

わかばブロック 健康マークマーク



医療生協らしい活動をブロックでしています

●「健康マージャン」スタート

医療生協の持ち味である地域のなかに打って出ることがコロナによって大幅に制限されてしまいました。ようやく「5類」になり、みんなが安心して外に出られるようになってきた時に、わがばブロックの「健康マージャン」がスタートしました。対象は組合員。

●組合員になる人も！

第2金曜の午後は初心者・初級者を対象に、第4金曜の午後は中級者を対象に始めました。1年がたち初心者から初級に上がった人が増えてきました。「健康チェックを第4金曜にやっていこう。」という積極的な提案で、握力、体組成計、骨密度…と検査をしています。

そうした中、組合員になる人も生まれ、増資活動に協力する人も出てきました。署名活動の提起に応えて署名用紙を持ってきた人もいます。

北医療生協は今年創立60周年を迎えます。1966年に377人の組合員と5人の職員により上飯田診療所を運営することから出発し、「組合員の参加・協同と自治」を大切にした地域に根付いた医療生協づくり、地域まわりごと健康づくり、くらし助け合いの明るい

未来を拓く」という
北医療生協の理念を制
定しました。

生協はみんなの「ね
がい」を実現すること
をめざす組織です。い
ろいろ困難で、厳しい
情勢の中ではあります
が、少しでも多くの「ね
がい」の実現を目指し
ていきたいくらいです。

まちづくり、安心して
利用できる医療機関・
介護事業の運営、そし
て社会制度の充実、平
和をまもる運動にとり
くんできました。

2017年には『協
同の力でいのち輝く地
おめでとう
あけまして



**日曜日も
受けられます！**

組合員健診

3
15

北病院
052-915-2301

生協もりやま診療所
052-795-5885

3/22

あじま診療所
052-901-3011

「こころ」の連載 ⑤〇

新春 なないろ もちつき会

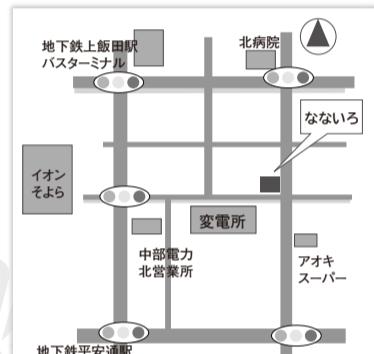
日時
2026年1月16日(金) 午前11時～午後1時30分
なないろ駐車場にて 雨天中止

- ①温かいコーヒー
- ②お餅や豚汁
- ③オーガニック直売
(野菜・くだもの等)
- ④12時30分頃より
音楽企画(うたごえ)開催

どなたでも参加できます!

主催: なないろ&カトレヤ会

お問い合わせ先: 北メンタル・クリニック ☎(052)912-2113
〒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4F



主催: なないろ&カトレヤ会

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

新しい年も、皆様の健康の一助となれますよう、スタッフ一同精進して参ります。

「病は気から」と言いますが、日々のストレスは知らず知らずのうちに心身に影響を及ぼします。「笑う門には福来る」ということわざの通り、笑いは免疫力を高め、幸福を引き寄せる力があります。有難いことに、我々訪問看護師も日々の訪問で利用者様との談話を楽しめて頂き、自然と笑顔になれる時間が多くあります。

意識的にでも笑うことで、心も体も健やかに保てるという研究データもあるとのこと。

たくさん笑ってたくさんの福を招き入れましょう。本年もよろしくお願ひ致します。

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

北病院

耳より情報



北病院外来看護師
糖尿病看護認定看護師
前田 るみ



あなたの足は大丈夫? DPNチェック (糖尿病性末梢神経障害検査)

なんと「耳より情報」は今年で11年目に突入です。こんなにも長く(辛抱強く)お読みいただけるとは、感謝の気持ちでいっぱいです。今年もよろしくお願ひいたします。

さて、今回はDPNチェック(糖尿病性末梢神経障害検査)です。神経障害は、糖尿病3大合併症(網膜症、腎症、神経障害)の中でも初期から進行し、約4割が合併するともいわれています。障害は、まず両足先の神経に表れます。糖尿病治療中の患者さんのなかで、足がしびれる、足裏に紙を貼ったような感じがする、ちくちく痛い、違和感など症状が気になる方はいませんか。全く自覚症状が無い場合も多く、早期の検査が重要です。

北病院ではこれまでアキレス腱反射や、音叉の検査などで確認していましたが、昨年末より詳細な定量検査ができるようになりました。検査器でくるぶし付近に微弱な電気刺激を与え行います。検査時間は両足で10分位、検査費用は3割負担で約1600円です。神経障害の有無や程度がわかり今後の治療につながります。糖尿病と診断された方に、早めに定期的に検査を受けることをお勧めしています。

今日からできるリハビリ体操

連載142

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う。そんな体操です。

明けましておめでとうございます。

1~3月は、ひざの痛みを解消するのに効果的な体操を紹介します。

運動内容



① 椅子に浅く腰かけ、左脚を前に出します。左膝はできるだけ真っすぐに伸ばし、踵は床につけます。

*左右の脚を交互に10~20回繰り返します。



② 左膝を伸ばしたまま、つま先を天井にむけます。踵を床から約10cmの高さまでゆっくりと上げ、約5秒間静止します。左脚を①の位置までゆっくりと下ろします。右脚も同様に行います。

モデル: 貞末 裕子 (あいあい介護スタッフ)

小児コーナー

インターネットからの診療予約

北病院 総合サービス課 吉本 逸平

小児科では今までに北病院に受診したことがあればインターネットからの診療予約が可能となっております。

当日から2ヶ月先の予約まで可能です。たとえば、かぜ症状で朝から診療の予約が必要な場合でも、電話予約の場合は予約受付開始時間だと電話が繋がらないことや空き時間を確認することに少しお時間を頂いておりますが、インターネットからの予約であればそのような煩わしいこともなくスムーズに予約を取ることができます。

また、診療だけではなくワクチン接種の予約も前日18時までは可能です。

耳鼻科・皮膚科・整形外科もインターネットから予約可能となっております。

電話で予約を取るよりもご自分のペースでスマートフォンから簡単に予約が取れますので是非ご活用下さい。



職員のつぶやき

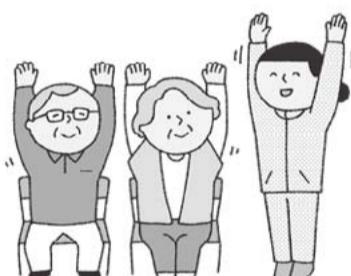
腰痛への向き合い方

生協もりやま診療所 リハビリ
坪田 圭佑

寒い時期になると腰が痛くなりやすいです。痛みを和らげる方法は色々ありますが、今日は「姿勢を変える」ことをお伝えさせて頂きます。

横になりっぱなし・座りっぱなし・立ちっぱなし等、同じ姿勢でいると腰が痛くなります。その場合、姿勢を変えると良いです。例えば座る時間が長い場合、少し歩くようにする。立ちっぱなしの場合、座って休憩する等、状況に応じて姿勢を変えてみてください。

他に腰のストレッチをする等ありますが、そのような情報は「**今日からできるリハビリ体操**」で紹介していきますので、よろしくお願いします。



\ゴーゴー!!! 組織担当課

1年経ちました

組織担当課 市川 昇

組織担当課に来て1年が経ちました。あつという間で、私にとって本当に激動の一年でした。総合サービス課の頃には見えなかつた、組合員の皆さんの活動が少しづつ見えてきて、特に理事さんやブロック役員さん、運営委員さんの力で北医療生協が動いているんだと実感しています。

まだまだ勉強中ですが、今年もどうぞよろしくお願いします。

(昨年の一番悔しかったことはもりやま健康まつりが雨天の開催となってしまったことです。でも、一番驚いたことも健康まつりでした。雨天にも関わらず300名以上の方が参加してください、これまでの積み重ねがあってこそこの参加人数だなと感じています。今年こそは、晴天のもとで“完全開催”するぞおおお～！)



口の中の相談室



北生協歯科
歯科医師 木賀 紀文

今回の相談は：
往診をお願いしたいのですが、どうすればよいですか？

北区 鈴木さん

座つてできるリハビリ体操を頑張っています。

ようちゃん

毎日楽しみに読みでいます。医師や

最近、高齢化に伴い北医療生活協同組合も往診が増えており、当院では月曜日から土曜日まで往診を行っています。往診を申請するには

①介護認定を受けケアマネジャーをつけて

いる場合、介護事業所が連携していたり、ケアマネジャーがよく利用している歯科診療所があれば紹介していただける

と思います。

②介護事業所に歯科診療所の連携がない場合、当院にケアマネジャーまたはご家族

から往診してほしい旨をお伝えいただければ往診担当がお話をさせていただきます。

③当院に外来通院している患者様が往診に移行したい場合、診察前後に歯科医師や歯科衛生士にその旨をお伝えいただければ必要事項をお聞きし往診の予約を取らせていただきます。

痛くなったり、腫れたりする前に定期的の口腔ケアのための往診をお勧めします。

介護士さんのつぶやきなどプライベートな一面にふれるものに温かいものを感じてほっこりします。

ネズミさん

訪看情報、耳より情報など、なるほどと分かりやすくなるになります。ありがとうございます。今年は紅葉のハシゴをしました。

堀場さん

5月に整形外科の浅井先生にお世話をになり、左膝人工関節の手術をして、6月に10日間リハビリで北病院に入院しました。リハビリのスタッフの方が親切で嬉しかったです。ありがとうございました。今は元気に働いています。

といママさん

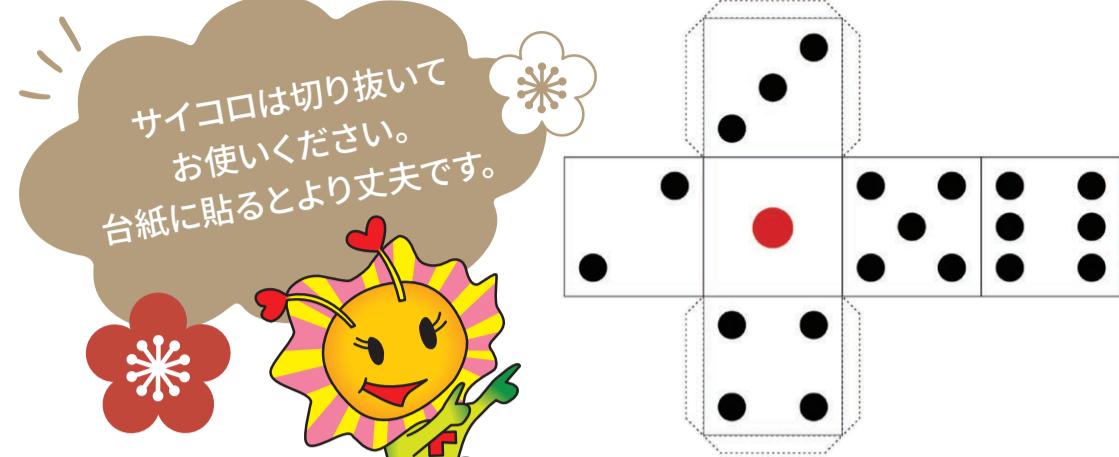
子ども食堂に孫と一緒に出かけたいと思っていましたが、なかなか実行できていません。

まーんまるさん

医療とくらし楽しく拝讀しております。情報BOX紹介の講座に参加いたします。ありがとうございます。

おしゃべり広場





A flyer for the Moluck Exchange Meeting. The top half features a blue header with white dots and a yellow body with blue borders. The title 'モルック交流会' is in large white font. A callout on the right says '交流会を機にぜひ サロンや班会にて モルックを行ってください。' with a hand icon. Below the title, the date '2026年2月15日(日)' is prominently displayed in large black numbers, with '15' inside a red circle. To its left, '開催日' is in a blue box. To the right, a blue circle contains '参加費 100円(1人)' and another blue circle contains 'お茶・お菓子あり'. Below the date, the time '午後1時~4時' is shown. The bottom section has two columns: '会場' with '上飯田ワイワイルーム' and '参加チーム' with '1チーム5名程 個人でもチームでもお申込ください。'. To the right, '申込み締め切り' is '2026年1月30日(金)' and '申込み先' is '事務局 052-914-4554 担当 池田・市川'. The background features a yellow gradient at the bottom.



時から西あじま荘3棟集会所で班会をやつてます。
2つのチームに分かれ
チーム名を決める時から笑顔でコミュニケーションで
す。ゲームが始まると点数を見ながら「ソレッタ」「あー曲がつてつた！」チームごとに並べたイス順に進み50点になるよう、どのピンを狙うか集中してステイック（棒）を投げます。50点になると大きな歓声と拍手が湧きます。
「運動になるし脳トレに
もいいね」「おしゃべりも樂しい」などなど、笑顔と元気がいっぱいの班会です。

いきいき 新班紹介!



情 報 B O X

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：2026年1月9日(金) 午後1時30分～2時30分
場 所：そよら上飯田(イオン) 1階イートイン前
内 容：血圧、握力チェック

わいわいサロン

日 時：2026年1月21日(水) 午前10時～正午
場 所：ワイワールーム(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？

凧作り・凧あげ

日 時：2026年1月24日(土) 午前10時～正午(雨天の場合は凧作りのみ)
場 所：ワイワールーム(北区上飯田北町1-20-2 すまいるハートビル2階)
凧あげ…矢田川河川敷(UR上飯田第2公団北側の階段下)
参加費：凧作り参加者のみ100円(凧を持参する方は参加費不要)
定 員：30名
お申し込みはQRコードから！

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(鈴木)

主催：くらしの委員会
北医療生協創立60周年

ウォーキングで東区・千種区戦跡巡り&こども特派員

日 時：2026年2月7日(土) 午前9時～正午頃
集合場所：JR中央線大曾根駅 南口前
内 容：①第二次世界大戦、名古屋空襲の標的になった地域を、ガイドの東(あずま)さんと訪ねる企画です。
②コースは、大まかに大曾根駅→千種公園→バンテリンドームです。途中で企画から離れることも可能です。
③ファミリー向け企画としても位置付けます。
北医療生協の新聞「医療とくらし」の特派員(記者)として企画に参加し、「医療とくらし」に、レポート記事を載せていただきます！

定 員：20名

申し込み：(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)



こども特派員
(記者)募集！

主催：くらしの委員会
北医療生協創立60周年

2025年度くらし・まちづくり活動集会

「わたしたちにできること -継承-

日 時：2026年2月21日(土) 午前10時～11時30分
場 所：ワイワールーム(北区上飯田北町1-20-2 すまいるハートビル2階)
内 容：戦後・被爆81年を迎えます。被爆の実相と平和への思いを後世に伝えるために必要なことを学び考える機会とします。
①講演 愛知県原水協代表 大村義則氏
被爆2世。ノーベル平和賞授賞式にも参加。
②地域のとりくみ報告
・東区東支部「千羽鶴のとりくみ」・あじま9条の会報告
定 員：80名

申し込み：(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)

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
名古屋市千種区仲田二丁目15番8号
TEL 052-745-2228
FAX 052-745-2228
NTビル7階

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」
052-916-7702 平日13時～17時

多かつたり、役所が遠方にあるため、それぞれの役所から戸籍を集めることになります。戸籍をとるには、各



外に本籍地が変更するたび、その都度、移動先の市に新しい戸籍が作られるため、それぞれの役所にあります。戸籍謄本が必要で、戸籍謄本が必要な場合、郵送での取扱いが複数あります。戸籍をとることになります。

この制度は、代理人が窓口に出向くことによって取得できるという広域交付制度が開始しました。本人や配偶者、親や子・孫は申請者になれます。が、兄弟姉妹の戸籍は取得できません。この制度は、代理人は使えず、申請者は使えず、申請者本人が窓口に出向くことが必要です。

228

「戸籍等の
法律の
現場から」

弁護士 新山 直行

主催：西区ブロック

新春！城西まつり

日 程：2026年1月18日(日) 午前10時～正午(雨天決行)
場 所：西区くらしのセンター駐車場・3Fみんなの部屋
参加費：200円
おはぎのお渡しだけでなく、モルック体験やお菓子つり、輪投げなどの遊びコーナーもあります！モルックを体験して新しい年の始まりに楽しく体を動かしませんか？
※申込不要

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：わかばブロック

新春まつり

日 時：2026年1月25日(日) 午前10時～正午
場 所：生協わかばの里
内 容：三味線演奏、健康長寿研究会による運動ゲーム、eスポーツ、健康チェック(体組成計、棒つかみ、握力)、バザー、抹茶販売、ばたもちの提供
参加費：100円

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：まちづくり委員会

すまいるネットサポーター交流会

サポーターでない方もご参加いただけます！興味のある方はぜひご参加ください！

日 程：2026年1月30日(金) 午前10時～11時30分
場 所：ワイワールーム(北区上飯田北町1-20-2 すまいるハートビル2階)
内 容：活動報告やすまいるネットの課題、今後の取り組みについて
サポーターの皆さんと交流します♪
参加費：無料 申し込み制

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(三輪・池田)

主催：生協わかばの里

介護職員初任者研修開催のご案内

介護に必要な基本知識と技術が学べる講座です。
きめ細かな指導で定評があります。申込受付、1月5日～

日 時：2026年4月11日(土)～7月28日(火)(火)・(土)で通学
通学98.5時間、通信31.5時間、修了試験1時間
場 所：生協わかばの里 4階 わかばホール
受講料：一般：38,500円、組合員：30,800円(消費税込、別費用無)
対 象：介護の仕事に興味と意欲があって、介護職員初任者研修を未受講の方
定 員：20名(定員)

問い合わせ先：(受付時間 平日 午前9時～午後5時)
生協わかばの里 ☎052-914-4121(山下・山本)

外来診療担当医のご案内 2026年1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

■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。

毎週月曜日・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	午後	午後	
月	高山近小倉門脇	胃カメラ腰山	—	腰山国井	森	—	5日 東 19日 東 26日 本間	加藤 (第1月曜のみ) [13時～14時]	加藤 (第1月曜のみ) [13時～14時30分]	浅井秀	—	中山	近藤	糖尿病 5・26日 浅井一 神経内科・物忘れ外来 武田
火	腰山小倉武田村田	胃カメラ山近	—	—	森 (13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] 山本節	—	—	浅井秀	—	山本真	吉岡	—	大腸検査 山近 装具外来 16時～17時 浅井秀
水	門脇山近腰山高木	—	—	—	森 (14日 山本節)	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 (14・21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)	—	8日 山近・多和田・梁 15日 山近・多和田・増田 22日 山近・多和田・杉原 29日 山近・多和田・梁	山本節	—	森	岡	—	鈴木望	—	吉岡	吉岡	物忘れ外来 山田洋
金	小倉門脇植田山近	胃カメラ腰山	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] 山本節	—	—	—	—	志賀	車	—	神経内科・ 物忘れ外来 武田 甲状腺内分泌 9日 鈴木泰
土	10日 成定・腰山・菱田 17日 山近・山田憲・松田 24日 成定・腰山・菱田 31日 山近・未定・松田	胃カメラ 17日 関 31日 関	—	—	10日 森 17日 成瀬 24日 大海 31日 森	—	—	10日 藤林 17日 千田 24日 片山 31日 千田	—	—	—	10日 中村 17日 丸尾 24日 中村 31日 丸尾	—	—

あじま診療所

予約制

☎(052)901-3011

名古屋市北区楠味鋤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・土曜の夜間は休診です)

■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 劉(26日)	—	18:00～ 平川 内藤(5日)	坂本	13:45～15:40 乳児健診 予防接種	18:00～ 福田
火 塚本	—	18:00～ 内科医師	坂本 森(13日)	—	小栗 森(27日)
水 山本	もの忘れ外来	—	坂本	—	—
木 宮城	—	国井	小栗	—	18:00～ 藤澤(8-22日) 玉村(15-29日)
金 山本	—	国井	五十里	—	坂本
土 廣部(17日) 内科医師 (10-24日) 劉(31日)	—	—	小栗(10日) 福田(17日) 森(24日) 坂本(31日)	—	—

あじま診療所歯科

☎(052)902-6356

名古屋市北区楠味鋤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 午前9時～午後8時 木 午後0時30分～4時 午後5時30分～午後8時

■歯科医師 助川よ、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。

	月	火	水	木	金	土
歯科	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

■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)デイケアあじまルーム

■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)	小林 (小児アレルギー)	未定
火 若松 (内科全般)	大竹 (検査) (6-13-20日)	—	—
水 大竹 (消化器)	—	内科医師	—
木 門脳 (糖尿病) (1日休診)	高田 (内科全般) (1日休診)	高田 (小児全般) (1日休診)	高田 (小児全般) (1日休診)
金 大竹 (消化器) (2日休診)	山田 (呼吸器) (2日休診)	村瀬 (小児アレルギー) (9-23日)	内科医師
土 谷澤 (呼吸器) (3日休診)	—	山本 (小児全般) (17日)	—
	大竹 (10日)		

※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～午後4時30分

火・木・金 午前9時～午後8時

往診は月～土<祝休日除く>

●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 林	—	—
火 林	井上	井上
水 井上	原	—
木 井上	井上	—
金 井上	—	林
土 井上	井上	原

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

2026年
1月14日(水) 受付時間: 17時~18時30分
食事時間: 17時30分~19時

カレーライス

名北福祉会 みなみ町福祉センター1階
住所: 名古屋市北区上飯田南町5-60-53

こども0円 大人300円 高齢者100円

あじまわいわい食堂 *

2026年
1月17日(土) 受付時間: 11時~12時30分
食事時間: 11時30分~13時

カレーライス ※変更(へんこう)あり

楠地区会館2階
住所: 名古屋市北区楠味鋺3-612



12月19日にあじまでクリスマス会をおこないました！サンタさんからのプレゼントに笑顔いっぱいの子どもたちでした♪

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お願いします。

あいあい子どもネットワーク 1月のお知らせ

新春凧づくり

内容

日時 2026年1月31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
TEL 052-914-4554 担当: 市川まで

前回の報告
11月29日(土) バルーンアートで遊ぼう

96名の参加で大盛況！(小幡緑地西園に遊びに来ていた親子にもお声掛けしました。)

用意したバルーンの中から好きな色を選んでポンプで空気を入れるところからスタート。バルーンの端を縛るのが大変。手が小さいので押さえきれずに、ねじっても戻ってしまい悪戦苦闘の子どもたち。空気を入れすぎて破裂する音があちこちで。まず剣、次に犬を作りました。

乳がん体験者の茶話会 リボンの会のお知らせ

Pink Ribbon

11月の参加者は5人でした。気温の変動が体調に影響している様です。

話題は、物忘れが多い事に盛り上がっています。Yさんから「五年目で、完治しました。うれしい。でも、皆から聴いていたので、ホルモン治療は続けていきたいと申し出た」「よく頑張ったね」と喜び合いました。

楽しいことを計画しましよう。

1月の会は新年会になります。

日時: 2026年1月23日(金)
午前11時30分
場所: 木曽路(黒川店)

お問い合わせ: 事務局 倉田 ☎ 052-914-4554

よこのカギ	
1 この新聞は「医療と○○○」	15
3 オイル	14 13 11 9 8 6 4 3 2 1
5 危ない！	いご飯 病人食 ではよく出される、水分の多
7 言葉が持っている内容、概念	○○ 飯 食 道 下は足、帽子は？
9 人の感情、○○哀楽	ボール ○○、サイン ○○、シャープ
10 赤ちゃんを連れてくる鳥	こだまひかり
11 人間は考える○○である	下は足、礼、着席
12 鬼の頭にはえている？	豚脂 餃子やまんじゅうの中身
14 ロシア風の暖炉	お祭りで担ぐものといえば
16 栗	動物たちの通路
17 ご飯は茶碗、お茶は？	る、「慈姑」開会○、○○○年遷宮

たてのカギ	
1	
2	A
3	
4	
5	
6	
7	I
8	
9	H
10	
11	C
12	G
13	
14	F
15	
16	E
17	D

【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、1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。



答え

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

クロスワード パズル



北メンタル
クリニック
幡のぶ

解き方

クロスを解いて「A～I」にはいる文字を順に順に並べて、できた言葉を答えてください。

す	す	は	ら	い	み
み	じ	い	か		
け	ね	お	き	た	
お	ん	ぶ	り	ん	ご
り	た	く	み	こ	
も	り	み	し		
の	わ	ん	こ	そ	ば

前回の答え おおみそか
(パズル応募数 54名)