします。よろしくね。

ミッキーのママ
QRから初めて投稿します。不慣れたスマホ。やってみなければいつまで経ってもできないから。脳トレでもあります。

東区前浪町 山下 信子さん
広島へ持っていったら千羽鶴づくり。1人25枚の色紙が配られました。私が折るのは、もっぱら地下鉄の中。そして、近くの集会所に集まって、糸を通す作業です。手を動かすついで、おしゃべりを楽しみました。40本できあがり、集めるときれいなこと!!平和な世になってほしいです。

西区ブロック
5/31 WHO
世界保健デー
**市政資料館
ウォーキング**

世界保健デーの取り組みとして西区ブロックでは、市政資料館ウォーキングを行いました。市政資料館を訪れた後は、主税町の辺りを歩きました。名古屋の歴史を感じ、皆さん思い出話に花を咲かせていました✳

参加
21名



一次回の予定ー
子どもフェスタ
内容：おかしつり、射的など
日時：8月28日(月) 午前10時～正午
※詳しくは6面を
チェック

6/4 あいち平和行進 東区コース 報告

折り鶴にあふれた行進

参加
19名

東区コースは折り鶴にあふれた行進となりました。東区西支部の村瀬さんは、一人で9000羽の鶴を折り、千羽鶴にして参加しました。東区東支部では、4月～5月に40名に呼びかけて鶴を折り、6/3に8人で集まった鶴を千羽鶴にして平和行進に参加しました。
東区東支部 東 雅明



あいあい子どもネットワーク 報告

万華鏡を作ろう!

参加
23名

日にち：5月20日(日) 場所：小幡緑地西園

今回はトイレットペーパーの芯・ビーズ・折紙・プラ板などを使用して、唯一無二の万華鏡を作りました。心配そうに見守る親と真剣に取り組む子どもたちの表情は対照的です。万華鏡を作り上げた子どもたちに、「見せてもらっていい?」と言うと「いいよ!」と満足げな顔で手渡してくれました。同じ模様が出て来ないところが万華鏡の魅力! みなさんもご家庭で作ってみませんか?



一次回の予定ー

7月29日(土) 午前10時30分～
内容：竹で水鉄砲を作って遊ぼう!
場所：小幡緑地西園 管理棟内
共催：小幡緑地管理事務所
参加費：無料 定員：30名(抽選)

要事前申込
申込みは
こちらから▶



名古屋市楠図書館&あじまブロック共催

参加
17名

健康寿命を伸ばす秘訣!

学習会「オーラルフレイル手筋を知っていますか」報告



北生協歯科の歯科衛生士を講師におこなった学習会。会場は参加者でいっぱい! 口の筋肉を鍛える体操や唾液で口を潤すマッサージ法など、実践を交えた講座は「楽しい」「知らないことが多かった」と感想が寄せられました。

図書館さんも書籍コーナーを設置し、大変好評でした。

次回の予定

夏休み宿題おうえん /
～ やさいのチカラ ～

8月19日(土) 午前11時20分～正午
内容：ベジチェック・管理栄養士のおはなし
対象：小学3～6年生 先着8名
申込：7月27日(木) から楠図書館にて受付



*詳しくは6面をチェック!

高まる体や健康
に関する話題

私たちのまわりで高まる体や健康に関する話題。そこで、2021年7月に高蔵寺ニュータウン班を立ち上げました。第1回目は「体組成計チェック」をおこない、20名以上の参加。結果に一喜一憂、情報交換で盛り上がりました。今年5月で7

**いきいき
班紹介**

春日井東支部
高蔵寺ニュータウン班
佐々木 公子さん



お口の学習会

回目の班会となりますが、今までの「パタカラ」「オーラルフレイル」「お薬の話」など講師の熱のこもった説明、質問への誠実な回答は得難い場です。

**すこしお
レシピ**

No.206
(1人分) 80kcal
塩分0.6g

白菜とりんごのサラダ



作り方

- 1 白菜は縦に3～4等分して小口切りして、水につけてぱりっさせ、ザルに上げしっかり水を切る。りんごは薄いちょう切りにして、塩水につけてしっかり水切りをする。
- 2 サラダ油、酢、粒マスタード、しょう油でドレッシングをつくる。
- 3 白菜とりんごを、ドレッシングで和える。

材料(2人分)

- 白菜… 2枚(150g～200g)
- りんご… 1/2個
- 貝割れ… 1/4パック
- オリーブ油… 大さじ1/2
- 酢… 大さじ1
- 粒マスタード… 小さじ1
- しょう油… 小さじ1/2

水気をしっかり切ることが減塩につながります。

健康づくり
委員会主催

平和公園 ウォーキング

参加
47名

報告

爽やかな5月のはずが暑い。5月20日(土)
「平和公園ウォーキング」が行われました。
準備体操をして総勢47名で出発!!

リンゴを落としたり下まで転がってしまう程の急な坂道を上った先では前日の雨でキラキラ
輝く新緑のシャワーを浴び、平和堂の丘でしばし休憩。ここからの守山、尾張旭方面の眺め最高!!
やすらぎの塔に立ち寄り、尾張徳川家第7代藩主徳川宗春の墓など各人のペースで散策し、
約6000歩、お墓だけでなく見どころいっぱいの公園を皆さん元気に歩きました。



みんなで出発前の準備体操!!



新緑のシャワーを
浴びながら
ウォーキング!

「ちょっとヘルスアップ」 夏です。暑いです。運動しますか?



北病院
リハビリテーション科
理学療法士 矢島 武

なかなかしませんよね。歩け歩けてよく言われますけど、夏の屋
間に歩いていたら倒れてしまいます。冷房の効いた部屋でテレビでも
観てる方がいいですね。今どきはネットで何でも出来ますしね。

ピンポン。あ、届いた。

まずいですっ。クレイジー直線ですっ。
やっぱり軽くていいので運動しましょう。

さて、いつやりましょう。よく聞くのが、夕方の気温が下がっ
てから、ですね。気温が上がる前の朝方でももちろんいいと思
います。熱中症は10時～18時に多く発生しているとの資料もあ
るみたいです。気温が24℃未満であればほぼ安全とも言われて
いますが、湿度が高い時は要注意ですよ。

行く手段があれば、気温や湿度を気にしないで済むショッピ
ングセンターとかで歩くのも良いかもしれませんね。休む場所も
しっかりありますし。

ただ、冷房の効いた部屋に居続けるのも体に良くないって言
いますよね。でも熱中症になるよりは良しとしましょう。歩け歩
けはショッピングセンターとか環境のいいところでしっかり歩
いて、気温が落ち着いてきた時間帯に公園のベンチとかで外の空
気に当たる、とかでもいいかもしれませんね。

水分補給も大事です。これもよく聞くとと思うのですが、こまめに補給しまし
ょう。でも、こまめってどのくらい?色々情報はありますが、運動前にコップ一杯、
運動後にもコップ一杯。そして喉が渇く前にコップ一杯、ですかね。



しかし、水、だけではダメで、塩分等も必要です。スポ
ーツドリンクや、熱中症対策用のタブレットとかで、水以
外にも体に必要なものを摂取しましょう。でも、飲み過
ぎ摂り過ぎとかには注意してくださいね。

まずは無理をしないことです。汗がダラダラ出ても
うような運動は避け、程よいと感じることので
きる運動をしましょう。

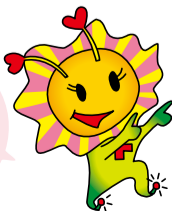
運動の内容は、やはり歩くのが良いですね。
ラジオ体操もちろんおすすめです。夏だから
盆踊りの練習というのもいいかもしれません。

暑い夏、健康に、安全に、お過ごしください。



ペンネーム：かめぼんさん
東山動植物園内で「カルミア」の
蕾(つぼみ)が膨らんで花も咲
き始めました。美味しいそうな
蕾(つぼみ)で毎年楽しみです。

いいね!



ペンネーム：くらっかさん
「ラッキー・ドクダミ」



わたしの
こりゃいいね!
大募集

「医療とくらし」
投稿フォーム

こちらからでも
投稿できます



郵送先 〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町1-20-2
すまいるハートビル2階 事務局「医療とくらし」係
FAX 052-918-0235 ※作品の返却はできないことをご了承ください。



★コロナウイルス感染予防のため、企画参加の際は以下の点にご留意ください。

- ① 平常時の体温と比較して、熱がないことや咳、のどの痛み等の症状がないことを確認してご参加ください。
- ② 同居の方で陽性が疑われる人がいる、自身が濃厚接触者の場合、参加をご遠慮ください。
- ③ マスクの着用は任意としますが、屋内での企画等はマスク着用を推奨します。

左記の3点を必ずご確認いただきご参加ください

なお、院所事務所の組合員ルームなど、患者様、利用者様との接触がある場所については、マスクの着用をお願いします。

主催：わかばブロック

スマートフォン講座 ～初級編 LINEアプリの使い方～

日時：2023年7月10日(月) 午前10時～11時30分頃
 場所：生協わかばの里 ひだまりひろば
 内容：LINEアプリの簡単な使い方。
 当日は友達登録の仕方やメッセージ・写真の送信の仕方など、LINEアプリの基本的な使い方を学びます。
 参加費：無料
 持ち物：スマートフォン(LINEアプリをダウンロードしておこしください)
 定員：6名 ※事前予約必須。



申し込み・問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
 北医療生協 事務局 ☎052-914-4554(森川)

主催：北病院ブロック

「まちかど健康チェックinそよら」

日時：7月14日(金) 午後1時30分～2時30分
 8月11日(金) 午後1時30分～2時30分
 場所：そよら上飯田(イオン) 2階エスカレータ上がったところ
 内容：血圧、握力チェックなど

問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
 北医療生協 事務局 ☎052-914-4554(神農)

わかばブロック 親子企画

竹 de 水鉄砲づくり

日時：7月22日(土) 10時～11時30分
 場所：生協わかばの里 ひだまりひろば
 内容：竹の水鉄砲をつくります。
 作ったらみんなで一緒に打って遊びましょう♪
 定員：10組(20名) ※事前申込制
 参加費：100円(参加者1人につき)
 持ち物：的づくりをしますので、1人につき1つずつ牛乳パックをご用意下さい。



申し込み・問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
 北医療生協 事務局 ☎052-914-4554(森川)

名古屋市楠図書館 & あじまブロック共催

まちかど健康チェック

日時：8月19日(土) 午前10時～11時5分
 場所：楠図書館 2階集会室
 参加費：無料
 申込：不要

ベジチェック
骨密度チェック

(当日、午前9時30分から整理券を配布します)

*ベジチェックとは：

コープあいちさんご協力

手のひらをセンサーにあて、約30秒で、推定野菜摂取量をチェックするものです。

問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
 北医療生協 事務局 ☎052-914-4554(松島)

リボンの会・お茶会

5月26日8人の参加がありました。
 参加人数が減ってきている中、継続に思案しているときでした。心身ともにもつらい状態にもかかわらず「経験者の意見を聞きたい」と初参加者がありました。一人ひとりの体験談が彼女の心に響いたと思います。この回の大切さも心に伝わってきました。 佐々木うのえ

次回は7月28日(金) 14時から ワイワイルーム

西区ブロック主催

夏休み子どもフェスタ

ポッチャ・モルック・射的・おかしつり・工作コーナーなどが楽しめます♪
 宿題が終わっていない子も、宿題を教えてもらえるよ！
 家族やお友達と一緒に遊びにきてね♪

日時：8月28日(月) 10時～12時
 場所：城西コメン1F(西区城西4丁目2-21)
 参加費：無料
 申込締切：8月21日(月)



↑参加申し込みはこちら↑

問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
 北医療生協 事務局 ☎052-914-4554(阿部)

名古屋市楠図書館 & あじまブロック共催

夏休み宿題おうえん

「やさいのチカラ」

日時：8月19日(土) 午前11時20分～正午
 内容：コープあいちさんの協力によるベジチェック
 北医療生協の管理栄養士さんのおはなし
 対象：小学3～6年生8名 先着順
 申込：7月27日(木) 楠図書館窓口受付 午前9時30分～
 楠図書館電話受付 午前10時～

事前申込
先着8名

申し込み：楠図書館 ☎052-903-8653

北医療生協
無料法律相談

なるべく早く相談をお受けできるよう、相談希望日をお聞きし、弁護士との日時の調整を行っています。申し込みの際には、希望日時をお伝えください。

予約制のため、申し込みは事前に電話で。

☎(052)914-4554
(組織担当課)くらしの委員会

■会場 名古屋北法律事務所
(地下鉄「平安通」下車すぐ)

住所：名古屋北区平安2-1-10
第5水光ビル3階

■ちくさ事務所
7月4日、名古屋北法律事務所、ちくさ事務所は左記の場所へ移転しました。
〒464-0074
名古屋市千種区仲田一丁目15番8号 NTビル7階
電話 052-745-2227
FAX 052-745-2228

生活に関わるお悩み、気軽に相談ください
「くらし支える相談センター」
052191617702 平日13時～17時

為等を禁止するとともに
 義務づけ、不除去や靈感等による知見を用いた勧誘、借入れや自宅等の処分によって寄付のための資金を調達することを要求する行為等を禁止するとともに



法律の
現場から

201

「旧統一教会による高額寄付強要問題と不当寄付勧誘防止法」

弁護士 長谷川 一裕

安倍総理の銃撃事件は、旧統一教会による高額献金被害を浮き彫りにしました。令和4年の臨時国会で成立し、本年6月1日から全面的に施行された不当寄付勧誘防止法は、被害の救済に向けた第一歩として評価できます。同法は、寄付を勧誘する場合には、寄付者や家族の生活の維持を困難にすることがないよう配慮することを義務づけ、不除去や靈感等による知見を用いた勧誘、借入れや自宅等の処分によって寄付のための資金を調達することを要求する行為等を禁止するとともに

外来診療担当医のご案内 2023年7月

●診療時間外でも急病でお困りの場合は、北病院へご連絡ください。 ●診療は予約制です。電話での予約も受付けています。詳しくは職員におたずねください。
●医師の学会・出張等で変更することがありますので、ご了承ください。 ●予約時間は診療開始の時間となっておりますので、予約時間の5分前までに受付におこしください。

北病院 ☎(052)915-2301 名古屋市北区上飯田南町2-88 **お知らせ** 禁煙外来は、治療薬がメーカーの都合により出荷保留となっているため、新規予約は、当面中止いたします。

■受付時間…午前8時～午後7時30分まで。
◆当日午前診療のご予約は、ご来院では午前8時から・お電話では午前8時30分からの受付となります。
◆木曜日午前内科佐々木医師は呼吸器専門です。ぜひご利用ください。
◆小児科と耳鼻科の午前予約を希望される方は、電話予約を前日は午後11時まで、当日は午前7時からお受けいたします。
●通所リハビリ・訪問リハビリ…月～土曜(祝休日除く)で実施しています。

	内科			小児科			整形外科			皮膚科	耳鼻咽喉科		専門外来	
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午前	夜間	午後	夜間
	午前9時～11時30分	午後3時～4時	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午後1時30分～4時	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午後1時30分～3時45分	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午前9時～11時30分	午後5時30分～7時30分	—	午後5時30分～7時30分
月	高木 山近 小倉 門脇	胃カメラ 金倉	—	腰山 国井	森	3日和田 10日堀田 24日堀田 31日和田	加藤芳 (第1月曜のみ)	—	浅井	—	中山裕	横井	糖尿病 10日・24日 日野	神経 3日 前嶋
火	腰山 小倉 山本 村田	胃カメラ 山近	—	—	森 (11日 坂本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～14時] 一般外来 [14時～17時] 山本	—	浅井	—	山本	吉岡 (18日 休診)	—	大腸検査 山近 器具外来 16時～17時 浅井	—
水	門脇 山近 腰山 高木	—	—	—	森 (12日 山本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～15時] 森 [14時～16時] (12日・19日 川口乳健なし)	—	—	—	—	—	—	—	—
木	腰山 小倉 高木	呼吸器外来 佐々木 (第1木曜日 のみ)	—	山近 北村 多和田	坂本	アレルギー外来 [13時30分～16時30分] 坂本	森	加藤芳	—	鈴木	—	吉岡	高山	物忘れ外来 山田 (13日 休診)
金	小倉 門脇 山際 山近	胃カメラ 腰山	—	—	7日太田 14日 森 21日太田 28日 森	乳幼児健診・予防接種 [14時～15時] 一般外来 [15時～17時15分] 山本	—	—	—	—	志賀	車	—	往診山際 午後診療 高木 甲状腺内分泌 7日 井土
土	1日山近・山田・松田 8日成定・腰山・洪 15日山近・山田・松田 22日成定・腰山・洪 29日腰山・山田・松田	胃カメラ (1日 山本 15日 指宿)	—	—	1日矢嶋 8日 森 15日成瀬 22日川口 29日 森	—	—	—	—	—	—	1日犬飼 8日丸尾 15日丸尾 22日犬飼 29日犬飼	—	—

あじま診療所 ☎(052)901-3011 名古屋市北区楠味鏡3-1001-1

■受付時間…午前8時45分～午後7時30分まで
(水曜日は午後4時30分まで、土曜日は午後0時30分まで)

■午前の診療時間…午前9時～11時30分
■夜間の診療時間…午後5時30分～8時(水曜・土曜の夜は休診です)

専門外来
■もの忘れ外来…毎週水曜日(午後1時30分～)
■乳児健診・予防接種…毎週月曜日(午後1時30分～3時40分)
●定期訪問診療(火・水)

(介護保険)デイケアあじまルーム 大橋・森川まで
■実施日…毎週 月・火・水・木・金・土 (午前9時45分～午後4時)
■お試し参加できます ■介護保険の利用負担と昼食代500円のみ

	内科			小児科		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
月	岡島 (総合内科)	—	18:00～ 平川 内藤 (3日)	坂本	乳児健診・予防接種 13:30～15:40	菊井
火	塚本 (総合内科)	—	18:00～ 内科医師	坂本 森 (11日)	—	小栗 (4-18日) 後藤 (11日) 森 (25日)
水	鈴木貴 13:30～ もの忘れ外来	—	—	坂本 小林 (12日)	—	—
木	宮城 (循環器内科)	—	国井 (総合内科)	小栗	—	18:00～ 増田 太田 (13-27日)
金	成定 (7-21日) 岡島 (14-28日)	—	国井	谷口 (新生児・発達)	—	坂本
土	廣部 (総合内科) 山田 (8日) 野 (22日) 内科医師 (29日)	—	—	坂本 (1-8-29日) 小栗 (15日) 森 (22日)	—	—

あじま診療所歯科 ☎(052)902-6356 名古屋市北区楠味鏡3-1001-1

■診療時間…月・水・金・土 午前9時～午後0時30分 午後2時～4時30分
火・木 午前9時～午後8時 往診は月・木(午後)

■歯科医師 助川よ、金澤、木賀、森 ●予約制です。急病の時は随時治療
■最終受付は診療時間終了の30分前までです。 します。電話にてご連絡ください。

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○ (5-19日午後休診)	○	○	○
夜間	—	—	—	—	—	—

生協もりやま診療所 ☎(052)795-5885 名古屋市守山区小幡3-8-10

■診療時間…午前 午前9時～11時30分
夜間 午後5時30分～7時30分
(内科は火曜日は午後5時45分～)

■電話予約…午前8時30分～
初めての方でも、電話でご予約できます。

■乳児健診…火・木・第1・3・5金曜日の午前、第1・3土曜日の午前、小児診療で実施しています。

■予防接種…通常の診療時間で行なっています。

(介護保険)デイケアあいあい 水野まで
■実施日…月～土曜(祝休日除く)
■お試し参加できます。
送迎あり・食事あり(食事代無料!)
■介護保険の利用負担と昼食代390円のみ

	内科		小児科	
	午前	夜間	午前	夜間
月	大竹 (消化器)	玉腰 (神経内科)	内科医師	増田 (3-31日) 森 (10-24日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (後日) (4-18日)	山田 (呼吸器)	小林 (小児アレルギー)	内科医師
水	大竹	休診	内科医師	休診
木	門脇 (糖尿病)	高田 (内科全般)	小林 (小児全般)	高田 (小児全般)
金	大竹	大竹	小林 (7-21日) 縣 (14-28日) (小児アレルギー)	内科医師
土	谷澤 (1-15-22日) (呼吸器) 大竹 (8-29日)	休診	山本 (1-15日) (小児全般)	休診

注:小児科医師が診察に入らない日は内科医師が小児科を診察をします。
※学会等の出席により、医師が変更になることがありますので、ご了承ください。

北生協歯科 ☎(052)915-7710 名古屋市北区上飯田北町1-20 すまいるハートビル1階

■診療時間…月・水・土 午前9時～午後0時30分
午後2時～5時
火・木・金 午前9時～午後8時
往診は火(午後)水(午前)

●予約制です。急病の時は随時治療します。電話にてご連絡ください。

■歯科医師 久野、助川さ、金澤、木賀、森、鈴木

■最終受付は診療時間終了の30分前までです。

	一般・小児		
	午前	午後	夜間
月	○	○	—
火	○	○	—
水	○	○ (5-19日 午後休診)	—
木	○	○	—
金	○	○	—
土	○	○	—

北メンタルクリニック ☎(052)912-2113 名古屋市北区上飯田北町1-20 すまいるハートビル4階

■診療時間…午前8時50分～12時
午後 午後1時50分～3時30分
■夜間 午後4時50分～7時

	午前	午後	夜間	初診 (要予約) (14～ 15:30)
月	林	—	—	—
火	林	井上	井上	林 井上
水	井上 林	—	—	林 (井上)
木	井上	—	—	井上
金	井上	—	林 (7日休診 代診あり)	井上
土	井上 (22日休診 午後代診あり) 林 (8日休診)	井上 (22日休診 午後代診あり)	—	—

日曜・祝日は休診です。
初診は予約が必要です。お電話にてご予約ください。午前や夜間の初診をご希望の方はご相談ください。診療体制の変更等、最新情報はホームページで確認できます。6月より予約制となります。お電話にてご確認の上ご来院下さい。

- 生協わかばの里介護老人保健施設 ☎(052)914-4121
- 北医療生協訪問看護ステーション ☎(052)911-2421
- 北医療生協東部訪問看護ステーション ☎(052)726-9220
- 北医療生協ヘルパーステーション ☎(052)919-0651
- 生協あじまの家デイサービス ☎(052)909-4155
- 生協あじまの家グループホーム ☎(052)909-4188
- 西区くらしのセンター(デイサービス) ☎(052)529-2251
- こころくらしのサポートセンター(ないろ) ☎(052)910-8077

外来診療担当医のご案内 2023年8月

●診療時間外でも急病でお困りの場合は、北病院へご連絡ください。 ●診療は予約制です。電話での予約も受付けています。詳しくは職員におたずねください。
●医師の学会・出張等で変更することがありますので、ご了承ください。 ●予約時間は診療開始の時間となっておりますので、予約時間の5分前までに受付におこしください。

お知らせ: 8月15日(火)は休診となります。急患の方は北病院で対応いたします。お電話でご相談ください。

北病院

☎(052)915-2301 名古屋市北区上飯田南町2-88

お知らせ

禁煙外来は、治療薬がメーカーの都合により出荷保留と
なっているため、新規予約は、当面中止いたします。

■受付時間…午前8時～午後7時30分まで。

◆当日午前診療のご予約は、ご来院では午前8時から・お電話では午前8時30分
からの受付となります。

◆木曜日午前内科佐々木医師は呼吸器専門です。ぜひご利用ください。

◆小児科と耳鼻科の午前予約を希望される方は、電話予約を前日は午後11時まで、
当日は午前7時からお受けいたします。

●通所リハビリ・訪問リハビリ…月～土曜(祝休日除く)で実施しています。

	内科			小児科			整形外科			皮膚科	耳鼻咽喉科		専門外来	
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間	午前	午前	夜間	午後	夜間
	午前9時～11時30分	午後3時～4時	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午後1時30分～4時	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午後1時30分～3時45分	午後5時30分～7時30分	午前9時～11時30分	午前9時～11時30分	午後5時30分～7時30分	—	午後5時30分～7時30分
月	高木山近小倉門脇 (14日なし) 胃カメラ 金倉 (14日 腰山)	—	腰山 国井	森	—	7日 山本 14日 堀田 21日 堀田 28日 和田	加藤芳 (第1月曜のみ)	—	浅井	—	中山裕	横井	糖尿病 14日・28日 日野	神経 7日 前嶋
火	腰山 小倉 山本 村田 胃カメラ 山近	—	—	森 (8日 坂本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～14時] 一般外来 [14時～17時] 山本	—	—	浅井	—	山本	吉岡 (29日 休診)	—	大腸検査 山近 装具外来 16時～17時 浅井	—
水	門脇 (30日なし) 山近 腰山 高木	—	—	森 (9日 山本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～15時] 森 [14時～16時] (9日・16日 川口乳健なし)	—	—	—	—	—	—	—	—	—
木	腰山 小倉 高木 呼吸器外来 佐々木 (第1木曜日のみ)	—	山近 北村 多和田	坂本	アレルギー外来 [13時30分～16時30分] 坂本	森 (10日 山本)	加藤芳 (31日 休診)	—	鈴木	—	吉岡	高山	物忘れ外来 山田	—
金	小倉 門脇 山際 山近 胃カメラ 腰山	—	—	4日 太田 18日 太田 25日 森	乳幼児健診・予防接種 [14時～15時] 一般外来 [15時～17時15分] 山本	—	—	—	—	志賀	車	—	往診 山際 午後診療 高木 甲状腺内分泌 4日 井土	—
土	5日山近・山田・松田 12日成定・腰山・洪 19日山近・山田・松田 26日成定・腰山・洪 胃カメラ (5日 高山 19日 山本)	—	—	5日矢嶋 12日成瀬 19日成瀬 26日川口	—	—	5日杉浦 12日藤林 19日千田 26日代務	—	—	—	5日犬飼 12日犬飼 19日丸尾 26日丸尾	—	—	—

あじま診療所 ☎(052)901-3011

名古屋市北区楠味鏡3-1001-1

■受付時間…午前8時45分～午後7時30分まで (水曜日は午後4時30分まで、土曜日は午後0時30分まで)

■午前の診療時間…午前9時～11時30分
■夜間の診療時間…午後5時30分～8時(水曜・土曜の夜は休診です)

■専門外来
●もの忘れ外来…毎週水曜日(午後1時30分～)
●乳児健診・予防接種…毎週月曜日(午後1時30分～3時40分)
●定期訪問診療(火・水)

(介護保険)デイケアあじまルーム 大橋・森川まで
■実施日…毎週月・火・水・木・金・土(午前9時45分～午後4時)
■お試し参加できます ■介護保険の利用負担と昼食代500円のみ

	内科			小児科		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
月	岡島 (総合内科)	—	18:00～ 平川 内藤 (7日)	坂本	乳児健診予防接種 13:30～15:40	菊井
火	塚本 (総合内科)	—	18:00～ 内科医師	坂本 森 (8日)	—	小栗 (1・29日) 後藤 (8日) 森 (22日)
水	鈴木 貴 (13:30～もの忘れ外来)	—	—	坂本 小林 (9日)	—	—
木	宮城 (循環器内科)	—	国井 (総合内科)	小栗 福田 (10日)	—	増田 (3・17・31日) 太田 (10・24日)
金	成定 (4・18日) 岡島 (25日)	—	国井	谷口 (新生児・発達)	—	坂本
土	廣部 (5・19日) 山田 (総合内科) (12・26日)	—	—	小栗 (5日) 坂本 (12・19日) 森 (26日)	—	—

あじま診療所歯科 ☎(052)902-6356

名古屋市北区楠味鏡3-1001-1

■診療時間…月・水・金・土 午前9時～午後0時30分 午後2時～4時30分
火・木 午前9時～午後8時 往診は月・木(午後)

■歯科医師 助川よ、金澤、木賀、森 ●予約制です。急病の時は随時治療
■最終受付は診療時間終了の30分前までです。 します。電話にてご連絡ください。

歯科	月	火	水	木	金	土
	午前	○		○		○
午後	○	○	(2・16日午後休診)	○	○	○
夜間	—		—		—	—

生協もりやま診療所 ☎(052)795-5885

名古屋市守山区小幡3-8-10

■診療時間…午前 午前9時～11時30分
夜間 午後5時30分～7時30分 (内科は火曜日は午後5時45分～)

■電話予約…午前8時30分～初めの方でも、電話でご予約できます。

■乳児健診…火・木・第1・3・5金曜日の午前、第1・3土曜日の午前、小児診療で実施しています。

■予防接種…通常の診療時間で行なっています。

(介護保険)デイケアあいあい 水野まで

■実施日…月～土曜(祝休日除く)

■お試し参加できます。

送迎あり・食事あり(食事代無料！)

■介護保険の利用負担と昼食代390円のみ

	内科		小児科	
	午前	夜間	午前	夜間
月	大竹 (消化器)	玉腰 (神経内科)	内科医師	増田 (7・21日) 森 (14・28日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (検診) (1日)	山田 (呼吸器)	小林 (小児アレルギー)	内科医師
水	大竹	休診	内科医師	休診
木	門脇 (糖尿病)	高田 (内科全般)	小林 (小児全般)	高田 (小児全般)
金	大竹	大竹	小林 (4・18日) 縣 (25日) (小児アレルギー)	内科医師
土	谷澤 (呼吸器) 大竹 (12日)	休診	山本 (5・19日) (小児全般)	休診

注:小児科医師が診察に入らない日は内科医師が小児科を診察します。
※学会等の出席により、医師が変更になることがありますので、ご了承ください。

北生協歯科 ☎(052)915-7710

名古屋市北区上飯田北町1-20

すまいるハートビル1階

月・水・土 午前9時～午後0時30分
午後2時～5時

火・木・金 午前9時～午後8時
往診は火(午後)水(午前)

●予約制です。急病の時は随時治療します。電話にてご連絡ください。

■歯科医師 久野、助川さ、金澤、木賀、森、鈴木

■最終受付は診療時間終了の30分前までです。

	一般・小児		
	午前	午後	夜間
月	○	○	—
火		○	
水	○	○ (2・16日午後休診)	—
木		○	
金		○	
土	○	○	—

北メンタルクリニック ☎(052)912-2113

名古屋市北区上飯田北町1-20

すまいるハートビル4階

■午前 午前8時50分～12時
■午後 午後1時50分～3時30分
■夜間 午後4時50分～7時

初診(要予約) (14～15:30)

	午前	午後	夜間	初診(要予約)
	月	林	—	—
火	林	井上	井上	林 井上
水	井上 林	—	—	林 (井上)
木	井上	—	—	井上
金	井上		林	井上
土	井上 林 (26日休診)	井上	—	

日曜・祝日は休診です。
初診は予約が必要です。お電話にてご予約ください。午前や夜間の初診をご希望の方はご相談ください。診療体制の変更等、最新情報はホームページで確認できます。6月より予約制となります。お電話にてご確認の上ご来院下さい。

- 生協わかばの里介護老人保健施設 ☎(052)914-4121
- 北医療生協訪問看護ステーション ☎(052)911-2421
- 北医療生協東部訪問看護ステーション ☎(052)726-9220
- 北医療生協ヘルパーステーション ☎(052)919-0651
- 生協あじまの家デイサービス ☎(052)909-4155
- 生協あじまの家グループホーム ☎(052)909-4188
- 西区くらしのセンター(デイサービス) ☎(052)529-2251
- こころくらしのサポートセンター(ないろ) ☎(052)910-8077

子ども食堂

めいほくわいわい食堂	あじまわいわい食堂
にちじ 7月12日(水曜日)18時～19時30分 8月9日(水曜日) (19時までにおこしください)	7月15日(土曜日)11時30分～13時 8月5日(土曜日) (12時30分までにおこしください)
メニュー カレーライス (なくなり次第 終了)	
ばしよ 名北福祉会みなみ町福祉センター1階 ぼちぼち・ふらっとるーむ	楠地区会館2階
さんかひ こども0円 大人300円 高齢者200円	

上飯田みんなのフードステーション ※事前予約必要

にちじ 7月9日(日)・8月13日(日)
10時すぎ 準備でき次第配布～11時

ばしよ すまいるハートビル

1世帯につき1回までの申し込みをお願いしております。重複での申し込みは無効になりますので、ご注意ください。

ご予約された方は時間内に受け取りに来てください。時間が過ぎましたら予約は取り消しとなります。

■予約受付のご案内
QRコードを読み取り、フォームに必要事項を入力の上ご予約下さい。
こちらの URL からでも予約できます。
<https://forms.gle/aQ7v8QRi2JwSRkST9>
予約受付期間：7月1日(土)午前9時～7月3日(月)午後5時
8月1日(火)午前9時～8月3日(木)午後5時
※受付期間外では、予約受付フォームに繋がりにませんでご注意ください。

■事前予約システムを利用できない方へ
相談を受け付けますので、下記日時場所へお越しください。
日時：7月3日(月)14時～15時・8月3日(木)14時～15時
場所：ワイワイルーム
当日、予約数に余裕がある場合は予約も可能です。
事前予約はメールでの予約が優先しますのでご理解ください。
*なお、相談会にも来られない方で食料配付を必要とされる方は以下の日時に電話して下さい。
日時：7月4日(火)10時～11時・8月4日(金)10時～11時
電話番号：080-3636-5151

にじっこひろば わいわい

6月9日のにじっこひろば わいわいは6組の親子の参加があり、そのうち3組が初参加でした。みなさんににじっこひろばに来てくれているママさんからの紹介で参加してくれました。つながりの輪が広がっています♪一緒におもちゃで遊んだり、よみきかせを楽しみました。

7・8月の予定

- にじっこわいわい
毎週金曜日 10時～11時30分
ワイワイルーム 8月11日はお休み
- にじっこわかば
未定
- にじっこあじま
毎週金曜日 9時45分～11時15分
ゆうゆうルーム 8月11日はお休み
- チャイルドキャッスル
毎週火曜日 10時～11時30分
みんなの部屋 8月15・29日はお休み

詳しくは、北医療生協ホームページをご覧くださいか、
052-914-4554へお問い合わせください。

注意 ★当日体調の悪い方はご遠慮ください ★マスクを着用してください
★不測の事態に備えて参加者の名前・住所・電話番号を書いていただきます
上記の事を守っていただけない場合はご利用をお断りする事もあります。にじっこひろば・フードステーションを今後も継続するためにご協力をお願いします

第42回 みんなでかこうみんなで応募 生協強化月間行事

生協こどもの作品展

絵と習字

絵 自由画。
一人一点
こどもらしく
生き生きとした作品。

用紙・用具
●用紙は 四ツ切り画用紙(約38cm×54cm)
●用具は自由 (ただし油絵と貼り絵は除く)

タイトルをつけよう!
作品の裏に「絵のタイトル」を書いてください。

習字 学年別に
一人一点
指定した文字で楷書。

用紙・用具
半紙で、縦書きとします。

指定文字

(幼児)	(小学1年生)	(小学2年生)
くも	せみ	が あ お さ
(小学3年生)	(小学4年生)	(小学5年生)
ぼ 山 りの	い 美 海 し	の 自 風 然
(小学6年生)	花 線 火 香	

- ・作品は北医療生協事務局(2階)にお持ちください。
- ・応募資格 愛知県内生協組合員のお子さんで、幼児(4歳以上)から小学6年生まで。
- ・作品審査及び入賞作品発表
応募された作品は9月下旬までに審査し、それぞれの入賞作品を決定します。
入賞者には直接郵便でお知らせします。なお、応募作品はお返しできませんのでご了承ください。

応募締め切り 2023年8月27日(日)

申込・問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
北医療生協 事務局 ☎052-914-4554

北医療生協公式 LINE

よこのカギ

- 1 外が緑、中は赤い夏のフルーツは?
- 3 蝶などが幼虫から成虫になる準備期間
- 5 日本の夏は高温○○○
- 7 焼き具合で、一番生に近い
- 9 腰掛けるための家具
- 10 ご飯を炊く家電
- 11 短歌形式の古典詩、倭歌
- 12 南⇄
- 14 90センチ以上はメタボ?
- 16 食用とする野生の鳥獣
- 17 丑の日はうなぎ?

【応募要領】 答えを、ハガキ又はFAX(052-918-0235)で北医療生協事務局まで送ってください。または、北医療生協のホームページにある投稿フォーマットからも応募いただけます。

〒462-0802 名古屋市北区上飯田北町1-20-2 北医療生協「パズル」係
なお、「ひとこと」機関紙への感想や近況などお書き添えください。お寄せいただいた声は、おしゃべり広場で掲載させていただく事があります。締め切りは、7月25日です。正解者には抽選により記念品を進呈いたします。

たてのカギ

- 1 軒につるす昔ながらの日よけ
- 2 腕の付け根の部分、関節
- 3 硬貨は玉、紙幣は?
- 4 ビール会社の社長が始めた世界記録といえは
- 5 苦勞に苦勞を重ねること
- 6 聖徳太子の時代
- 7 行ったり来たりすること
- 8 旅に重宝された江戸時代の履き物
- 9 とても忙しいこと
- 10 フルーツ、オカリナ、尺八など
- 11 赤道が0度、北極や南極は90度

クロスワードパズル

1 2 3 4

5 6

7 8 9

10 11 12 13

14 15 16 17

答え

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

北メンタル
クリニック
事務長
幅しのぶ

【解き方】
クロス解いて「A～G」にはいる文字を順にならべて、できた言葉を答えてください。

ち	う	ふ	た	こ
ち	か	あ	お	ん
の	か	い	か	ん
ひ	ま	つ	ぶ	し
す	そ	ら	く	に
ま	う	だ	つ	み
ひ	む	る	き	こ

前回の答え かたつむり
(パズル応募数 58名)