

支えに

2019.2
2月号

ご自由にお持ちください

特集:対談 より良い「呼吸ケア」とは？

〔新潟医療センター 病院長×呼吸ケアチーム(呼吸器内科部長・認定看護師・臨床工学技士・理学療法士)〕



臨床工学技士 泉祐一さん

集中ケア認定看護師 加藤千春さん

病院長 吉澤弘久さん

理学療法士 與口貴子さん

呼吸器内科部長 栗山英之さん

contents

- 特集:ベストな治療のために、チームだからできることがある〈新潟医療センター〉・・・2P
JA新潟厚生連の病院をご紹介〈新潟医療センター〉・・・5P
小千谷総合病院—【血液検査】って何をしているんですか・・・6P
院長の部屋「がんの免疫療法～冷静な対応を」/季節の病気・・・7P
食のプロ・管理栄養士がオススメするメニュー・・・8P
医療人ースタッフが実践するキレイ術/脳トレ・ファミリークイズ・ダン○クイズ・・・9P
インフォメーション/季節のお薬・・・10・11P



みなさまの健康と心の支えに

JA 新潟厚生連



あなたの「生きる」に、
心強い安心を。

「生きる」を応援する充実のがん保障

ポイント1

上皮内がんを含む様々な「がん」、
脳腫瘍の治療を一生保障します！
※共済期間を終身とした場合

ポイント2

「がん」診断時や再発時・長期
治療のとき、まとまった共済金を
受け取れます！

ポイント3

全額自己負担となる先進医療の
技術料を保障します！
※先進医療保障ありを選択した場合

ご契約例

がん入院共済金日額10,000円 共済期間 終身 先進医療保障あり 充実型

がん診断されたとき	がんで入院のとき	がんで手術のとき※2	がんで放射線治療のとき※3	がん再発時や長期治療のとき※5	がんで先進医療を受けたとき※6
がん診断共済金	がん入院共済金	がん手術共済金	がん放射線治療共済金	がん治療共済金	がん先進医療共済金
200万円	1日あたり 10,000円	入院中の手術 1回あたり 40万円 外来手術 1回あたり 10万円	1回あたり※4 20万円	1回あたり 100万円	1回あたり 先進医療にかかる技術料に 応じて定める額※7 通算1,000万円まで保障
共済期間を通じて1回	日帰り入院から保障※1 何日でも保障	公的医療保険制度と連動 何回でも保障(一部を除く)	公的医療保険制度と連動 何回でも保障	何回でも保障(1年に1回)	がん先進医療一時金 1回あたり がん先進医療共済金の額×10% (上限30万円)

■この共済の対象となる「がん」は、所定の悪性新生物(上皮内新生物を含む)および脳腫瘍です。

■がんに関する責任(保障)の開始は、ご契約日からその日を含めて90日を経過した日の翌日からとなります。これより前に被共済者が所定の悪性新生物または脳腫瘍と診断確定された場合には、ご契約は無効とし、共済金はお支払いいたしません。なお、共済掛金の払込免除についてはご契約日から保障いたします。

※1 日帰り入院は、入院基本料の支払いの有無などにより判断されます。 ※2 がん治療を目的とし、公的医療保険制度に基づく医科診療報酬点数表により手術料が算定される手術および輸血料が算定される骨髄移植術を保障します(一部の手術を除きます)。 ※3 がん治療を目的とし、公的医療保険制度に基づく医科診療報酬点数表により放射線治療料が算定されるものを保障します。 ※4 60日に1回を限度とします。 ※5 がん治療の長期化や転移・再発により、がん診断共済金または前回のがん治療共済金の支払事由に該当した日からその日を含めて1年を経過した日以後にがん入院共済金、がん手術共済金、がん放射線治療共済金が支払われることとなる入院、手術、放射線治療のいずれかを受けられた場合に、がん治療共済金をお受けになります(1年に1回を限度)。 ※6 先進医療とは、療養を受けられた時点において厚生労働大臣が定める先進医療をいいます(一定の施設基準があります)。 ※7 がん先進医療共済金の額は、先進医療にかかる技術料が1万円以上の場合は技術料の額、1万円未満の場合は一律1万円となります。

●ご加入にあたりましては、お近くのJA(農協)へお問い合わせください。●この広告は概要を説明したものです。ご契約の際には「重要事項説明書(契約概要・注意喚起情報)」および「ご契約のしおり・約款」を必ずご覧ください。

はじめて共済

検索

<http://shiryo.ja-kyosai.or.jp>

■JA共済ホームページアドレス <http://www.ja-kyosai.or.jp>



本サイトから
「ひと・いえ・くるま」の
各共済の資料請求・
掛金試算ができます。

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)

電話番号: ☎ 0120-536-093

受付時間: 9:00~18:00(月~金曜日)

9:00~17:00(土曜日)

※日曜日、祝日および12月29日~1月3日を除きます。

※メンテナンス等により予告なく変更する場合があります。

※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。

くらしの保障、相談するなら

JA共済

耕そう、大地と地域の未来。 JAグループ

より良い「呼吸ケア」とは？

ベストな治療のために、チームだからできることがある。

人間にとって重要な「呼吸」を管理サポート

【司会】今回は、新潟医療センター呼吸ケアチームの皆さんに集まっていただきました。まず「呼吸ケアチーム」とは、どのようなものなのでしょうか？

【吉澤】そもそも酸素は、人間が生きていく上で絶対に必要なものです。単純に酸素が足りないだけなら鼻からチューブで入れてあげればいいのですが、肺炎や心不全などにより肺の機能が低下し、呼吸不全になると、器械を使って呼吸を助けてあげる必要が出てきます。その器械が人工呼吸器です。

【加藤】呼吸ケアチームは、人工呼吸器を装着している患者さんの安全管理、そしてできるだけ早く人工呼吸器が外れて元の生活に戻るように、より質の高いケアを提供していくことを目的に立ち上げました。

【吉澤】以前は、主治医一人ひとりが人工呼吸器の管理をしていました。しかし「呼吸」という極めて重要な部分において、ベストな治療を実践するには、やは

り専門チームが必須だろうと。呼吸器専門の医師や看護師、そして呼吸器の器械自体もどんどん複雑化していますから、それを扱う臨床工学技士、さらには呼吸器からの離脱に向けたリハビリを担う理学療法士、それぞれに欠かせない役割があります。

【栗山】今日は来ていませんが、循環器内科の杉浦広隆先生（病院探訪のコーナーにて紹介）もチームのメンバーです。呼吸で取り込んだ酸素を、37兆個あるとされる体中の細胞に行き渡らせるのは循環器の役割。循環器の医師がチームに参加する意義は大きいですね。

【吉澤】その通りです。人工呼吸器は器械ですが、扱うのは人間です。呼吸器にはオートマチックの設定もありますが、オート設定がすべての患者さんにベストとは限りません。病気や状態に合わせた細やかな設定は、実は大変難しい。そこを泉さんのような医療機器の専門家と、医師や看護師が一緒になって見ていくことが重要なのです。

【泉】我々臨床工学技士は、1日1回は人工呼吸器を装着した患者さんのところへ行きます。安全に作動しているか、患

者さんが苦しそうな様子はないかなどを確認し、慎重に器械の設定を行っています。

【與口】呼吸ケアチームでも、毎週水曜日にメンバーが集まり、呼吸器を付けている患者さんの病室を巡回していますね。呼吸器が外れた患者さんについても、今どんな状態か情報を共有します。

私はリハビリを担当していますが、呼吸器が付いていても、関節が硬くならないように練習するなどのリハビリは大切です。患者さんは不安もあるでしょうから、看護師と一緒にしてくれると私たちも安心。呼吸ケアチームができてからは、看護師により相談しやすくなり、職種を超えて「一緒にケアできている」という印象です。

【泉】そうですね。チームができたことで主治医の先生にもアプローチしやすくなり、看護師との連携も密になりました。結果的に患者さんの呼吸ケアに貢献できていると感じます。

「影の存在」として支え続ける

【司会】課題や今後の目標はありますか？

【加藤】年に1回、呼吸ケアチームの企画で院内のスタッフ向けの勉強会を開催していますが、こうした研修はもっとやっていきたいですね。また、呼吸ケアをより充実させるには、管理栄養士や、口腔ケアに関わる歯科衛生士もチームに加わっていただくと良いと思います。

対談

病院長

呼吸ケアチーム

呼吸器内科部長

認定看護師

臨床工学技士

理学療法士

【吉澤】栄養と人工呼吸器は無関係に思われるかもしれませんが、実は呼吸器を装着してから回復するまでの栄養管理は非常に重要です。管理栄養士の意見は、今も大変役に立っていますね。

【栗山】口腔ケアも、なぜそれが大事かという、呼吸器装着後に口腔内をきれいにしていないと二次的に肺炎を引き起こす恐れがあるからです。管理栄養士や歯科衛生士に入っていただと、チームの力はさらに増すと思います。

【吉澤】呼吸ケア専門のチームを持っている病院はまだ少数です。このチームは職種を超えてレベルの高いケアをしていると思うので、私たちの活動を外部に発信することも今後必要になると思います。

【栗山】私たちの活動は患者さんに見えるものではありませんが、呼吸ケアを通



して医療の質の向上に寄与し、今後も「影で支える存在」として、患者さんに信頼される医療をご提供できるように努めて参ります。



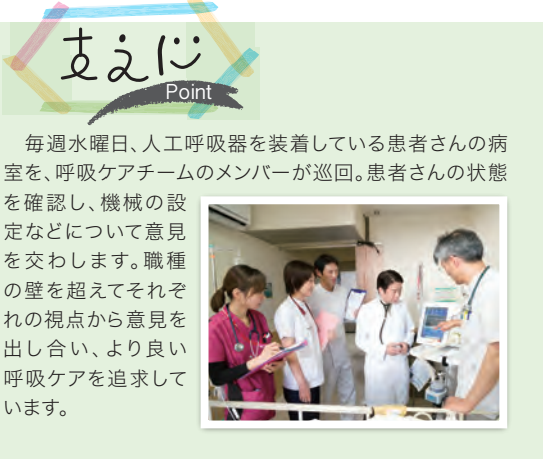
呼吸器内科部長
栗山 英之さん

理学療法士
與口 貴子さん

病院長
吉澤 弘久さん

集中ケア認定看護師
加藤 千春さん

臨床工学技士
泉 祐一さん



まえに Point

毎週水曜日、人工呼吸器を装着している患者さんの病室を、呼吸ケアチームのメンバーが巡回。患者さんの状態を確認し、機械の設定などについて意見を交わします。職種の壁を超えてそれぞれの視点から意見を出し合い、より良い呼吸ケアを追求しています。



ぶらりと 病院探訪



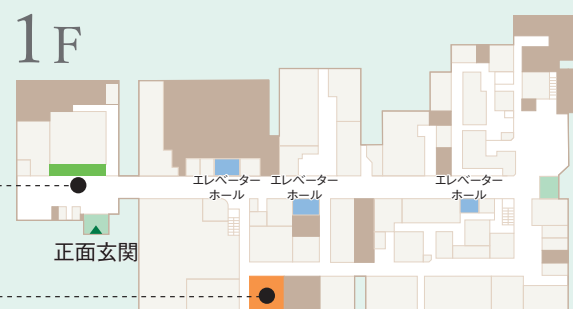
JA新潟厚生連の病院をご紹介します。今回は

新潟医療センター

【住所】新潟市西区小針3-27-11 【電話】025-232-0111

安全で質の高い医療を提供し、地域医療を支えます。

平成21年10月に博医会「新潟こばり病院」から移譲を受けて開院しました。「安全で質の高い医療の提供」「地域が必要とする安心と満足の得られる医療・保健・福祉の充実」を基本方針に掲げ、職員一同研鑽に努めています。救急医療活動や在宅医療の支援、老人保健福祉の支援、勉強会など、さまざまな面から地域医療をバックアップしています。



1F 受付・ロビー



患者さんに安心して受診していただけるよう、明るく広々としたロビーでお迎えします。職員は、笑顔と迅速丁寧な対応を心がけています。

1F 心血管撮影室



新潟医療センターでは、不整脈を治療するための「心臓カテーテル治療」に力を入れて取り組んでいます。1階の心血管撮影室にて、年間約200件の治療が行われています。

不整脈のカテーテル治療(アブレーション治療)とは？

心臓は通常、電気の流れて規則正しく動いています。この電気信号が乱れることによって「不整脈」が起こります。不整脈の多くは直ちに命に関わるものではありませんが、生活の質を左右する病気です。

症状のある人には、カテーテルアブレーションという治療(手術)方法があります。具体的には「カテーテル」という細い管を足の付け根の血管から挿入し、心臓の不整脈の原因となっている箇所を熱を加えて処置します。処置時間は2〜4時間ほどです。医師のほかに看護師、臨床工学技士、検査技師がチームで処置にあたります。また、当院にはカテーテル治療に長けた「インターベンションエキスパートナース」という資格を持つ看護師も在籍しています。

処置後は、問題がなければ翌日もしくは翌々日には退院できます。事前の検査も含め、当院では原則3〜5日間の入院となります。体にメスを入れるのと違い、体への負担が極めて小さいカテーテル治療ならではのメリットですね。



循環器内科部長 杉浦広隆さん

安全性に最大限配慮した、カテーテル治療です。

県内16の医療施設が地域の皆さまの健康と心を支えます

- 糸魚川総合病院 (糸魚川市)
- 小千谷総合病院 (小千谷市)
- 長岡中央総合病院 (長岡市)
- 三条総合病院 (三条市)
- 中条第二病院 (十日町市)
- 豊米病院 (新潟市北区)
- あがの市民病院 (阿賀野市)
- 村上総合病院 (村上市)
- ★ 新潟医療センター (新潟市西区)
- 瀬波病院 (村上市)
- 佐渡総合病院 (佐渡市)
- 真野みずほ病院 (佐渡市)
- 羽茂病院 (佐渡市)

支える
人びと

認定看護師

日々患者さんのケアに当たる看護師。その中でも「認定看護師」と呼ばれる人々がいることをご存知ですか？ 新潟医療センターで活躍する5名の認定看護師を訪ねました。

認定看護師って？ 普通の看護師と違うの？

認定看護師とは、日本看護協会や日本精神科看護協会が認定する資格制度です。特定の看護分野において熟練したスキルと知識を駆使し、質の高い看護を実践するスペシャリストをいいます。「特定の看護分野」とは、救急看護、がん化学療法看護、糖尿病看護、不妊症看護、透析看護など22分野があります。



このバッジが認定看護師の証。

どうするとなれるの？

まずは看護師の実務経験5年以上が必要です(うち3年以上は目指す看護分野の実務経験)。その上で半年〜1年間の研修を受け、試験に合格しなければなりません。認定後も書類審査を受けて5年ごとに更新します。実績が伴わなければ更新できないこともあり、決して「名ばかりの資格」ではないのです。

病院での役割は？

患者さんへのケアはもちろん、同じ職場の看護師への指導や相談対応も、認定看護師の仕事です。また、チーム医療において医師につなぐ、リハビリにつなぐといった他の職種との連携を図ることも重要な役割。認定看護師はサッカーでいうなら「病院のボランチ的存在」といえるかもしれません。

専門的で質の高い
看護を提供します！



片野 快宏さん

岩淵 美代さん

西片 一臣さん

加藤 千春さん

桑原 正祐さん



皮膚・排泄ケア認定看護師は、ストーマ(人工肛門)外来やじょくそうのケアなどを担当。

※じょくそう
寝たきりの状態をきっかけとして皮膚の血流が滞ってしまうことで生じる皮膚病変。



感染管理認定看護師は、病院全体をインフルエンザなどの感染症から守るために手洗い指導やマスクなどの備品管理をしています。



集中ケア認定看護師は、ICU(集中治療室)で、重症かつ集中治療を必要とする患者さんや家族への看護、生命の危機状態にある患者さんに対処する看護をチームで支えます。



精神科認定看護師は、認知症患者さんの心身のケアにもあたります。



新潟医療センターの認定看護師はチームワークの良さが自慢！

左から、精神科認定看護師の片野快宏さん、皮膚・排泄ケア認定看護師の岩淵美代さんと西片一臣さん、集中ケア認定看護師の加藤千春さん、感染管理認定看護師の桑原正祐さん。新潟医療センターでこの色のユニフォームを着用できるのは、認定看護師だけ！認定看護師を目指した理由について「現場で悔しい思いをしたことがあり、患者さんのためにもっと知識や技術を身に付けたかった」と異口同音に答えてくれた皆さん。その熱意と志の高さが印象的でした。



院長の部屋 Vol.3

がんの免疫療法
～冷静な対応を

柏崎総合医療センター 病院長 藤原 正博さん

皆さんは普段お考えになることはないと思いますが、ヒトの体は実に巧妙にできています。免疫という仕組みもその中の一つです。

免疫というのは「疫を免れる」ということで、体内に侵入した異物に体が乗っ取られることがないように、その異物に対抗して排除するという体の仕組みです。たとえばかぜやインフルエンザなどのウイルス感染症が自然に治まるのはそのためです。

最近、本庶 佑氏がノーベル医学生理学賞を受賞したことで話題となっているがんの免疫療法についてお話ししたいと思います。

がんの治療は手術療法、化学療法(抗がん剤治療)、放射線療法が三大治療法とされてきました。そして今ここに第四の治療法として免疫療法が加わることになりました。

実は免疫療法と称されるものは以前よりあったのですが、有効性・安全性の証明されていない胡散臭いものばかりでした。しかし本庶氏が開発にかかわったニボルマブ(商品名:オプジーボ)という薬は、初めて有効性が証明された画期的な免疫療法薬なのです。ただニボルマブはけっして魔法の薬ではありません。有効率は20～40%ですし、重篤な有害事象もあります。

外から侵入してきた異物に対抗するのが免疫と言いましたが、実は自分の体内で生まれたがんに対しても免疫が働きます。

がん細胞が生まれると免疫機構はそれを異物として認識し、排除しようします。排除しきれればいいのですが、一部残存する場合があります。その場合は平衡状態となつてがん細胞は増殖せずに体内

に存在することになります。そしてどこかの時点で免疫の監視から逃れる機能を獲得すると、がん細胞は増殖して顕在化します。

なぜ免疫の監視をすり抜けるのか…。実は免疫機構には「行き過ぎ」を防ぐために、免疫にブレーキをかける因子があるのです。これを免疫チェックポイントと言い、その一つがPD-1と呼ばれるものです。がん細胞はこのPD-1を活性化する物質をつくり出し、免疫にブレーキをかけて自らを増殖させるのです。

ニボルマブはPD-1に対する抗体で、PD-1の働きを抑えることでブレーキをはずし、免疫機構を活性化させ、がん細胞の排除に働くのです。

免疫チェックポイントにはPD-1以外にも多数あることが知られており、全てのがん細胞がPD-1の活性化を介して増殖しているわけではありません。今後、他の免疫チェックポイントに対する抗体が開発されれば、ニボルマブが効かないがんに対しても効果が得られるかもしれません。

ただし問題があります。一つは活性化した免疫機構が自分自身の体を攻撃するために生じる1型糖尿病、眼のブドウ膜炎、重症筋無力症、特発性血小板減少性紫斑病、心筋炎、間質性肺炎、尿管間質性腎炎、多発性筋炎などの多彩な有害事象です。死亡例も報告されています。

もう一つは薬価が高額であること。ニボルマブを体重60kgの人が2週間ごとに使うと年間2,500万円(発売当初は3,500万円)かかります。

いろいろな問題はあっても、それまでの治療で効果が得られなかったがん(の一部)にニボルマブが有用であることは確かです。しかし全てのがんを治せる魔法の薬ではありません。主治医とご相談いただき、限界があることを十分理解した上で使うべきでしょう。

いろいろな情報を集めることは大切です。でもがん治療において一番大事なのは、あなたの主治医としっかりした信頼関係を築き、十分に話し合うことです。怪しげな情報に惑わされて右往左往することだけは避けましょう。



季節の病気

2月 咳エチケット～感染症を予防するために～

三條総合病院 感染対策室
感染管理認定看護師
小柳 浩子さん

インフルエンザをはじめとして、咳やくしゃみによって細菌やウイルスが飛沫することで感染する感染症は数多くあります。「咳エチケット」はこれらの感染症を他の人に感染させない・感染を拡げないために、咳やくしゃみをする際に、マスクやティッシュ・ハンカチ、袖を使って、口や鼻をおさえるマナーのことです。

咳エチケットのポイント

●咳やくしゃみが出るとき

マスクは鼻からあごまで覆い、隙間がないように着用する(図1)。マスクが無いときはハンカチやティッシュ、上着の内側や袖などで鼻と口を覆う(図2、3)。人がいる方向を向かず1m以上離れること。

図1



図2



図3



●咳やくしゃみのあと
使ったティッシュはゴミ箱に捨てること。手洗いをすること。



冬の感染症予防

POINT
マスクを着用する。人ごみを避けて行動する。適度な温度・湿度を保つ。外出したあとは手洗いをを行う。栄養と休養を十分取る。などがあります。

POINT
正しい方法でマスクを着用しましょう!
空気が乾燥するのとどや鼻の防御機能が低下し感染しやすくなります。マスクの着用や加湿器を使用することで湿度を保つことは感染症予防として大切です。



POINT
咳やくしゃみの後は手洗いを忘れずに!

POINT
手洗いは簡単に済ませてしまうと効果が不十分になってしまいます。手指消毒剤は手によく擦り込むこと、石けんは十分に泡立て手全体を洗うことが大切です。

冬は感染症が流行する季節です。一人ひとりが感染症に「かからない」、かかったときは「他の人に移さない」という意識をもって行動することが大切です。マスクの着用と手洗いは自分を守るだけでなく、他の人に拡げないためにも重要です。予防と対策を行い、冬の感染症シーズンを乗り切りましょう。

おしえて
先生!

【血液検査】って何をしているんですか?

300もの検査項目で診断の一助を担います。

血液検査は、多くの人が受けたことがある身近な検査だと言えます。検査結果には赤血球、白血球、総コレステロールなどの数値があり、お酒が好きで「 γ -GTP」の値が気になる、という人もいるかもしれません。これらの検査項目は院内で実施している検査に限っても300項目ほどがあります。

血液の分析結果は、ドクターが正しい診断を下すための重要な要素です。また、適切な表現ではないかもしれませんが、採血～検査結果の提示は、病院にとって、小売業でいうところの「販売商品」に当たるもの。



万が一粗悪品であれば、患者さんの生命に関わることもあります。検査科では検査機器や試薬の管理、さらに1日数回は「管理用試料」を用いて、検査機器が正常に作動し正しい数値を出せているかを確認し、精度管理を徹底しています。

検査科主任
吉田 賢一さん検査科技師長
弥久保 一義さん小千谷総合病院
で見た

血液検査の流れ



1

1階の中央採血室で採血が行われます。



2

専用エレベーターで2階の検査科へ直送されます。



3

遠心分離機にかけます。5分ほどで、血球などの細胞部分と、血清と呼ばれる上澄み部分に分けられます。どちらを使用するかは検査内容によって異なります。



4

重要な患者さん情報や必要な検査項目は、バーコードで確実に管理されています。



5

この機械でバーコード情報を読み取り、その患者さんに必要な検査項目を認識。どの検査機器に通すかを自動で振り分けます。



6

検査作業は機械が行いますが、医師に結果を渡す前の最終チェックの多くは検査技師が行います。

医療人
file #03

スタッフが実践する

キレイ術



pick up
三条総合病院
地域連携室 入退院支援看護師
平木 光枝さん



患者さんの命を預かる医療現場では常に大きなプレッシャーを背負いながら働いています。それでも笑顔でいられる理由には、自分流の**美人習慣**を持っているから！
今月は看護師の**キラキラさん**から、**キレイの秘密**を聞いてみました。



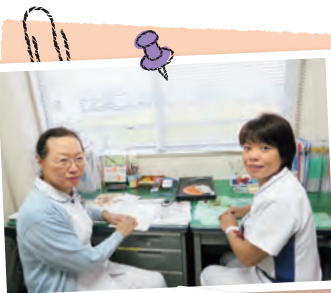
楽しみ方は自分次第！ 私らしい自転車ライフ「ロードバイク」

4年前、友人との飲み会でロードバイクを誘われた翌日に、早速それ用の自転車を購入！もともと体を動かすことが大好きで、10年間続けてきたテニスがマンネリしてきた頃だったのですね！夢中になり、何とその2年後にはマウンテンバイクもスタート。

タイムを競うより気の向くまま出かけることが大好きで、ご近所のパン屋さんから隣の山道越えまで、どこでも愛車を走らせます。ピタッとしたウェアを素敵に着こなしているキラキラさん。今度はどちらへサイクリング？今日も元気に行ってらっしゃい(^^)／



パンク修理キット



お仕事中は

Look!
どんな些細なことでも報告・相談します。



Look!

患者さんの健康・安全管理が第一です。

自転車修理の基礎

『パンク修理』

ロードバイクのトラブルは、ほとんどがタイヤで起きています。ロングライドや頻度の高い使用をすると起こりやすいパンク。常にパンク修理キットを持ち運び、1人でも対応できるようになりました。



脳トレ

ファミリークイズ

ダン〇クイズ

漢字のパーツを組み立てて、二文字の熟語を三つ作ってください。できる熟語は「ダン」で始まる言葉です。

【出題】佐久みつる(クイズ作家)

1	2	3

問題

寸+吉+口+糸 = □□
又+シ+尸+廿+几+各 = □□
火+舌+言+火+言 = □□

※答えは10ページの下段をご覧ください。



管理栄養士

食のプロがオススメするメニュー

鶏肉と白菜の ぽかぽかカレー鍋



監修：豊栄病院栄養科
小林 紀子さん

ひとくちメモ

★カレー粉

一般的にカレー粉とは、クミン、ターメリック、カルダモンなどのスパイスをブレンドしたもの。とても便利な調味料で、炒め物や揚げ物の下味だけでなく、和風の煮物にも活躍。ひと振りすると新しい味わいに会えます。



調理時間 30分



キロカロリー 376kcal

塩分 3.2g
脂質 17.8g

お手軽レシピで作る JAグループ
https://life.ja-group.jp/recipe/



※ カロリー・塩分・脂質は1人分の値

簡単！30分料理！

材料(4人分)

鶏もも肉.....2枚
白菜.....1/4個
チンゲンサイ.....1株
絹ごし豆腐.....1丁
えのき.....1パック
しいたけ.....1パック
長ねぎ.....1本
かつおだし.....5カップ
Aしょうゆ.....大さじ3と1/2
Aみりん.....大さじ3
A塩.....小さじ1/2
A酒.....1/4カップ
カレー粉.....大さじ1と1/2
B片栗粉.....大さじ3
B水.....大さじ2

作り方

- 鶏もも肉、白菜、チンゲンサイ、豆腐は食べやすい大きさに切る。えのきは根を切ってほぐし、しいたけは石突きを切り取ってから飾り切りをし、長ねぎは斜め切りにする。
- 土鍋にかつおだしを入れて火にかけ、鶏もも肉を入れて煮る。アクをすくいながらAで溶いたカレー粉を加え、Bの水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。
- 2に1の野菜や豆腐などの具材を入れて煮込む。



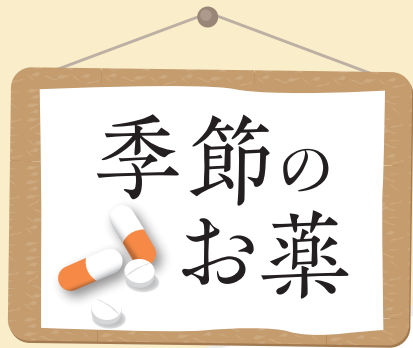
いつもの寄せ鍋にカレー粉をプラスすることで味が大変身！

カレー粉の風味を利用してしょうゆや塩を減らしてもおいしく減塩できます。



体が温まるので寒い冬にもってこいです！





冬はノロウイルスやロタウイルス等のウイルス感染を原因とする感染性胃腸炎が流行します。皆さんが医療機関に受診し、ノロウイルスやロタウイルスの感染性胃腸炎と診断されたときに与えられる処方薬や感染症を拡げないための消毒剤を紹介します。

※より詳細な情報を望まれる場合は、担当の医師または薬剤師におたずねください。

○吐き気止め

ドンペリドン

- 食事の影響をほぼ受けないので、食欲がなくても服用することができます。
- 内服薬と座薬があり、吐き気が強く飲み込めない方には座薬を使用することができます。
- 座薬は内服薬に比べ効果が長いため、内服薬と同時に処方され併用するときは注意が必要です。

○整腸剤

ラックビー、ミヤBM など

- 下痢をすると腸内細菌のバランスが崩れることがあるため整腸剤で補ってあげます。

○経口補水液など

OS-1、スポーツドリンク など

- 主な症状が嘔吐と下痢になり脱水症状を起こしやすくなります。脱水を予防するために水分を少しずつでいいので補給することが大切です。

○消毒剤

- 嘔吐物や便は、感染拡大の大きな原因となるため、処理するときは**次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度1000ppm)**を使用しましょう。次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度1000ppm)で浸すようにペーパータオル等で拭き取ってください。また、**ノロウイルスなどに対する消毒には、次亜塩素酸ナトリウム(塩素濃度200ppm)が有効**です。家族間での感染を防ぐために、手洗いの励行、トイレ周りの消毒のほか、手洗後はペーパータオル等を利用しましょう。

消毒液の希釈方法

消毒対象	必要な濃度	原液の濃度	希釈倍率	1ℓの水に加えて作る場合に 必要な原液の量
嘔吐物や便が付着した床や おむつ等	高濃度 1000ppm (0.1%)	5%	50倍	20ml
		10%	100倍	10ml
感染予防や キッチンの周りの消毒に	200ppm (0.02%)	5%	250倍	4ml
		10%	500倍	2ml

- 次亜塩素酸ナトリウムを使用する場合は、商品に記載してある使用方法をよく確認して使用しましょう。
- 薄めた消毒液は時間が経つにつれて効果がなくなりますので、使うときに原液を希釈して必要な量だけ作り、作り置きをしないでください。
- これらの代わりになる市販の消毒スプレーが薬局などで売っています。かかりつけの薬剤師におたずねください。



あなたの街の「かかりつけ薬局」にお気軽にご相談ください



株式会社 ダイチク
【本部所在地】
〒950-1151 新潟市中央区湖南24-2
TEL 025-288-0228 URL www.ainj.co.jp



株式会社 共栄堂
【本部所在地】
〒950-0162 新潟市江南区亀田大月2丁目5-38
TEL 025-383-1200 URL http://www.kyoueido.net

新潟厚生連 Event Report

けいなん総合病院 開催日:2018年12月21日



平成最後のクリスマス
inけいなん

今年も病院長を中心にけいなん職員が患者さんにクリスマスソングと笑顔をお届けしました。



豊栄病院 開催日:2019年1月8日 定員:40名

第82回北区臨床検討会
【講演】糖尿病・CKDの療養指導を科学する
新大病態栄養学寄附講座特任助教
【蒲澤 秀門 先生】



佐渡総合病院 開催日:2019年1月4日

賀詞交歓会

1月4日に佐渡総合病院で賀詞交歓会が行われました。昨年に続き佐藤病院長が豪快に大筆をさばき、参加職員が今年の抱負を筆入れをする「書初め」を行い新年をスタートしました。今年の漢字は「凜」。なお、当日は佐渡テレビも取材に来ました。書初めは正面玄関ホールに掲示しておりますのでご来院の際はぜひ、ご覧ください。



上越総合病院 開催日:2019年1月19日

医療プロフェッショナリズムワークショップ

日本専門医機構認定の共通講習(医療倫理・医療安全)として開催しました。国民が求める医療従事者の姿を医師・看護師他、多職種スタッフがそれぞれの立場から意見を出し合い探究していくワークショップです。上越地域の医師はもちろん県内外からの参加者もあり、毎年開催されています。



施設名	イベント名	開催予定日	イベント内容
柏崎総合医療センター	がん患者・家族のためのサポートセミナー「正しい情報収集のコツ」(病院長 藤原正博先生)	3月2日	テレビ、書籍、インターネット、ロコミ...身の回りには、「がん」に関する情報が溢れています。どうすれば信頼できる情報を得ることができるのか?その「コツ」を紹介します。内容「情報の海で溺れないために」など
上越総合病院 糸魚川総合病院	研修医・医学生のための教育レクチャー(ローレンス・ティアニー先生)	3月8日 3月9日	世界的に有名な「診断の神様」と呼ばれるローレンス・ティアニー先生をお招きし、教育レクチャーを行います。

※詳しくは病院のホームページをご覧ください。

新潟厚生連 職員募集

新潟厚生連 薬剤師募集

【薬剤師就職支援金制度のご紹介】

本会では、薬剤師の皆さんの就職や転職などを支援する目的で「就職支援金制度」を設けています。おおむね次のとおりとなりますが、支給日・支給方法・諸条件などの詳細な内容は、本部人事部までお問合せください。

- 対象者 薬剤師の有資格者で2020年3月末までに当該支援金制度を希望し、かつ次の条件を全て満たす方。
①採用時の年齢が原則35歳以下の方
②本会の指定する病院へ2年を超えて継続勤務が可能な方
③職員として交替勤務や時差出勤などの通常勤務が可能な方
- 支援金額 ①応募時に**県外**にお住まいの方**100万円**(赴任時の旅費や引越しも別途実費補償します)
②応募時に**県内**にお住まいの方**60万円**
- その他 ○本会が指定する募集定員に到達次第、終了いたします。



新潟厚生連 看護職員(看護師 助産師)募集

U・Iターン中途採用、平成31年度看護職員同時募集

活き活きた職場でやりがいのある看護をめざして県内に広がる医療ネットワークであなたの笑顔と資格を活かそう!

勤務地 糸魚川総合病院・けいなん総合病院・上越総合病院・柏崎総合医療センター・小千谷総合病院・長岡中央総合病院・三条総合病院・新潟医療センター・豊栄病院・あがの市民病院・村上総合病院・瀬波病院・佐渡総合病院・真野みずほ病院・羽茂病院

- 給与(新卒) 助産師:229,170円~
看護師:大学・4年課程卒 226,110円~
3年課程卒 225,050円~
※深夜勤務手当は夜勤回数を月8回で算出
※給与は学歴や職歴により、一定の基準で加算されます。
- 勤務時間 4週8休 3交替(1部2交替あり)
・日勤/8:30~17:00 ・準夜/16:30~1:00 ・深夜/0:30~9:00
有給休暇年20日(初年度14日)、結婚休暇、産前産後休暇、子の看護休暇他
- 休暇・休業 育児休業、介護休業他
- 福利厚生 慶弔見舞金制度、各種助成制度
- 社会保険 健康保険、雇用保険、厚生年金、労災保険、介護保険
- 応募方法 履歴書(指定なし)、看護師免許の写し(A4)を郵送又は持参してください。
- 選考方法 面接 ※新採用者は履歴書、成績証明書、卒業(見込)証明書郵送、筆記試験、面接あり

【お問い合わせ応募書類送付先】 新潟県厚生農業協同組合連合会 人事部 看護職員にご応募の方は 人事部看護師確保対策室
〒951-8116 新潟市中央区東中通一番町86番地109 TEL.025-230-2664(直通) FAX.025-228-0990 E-mail/jinji@niigata-kouseiren.jp

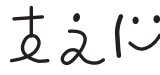
ご意見・ご感想をお寄せください

本会では、「患者さんの声」を病院の経営に反映させることが大切と考えております。皆様からお寄せ頂いた貴重なご意見・ご要望などを積極的に活用しながら、より充実した医療・保健・福祉を提供する体制を整え、患者さんの気持ちに寄り添った心温かいサービスを心がけてまいります。皆様からのご意見・ご感想は、下記まで電話、FAX、お手紙でお寄せください。

個人情報の取り扱いについて

個人情報などお寄せいただいた内容は、本会において適切に管理いたします。また、本会からの各種ご連絡、出版物などのご案内などにも利用させていただきます場合があります。

新潟県厚生農業協同組合連合会 総務部 〒951-8116 新潟市中央区東中通一番町86番地109 tel.025-230-2662 fax.025-228-0990



新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌 2019年 2月号 2019年2月発行
〒951-8116 新潟市中央区東中通一番町86番地109 tel.025-230-2661(代表) fax.025-228-0992(代表)
企画/新潟日報サービスネット 企画・編集・協力/小林 寿・高澤 綾子