

医療とくらし

1人は万人のために万人は1人のために

● 内科医のつづやき「30分ウォーキング」…………… 2P
 ● 知っておきたい百日せきの母子免疫ワクチンのこと… 3P
 ● 平和への想い 人から人へ ー戦後80年ー …… 5P
 ● みんなで作ろう水鉄砲 …………… 8P

2025
7.8月号

No.552

5月末現在組織状況/組合員数40,324人 出資金1,362,746,000円 平均出資額33,559円

新任ドクター

紹介!!

訪問診療医

二村 直樹 医師

自己紹介

7月から北病院に訪問診療の常勤医として着任しました二村直樹といいます。生まれは岐阜県です。岐阜大学を卒業し、主に岐阜県内の病院で外科医をしてきました。趣味はゴルフです。外科医から訪問診療医に変わろうと考えていたところ、北病院で訪問診療が開始されることを知り、お世話になることになりました。

訪問診療とは

訪問診療とは在宅医療の一つです。病気や障害のために通院困難な患者様に対して、医師が定期的に自宅や施設に赴いて診療を行います。緊急時には24時間365日体制で医師や看護師が対応し、必要に応じて自宅や施設に伺います。また、専門施設での検査が必要になった場合や入院が必要になった場合は専門施設や入院施設への手配を行います。

私は外科診療を中心に医師をやってきましたが、外科診療とともに訪問診療も行うようになり、前任地の病院では外科部長兼訪問診療部門責任者として働いていました。これからは北病院の訪問診療医師として通院困難な患者様の診療・サポートをしていきたいと思っております。



北病院

7月
から
Web予約ができる
診療科が広がります!

これまで
小児科のみ

7月から増えます!

小児科、整形外科、耳鼻科、皮膚科

WEB予約ができる診療科を拡大します!より便利で使いやすくなります!診察券を準備して北病院のホームページからご予約ください。ご利用をお待ちしています。

サマー増資 協力のお願い

いつも北医療生活協同組合の運営にご理解とご協力をいただき、ありがとうございます。

北病院では新たに訪問診療の医師が加わりました。また、オンライン予約システムの導入も進めています。こうした医療の充実や、「サロン」「すまいるネット」「子育て広場にじっこ」などの地域活動は、皆さまの出資金によって支えられています。私たちの医療と福祉を未来につなぐため、今年もサマー増資へのご協力をよろしくお願いいたします。

組織活動委員会

取り組み期間

7月1日(火)～7月31日(木)

増資目標

33,005,000円

振込用紙を
ご利用ください

第13回 なないろ

「こころ」の連載 ④5

たなばた会

どなたでも
参加できます!

7月2日(水) 午前11時～午後14時 (雨天決行)

場所: なないろ1階&駐車場 名古屋市北区 上飯田南町2丁目14-1

当日の催し物

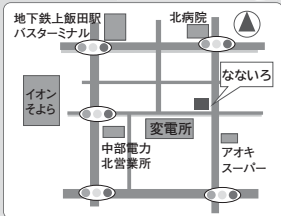
販売

オーガニック直売・バザー品
やさいや果物 等

模擬店

飲食物・デザート等
お楽しみくじ

健康

12時30分 頃より うたごえ 開催
(マッキー&ミッキー)

主催: なないろ&カトレヤ会 お問い合わせ: 052-910-8077

精神科デイケア 青空

北メンタル・クリニックには精神科デイケア『青空』があります。
こころの病や障がいを抱えた方が、日中、同じ仲間とともに過
ごし、様々な体験をする中で自信を取り戻していくところです。

脳トレ、マージャン、園芸、卓球、トーンチャイムやオカリナ
の楽器演奏、お出かけ企画（美術館や動物園）など、利用者の方
の意見も取り入れながら多彩なプログラムをしています。

料金

窓口負担1割の方の場合

1日利用(昼食付) 710円、半日利用 370円

※医療証等ある場合は無料

お問い合わせ: 北メンタル・クリニック 052-912-2113 川口

訪看情報メール便

熱中症注意

東部訪問看護ステーション 松下 美幸

夏、本場となってきました! 熱中症のリスクが高まります。
水分をこまめにとり、エアコンや扇風機を活用し、室温を適
切に保ちましょう。

外出は涼しい時間帯で、帽子などで直射日光を避ける事が
大切です。

また、食事や睡眠も規
則正しく整え、体調管理
を心がけましょう!

心身の心配事があれば、
まずは訪問看護に相談の
お電話を☆



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



内科医のつぶやき



30分ウォーキング

内科医 高木 繁



現在、大阪万博開催中です。ついこの前愛知万博が開催されたと思ったら、
月日の経過が早く、もう20年以上経過したことになります。愛知万博開催中
は各パビリオンをめぐるため、一日に3万歩以上歩きました。当時は大変で
したが、今となっては良い思い出です。

運動することは健康を考えると非常に有益なことです。運動を習慣にし
て日常生活に取り入れるのはなかなか難しいと思わざるを得ません。今まで
の何年もの間、運動と縁の無かった生活でしたので、いきなり生活自体を変
える事なんて出来なくても仕方が無いです。でも、とりあえず外に出て、30
分間歩いてみましょう。

30分の運動から始める理由としてウォーキングは有酸素運動です。有酸素
運動では、20分間を超えると、誰もが嬉しい「脂肪燃焼効果」が期待でき
るので、30分間を目標にしましょう。30分間のウォーキングならできそうに
思うかもしれませんが、初めて歩いて時には30分間が長いと感じると思い
ます。しかし、2回目・3回目と回数を重ねていけば、体も心も歩くことに慣れ
てきます。体力と筋力がついてくると歩く時間を長くしたり、回数を増やし
たりできるようになっていきます。

また、ウォーキングにはさまざまな効果がありますが、その中にストレス
解消効果があります。現代社会ではストレスと共に生きていると言っても過
言でない程、ストレスに悩んでいる人も多いのではないのでしょうか。呼吸を
整えリズムカルに動くことにより、リラックスホルモン（セロトニン）が出
ると言われています。セロトニンが別名「幸せホルモン」とも呼ばれ、精神
的な落ち着きが得られると言われています。セロトニンの分泌を促すという
視点からだと20分～30分間を集中して歩くと良いと言われています。自分
に合ったストレス解消法として、ウォーキングはどうでしょう。ウォーキン
グをしてストレス解消すると同時に体を動かしているので、運動効果も同時
に得られて一石二鳥です。

ウォーキングは比較的に軽度な運動なので、成果が出るには思うより時間
がかかるかもしれません。それでも運動を続ければ適度な筋肉がつき、脂肪
がつきにくい、あるいは燃焼する体になっていきます。同時に心肺機能も良
くなってくるので、少し体を動かしただけでも息切れするという事が無くな
っていきます。その他にも、生活習慣病の予防・改善・心身のリフレッシュな
どの複合的效果が出てきます。それらの効果を実感すると、日常生活に運動
は欠かせなくなります。

運動の効果を感じるまでの道のりは思う以上にとても長く、個人により大
きく差が出るので続けるのが難しいと感じるのは自分だけではなく誰もが感
じることです。運動が気持ち良いと感じるまでは大変ですが、まずは始めて、
気軽に続けてみましょう。

今日からできるリハビリ体操

連載137

生協もりやま診療所 デイケアあいあい 作業療法士
坪田 圭佑

ちょっとした時間で行える。毎日ちょっとだけ行っ。そんな体操です。

今月は、歩行時に、地面の蹴り出しに必要なふくらはぎの
筋肉を鍛える体操です。

運動内容



【座って行う場合】

- ① 椅子に浅く腰掛け、背筋を伸ばします。
両足を少し後ろに引いて、踵の上げ下ろし
を行います。20回を2セット行います。



【立って行う場合】

- ※足の痛みがある場合は、座って行うようにしてください。
② 椅子の背もたれ等を持って、背筋を伸ばし
ながら両足の踵の上げ下げを行います。
10～20回を2セット行います

モデル: 園原 恵美子



小児コーナー

知っておきたい百日せきの 母子免疫ワクチンのこと

あじま診療所 所長 坂本 龍雄

百日せきが全国的に流行しています。百日せきにかかると名前の通りせきが長く続きます。息つく間もなく乾いたせきが連発します。ところが、成人や年長児と違って、生後数ヶ月までの乳児にとっては大病で、呼吸困難や無呼吸、脳症の合併により生命の危険を生じます。かからせたくありません。

予防策として注目されているのが母子免疫ワクチンです。妊娠後期(27週~36週頃)に百日せきを含む3種混合ワクチン(商品名トリビック)を接種すると、百日せきに対する抗体が母体で作られて胎児に移行します。その結果、生まれてすぐから百日せきの発症や重症化を予防することができます。母親の百日せきの発症も抑えます。一度ご相談ください。

追加情報です。RSウイルスは乳幼児に肺炎や細気管支炎を引き起こす代表的な病原体です。生後数ヶ月未満で感染するとこれらが重症化することが知られています。百日せきと同じく母子免疫ワクチンが有効です。昨年から利用できるようになりました(商品名アブリスボ筋注用)。



北病院 耳より情報



この日何の日

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

7月7日は七夕です。七夕に限らず、今は色々な記念日がありますが、5月9日は何の日だったかご存じですか？5はごう、9はく(う)でこうくう(口腔)となり、「口腔ケアの日」でした。各地で口腔ケアの啓蒙活動が行われていました。他にも11月8日は「良い歯の日」で、「8020運動」80歳になっても自分の歯を20本以上保とう運動の一環として設定されました。では、12月12日は何の日でしょう？

答えは「世界嚥下デー(World Swallowing Day)」です。正常の嚥下および摂食嚥下障害の原因、早期発見、合併症、管理についての知識を深めるため、医療従事者だけでなく、一般の方を対象とした世界的な啓蒙キャンペーンを行うことを目的に定められた日です。各地で色々な活動(咽活)を行っているので興味がある方は調べてみてくださいね。(ちなみに糖尿病デーは11月14日です。1992年にインスリンを発見したカナダのハンディング博士の誕生日です)

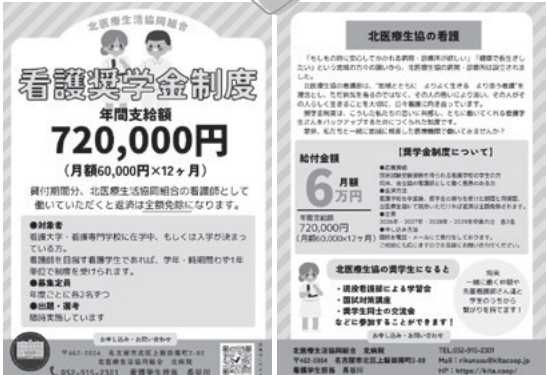
ナース♥hotline ホットライン

看護奨学生を大募集!

看護師求人・看護学生担当 長谷川 綾乃

北医療生協では、看護師を目指す学生さんを対象とした看護奨学金制度を設けています。卒業後、貸与期間と同期間、北医療生協の看護師として勤務していただくことで返済が免除となります。奨学生の方には、学習会や国試対策講座、先輩看護師との交流会など安心して学べる環境を提供しています。ご興味のある方は看護学生担当までお気軽にお問合せ下さい!

電話番号: 052-915-2301
メールアドレス: rikunasu@kita-coop.jp
担当: 長谷川



口の中の相談室



北生協歯科 木賀 紀文
歯科医師

今回の相談は...

先日、抜歯をしたのですが
抜歯した後は消毒に受診しなくてよいのでしょうか？

昔は手術をした傷が化膿しないように毎日、消毒をしていました。今では消毒をせず周りの汚れをきれいにしテープを張っておくのが一般的となっています。

なぜ消毒をしないのか？ 消毒は細菌を殺してしまえばかりでなく、皮膚の下の弱い組織まで殺してしまいます。細菌は組織の弱ったところに定着しやすく感染がおきてしまいます。さらに傷口の治りが悪くなり、醜い傷跡が残ってしまうこととなります。

口の中も同じで昔は抜歯後にイソジンで消毒を行っていました。しかし今は、上記の理由から消毒せず洗浄のみにとどめるのが一般的です。昔の常識が、今の非常識と認識されることが多々ありますが、医療の世界も日々変化しています。歯医者に受診した時、治療の中で感じるものがあればスタッフに聞いてみてください。



おしゃべり広場

ゴーヤマンさん
今日からできるリハビリ体操をやってみました！簡単だから続けてみます。

山下さん
入協式の記事、期待を持って読ませていただきました。先日、テレビで「医療限界社会」という番組を見て、医者も看護師も足りないという病院が報道されました。病院の経営も大変で、医者も看護師も疲れ切っている様子。北病院の実情は知りませんが、新人たちが頑張らざるに頑張れ!

笠原さん
組合員健診の空いている状況が分かって参考になりました。

北区 荒川さん
たまに応募しています。84歳になります。足腰が弱ってきていますが、自転車坂道の向かい風の中でスポーツセンターに週2回通っています。健康に留意し、晩酌を唯一の楽しみとしています。

千種区 山崎さん
「にじっこひろば」の写真が素敵です。昔々の子育て時代の楽しさと辛さを思い出します。

誰もが、その人らしく安心して

北医療生協のファミリーサポートのとりくみ

ファミリーサポートカフェ

会場：北病院駐車場

毎月第2日曜日フードステーションに合わせてファミリーサポートカフェを実施しています。お茶をしながら参加者の相談にのったり、健康チェックをしたり、署名活動をおこなっています。地域の方々の交流の場になることを目指しています。

●サポーターの声

出会いを楽しんでいます。

お茶を飲みながらそれぞれの楽しみ方でカフェを利用いただき、つながりを意識する中でわずかな時間でも心満たされる場になれば…ありがたいです！

※屋外での取り組みのため、7月～9月はお休みです。



大学生サポーターさんも大活躍!!



サポーターのみなさん大集合!

サポーターを募集しています!詳しくは事務局までお問い合わせください。

北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

子育てひろば「にじっこひろば」

にじっこひろばは、子育てのフリースペースです。パパとママ、子ども達が安心して過ごせる居場所を目指して現在は3か所でおこなっています。(会場と開催日時は8面をご覧ください)

にじっこひろばに参加していた子どもが大きくなって、北医療生協のイベントに遊びにきている姿を見ると地域のつながりを感じ嬉しくなります♪サポーターが子ども達と遊んだり、保護者の相談を受けたりしています。ぜひお気軽にご参加ください!

●サポーターの声

にじっこひろば「チャイルドキャッスル」は西区くらしのセンター3階のみんなの部屋で毎週火曜日10時から11時30分まで開いています。

私たちサポーターの居場所にもなっています。ひとりのサポーターから「家に居るよりここに来ることが何より自分のためになっているよ」と声がありました。おもちゃで遊んでいる子どもたちからは、元気をもらい自然と笑顔になって楽しく過ごしています。



穏やかな優しい時間が流れます(にじっこひろば「チャイルドキャッスル」)

サポーターを募集しています!詳しくは事務局までお問い合わせください。

北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

寺子屋学習塾

名古屋市から委託を受けて中学生を対象に黒川教室・あじま教室の2か所で学習支援事業を実施しています。

家でも、学校でもないホッとできる場所として、学習を進めたり、おしゃべりしたり、軽食をとったり、年に数回イベント行事を実施したりするなど「子どもの居場所づくり」をおこなっています。

●サポーターの声

学習支援に参加し、子どもたち一人ひとりの学習ペースに寄り添う大切さを実感しました。学ぶ楽しさを共有しながら、信頼関係が築ける喜びを感じました。

今後も継続的にかかわり、学びの場を支えていきたいです。



学ぶ楽しさと信頼関係を大切にするサポーターさん



サポーターを募集しています!詳しくは事務局までお問い合わせください。

北医療生協事務局 ☎ 052-914-4554

謝金・交通費
支給有り。

平和への想い 人から人へ

— 戦後80年 —



みんなでつないだ千羽鶴



北区コースを200名で行進!

千羽鶴を広島へ

東区東支部では広島市の「原爆の子の像」に千羽づるを送る活動を毎年行っています。鶴を折ることで犠牲者を悼み、平和を願うためです。今年も東区平和行進(6月)に間に合うように、4月から「折り鶴行動」を始めました。

「折り鶴行動」の内容は25羽の鶴を折ること、核兵器禁止署名を集めること、代表派遣のためのワンコインカンパの3つです。5月24日(土)は30名を超す組合員から集められた1050羽の鶴で千羽づるを完成させました。

東区東支部 東 雅明さん

つなぐ、平和への想い

あいち平和行進 期間：5月31日～6月11日

私は県内通し行進者として6月9日まで10日間毎日歩きました。平和行進は1958年より68年続いています。31日、1日は土日の為高校生の参加がありました。9日は最終地点(江南市役所)へ向かう際に、沿道に居た5人の小学生が行進団に加わり「戦争嫌だ、核兵器いらない」と一緒にコールしながら歩き、市役所玄関での被爆者の訴えも聞き最後まで参加していたのがとても嬉しいことでした。

大谷 照代さん

ちょこっと
ヘルスアップ

「すこしお」

24時間蓄尿塩分調査に
参加しましょう!



「24時間蓄尿塩分調査」について

高血圧は、心臓病や脳卒中の大きな要因の一つであると言われています。塩は人類が生きていく上で必要な食べ物ですが、一方で血圧の上昇と関わりがあるとされています。高血圧予防の観点で減塩にとりくむことが重要です。

24時間蓄尿塩分調査は5年ごとに全国の医療福祉生協の協力のもとに1984年以降、計8回に渡って実施してきました。

そして、2025年に第9回目の24時間塩分調査がおこなわれます。

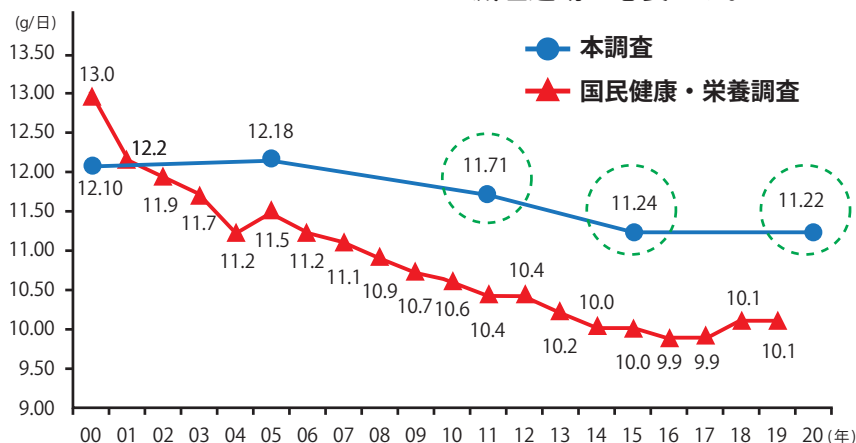
2020年蓄尿塩分調査の結果

● 2022年は11.22g

● 2015年は11.24g

● 2010年は11.71g

「塩分の減少に歯止めが!?!」という状況です。「すこしお」のさらなる発展のために個人だけでなく、周囲を巻き込む減塩運動が必要です。



「すこしお」とは2015年に開始した、「少しの塩分ですこやかな生活」をめざす医療福祉生協のとりくみの総称です。世界保健機関(WHO)は、世界の人々の塩分摂取目標を1日5gとしています。厚生労働省は、1日の塩分摂取量の基準を男性7.5g未満、女性6.5g未満としています。医療福祉生協では、1日当たり6gをめざしています。

「24時間蓄尿塩分調査」のここがポイント

24時間貯めた尿から1日に排出されるナトリウム、カリウム、クレアチニンの量を測定します。さらに、質問票によって、一人一人の食生活の状況から栄養素や食品の摂取量が算出され、栄養素摂取状態が把握できます。結果は個人に返却されます。

血圧上昇量は一生に食べた食塩量の影響を受けます。若い時から始めた人ほど、得です。

「ステップアップ! すこしお2022~2025」の3つの柱

1. 減塩の重要性を理解しよう。
2. 自分の塩分摂取量を知って「すこしお」を自分ごとにしよう。
3. 地域まるごと「すこしお」をめざそう。

24時間蓄尿塩分調査にあたって

- ①調査対象者は20歳以上の組合員です。
- ②年齢区分は、20歳代、30歳代、40歳代、50歳代、60歳代、70歳代、80歳代です。年代ごとバランスよく選定し、男女比も偏らないようにします。
- ③調査実施日は2025年10月26日(日)です。

みなさん、ご協力よろしくおねがいします。

情 報 B O X

主催：もりやまブロック

さわやかシニアの会

みんなで食事しながら交流しましょう～

日 時：7月8日(火) 午前11時30分～

場 所：生協もりやま診療所 あいあいルーム 要申込

参加費：500円(お食事代)

申し込み・問い合わせ：(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(市川)

主催：わかばブロック

スマートフォン講座

日 時：7月9日(水) 午前10時～11時30分

場 所：生協わかばの里 1階ひだまりひろば

定 員：6名

参加費：無料

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(阿部)

主催：西区ブロック

子どもフェスタ
(射的、お菓子作り、輪投げ、工作コーナーなど)

夏休みに楽しい思い出を作りませんか？ご参加お待ちしております♪

〈web 申込〉

日 時：7月28日(月) 午前10時～11時30分

場 所：城西コミュニティセンター

参加費：無料

申し込みは電話・web から

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(倉田)

主催：北病院ブロック

「わいわいこどもえんにち」

日 程：9月28日(日) 詳細は次月でお知らせします

場 所：すまいるハートビル(名古屋市北区上飯田北町1-20)

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(鈴木)

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：2025年7月18日(金)・8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) 1階イトイン前

内容：血圧、握力チェック

場所が変更になりました！

「わいわいサロン」

日 時：7月16日(水)・8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(鈴木)

主催：わかばブロック

竹de水鉄砲

竹で水鉄砲づくりをしませんか！？ 作った後はみんなで遊びましょう♪

日 時：8月2日(土) 午前10時～11時30分

場 所：生協わかばの里1階 ひだまりひろば

定 員：20名(10組)

参加費：100円(工作する方1人につき)

持ち物：着替え(濡れる可能性があるため)・軍手
牛乳パック(的づくり用)

申し込みは電話・web から

〈web 申込〉

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(阿部)

主催：あじまブロック

スマートフォン講座

日 時：9月17日(水) 午後2時～4時

場 所：あじま診療所 ゆうゆうルーム

定 員：5名程度

参加費：無料

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(池田)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

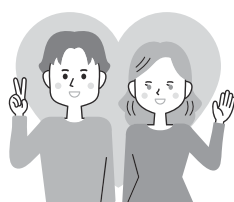
日本での婚姻の成立要件には、各当事者に対しそれぞれの本国法のみが適用される一方の要件と、当事者双方の本国法が両者に適用される双務的要件とがあります。

一方の要件の例には婚姻適齢があり、日本人は日本の法律で定められた年齢である18歳、外国人は当該国の法律で定められた年齢

今年4月から大阪・関西万博が開催され、世界中から人やモノが集まっています。そこで、日本人と外国人とが日本で婚姻する場合に適用される法律についてご紹介しま

に達するまで、日本に婚姻することができません。

弁護士 坂輪 萌子

法律の
現場から
223「国際結婚と
法律」

外来診療担当医のご案内 2025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

■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。

毎週金曜日午後
神経内科・物忘れ外来が増えました



▲小児科
Web予約

	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	青カメラ 金倉	—	腰山 国井	森	7日 宗宮 14日 本間 28日 本間	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 14・28日 浅井	神経 7日 前嶋
火	腰山 小倉 山本 村田	青カメラ 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	—	大腸検査 山近 器具外来 浅井 16時～17時
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] 一般外来 [14時～16時30分] 森 (9・16日 小林)	—	—	—	—	—	—	アレルギー 坂本 13時30分～16時30分	—
木	腰山 小倉 高木 武田	呼吸器外来 佐々木 (第1木曜日のみ)	—	3日 山近・多和田・今村 10日 山近・多和田・梁 17日 山近・多和田・梁 24日 山近・多和田・杉原 31日 山近・多和田・梁	山本	—	森	岡	—	鈴木	—	吉岡	吉岡	物忘れ外来 山田 (24日休診)
金	小倉 門脇 植田 山近	青カメラ 腰山	植田	—	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	—	甲状腺内分 4日 鈴木 神経内科・物忘れ外来 武田
土	5日 山近・腰山・松田 12日 成定・腰山・菱田 19日 山近・山田・松田 26日 成定・腰山・菱田	青カメラ 5日 関 19日 関	—	—	5日 矢嶋 12日 森 19日 成瀬 26日 未定	—	—	5日 代務 12日 藤林 19日 千田 26日 片山	—	—	5日 丸尾 12日 中村 19日 休診 26日 丸尾	—	—	—

あじま診療所 予約制 ☎(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、土曜日は午前11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

(介護保険)デイケアあじまグループ 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) ＜祝休日除く＞

■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	藤岡	—	18:00～ 平川 内藤(7日)	坂本	4～7月 の間休診	—
火	塚本	—	18:00～ 内科医師	坂本 森(8日)	—	小栗 森(22日)
水	鈴木貴	もの忘れ外来	—	坂本	—	—
木	宮城	—	国井	小栗	—	18:00～ 増田(3・17・31日) 藤澤(10・24日)
金	山本	—	国井	五十里	—	坂本
土	廣部(5・19日) 内科医師 (12・26日)	—	—	坂本(5日) 小栗(12日) 福田(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

■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	—	—	—	—	—	

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

■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) (21日休診)	玉腰 (神経内科) (21日休診)	小林 (小児アレルギー) (21日休診)	藤澤(7日) (小児消化器) 伊藤(14・28日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (慢病)(1・8・15日)	大竹 (消化器) (22日休診)	—	—
水	大竹 (消化器)	—	内科医師	—
木	門脇 (糖尿病) 劉(10日)	高田 (内科全般)	高田 (小児全般) (10日休診)	高田 (小児全般)
金	大竹 (消化器)	山田 (呼吸器)	村瀬 (11・25日)	内科医師
土	谷澤 (呼吸器) 大竹(12日)	—	山本 (5・19日) (小児全般)	—

※火曜日夜間は大竹(第4休診)、金曜日夜間は山田(午後5時45分～)となります。

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

往診は月～木

●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。

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

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スサービス ☎(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(デイスサービス) ☎(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

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

●7月31日は完全休診となります

	午前	午後	夜間
	林	井上	井上
月	林	井上	井上
火	原	井上 (29日休診)	井上 (29日休診)
水	井上 (30日休診)	原	—
木	井上 (31日休診)	井上 (31日休診)	—
金	井上	—	林
土	井上 原	井上	—

外来診療担当医のご案内 2025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(金)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

毎週金曜日午後
神経内科・物忘れ外来が増えました



- 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。

▲小児科
Web予約

	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	—	4日 宗宮 18日 宗宮 25日 本間	加藤 (第1月曜のみ)	加藤 13時～14時30分	浅井	—	中山裕	近藤	糖尿病 4・25日 浅井	神経 4日 前嶋
火	腰山小倉 山本 (5日 なし) 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	—	—	浅井	—	山本 (5日休診)	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 小林)	—	—	—	—	—	—	—	アレルギー 坂本 13時30分～16時30分 (6日休診)	—
木	腰山小倉 高木武田	呼吸器外来 佐々木 (第1木曜日のみ)	—	7日 山近・多和田・今村 14日 山近・多和田・梁 21日 山近・多和田・梁 28日 山近・多和田・杉原	山本	—	森 (14日未定)	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 (29日 なし)	植田	—	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	—	甲状腺内分泌 1日 鈴木 神経内科・物忘れ外来 武田	—
土	2日 山近・山田・松田 9日 成定・腰山・菱田 16日 腰山・山田・松田 23日 成定・腰山・未定 30日 山近・山田・松田	胃カメラ 2日 関 16日 関	—	—	2日 矢嶋 9日 森 16日 成瀬 23日 大海 30日 森	—	—	2日 杉浦 9日 藤林 16日 千田 23日 片山 30日 千田	—	—	—	2日 丸尾 9日 中村 16日 丸尾 23日 中村 30日 丸尾	—	—	

あじま診療所 予約制 ☎(052)901-3011

- 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、土曜日は午前11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

(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) ＜祝休日除く＞
- 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	藤岡	—	18:00～ 平川 内藤(4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 劉(26日)	坂本 森(12日)	—	小栗 森(26日)
水	鈴木貴	もの忘れ外来	—	坂本	—	—
木	宮城 劉(14日)	—	国井	小栗	—	18:00～ 増田 登林(7・21日) (14・28日)
金	山本	—	国井	五十里	—	坂本
土	廣部(2・16日) 内科医師(9・23日) 劉(30日)	—	—	坂本(2・30日) 小栗(9日) 福田(16日) 森(23日)	—	—

あじま診療所歯科 ☎(052)902-6356

- 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
- 歯科医師 助川、金澤、木質 ●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
歯 科	午前	○		○		○	○
	午後	○	○	(第1・3水曜日 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
- 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…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) (11日休診)	玉腰 (神経内科) (11日休診)	小林 (小児アレルギー) (11日休診)	藤澤(4・18日) (小児消化器) 伊藤(25日) (小児全般)
火	若松 (内科全般) 大竹 (喉痛) (5・12・19日)	大竹 (消化器) (19日休診)	—	—
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) (15日休診)	山田 (呼吸器) (15日休診)	村瀬 (8・22日)	内科医師
土	谷澤 (呼吸器) 大竹(9日)	—	山本 (2・16日) (小児全般)	—

※火曜日夜間は大竹(第4休診)、金曜日夜間は山田(午後5時45分～)となります。
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
往診は月～木
- 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、木質、鈴木、久野一
- 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	○	○ (第1・3水曜日 午後休診)	—
木		○	
金		○	
土	○	○	—

	午前	午後	夜間
月	林		—
火	原	井上	井上
水	井上 原	—	—
木	井上	井上	—
金	井上 (1日休診)		林
土	井上 (2日休診) 原	井上 (2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
- 生協あじまの家デイスサービス ☎(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(デイスサービス) ☎(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

7月・8月 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

2025年
7月9日(水)
8月6日(水)

受付時間：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

2025年
7月12日(土)
8月9日(土)

受付時間：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

事前予約必要

にじ 7月13日(日)
8月10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。
●お申込みご本人様に対面でお渡しする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/98mx1DsChaCbqeHE6>
予約受付期間：2025年7月1日(火)午前9時～7月2日(水)午後5時
2025年8月1日(金)午前9時～8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：2025年7月5日(土)午前10時～11時
2025年8月4日(月)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ご理解ください。

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7月のお知らせ

共催：小幡緑地管理事務所

内容 みんなで作ろう水鉄砲

日時 2025年7月26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地下1階

参加費 無料

お申し込み 不要 ※材料が無くなり次第終了
TEL052-914-4554 担当：市川まで

前回の報告

5月31日(土) 『飛ばして遊ぼう』

割りばし鉄砲 よく飛ぶ弓矢 ロケットストロー

トイレットペーパーの芯、輪ゴム、ストロー、折り紙でおもちゃを2つ作りました。
「トイレットペーパーの弓矢」は芯に切り込みを入れ、輪ゴムを付け、最後にストローの矢を作れば完成！
「ロケットストロー」は丸めた折り紙をストローで吹いて飛ばすだけ。
小さな子どもも驚くほどよく飛び、大喜び。風船で作った的をねらって遊びました。

にじっこひろば

4面ににじっこひろばについて掲載しています！サポーターさんの協力があり、毎月実施できています！にじっこひろばでは一緒にお手伝いしてくれる方を募集しています！準備や片付けだけでも大歓迎です！詳しくは事務局までお問い合わせください

7月・8月の予定

●わいわい
健康チェック実施
7月14日 握力、8月18日 瞬発力
【ワイワイルーム】
毎週月曜日 10時～11時30分
7月21日・8月11日はお休み

●あじま
【ゆうゆうルーム】
毎週金曜日 9時45分～11時15分
8月15日・8月29日はお休み

※祝日と第5週は休みです。

●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
7月29日・8月12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。
TEL052-914-4554へお問い合わせください。

- #### よこのカギ
- 1 スイカ、メロン、かぼちゃ…
 - 3 8月11日
 - 7 マクロφ
 - 9 ロビー、広間、式場など
 - 10 完全に相手をやっつけてしまうこと
 - 12 撮影した映像をリアルタイムで配信
 - 14 主に風邪や腹痛、内臓疾患を診ます
 - 15 話、文章などの一節、一言
 - 16 ホテルや空港などのくつろげる空間
 - 17 山野で鳥獣を追いかけ捕まえること

- #### たてのカギ
- 1 7月第3月曜日
 - 2 筋の通った考え、道理
 - 3 サリ、キキ、ハリポッター
 - 4 最近タブレット？
 - 5 朝○○夜
 - 6 明治政府が建てた迎賓館
 - 8 高山祭りの目玉
 - 11 高立といえは…
 - 12 イスラム教の聖地
 - 13 鹿、大仏、吉野山
 - 14

【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。

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。

1	2		3	4	5	6
7		8		9		
10						
						11
	12				13	
14				15		
16					17	

答え

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

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。

あ	す	か	ほ	せ	い
じ	い	と	う	ー	ー
さん	ば	が	ー	ぜ	ー
い	お	で	ん	し	る
へ	ん	こ	え	だ	
び	たん	か	む		

前回の答え ばいうぜんせん
(パズル応募数 71名)