

医療とくらし

1人は万人のために万人は1人のために

- 耳より情報 旬の食材 3P
- 西区くらしのセンター紹介② 4P
- 骨を強くするには? 5P
- 乳がん体験者の茶話会 リボンの会 8P

2024
9月号

No.542

7月末現在組織状況/組合員数40,435人 出資金1,386,248.5千円 平均出資額34,283円

ご紹介
します!

北医療生協

西区くらしのセンター

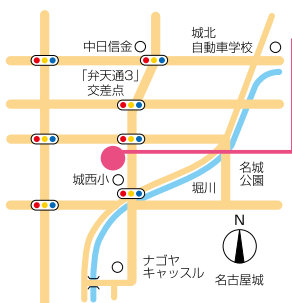
デイサービス城西
西区居宅介護支援事業所

西区くらしのセンター 外観

楽しく
運動中!天気いい日の
屋上は気分がいい!デイサービスの
利用者とお出かけ♪

管理者で作業療法士の浅野岳です。皆さんが楽しく元気に過ごしていただけることが目標です。午後に運動や歩行などその方の希望に合わせたプログラムを提供しています。ぜひご相談ください!

作業療法士 浅野 岳

厨房スタッフ
福島 和哉スタッフと
一緒に運動中!

場所：西区城西3丁目15-32

担当者：浅野、福田

営業時間：9:00～16:45

営業日：月曜から土曜、祝日も営業、盛夏休暇、年末年始休みあり

送迎範囲：西区、北区、中区

① デイサービス城西 ☎ 052-529-2251

② 西区居宅介護支援事業所 ☎ 052-522-2840

車での送迎、入浴、運動、食事などを提供します。介護スタッフ以外に、作業療法士と看護師がいます。対応の丁寧さ、手芸、レクリエーション、体操、安くておいしい手作り昼食(480円、破格!)に定評、自信があります。

ケアマネジャーのいる事業所もあり、介護相談についてもお受けできます。ぜひ一度ご見学に来てください。

サマー増資月間(出資金の増額)へのご協力ありがとうございました

7月1日～7月31日の間、みなさまのご協力で1758.8万円(2,266件)の出資金が集まりました。出資金は組合員の願いを実現するために使われます。出資金の増額は1年を通しておこなうことができます。引き続きのご協力をよろしくお願いいたします。

「こころ」の連載 ③④

北メンタル・クリニック WEB予約 はじめました



初診の方も
かんたん予約

※対象は成人の方のみとなります
初診の方は問診票の記入・送信をお願いします。
確認のため、受診前にご連絡させていただく場合がございます。

デイケア青空 いろいろ発表会 8/9開催

普段の練習の成果 オカリナなどの発表♪



19人が参加しました
美味しいお弁当もあり、
にぎやかな一日でした

訪看情報メール便

訪問看護の1日のスケジュールご紹介

北医療生協訪問看護ステーション 水野 あかり

私たちの朝は情報収集から始まります。午前中に2件訪問し休憩挟んで午後から3件、1日に5件ほど訪問しています。移動は徒歩、自転車もありますがほとんどが車です。

夕方は17時頃ステーションに戻り各種サービスとの連携やスタッフ間で相談を行い1日が終わります。夜間は1人のスタッフが緊急電話を持ち対応させて頂いています。

利用者様から「何件行くの?」「まだ訪問あるの?」と声かけて頂くこともあり、励まされています。いつも労いありがとうございます。



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

つれづれそう 徒然想 ⑤



森 英一
北医療生協 理事長
北病院 院長

LIVE (ライブ)

「LIVE (ライブ)」とは、「生放送」、「生演奏」といった「生 (なま)」の意味で用いられると辞書には書いてあります。最近では、テレビやネットを介してであってもLIVEという言い方をすることも多いですが、現地でリアルに観るスポーツや、コンサート等には格別な良さがあると思います。

スポーツでは、サッカーや相撲も観に行ったことはありますが、1999年に北医療生協に来てからはドラゴンズの試合を観戦に行くことが増えました。元々地元なのでドラゴンズのファンだったのですが、生で観に行くようになって、より熱を入れて応援するようになっていきます。

コンサートは、初めて行ったのが吉田拓郎の篠島アイランドコンサートだったのですが、その後も拓郎、南こうせつ、ユーミンや青春のグラフィティーコンサートに行っています。

最近では2-3年おきくらいに、さだまさしの名古屋で開催されるコンサートに行くのを楽しみにしています。

ありふれた表現ではありますが、LIVEにはそこでしか感じられない独特の臨場感、一体感といった空気感があると思います。医療も最近ではオンライン診療もありますが、基本はLIVEです。オンラインの良い点もありますが、これからもLIVEはLIVEとして大切にしていきたいと思っています。

今日からできるリハビリ体操

連載127

北病院 リハビリテーション科 理学療法士
矢島 武



座ってできるリハビリ体操!

ちょっとした時間で行える。毎日ちょっとだけ行う。そんな体操です。

首の筋肉のストレッチ 顎の下からのど元までの筋肉を伸ばしましょう。

運動内容



① 背筋を伸ばし、顎を少し引くように座りましょう。

② 胸の少し上を、両手で軽く押さえます。

*座っている姿勢が悪いとしっかりストレッチができません。



③ ゆっくり顎(あご)を上へ上げていきましょう。

④ 1回5秒位でゆっくり伸ばしてゆっくり戻します。

*ポイントは「上を向く」のではなく、「顎を上げる」です。

*急に伸ばすと首を痛めてしまうかもしれません。ゆっくり行いましょう。

モデル：北原 拓弥

小児コーナー

いつから始める？ 離乳食スタートのサイン

北病院 栄養科 柴田佳代子

一般的には、5、6ヶ月ごろからが適切と言われていますが、肝心なのは赤ちゃんのからだに「離乳」を始めるための準備がととのっているかどうかです。①首がしっかりすわっていて、寝返りもできる。②支えてあげるとお座りができる。③食べものに興味を示す。(大人が食べている口元を見つめたり、自分も口を動かす、よだれをたらすなどが興味を示すサインです) ④スプーンなどを舌で押し出さない。①から④のことなどが出来るようになったら「食べる」準備がととのったサイン。赤ちゃんの様子をよくみて、おかゆ1さじから離乳食をはじめてみましょう。

*生協パルシステムホームページ参照



北病院 耳より情報



旬の食材

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

まだまだ暑いですが、9月に旬を迎える食材を使って栄養をとってみませんか？旬の食材は栄養価が高いだけでなく、収穫量が多いため価格が安くなる傾向があります。旬の食材を意識して使ってみませんか？

9月に旬を迎えるシイタケには、「エリタデニン」が含まれています。これはシイタケ固有の栄養素で、血圧を正常に保ちコレステロールを下げ、血液をさらさらにする効果があります。また、骨や歯を作る「ビタミンD」も豊富です。天日干しをすると3倍に増えます。カボチャに含まれる「β-カロテン」には免疫力の強化やアンチエイジングなどの効果があります。また高血圧やむくみ予防効果のある「カリウム」や「ビタミンC、E」も豊富です。サンマには、「DHA」や「EPA」が豊富で、血液中のコレステロールや中性脂肪を減少させ、脳の働きを活性化させる効果があります。骨や歯を健康的に保つ「カルシウム」「ビタミンD」、貧血に必須な「ヘム鉄」などが含まれています。鮭には、身体を作る栄養素「タンパク質」、「DHA」、「EPA」そして抗酸化作用のある「アスタキサンチン」が含まれています。

旬の食材を使って栄養を摂り、休息もとって、酷暑で疲れた体を癒やしてくださいね。

太...ス♥hotline ホットライン

病院見学会開催のお知らせ

看護師求人・看護学生担当 山田 綾乃

北医療生協看護部では、看護師を目指す皆様を対象に病院見学会を開催いたします。実際に北病院内を見学し、看護師の業務や職場環境について理解を深めていただきます。また、ご希望があれば看護奨学金制度の詳細や申請方法についてもご説明いたします。質疑応答の時間も設けておりますので、疑問点をお気軽にお尋ねください。参加ご希望の方は開催日の1週間前までに下記の連絡先までお申し込みください。皆様のご参加を心よりお待ちしております。

連絡先：052-915-2301 担当：山田

メールアドレス：rikunasu@kita-coop.jp



北医療生活協同組合 完全予約制

病院見学会

奨学金説明会

会場：北医療生活協同組合 北病院
〒462-0804
名古屋市北区上飯田南町2-88

2024
8/24 (SAT) 10/5 (SAT)
12/7 (SAT)

2025
2/8 (SAT)

10:00 START

ご予約は電話またはメールより
☎052-915-2301
✉rikunasu@kita-coop.jp

看護求人担当 山田まで
※参加希望日の1週間前までにお申し込みください。▶

北医療生活協同組合
北病院
〒462-0804
名古屋市北区上飯田南町2-88
TEL 052-915-2301
mail rikunasu@kita-coop.jp



血液透析をしている方は、歯科治療の際にいくつかの注意点ががあります。

血液透析をしている方は腎機能が低下しているため薬を飲む量を注意しなければなりません。薬の種類によっても違いますが、通常量を内服すると中毒症状を起こす場合があります。それは腎臓の排泄機能が低下していることにより体内に高濃度の薬が残留してしまうため起こります。また、医院で抜歯など外科的処置を行うときにも注意が必要です。透析をするとき血液が凝固してしまわないようにヘパリンという薬を投与しながら行います。そのため透析直後は出血が止まらなくなる可能性があります。ヘパリンの効果時間は3〜4時間のため、外科的な処置は透析の翌日をお勧めします。

歯科医院を受診した際は必ず、血液透析を行っていることお伝えください。



今回の相談は…

血液透析をしていますですが歯科治療で何か注意することはありますか？

口の中の相談室



北生協歯科 木賀 紀文
き が のりふみ
歯科医師

のこさん

私が所属している野ばら班は、何年も活動しているので、医療生協から提案される班会メニューも既にやったものが多く、何か新しいものはないかな？と思っていたところ、今年は「バリンリハビリ」というのが目に留まりました。先日、わかばの里の部屋で初体験。風船といつても侮ることなかれ！体の色々な場所をぶるぶる振ったり、うちわでポンポンと弾ませたり、結構体を使って、大笑いして楽しむことが出来ました。皆さんもぜひ体験してくださいね！

北区 近藤 久仁さん

3月に手を骨折して手紙を書くのも苦痛の毎日でした。リハビリしてよくなりつつ今日この頃です。思い切ったクロスワードに挑戦しました

おしゃべり広場

ベンちゃん
運動のつもりで医療とくらしを配付させてもらっています。自転車に乗って朝の始まりの空気が爽やかです。

北区 水野 勉さん
ボランティアで働いている職場で7月に入ってからムカデを2回見ました。とても大きく15センチ近くありました。1回目はトイレ、2回目は廊下を歩いてました。壁をよじ登っているのを初めて見たのでとてもビックリしました。薬をかけても死んだふりをしていて、その後トイレの後ろの隙間に逃げていつて捕まえることができませんでした。残念。刺されるとかぶれるので気をつけたいと思いました。お子さんのいる家庭は特に気をつけてくださいね！



ご紹介
します!

西区くらしのセンター2

西区くらしのセンター3階みんなの部屋は名前の通り皆さんが使えるお部屋です。
楽しい企画やサロンをおこなっています♪

＊子育てフリースペース＊

毎週火曜日 10時～11時30分
参加費無料



親子が楽しめる
居場所づくりを
大切にしています。



みんなの部屋で予定している企画

9月20日 音楽療法

10月2日 ヤクルト健康教室

10月19日 庄内緑地公園でBBQ
詳しくは6面 企画を予定しています。

＊おしゃべりサロン＊

「ライムライト」
毎週火曜日 13時30分～15時
参加費 100円



おしゃべりだけではなく、ボッチャやヨガなども
おこなっています。わいわい楽しく過ごせる
場所を大切にしたいサロンです。

〈問い合わせ先〉北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

能登半島地震 被災地の今

能登半島地震で大きな被害を受けた、能登町などに全国から医療福祉生協連、全日本民医連の支援が入っています。北医療生協も職員が参加しています。



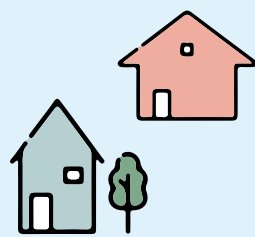
どんどん発信したい

現地の状況は、自身の想像以上に復興が進んでいなかったです。崩れた家、でこぼこが激しい道路、支援が届きにくい事を身をもって感じました。現地で見たこと、感じたことを発信していくのが、ボランティアから帰ってきた私にできる支援だと思えますので、どんどん発信していきたいと思っています。

北病院
総合サービス課 市川 昇



地面から浮上するマンホール



第62回通常総代会が6月30日(日)に行われました。総代の皆様のご協力をいただき、無事に、全ての議案が可決されました。
(本人出席200名、委任出席44名の参加)

第62回 通常総代会を開催

北医療生協を地域に広げて



ウィルあいち 4階ウィルホール
(名古屋市東区上野杉町1)

僕がモルックを初めて知ったのは、支部のお出かけ企画で五の市に行きグラウンドでやった時でした。誰でも簡単にできるルールですが、点数のピンを倒すたびに大盛り上がりになり、チームワークも強くなり大変楽しむことが出来ました。ぜひモルックを長く続けたいと思い、仲間を集めて「スマイルモルック班」をつくりました。皆さんもぜひ一度モ

モルック班会

いきいき 新班紹介!

名北北支部
スマイルモルック班
中川 健次さん



ルックを体験してください。楽しいですよ!
毎月第一水曜日
午前10時よりワイワイ

〈問い合わせ先〉北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

現行の健康保険証 いつまでつかえるの?

今年の12月から健康保険証発行が停止され不安の声があります。でも大丈夫。例えば国保(後期高齢者医療も含む)は来年7月31日まで資格があります。その後は「資格確認書」が自動発行され医療も薬も心配することはありません。「資格確認書」を医療機関に持っていけば保険証と同じように受診できます。

マイナ保険証にしないといけないの?

マイナ保険証の取得は「任意」です。患者自身が、マイナ保険証にするかどうかを選べます。

北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

ちょこっと ヘルスアップ

骨を強くするには？

●骨密度を上げる食べ物

カルシウム（乳製品、小魚、緑黄色野菜）は骨の主成分で、ビタミンD（サケ、サバ、卵黄、キノコ類）と一緒に摂取すると吸収率が高まり骨量を増やすことにつながります。健康な骨に欠かせないのが「骨質」です。骨質はコラーゲンによって強化されますが、コラーゲン原料となるのがタンパク質（肉、魚、大豆製品）です。ビタミンK（納豆、ブロッコリー）はカルシウムが骨に取り込まれるのを促す栄養素です。マグネシウム（ナッツ、海藻）はカルシウムと結びつくことで骨が作られるのをサポートします。

★注意！

無理なダイエットや食生活の乱れは、せっかく摂ったカルシウムの吸収を妨げ、骨の代謝を乱します。またアルコールのとりすぎはカルシウムやビタミンDの働きを抑制につながります。タバコも禁物です。

●適度な運動

骨は、負荷がかかるほど骨をつくる細胞が活発になり、強くなる性質があります。日常生活のなかでできるだけ運動量を増やしましょう。30分程度のウォーキングや階段での移動する習慣を無理のない範囲で試してみましょう。



最近、外出していないな…
フレイルが気になるわ…
そんなあなたにオススメ！

“輪”っ“わ”っ“和” フレイル予防

楽しく参加してポイントゲット！

社会参加と健康づくりのきっかけに♪

「フレイル」とは加齢にともなって気力・体力が低下した状態です。健康と要介護の中間地点で、健康に戻る事が出来る可能性があります。この分かれ目をどちらに進むかは、あなた次第！フレイル予防のポイントは「食べる(栄養)」「動く(運動)」「人とつながる(社会参加)」の3つです。フレイルの入り口は、社会とのつながりを失うことだと言われています。フレイル予防のカギは社会参加！このカードを使って、医療生協の取り組みや企画に楽しく参加してみませんか。

取り組み方

①“輪”っ“わ”っ“和”フレイル予防カードをもって、北医療生協の取り組みに参加する。(今回は、ボランティアの取り組みも含めます。※年間で1ポイント)

②取り組みに参加した際に、日付と取り組み内容をカードに各自で記入する。

③6ポイント貯まると景品と交換できます。

◇ガーゼタオルハンカチ

※景品の交換は1人につき1回のみ。

※6ポイント達成した方は、北医療生活協同組合事務局(北病院ではありません)までお願いします。景品の受け取りは代理の方でも可能です。



カードはこちらからダウンロードできます。

●カードは、事務局でお渡ししています。取り組みの際にもお渡しできます。

取り組み期間：2024年4月1日～2025年3月31日

〈問い合わせ先〉北医療生協事務局 ☎052-914-4554

「こりゃいいね!」とは

みなさんの投稿でつくるコーナーです。「この公園の滑り台を知ってほしい!」「あの道の並木が綺麗!」「わたしの手料理いいね!」など、あなたの大好きな公園や散歩コース、お気に入りの一皿・景色・ペット自慢など皆に知らせたいと思ったことを、愛をたっぷり込めて投稿ください!写真だけでなく、俳句や川柳、短歌も大募集しています♪

内藤壽性

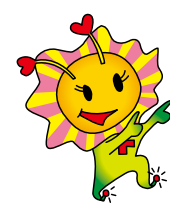
仙人掌の 花は一時 でも嬉し

クジャクサボテンの花、こんなに鮮やかな立派大輪、たった一日とは、なんと惜しいことかと思えます。でも、今年も魅せてくれて、見れて本当にうれしい限りです。一日も早く終わってほしい、終わらせたいのは、裏金の真相を解明せず、法を犯しても何の罪に問われず逃げ切りを画策する自公裏金政権です。総選挙で決着をつけて希望ある政権交代を実現したいものです。



あんあ

新しくなった中日ビルの上から。見晴らし良く気持ちよかったです。



やぎのユキちゃん

若いころ：もう朝か 目覚まし時計に 起こされる
今：まんじりと 目覚まし時計の 鳴るを待つ
トホホな夜長があります。



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



〒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。

情 報 B O X

主催：わかばブロック

スマートフォン講座

日 時：9月11日(水) 午前10時～
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。
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)



第15回わかばの里いきいきフェスティバル

日 時：10月20日(日) 午前10時～12時
場 所：生協わかばの里ひだまりひろば
内 容：模擬店、ステージ企画、健康チェック、体験コーナーを予定しています。

申し込み先：(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)

主催：東部準備ブロック

秋のコンサート～わかりあうこと～

日 時：9月28日(土) 午後2時～3時45分 ※開場は午後1時30分
場 所：コープあいち本店4階
参加費：500円 ※当日受付も可能です。
南修治さんプロフィール

1995年ころよりカウンセラーとして不登校、ひきこもりの若者の心のケアの支援活動始める。全国各地で講演、コンサート活動を始め、2015年原因不明の痛みに襲われ闘病生活に入り5年7か月、スノハラ先生との出会いで痛みの原因がわかり、痛みから解放され、“何があってもだいじょうぶ”をテーマに音楽活動を再開。(アルバム13枚、エッセイ集など10冊の著書)

スノハラケイイチさんプロフィール
医師(ペインクリニック)2016年より音楽活動(シンガーソングライター)を開始。診療を通して南氏と知り合い、健康などのテーマで南氏と共演している。

健康まつり

日 時：10月5日(土) 午前10時～正午
場 所：コープあいち本店4階
内 容：骨密度、血圧、体脂肪、体組成計(筋肉量)、握力、棒つかみ(瞬発性チェック)、足指力、シニアリトミックなど

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 (大星)

主催：楠図書館・北医療生協

図書館で健康チェック

日 時：10月17日(木) 午前10時～11時30分
場 所：楠図書館
内 容：骨密度・握力

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)

主催：あじまブロック

40・25・20 フェスティバル

日 時：11月17日(日) 午前10時～午後0時30分
場 所：楠地区会館
内 容：和太鼓演奏・ダンスパフォーマンスなど
人形劇(有料)

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)

主催：北病院糖尿病グループ

リハビリスタッフによる「自宅でできるトレーニング!」

日 時：9月14日(土) 午後2時30分～3時30分(午後2時受付開始)
場 所：ワイワイルーム
定 員：30名 定員になり次第締め切り
参加費：無料 事前申込制
対 象：糖尿病のある方、糖尿病の疑いのある方
講 師：北病院理学療法士
・マスクの着用をお願いします ・飲み物をご持参ください。

申込み先：北病院 052-915-2301

主催：北病院ブロック

・こどもえんにち

日 時：9月29日(日) 午前10時～11時30分
場 所：すまいるハートビル(北区上飯田北町1-20-2)
内 容：しゃてぎ・わなげ・健康チェックなど
参加費：100円(保護者は無料)

・第13回上飯田健康まつり

日 時：11月10日(日)
場 所：すまいるハートビル(北区上飯田北町1-20-2)

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 (神農)

主催：西区ブロック

都心のオアシス“庄内緑地”BBQ

日 時：10月19日(土) 午前10時
場 所：庄内緑地ピクニック広場 A 区画
内 容：BBQ とモルック・握力チェックを行います
参加費：大人2700円 子ども1000円
定 員：40名 事前申込制 ※キャンセルは10/15までにご連絡下さい。
※前日のキャンセルからキャンセル料(100%)を請求させていただきます。

問い合わせ・申込先：(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)



WEB
予約はこちら

日本高齢者大会INあいち

1日目11月22日(金) 午後1時～4時30分 学習講座・分科会
2日目11月23日(土) 午前10時15分～12時30分 全体会・基調報告・記念講演
申込受付期間：9月10日(火) 午前10時～9月20日(金) 正午 先着順
参加費：無料(全額補助) 募集人数：20名 対象：組合員
申込先：北医療生協事務局：052-914-4554 (大星)
応募される方は、必ずお電話ください。
北医療生協でお電話で申込された方へのみの補助になります。
受付期間であっても、定員に達しましたら、申込を締め切り致します。
※参加費は、平和・社会保障活動のための募金から支出されます。
※詳しくは、折込チラシをご確認ください。
※1日のみの参加も可能です。
※1日目は、分科会がごさいます。折込チラシをご確認されて、ご希望の分科会をお伝えください

主催：もりやまブロック

第28回 もりやま健康まつり

日 時：10月27日(日) 午前10時～午後1時頃
場 所：生協もりやま診療所 (守山区小幡3-8-10)
内 容：模擬店、ステージ企画、健康チェック、お楽しみコーナーを予定しています。

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 (池田さとし)

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
〒464-0074
名古屋市中区千種区仲田一丁目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
「くらしを支える相談センター」
052-916-17702 平日13時～17時

上の父子関係を解消す



前回、法律上(戸籍上)の父子関係は、生物学上の父子関係とはちよつと違うということをお話ししました。つまり、子の母親が結婚していなければ、血のつながりのある父親が、「認知届」を提出することで法律上の父親になれるが、①出産時に母に結婚している夫がいればその夫が、②出産時に離婚後300日以内であれば元夫が、法律上の父親です(今年の4月から、離婚後300日以内に生まれ、その時に母が再婚していれば、再婚した夫が法律上の父親です)。法律上の父子関係を解消する

法律の
現場から

213

「法律上の父子関係について②」

弁護士 山内 益恵

外来診療担当医のご案内 2024年9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、ご了承願います。 ●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

小児科
Web予約はこちら

■受付時間…午前8時30分～午後7時30分まで。
◆当日午前診療のご予約は、午前8時30分からの受付となります。
◆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	—	2日 宗宮 9日 本間 30日 宗宮	加藤 (第1月曜のみ) 加藤 (第1月曜のみ) 13時～14時30分	浅井	—	中山裕	近藤	糖尿病 9日 日野	神経 2日 前嶋
火	腰山 小倉 山本 村田	胃カメラ 山近	—	—	森 (10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	—	大腸検査 山近 装具外来 16時～17時 浅井
水	門脇 山近 腰山 高木	—	—	—	森 (11日 山本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～15時] 森 [14時～16時30分] (11・18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 多和田 奥村	坂本	アレルギー外来 [13時30分～16時30分] 坂本	森	岡	—	鈴木	—	吉岡	片平 (12日 近藤)	物忘れ外来 山田
金	小倉 門脇 植田 山近	胃カメラ 腰山	高木	—	6日 太田 13日 森 20日 太田 27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 甲狀腺内分泌 6日 植田 前田
土	7日 山近・山田・松田 14日 成定・腰山・菱田 21日 山近・山田・松田 28日 成定・腰山・菱田	胃カメラ 7日 高木 21日 山本	—	—	7日 成瀬 14日 矢嶋 21日 森 28日 川口	—	—	7日 杉浦 14日 藤林 21日 千田 28日 代務	—	—	—	7日 犬飼 14日 丸尾 21日 犬飼 28日 丸尾	—	—

あじま診療所

☎(052)901-3011 名古屋市北区楠味鋸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)
■乳児健診・予防接種…毎週月曜日(午後1時45分～3時40分)
★乳児健診の時間枠で「アレルギー・育児相談」しています。
★アレルギー・喘息外来 小児科坂本医師がアレルギー症状について相談お受けしています。＜相談日は坂本医師診察日＞⇒初回予約時は「アレルギー・喘息で」と受付まで
●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

予防接種・ネット
予約のQRコードは
こちら

専門外来

■もの忘れ外来…毎週水曜日(午後1時30分～)

	内 科			小 児 科		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
月	荒川	—	18:00～ 平川 内藤(2日)	坂本	13:45～15:40 乳児健診 予防接種	福田
火	塚本	—	18:00～ 内科医師 内藤(24日)	坂本 森(10日)	—	小栗 森(24日)
水	鈴木貴	13:30～ もの忘れ外来	—	坂本 小林(11日)	—	—
木	宮城	—	国井	浅井	—	18:00～ 増田(5・19日) 太田(12・26日)
金	山本	—	国井	前田	—	坂本
土	廣部 山田(14日)	—	—	坂本(7・14日) 福田(21日) 森(28日)	—	—

あじま診療所 歯科

☎(052)902-6356 名古屋市北区楠味鋸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、金澤、木賀 ●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	○	○	○	○	○
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…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
■実施日…月～土曜(祝休日除く) 大場まで
■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490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(2・30日) (小児消化器) 西尾(9日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (検査)(3・17日)	山田 (呼吸器)	—	内科医師
水	大竹 (消化器)	—	内科医師	—
木	門脇 (糖尿病)	高田 (内科全般)	高田 (小児全般)	高田 (小児全般)
金	大竹 (消化器)	大竹 (消化器)	内科医師 (6・20日) 縣(13・27日) (小児アレルギー)	内科医師
土	谷澤 (呼吸器) 大竹(14日)	—	山本 (7・21日) (小児全般)	—

注：小児科医師が診療に入らない日は、内科医師が小児科を診療しますが、火曜日は休診です。
※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、金澤、木賀、鈴木、久野一
■最終受付は診療時間終了の30分前までです。

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

WEB予約をはじめました。
ご活用ください。

予約枠がいっぱいでも、診療時間内にお越しいただければ診させていただきます。電話でのご予約も可能です。
■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

	一般・小児		
	午前	午後	夜間
月	○	○	—
火	○		
水	○	○	—
木	○		
金	○		
土	○	○	—

	午前	午後	夜間
	林	—	—
月	林	井上	井上
火	井上 林	—	—
水	井上	井上	—
木	井上	—	林
金	井上	—	—
土	井上 (14日休診) 林	井上 (14日休診)	—

- 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(デサービス) ☎(052)529-2251
- こころくらしのサポートセンターなないろ ☎(052)910-8077

子ども食堂

主催：わいわい子ども食堂プロジェクト

めいほくわいわい食堂

9月11日(水曜日)
17時～18時30分
食事時間：17時30分～19時

じかんが
かわりました

メニュー
カレーライス

名北福祉会
みなみ町福祉センター1階
ぼちぼち・ふらっとるむ

あじまわいわい食堂

9月14日(土曜日)
11時～12時30分
食事時間：11時30分～13時

メニュー
カレーライス ※変更あり

楠地区会館2階

子ども：0円 大人：300円 高齢者：100円

重要なお知らせ

上飯田みんなのフードステーション

9月のフードステーションはありません

「上飯田みんなのフードステーション」は、活動に賛同していただける団体・個人の方の支援・寄付で活動しております。
このところ、食料品の寄付が大幅に減り、皆様に配布するほどの量を確保できていません。大変心苦しいのですが、当面の間、「上飯田みんなのフードステーション」は休止いたします。再開する場合、北医療生協公式HP、機関紙「医療とくらし」、わいわい子ども食堂公式Facebook等で事前にお知らせいたします。何卒ご理解賜りますようお願い申し上げます。

にじっこひろば



西区くらしのセンター

子ども達が走り回って楽しむことができる大きいお部屋が特徴です♪
9月もまだ暑い日が続きます。涼しい大きなお部屋でお子さん、保護者さん、サポーターさんとの交流を楽しみませんか？皆様のご参加お待ちしております♪

9月の予定

● わいわい	【ワイワイルーム】 毎週金曜日 10時～11時30分	● わかば	当面お休み
● あじま	【ゆうゆうルーム】 毎週金曜日 9時45分～11時15分	● チャイルドキャッスル	【みんなの部屋】 毎週火曜日 10時～11時30分

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

注意 にじっこひろば・子ども食堂に参加する方へ

★当日体調の悪い方はご遠慮ください ★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・子ども食堂・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。

あい子どもネットワーク 9月のお知らせ

空気砲を作って遊ぼう

日時 2024年9月28日(土) 午前10時30分～11時30分
場所 小幡緑地公園西園管理棟
共催 小幡緑地管理事務所

参加費 無料 事前申込 必要

前回の報告

7月27日(土) 10:30～11:30

「水鉄砲を作って遊ぼう」

猛暑の中ですが、楽しそうでした!

新守支部内にお住まいのKさん竹林の竹を切出しました。3年続いているのご好意に感謝です。
押し棒となる竹の先端部分の処理が終わったら、いよいよ水飛ばしスタート、バケツから水を吸い上げ、的を狙って…。手作りの妖怪を描いた的、ペットボトルに風車を取り付けた的で楽しく遊びました。



乳がん体験者の茶話会

リボンの会のお知らせ



現時点でこの会に参加している人は、がんが発症して、つらい治療を経て何年、何十年を経過しています。でも何か症状があると「もしや再発」と不安になることもあります。そこで、今回「がん再発予防の食事と生活術」の資料を用いて学ぶことにしました。

「がんはなぜできるか」「がんに対する防衛システムとは」「がんが生活習慣病と言われるのは」など、体験話も交えて、話し合いました。今日来て良かったとの反応もあり、今後この続きを日常の生活に繋がるように、伝え合いたいです。

また、11月頃に外にお出かけの楽しい企画をしようとして盛り上がりました。

次回：9月27日(金)
午後2時～3時30分
場所：ワイワイルーム

お問い合わせ：事務局 担当者 ☎ 052-914-4554

よこのカギ

- 海に住む大型哺乳類
- 中国発の想像上の生物、ドラゴン
- 不備を改めよくすること、改善
- 「遠く」⇄
- 暗い夜。〇〇〇のカラス
- 国内の一部分の地域、大都市以外の土地
- 馬を飼う小屋
- 喉がいがらっぽい時などに出るよ
- 人は2本、犬は4本、タコは8本
- 尾張〇〇〇は城でもつ

たてのカギ

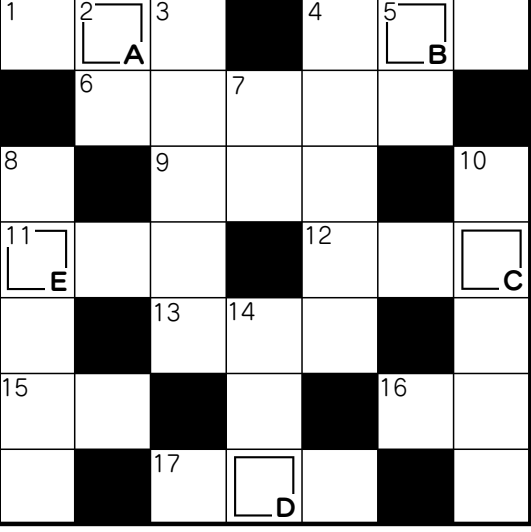
- このごろ、今現在、目下
- 天然記念物、高い山に生息する鳥
- 紅茶やウーロン茶のように発酵していないよ
- 〇〇立、〇〇焼け、〇〇涼み
- 〇〇に冠を正さず
- 受診の際は事前に連絡ください
- 珍しいことなどに興味を持つこと
- はぐれないでね

【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、9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。

北医療生協ホームページ

クロスワードパズル





北メンタルクリニック 幅しのぶ

【解き方】 クロスを解いて「A～E」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。

つ	き	み	き	ほ	う
ゆ	ず	ま	つ	え	し
あ	な	う	ん	さ	ー
け	え	す	て	あ	
ば	い	り	ん	が	る
な	い	た	ー	い	か
た	ぶ	ー	こ	や	り

前の答え

なつやすみ (パズル応募数 75名)