

医療とくらし

1人は万人のために万人は1人のために

●デュピクセントってなに？ 3P
 ●あじま診40年・あじま歯科25年・あじまの家20年... 4P
 ●すこしお生活にチャレンジ！ 5P
 ●にじっこひろばわいわい「リトミック」開催♪ ... 8P

2024
11月号

No.544

9月末現在組織状況/組合員数40,447人 出資金1,381,436.5千円 平均出資額34,154円

ご紹介
します！

北生協歯科・あじま診療所歯科

「おいしく長生きのまちづくり」をスローガンに、
 いつまでもおいしく食べられるお口の健康づくり
 を地域の皆様とともに進めています。

あじま診療所歯科 所長
助川 陽介北生協歯科 所長
久野 よし乃

あじま診療所歯科は今年で開設 25 年
 を迎えます。みなさんのお口の健康の
 維持に貢献できるよう努めます。
 今後ともよろしくお願いいたします。
 あじま診療所 歯科所長 助川 陽介



訪問診療のご案内



お口の困りごとありませんか？通院が難しい方に歯科
 医師・歯科衛生士が、ご自宅や施設へ訪問し歯科治療、
 口腔ケアを行っています。お気軽にご相談ください。

問い合わせ：北生協歯科（往診担当）



歯科衛生士 診療の様子



小学生向け学習会 in 図書館

口の健康を支え、地域を元気に
 していきたいと思っています。「人
 生 100 年時代」のお口の健康を
 守っていくため、今後は訪問診療
 にも力を入れていきます。これか
 らもよろしくお願いいたします。

北生協歯科 所長 久野よし乃

歯科
 Instagram を
 開設しました



@SIKA_KITA758

一緒に働きませんか？
歯科衛生士募集

- 研修制度が充実していますので**blank**があっても安心。
- 20 代～ 60 代の歯科衛生士が活躍中です。
- 休み希望も柔軟に対応しますのでプライベートも充実。



歯科衛生士求人
 ページはこちら

北生協歯科
 ☎ 052-915-7710
 北区上飯田北町 1-20-2

あじま診療所歯科
 ☎ 052-902-6356
 北区楠味鏡 3-1001-1

未来の歯科衛生士さんへ
奨学金制度

- 歯科衛生士専門学校に進学される方へ奨学金制度があります。
- 歯科衛生士を目指している方、現在歯科衛生士学校に在学中の方の応募も歓迎します。

月額 4 万円

ご案内

- 大学、短大、専門学校生
 の在学期間中に奨学金月額 4 万円の無利息貸与
- 卒業後に当法人に就職し歯科衛生士として就労した期間に応じ
 て月額の返済を免除(休職期間は除く)
 その他制度の詳細に関しましては、希望者にしっかりとご説明いた
 しますので、お気軽にお問い合わせください。



出資金の増額にご協力お願いします

今年度の年末増資は11月1日から取り組みます。出資金は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。ご協力、よろしくお願い致します。*払込用紙付きチラシは12月号「医療とくらし」に折り込みを予定しています。

今年の年末増資は
 11月1日から
 スタート

「こころ」の連載 ③6

自律訓練法 ミニ体験会

in 北病院ブロック 健康まつり

○自立訓練法とは？

自律訓練法やリラクゼーションはストレスを軽減させる簡単なメソッドです。薬と違って副作用の心配もなく健康な体と心を取り戻せます。

○効果

不眠や不安、過度の緊張に効果があるだけでなく、高血圧や動悸、胃腸の不快や下痢便秘などの自律神経失調にも効果があります。



○日時・場所

日時 11月10日(日)

1回目 11:40~12:05

2回目 12:10~12:35

場所 すまいるハートビル3階

<お問合せ> 北メンタル・クリニック

<電話> 052-912-2113

北病院ブロック 健康まつりで「なないろ」は、スイートポテトや梅干し、おいしいコーヒーを販売します。
「家族会 カトレヤ会」の掘り出し物バザーマルシェもありますよ。
みなさん、ぜひ遊びにきてくださいね♪



訪看情報メール便

訪問看護の利用料金について

北医療生協訪問看護ステーション 北島 友里

今回は、気になるけれど聞きにくい、訪問看護の利用料についてです。

利用料金は、毎回のサービス利用料金と各種加算料金で構成されています。それらは、利用者様の年齢、収入、利用する保険の種類によって違います。

介護保険一割負担の場合、一回60分訪問で約900円、一回30分で約500円です。当訪看では週一回訪問の方が多いのですが、各種加算料金を合わせて一回60分訪問だと月に約5,000円、30分訪問の場合は約3,000円となります。

さらに詳しく知りたい方は、訪看までお問い合わせください。

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

連載
2

思いこみ要注意



あじま診療所 所長 坂本 龍雄

核兵器をもつことは
核戦争を起こさないための抑止力？

アメリカもロシアも中国も臆面もなく核軍拡競争に躍起になっています。最新のデータによれば、配備されいつでも使える状態にある「現役核弾頭」は地球上に9583発もあり、年々増加しています。こうした核軍拡競争を正当化するのが「核抑止力」論です。相手陣営を凌駕する強力な核戦力をもてば、相手陣営が怯えて核攻撃をしなくなる。これが「核抑止力」論です。「核抑止力」のバールを剥ぎ取ると、武器を持てば使いたくなるという核保有国の本音が聞こえてきます。誤作動のリスクにも注意が必要です。

国際法である核兵器禁止条約は核兵器による威嚇を禁止しています。そして、「核抑止力」論を厳しく諫めています。実は、日本は唯一の戦争被爆国であるにもかかわらず、核兵器禁止条約に背を向けています。これでは世界に顔向けできません。

自民党・公明党政権は日米同盟と「核抑止力」(=核の傘)の強化を進めてきました。新総理の石破茂氏は、「アジア版NATO(北大西洋条約機構)」の創設や、核兵器の「共有」を掲げています。ぶっそうです。

[STOP! 大軍拡路線] [Do It Now! 核兵器禁止条約の批准]

核兵器のない平和な社会を願って大きな声を出そうではありませんか。

日本被団協の皆様

ノーベル平和賞受賞

おめでとうございます

今日からできるリハビリ体操

連載129

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。

お尻と股関節のストレッチ 股関節周囲のストレッチをしましょう。

運動内容



① 足を膝にかけて、足を広げた姿勢をとります。

* この時点で痛みがあるなどの方はやめておきましょう。



② ゆっくりと上体を前に倒していきます。

* 猫背のようになってしまうとしっかりストレッチができません。

* 胸を足の上に乗せるようなイメージで行って下さい。

* 無理して行わず程よいところで止めてください。

モデル：園原 峰

小児コーナー

デュピクセントってなーに？

生協もりやま診療所 牧野 未来

デュピクセントはアトピー性皮膚炎の自己注射治療薬です。ご存じでしたか？

今までは、成人のみの薬でしたが、2023年9月に承認され生後6か月からの小児も適応になりました。適応児は、ステロイド外用薬など一定期間使っても十分な効果が得られず、強い炎症を伴う皮疹が広範囲に及ぶ方が対象となります。接種の間隔は2週間毎に行います。

自己注射は、初回・2回目は保護者にも指導しながら病院で接種します。3回目以降は、自信がつけば自宅接種となります。まずは小児科・アレルギー医にご相談下さい。



北病院 耳より情報

体調を崩しやすい秋を乗り切りましょう

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

秋は一日の寒暖差が大きく、体調を崩しやすい季節です。睡眠・栄養を十分にとって体を休めてくださいね。

眠れないときに飲むものとしてホットミルクがあります。牛乳には睡眠ホルモン作るのに役立つトリプトファンという成分が含まれています。また牛乳に含まれるカルシウムは気分を落ち着けてくれます。ココアにはテオブロミンという自律神経を整える効果のある物質が含まれるので、寝る1～2時間前にホットミルクココアがおすすめです。

11月に旬を迎えるサツマイモには風邪予防や疲労回復効果のあるビタミンCが含まれています。ビタミンCは熱に弱い物質ですが、サツマイモのデンプンに守られているため、加熱しても壊れにくいのです。また食物繊維も豊富です。キノコ類のしめじにはエネルギー代謝にかかわるビタミンB群やカルシウムの吸収率をアップさせるビタミンDが含まれ、マイタケには免疫機能をアップさせるβグルカンが豊富に含まれます。

美味しく食べて、十分睡眠をとって、体調を崩しやすい秋を乗り切りましょう。

ナース♥hotline ホットライン

看護奨学生をつどい

看護師求人・看護学生対策担当 山田 綾乃

9月21日に病棟・外来看護師による認知症の学習会を行いました。内容は、認知症の基礎知識、病棟・外来での患者様への対応と対策、実際に行っている認知症検査の体験等です。症例を通して看護師と学生がディスカッションを行うことで、お互いが知識を共有し多くの学びに繋がりました。参加した学生からは「ディスカッションでは自分では考えのつかなかった様々な問題点や対応策を看護師さんから学ぶことができ、患者さんの生活背景を考えたストレスを与えない支援の重要性を改めて考えることができました。」といった感想が寄せられました。



看護師募集中

問い合わせは
☎(052)915-2301 担当 山田

口の中の相談室

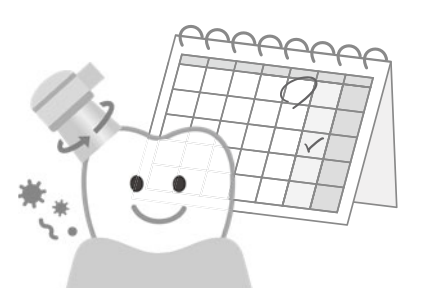
今回の相談は…

リウマチ患者が歯科治療で気を付けることはありますか？

リウマチは関節の炎症が起るため、炎症を抑える免疫抑制剤を内服していることがあります。

免疫抑制剤は全身の免疫力を低下させるため、お口の中でも歯周炎が悪化しやすくなったり、抜歯後は治りにくく、感染しやすくなったり、粘膜には口内炎がでやすくなったりもします。

そのため、免疫抑制剤を内服している患者様は定期受診の間隔を短くし、歯科医院で定期診及び機械的清掃をお勧めします。また、リウマチの患者様は免疫抑制剤以外にもステロイドや生物学的製剤なども内服していることがあるため医療機関に受診の際はお薬手帳をお持ちください。




北生協歯科 歯科医師 木賀 紀文

おしゃべり広場

時間がなくてあまりじっくり読んでもいられなかったけれど、今日の朝はゆっくりでき、隅々まで読めた。いろいろな催し方が載っていてうれしいです。病院の案内も助かります。

ぺこさん

「ヘルパーステーション」私もいくつかお世話になると思います。ヘルパーさんが増えるといいですね！期待しています！

茶畑さん

北生協歯科にお世話になってます。とうとう永久歯を抜くことになりました。悲しい…。しょんぼりです。上顎の奥歯のインプラントは難しいということ、ブリッジにすることになりました。右側だけで物を噛む食事はまいちです。一本の歯の大切さを痛感しています。

北区 吉川 千佳子さん

輪っかわつ和フレイル予防に取り組んでいます。今回のハンカチの景品は使い勝手が良かったですね。今回も前回と同様4枚目に挑戦したいと思っています。

守山区 白井 文子さん

へちまを8本植えました。猛暑だったので収穫は6本ほど。友達の家へちまはやっと花が咲いたということでした。

北区 亀井 美代子さん

最近筋肉をつけるため、1日5000歩歩くようにしています。速度も速くなり、こけなくなりました。

洞口ひろみさん

協同の力で いのち輝く 地域を作る。社会を築く。未来を拓く。

おめでとうございます！

あじま診療所設立 40 周年・あじま診療所歯科設立 25 周年・生協あじまの家設立 20 周年

記念

名古屋市北区の味鋺地域にあじま診療所・あじま診療所歯科・あじまの家が誕生し節目の年を迎えました。これもひとえに組合員の皆様、地域の皆様の深い愛情で支えてくださったおかげです。これからも地域に根差した医療や介護を担えるように日々努力してまいります。11月17日(日)には記念行事をおこないます。ご参加お待ちしております。

あじま診療所 40 周年を迎えて



あじま診療所 所長 坂本 龍雄

あじま診療所開設 40 周年、おめでとうございます。所長を務めて 1 年余りになりますが、あじま診療所が地域から信頼される医療拠点として立派に役割を果たしていることに感銘を受けています。今日の内科と小児科の診療部門とデイケアを築き上げてこられたあじま地域の組合員と職員の皆様に深く敬意を表します。誰もが健康で長生きし、惜しまれつつ生涯を閉じることを願っています。それは権利でもあります。その権利を実現するためには、組合員と職員が協同してあじま診療所を支え、健康づくりや子育て支援、平和で暮らしよいまちづくりに取り組むことが必要です。社会保障費が軍事費に回されてしまう厳しい社会情勢ですが、40 年の実り多い歴史と伝統を継承し、絶え間なく前進し続けようではありませんか。

あじま診療所歯科 25 周年を迎えて



あじま診療所歯科 所長 助川 陽介

あじま診療所歯科は今年設立 25 周年を迎えることができました。設立 25 周年を無事迎えることができたのは、ひとえに組合員の皆様のご支援とご協力のおかげです。本当にありがとうございました。今後、すべての患者さんが、一生自分の歯でおいしく食事ができるように、心をこめたサポートをすることを目標とし、ただ目の前の歯だけを診るのではなく、患者さんの健康を考えながら処置を行いたいと考えています。

これからもあじま診療所歯科をよろしくお願いします。

味鋺に診療所が必要だ



402520 フェスティバル実行委員会 加藤 節子さん

あじま診療所が出来て 40 年、歯科で 25 年、あじまの家で 20 年の記念の年を迎えます。40 年前は上飯田に北病院がありましたが、ここ味鋺にはありませんでした。庄内川を挟んで、この地域の人たちは大変不便な思いをしていました。『やっぱり、ここ味鋺に診療所が必要だね』となり建設に向け 1000 人の組合員を目標に運動が始まりました。初代の所長には、徳田先生が赴任されました。多くの皆さんとの関わり、努力によってつくりあげた診療所なんです。これからも皆さんに頼りにされる所であるように、みんなで力を合わせて、がんばって行きたいと思います。



まだまだ続くよ、生協あじまの家



在宅介護サービス事務長 吉田 美加

生協あじまの家が 20 周年を迎えることができたことを深く感謝申し上げます。賃貸契約 20 年…組合員さんとの運動の中になく、未計画で異色の降ってわいたグループホームとデイサービスでした（私は初代デイサービス管理者でした）。地域に根ざした介護サービスの提供に心がけ、グループホーム、デイサービス共に利用者様ひとり一人に多くの職員が努力し寄り添ってきました。新たな契約を更新し、協同のちからで、あじま地域にニーズがある限りこれからも続いていきます。

あじま診療所 40 周年・あじま診療所歯科 25 周年・生協あじまの家 20 周年

祝 あじま健康まつり

40・25・20 フェスティバル

日時：11 月 17 日 (日)

午前：10：00 ～ 午後 0：30 (受付開始 9：30)

場所：楠地区会館 (北区楠味鋺 3 丁目 612)

和太鼓耕座
耕座のみなさんが元気な演奏で盛り上げてくれます。

キッズダンス披露
ハピネスダンススクール
パワフルなダンスで盛り上がりましょう。

プロの人形劇 むすび座
人形劇むすび座のチケットは完売しました。

各支部の紹介、サークルの紹介、健康チェック・歯のチェックなど、たのしい企画が盛りだくさん！

…………… プログラム ……………

10：00 開会・開幕太鼓	10：45 むすび座 人形劇
10：10 院所挨拶	(前売り制・1階和室)
10：20 耕座 和太鼓演奏	11：05 サークル紹介
10：35 歯の 8020 表彰	11：45 くじ引き大会
10：45 ハピネスダンススクール	12：30 閉会挨拶
ダンス披露	

お問い合わせ 北医療生協あじま 402520 実行委員会 ☎ 052-914-4554 (松島)

ちょこっと
ヘルスアップ

あなたも「すこしお」生活にチャレンジ!

1日当たり
6g



? すこしおって何?

「すこしお」とは「少しの塩分ですこやかな生活」を目指す医療福祉生協連のとりのくみの総称です。「すこしお」は「おいしく、たのしく」減塩にとりくんでもらうことを目指しています。「すこしお」を通して塩と上手にお付き合いしていきましょう。

1日の塩分摂取量の目標は?

医療福祉生協連では1日当たり6gを目指しています。
こんなところにも塩分?
市販の加工食品や保存食などには塩分が入っています。食品パッケージの栄養成分表示に記載されている食塩相当量を確認してみましょう。食べる量を加減して、塩分をとりすぎないように工夫しましょう。



塩分をとりすぎると?

塩分を取りすぎると、むくみや高血圧になる、のどが渇くなどの症状があらわれます。塩分過剰な状態が続くと、高血圧や脳血管疾患、腎不全、心疾患などの病気を引き起こす可能性があります。

食べることを楽しみ、頑張らない減塩を。「計る」ことを大事に。

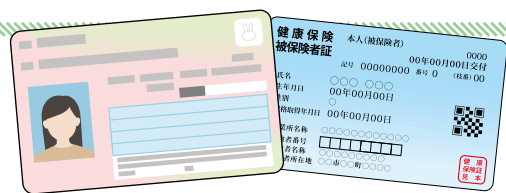
塩分はミネラルを含み食材の風味を引き立て、食欲を刺激します。また、素材のうまみを引き出します。塩は食べることに欠かせません。減塩を始めるときにまず大事なことは、材料や調味料を計ることです。計らずに調理してしまうと味が決まらず美味しく作れなかったり、食べた塩分量がわからなくなったりします。

幼児期から塩味のコントロールを

幼児期には塩味に対する好みが高められています。子ども期で個人差がでます。塩味をコントロールした食事に配慮することは重要です。

塩分の摂りすぎが様々な病気を引き起こすことは広く知られるようになりました。減塩していくことは、日本人の食生活の重要ポイントです。でも、どうやって進めたら良いの? それに応えた取り組みが北医療生協のすこしおチャレンジ、みなさんもぜひ!

「すこしおチャレンジ」の申込は事務局まで!
☎ 052-914-4554



マイナ保険証 Q & A



Q 現行の保険証が2024年12月2日に新規発行中止されるが、現行の健康保険証は使えなくなりますか?

A そのまま利用できます。健康保険証に記載されている有効期限まで使えます。社会保険も協会けんぽは、2025年の12月1日まで使えます。ご自身の健康保険証がいつまで使えるかは、保険者に問い合わせてください。

※名古屋市国保・後期高齢者医療は2025年7月31日まで利用できます。

Q 現行の保険証の有効期限が切れたらマイナ保険証でないと受診できなくなるのか?

A マイナ保険証を持っていない人(マイナンバーカードを取得していない人、マイナ保険証登録を行っていない人)は、資格確認書を利用することができます。記載内容は現行の保険証と同じで、この「資格確認書」を持参すればマイナ保険証がなくても、今まで通り受診できます。

※資格確認書の発行は、各保険者で申請できます。

Q マイナ保険証を持っていると資格確認書はもらえないのか?

A マイナ保険証の登録を解除すればもらえます。マイナ保険証を持っている方には原則として資格確認書は交付されません。資格確認書が欲しい場合は、マイナ保険証の登録を解除するか、マイナンバーカードを返上すれば資格確認書が交付されます。保険者によって有効期限が異なりますが、保険証の有効期限が切れる前に「資格確認証」が送付されます。

引用・参考: マイナ保険証 Q & A マイナ保険証一本化反対実行委員会

お互い事として 仮設住宅でのサロン運営を通して

2024 年能登半島地震ボランティア報告

9/20 - 9/22

組織担当課 松島 周平

仮設住宅で医療福祉生協連がおこなうサロンのお手伝いをしました。小学生と保護者の方々を中心にお菓子づくりやボードゲームを楽しみ、たくさんの笑顔と笑声で仮設の集会所が包まれました。

この様子から、心理的に安全で安心できる場がどんなに大切なものかを再認識する機会となりました。

被災地であるかどうかに関わらず、いろいろなところに、そういった場をつくっていくことが

私たちにできることなのかもしれません。

今回の震災を他人事でも自分事でもなく、お互い事として捉え、普段から医療生協が大切にしていることを続けることが大切だと気づく機会となりました。



会場に貼り出したサロンの案内

情 報 B O X

人権としての医療を守るために、医師・医療従事者を増やそう！

WEB 署名のご案内

北医療生協では全日本民医連の呼びかけに呼応し、以下の WEB 署名に取り組めます。

【WEB 署名 要請項目】

- ① 医師の人間らしい働き方を実現しつつ地域医療を守るため、医師養成数が OECD 平均並みとなるよう医学部定員増を行うこと。
- ② 医療機関の経営を守り、医師の働き方改革を進めていくため、診療報酬の抜本的引き上げを行うこと。
- ③ 医学研究および医学教育が適切に行えるよう予算措置を行うこと。
- ④ 看護師をはじめとする医療スタッフが安心・安全に働ける環境を整備するとともに、医療需要にこたえることができるスタッフを養成すること

署名はこちらから！



ご協力よろしくお願いいたします。

介護職員(正規・パート)募集中！

生協わかばの里では介護職員を大募集しております。
無資格・未経験でも OK！ベテランスタッフがサポートします。
詳細は北医療生協のホームページから採用情報をご覧ください、
下記連絡先までお問い合わせください。

お問い合わせ

生協わかばの里 介護老人保健施設 採用担当：山下
☎052-914-4121 Mail:yamashita@kita-coop.jp

主催：歯磨きセミプロ

元気なお口で イキイキ長生き!みんなでチャレンジしよう♪

- ☆11月6日(水) 午後2時～3時30分 あじまゆうゆうルーム
☆11月20日(水) 午後2時～3時30分 ワイワイルーム

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

主催：わかばブロック

スマートフォン講座

日 時：11月8日(金) 午前10時～11時30分
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)



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：北病院ブロック

まちかど健康チェックinそよら

日時：11月8日(金) 午後1時30分～2時30分
場所：そよら上飯田(イオン) 2階エスカレーター横
内容：血圧、握力チェックなど

「わいわいサロン」

日 時：11月20日(水) 午前10時～正午
場 所：ワイワイルーム
(北病院北側 すまいるハートビル2階)
参加費：100円(コーヒー・お菓子付き)
コーヒーを飲んでほっと一息つきませんか？



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：北病院ブロック

第13回上飯田健康まつり

日時：11月10日(日) 午前9時30分～午後1時
場所：すまいるハートビル(北区上飯田北町1-20-2)
健康チェック・ひらき座やこまのお兄さんによるパフォーマンスを開催！

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)

《名古屋市がん検診のご案内》

名古屋市の行っているお得ながん検診はご存じですか。名古屋市から案内が届いていない方も、対象年齢に当てはまる方ならどなたでも受診可能です。
ぜひ北医療生協 北病院(915-2301) 生協もりやま診療所(795-5885) あじま診療所(901-3011) までお申し込みください。

検査項目	料金	名古屋市検診の負担金免除制度
肺がん	500円 今年度40歳以上 名古屋市在住の4月1日時点で40,45,50,55,60歳の方は無料	検診の対象年齢で下記に該当する方は500円が免除 ①今年度70歳以上の方
胃がん(エックス線)	500円 今年度40歳以上 名古屋市在住の4月1日時点で40,45,50,55,60歳の方は無料	②生活保護世帯の方
胃がん(内視鏡)	500円 今年度50歳以上 *内視鏡は隔年。前年名古屋市の内視鏡の受診者は、X線・内視 どちらも受診できません。 名古屋市在住の4月1日時点で50,55,60歳の方は無料	③市民税非課税世帯の方
大腸がん	500円 今年度40歳以上 名古屋市在住の4月1日時点で40,45,50,55,60歳の方は無料	④障・ひとり親家庭の医療証お持ちの方
前立腺がん	500円 今年度50歳以上の男性 名古屋市在住の4月1日時点で50,55,60歳の男性は無料	⑤名古屋市福祉給付金受給の方
胃がんリスク検査	500円 40歳以上50歳以下(年度末時点の年齢) 対象年齢のうちに1回のみ (名古屋市のピロリ菌検査を受けた方は受けられません)	⑥中国残留邦人等に対する支援給付受給者の方
ピロリ菌検査	無料 20歳以上35歳以下(年度末時点の年齢) 対象年齢のうちに1回のみ	

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。

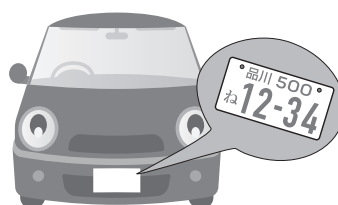
予約制のため、申し込みは事前に電話で。
☎(052)914-4554
(組織担当課)くらしの委員会

■会場 名古屋北法律事務所
(地下鉄「平安通」下車すぐ)
住所：名古屋市中区平安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「ご相談ください」
「くらし支える相談センター」
052-916-17702 平日13時～17時

自動車に乗られる方も多くいらっしゃるかと思います。今回はナンバープレートについてご紹介いたします。
ナンバープレートの正式名称は「自動車登録番号標」(軽自動車では「車両番号標」といいます。
かつて、道路運送車両法では「見やすいように表示しなければならぬ」とだけ定められていましたが、2021年10月から国土交通省の新基準の適用が始まり、新車の登録の場合に、ナンバープレートの位置や角度が数値で明確に規定されるようになりました。



理由は、ナンバープレートが正しく判読できないと、犯罪や事故の際に支障が生じることが問題となったことが原因です。
また、ナンバープレートカバリの装着禁止、回転取付けの禁止、文字や数字の被覆の禁止、プレートの折り返しも禁止されます。
このように変わった理由は、ナンバープレートが正しく判読できないと、犯罪や事故の際に支障が生じることが問題となったことが原因です。

法律の
現場から
215

「自動車のナンバープレート」

弁護士 坂輪 萌子

外来診療担当医のご案内 2024年11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	—	11日 本間 18日 宗宮 25日 本間	加藤 (11日)	加藤 (11日) 13時～14時30分	浅井	—	中山裕	近藤	糖尿病 11・25日 日野	神経 11日 前嶋
火	腰山 小倉 山本 村田	胃カメラ 山近	—	—	森 (12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 (5日 休診)	—	—	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 (13日 山本)	乳幼児健診・予防接種 [13時30分～15時] 一般外来[14時～16時30分] 森 (13・20日 川口) (13・20日は13時30分～一般外来のみ)	—	—	—	—	—	—	—	—	—
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	吉岡	物忘れ外来 山田	—
金	小倉 門脇 植田 山近	胃カメラ 腰山	高木	—	1日 高橋 8日 森 15日 高橋 22日 森 29日 高橋	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 (1日 森)	—	—	—	—	志賀	車 (1日 休診)	—	往診 植田 甲状腺内分泌 1日 前田	—
土	2日 山近・山田・松田 9日 成定・腰山・菱田 16日 山近・山田・松田 30日 腰山・山田・松田	胃カメラ 2日 山本 16日 指宿	—	—	2日 矢嶋 9日 森 16日 成瀬 30日 森	—	—	2日 井戸 9日 藤林 16日 千田 30日 千田	—	—	—	2日 代務 9日 犬飼 16日 代務 30日 犬飼	—	—	—

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)

■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45分～3時40分)

★乳児健診の時間帯で「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)

●介護保険の活用負担と昼食代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

→

●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

	内 科			小 児 科		
	午前	午後	夜間	午前	午後	夜間
月	藤岡	—	18:00～ 平川	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	坂本 森(12日)	—	小栗 森(26日)
水	鈴木貴	13:30～ もの忘れ外来	—	坂本 小林(13日)	—	—
木	宮城	—	国井	浅井	—	18:00～ 増田(7・21日) 太田(14・28日)
金	山本	—	国井	加藤	—	坂本
土	廣部(2・16日) 山田(9日) 内科医師(30日)	—	—	坂本 小栗(16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 助川よ、金澤、木賀

■最終受付は診療時間終了の30分前までです。

●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	月	火	水	木	金	土
	午前	○	○	○	○	○
	午後	○	○	○	○	○
夜間	—	—	(第1・3水曜日 午後休診)	—	—	—

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)

■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(18日) (小児消化器) 西尾(11・25日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (検査)(5・19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 (1・15・29日) 縣(8・22日) (小児アレルギー)	内科医師
土	谷澤 (呼吸器) 大竹(2日)	—	山本 (9・30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、助川さ、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	○	(第1・3水曜日 午後休診)	—
木	○		
金	○		
土	○	○	—

	午前	午後	夜間
	月	林	—
火	林	井上	井上
水	井上 林	—	—
木	井上	井上	—
金	井上	—	林
土	井上 林 (2日・30日休診)	井上	—

- 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
- こころと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

にちじ 11月13日(水曜日) 17時～18時30分
食事時間：17時30分～19時

メニュー カレーライス

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

さんかひ こども0円 大人300円 高齢者100円

あじまわいわい食堂

にちじ 11月16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(へんこう)あり

ばしよ 楠地区会館2階

上飯田みんなのフードステーション

にちじ 11月17日(日曜日) 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。
- お申込みご本人様に対面で渡す形を基本としております。代理の方が受け取る場合は、ご本人が右記の電話番号へ事前に連絡して、了解を受けてください。事前連絡がない場合、お渡しできませんのでご了承ください。

■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ください。
予約の際は住所を省略せずに入力してください。
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：11月1日(金)午前9時～11月2日(土)午後5時
※受付期間外では、予約受付フォームに繋がりませんのでご注意ください。

■電話予約について

「携帯電話がない」「ネットで予約が出来ない」方で、食糧支援を必要としている方のみ電話予約を受け付けます。(理由などお尋ねします。)
日時：11月5日(火) 午前10時～11時
電話番号：080-3636-5151
*数量に限りがあります。予定数に達しましたら受付終了します。
電話予約は予定数に達しましたら繋がらなくなります。
事前予約はネットでの予約が優先しますのでご理解ください。

にじっこひろば

にじっこひろば わいわい♪

11月1日 リトミックを実施します♪
みんなと一緒に音楽を楽しみましょう!

11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
- あじま [ゆうゆうルーム] 毎週金曜日 9時45分～11時15分
- わかば 当面お休み
- 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・フードステーションに参加する方へ

★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 11月のお知らせ

共催：小幡緑地管理事務所

内容 バルーンアートで遊ぼう

日時 2024年11月30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

参加費 無料

お申し込み 事前申込必要 QRコードまたはお電話で申し込みください。
TEL 052-914-4554 担当：池田まで

前回の報告

9月28日(土) 『空気砲を作って遊ぼう』

材料はペットボトル、ゴム風船、ビニールテープ。予め底を切り落としたペットボトルに怪我防止の為、切り口をビニールテープでカバーし、切ったゴム風船を被せたら完成！ゴムを引っ張って、空気砲(風)で的を倒して遊びました。

柔らかいペットボトルが主流になっていますが、伸ばした風船に耐えられるように固いペットボトルが必要です。

乳がん体験者の茶話会

リボンの会のお知らせ

次回：11月22日(金) 午後2時～3時30分
場所：ワイワイルーム

佐々木うのえ

がん予防に免疫システムを高めることが大切ですが、体温の低い人が増えています。入浴、服装、温熱、運動などで、体を温める生活を心掛けています。

新しく参加した人から、最近の治療経過の話で、早期発見と自分の人生でやりたいことに合わせて治療の選択していることに感銘を受けました。

こんな緊張感の日常からリラックスできる旅行を計画したいのですが、秋ではなく、春に！

お問い合わせ：事務局 担当者 ☎ 052-914-4554

よこのカギ

1 オズの魔法使いの木こりはコレ製
3 白と黒、囲碁で使います
5 ウォールナット
7 ○○り、○○み、そば○○
9 馬子、蝦夷、入鹿と言え
10 丈夫、堅牢、強健
11 11月は○○月
12 哺乳類の歯で特に大きく鋭く発達したもの
14 北⇄
16 胃がんリスクの1つ、○○○菌
17 参加賞などはコレが多い

15 14 13 11 9 8 6 4 3 2 1
1 センチ10
この辺は赤、関西は白、生協は減塩！
果実
ショウガ目バショウ科 南国の黄色の
果実
とげぬき地蔵が有名
病気は○○○発見、○○○治療
人の知恵では計り知れない不思議
シウウガ目バショウ科 南国の黄色の
果実
ニューオリンズがあるアメリカ南部
の州
とげぬき地蔵が有名
病気は○○○発見、○○○治療
人の知恵では計り知れない不思議
シウウガ目バショウ科 南国の黄色の
果実

たてのカギ

11月3日は○○○の日
「目」は見る、「耳」は？
分ければ資源、混ぜれば？
共○○、若○○、○○○染め
ニューオリンズがあるアメリカ南部
の州
とげぬき地蔵が有名
病気は○○○発見、○○○治療
人の知恵では計り知れない不思議
シウウガ目バショウ科 南国の黄色の
果実

【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、11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。

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。

前回の答え けんこうまつり (パズル応募数 54 名)

答え

A	B	C	D	E
---	---	---	---	---