

# 支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください



支えに 2021年2月発行

## Vol.26

特集/村上総合病院  
移転新築 竣工  
これからの地域医療の在り方  
～県北地域の基幹病院としての役割～  
奨学金のご案内  
折り紙で脳トレ

JA新潟厚生連はSDGsに貢献します



町屋づくりをイメージした【病院外観】

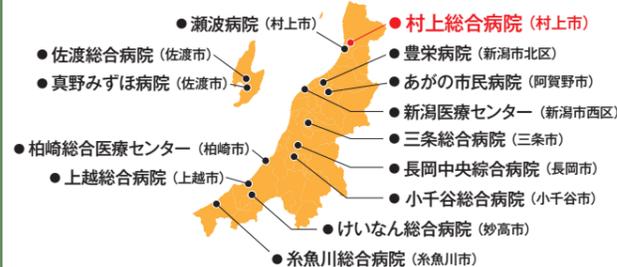


吹き抜けて開放感のある【エントランス】



南向きで風の入りやすい【正面玄関】

県内14の病院が地域の皆さまの健康と心を支えます



JAの子ども共済「学資応援隊」が  
2019年春 / 2019年秋 / 学資保険部門  
ママリロコミ大賞 **連続1位!!**

〈ママリロコミ大賞とは〉

ママ向けアプリ「ママリ」がユーザーを対象に「本当に買ってよかった」と思う商品・サービスについて、アプリ内でロコミ募集を実施し、ロコミ件数と満足度を基準に支持が多かった上位商品を紹介する取り組みです。



### お子さまの学資金づくりに。 JAの子ども共済「学資応援隊」

ポイント1

高い貯蓄性と保障が  
もしものとき※1、その後の  
バランスよく備わっていて、  
効率的に資金準備できます。

ポイント2

ご契約者(親族)が  
もしものとき※1、その後の  
共済掛金はいただきません。  
\*共済掛金払込免除不担保特則を付加する  
場合を除きます。

ポイント3

学資金のお受取りは、  
進学時期に合わせた  
中学・高校・大学プランから  
お選びいただけます。

ポイント4

お子さま・お孫さまの  
ために75歳までご契約  
いただけます。

〈ご契約例〉子ども共済 学資金型(大学プラン)/0歳加入/22歳満期/18歳学資金支払開始/共済掛金払込終了/タイプ:基本型/契約者:お父さま30歳/主契約:共済金額300万円/特約:指定代理請求特約

※2 学資金	18歳 応当日	60万円	19歳 応当日	60万円	20歳 応当日	60万円	21歳 応当日	60万円	満期※2 共済金	60万円 + 割りもどし金※3
お子さまの 万が一の 保障	〈死亡のとき〉共済掛金払込期間中:経過年数に応じた額(300万円×経過年数÷共済掛金払込期間) / 共済掛金払込終了後:300万円 〈後遺障害のとき※4〉300万円									

給付率 (給付総額 ÷ 払込共済掛金総額)	上記ご契約例の場合	約102.6% ●共済掛金(年払い・口座振替扱い) 162,441円 ●払込共済掛金総額 2,923,938円 ●給付総額 3,000,000円	上記ご契約例の共済掛金払込終了年齢を12歳とした場合	約105.7% ●共済掛金(年払い・口座振替扱い) 236,412円 ●払込共済掛金総額 2,836,944円 ●給付総額 3,000,000円 (2020年4月現在)
-----------------------	-----------	---	----------------------------	--

※1「もしものとき」とは、死亡、所定の第1級後遺障害の状態、所定の重度要介護状態、または災害による所定の第2級～第4級の後遺障害の状態にいられたときをいいます。 ※2 学資金・満期共済金のお受取りの時期は、お子さまの誕生日ではありません。ご契約のお申込みの際は、お子さまの誕生日と契約日にご留意のうえ、学資金支払開始年齢「17歳」または「18歳」をお選びください。 ※3 割りもどし金の額は年度ごとに変動し、経済情勢などによっては0となる年度もあります。 ※4「後遺障害のとき」とは、所定の第1級後遺障害の状態、または所定の重度要介護状態にいられたときをいいます。 ※5 給付率は、ご契約者・お子さまの契約日の年齢、学資金支払開始年齢など契約内容によって異なります。

Web限定先着 60,000名様 「子ども共済」資料請求キャンペーン  
キャンペーン期間中に「子ども共済」の資料をご請求いただいた方に  
JA共済オリジナル アンパンマンお食事エプロンプレゼント!!

応募期間: 2020年4月1日～2021年3月26日  
はじめて共済 検索  
<https://shiryu.ja-kyosai.or.jp>

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

くらしの保障、相談するなら JA共済

3 すべての人に健康と福祉を  
11 住み続けられるまちづくりを  
SDGsに関連する取り組みとしてロゴマークを表記しております。



1階 エントランス



1階 ホスピタルストリート



1階 放射線科



1階 小児科



# 【特集】村上総合病院 移転新築 竣工

## これからの地域医療の在り方

～県北地域の基幹病院としての役割～



1階 会計



1階 受付



2階 透析センター



5階 東スタッフステーション



2階 化学療法室



病室



病棟デイルーム

「こゝいさつ」  
村上市長  
高橋 邦芳

**県北地域に、安全安心な暮らしを。**

この圏域の地域医療を取り巻く環境が大きく変化する中、病床数263床を誇る村上総合病院の開院は非常に意義深く、急性期から慢性期までの完結した医療をご提供いただけることは利用される皆様やご家族にとりましても、安心して医療を受けることができます。屋上にはヘリポートが新設されたほか、感染対策にも対応した「陰圧室」も備えられており、充実した質の高い医療の提供や多様な医療ニーズにご対応いただけることは大変心強く、大いに期待をいたしております。

こうした中、今なお終息の見通しが立たない新型コロナウイルスとの闘いが続いておりますが、自らの感染リスクを顧みず、医療現場の最前線でご尽力されております医療従事者の皆様をはじめ、医療に従事される方々を支えるすべての皆様に深く敬意を表しますとともに、心から感謝を申し上げます。

新病院では、本市の救急医療の機能充実と強化を図る救急ワークステーションと病児保育センターが併設され、これまで以上に地域医療環境の充実が図られております。

今後も、県北地域の安全安心な暮らしが保障されることが大きく期待され、地域の中核病院として質の高い医療の提供をお願いするとともに、他の医療機関との連携により更なる医療の充実を期待しております。



「こゝいさつ」  
村上総合病院  
病院長  
林 達彦

**すべての局面で、優しく質の高い医療を。**

当院は昨年12月1日に永年の宿願であった移転新築が完了いたしました。旧村上総合病院は建築から50年以上の本館部分など、老朽化や狭隘化が著しく進行し、快適な療養環境の提供など多様化する医療ニーズに対応するには不十分でした。また数回にわたり増改築を繰り返して、運営上の部門配置も非効率的な状態で早期の新築移転が必要でした。新病院は医師や看護師ら現場職員の意見などをもとに設計されています。5階建てで、離島である粟島浦村を含めて広大な面積の県最北部の救急医療を担うにあたり、ドクターヘリ等の受け入れのために融雪機能を持つ屋上ヘリポートを設置しました。

病院の正面玄関、エントランスの真ん中に、地域医療連携センター「つなごうて」を配置。多職種の専門性を活かしながら情報を共有し、医療・介護・福祉サービスをワンストップで効果的且つ効率的に提供いたします。また病院で働く職員が子育てをしながら働けるように、院内保育所「よつば保育園」が開設いたしました。

新しいスタートのために、村上総合病院の理念を新たに「診療を受ける皆様に、生老病死のすべての局面で寄り添いながら、優しく質の高い医療を提供します」といたしました。この理念の具体的な実践を、より高いレベルで行うべく職員一同、鋭意努力して参ります。今後とも御指導、御鞭撻のほど何卒よろしくお願い申し上げます。



村上・岩船地域で唯一の総合病院として、  
広大な面積の救急医療を担える環境が  
整えられています。



■ 救急ワークステーション

日頃は消防署(分署、出張所など)で勤務している救急隊が、病院に在駐してそこから出動します。



■ 屋上ヘリポート

救急医療に特化した装備のドクターヘリは傷病者の救命、後遺症の軽減に貢献し、搬送時間の短縮により更なる救命率向上が期待されます。



■ 地域連携センター「つなごうて」

患者さんの外来・入院の区別なく、他の医療機関とも情報を共有し、それぞれが専門性を活かした医療サービスを皆様に提供することを目的としています。



■ 院内保育所「よつば保育園」

病院で働く職員が子育てをしながらか安心して働けるように、院内保育所を開設しています。働きやすい職場環境を整備し、人材確保を促進しています。



■ 正面玄関

雨天の場合でも安心して入れる、屋根付きの正面玄関。車寄せとしても使用可能なので、急ぐことなく乗降できます。



■ 粟島遠隔診療部

1960年から無医村となっている粟島浦村。モニターで島の診療所の看護師とつなぎ、遠隔診療をおこなっています。定期診療のほか、救急の患者さんにも対応できる体制を整えています。

村上総合病院は、県北地域の基幹病院として、  
救急告示病院、災害拠点病院、へき地医療拠点病院にも指定され、  
地域医療に対して重要な役割を担っております。  
移転新築事業により老朽化・狭隘化(面積などが狭くゆとりがない)などの課題を改善したことで、急性期医療および回復期・慢性期医療の診療体制をより充実させ、  
地元の行政並びに地域内外の医療機関との連携を強化し、  
医療・保健・介護・福祉の総合的・一体的なサービス提供に取り組んでまいります。

これからの地域医療の在り方  
〜県北地域の基幹病院としての役割〜

村上総合病院の具体的な機能を知ること、あなたのお住まいの地域の医療課題を考えてみてください。

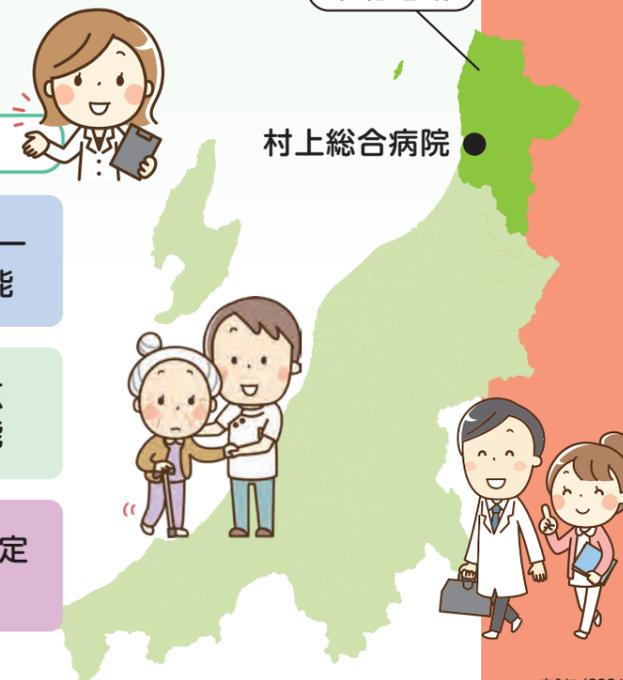


新潟県は**人口減少に伴う患者数の減少**と**深刻な医師不足問題**から、身近な病院の将来像についての不安や心配がぬぐえません。それぞれの地域医療の課題や自身の医療圏の状況について考えてみてはいかがでしょうか。

医師が患者さんを支えるというだけでなく、患者さんが病院を支える役割もあります。**地域の皆さんと一緒に地域医療を支えていきましょう。**

村上総合病院の具体的な機能

- 救急医療機能
- 地域連携機能
- リハビリテーション機能
- 健康管理機能
- へき地医療拠点病院機能
- 災害拠点病院機能
- 臨床研修指定病院機能



# 季節の病気 2月 冬道での転倒による骨折



三条総合病院  
リハビリテーション技師長  
作業療法士  
高頭 美恵子



## 初期症状

腫脹、皮下出血、疼痛、圧痛、変形、関節の異常な動きなど

## 治療方法

- 整復と固定
- リハビリテーション

## 予防方法

- 歩き方: 小さな歩幅で、左右の幅は適度に離しましょう。また、重心を前に置き、できるだけ足裏全体を路面につけるように歩きましょう。凍結路面ではすり足で歩くようにすると滑りにくくなります。
- 急がず、焦らず、ゆっくりと: 「滑りそう、転びそう」な路面を見分ける余裕をもって歩きましょう。また、急いでいたり、携帯電話を見るなど路面に対する注意が薄れると転倒しやすくなります。
- 筋力を維持しましょう: 冬季は寒さや雪で、外出機会が減りやすくなります。また新型コロナウイルスによる自粛生活で、さらに活動の機会が減っていますので、筋力低下をきたしやすくなっています。運動の機会を意識的に作りましょう。
- 滑りにくい靴を履きましょう: 深いギザギザ模様のある靴底のものや柔らかいゴム底のものが滑りにくいです。

## その他注意すべきこと

転倒は年齢が高くなるほど発生割合が高く、また重症になる割合も増えます。高齢者の転倒の原因は、バランス機能低下、筋力低下だけでなく、視力低下、感覚障害、服薬問題、外的要因(環境)などがあります。その中でも、筋力低下が最も転倒リスクが高いため、日ごろから運動習慣をつけるようにしましょう。



## 村上総合病院 移転新築 竣工式典 村上総合病院が 地域の期待を乗せ完成!

令和2年12月1日に開院いたしました。新病院は、病床数263床、地上5階建てとなっており、屋上には新たにヘリポートを設置しております。災害拠点病院、離島を含めたへき地医療拠点病院に指定されており、基幹病院として引き続き地域の人々の信頼に応えてまいります。

掲載の写真は令和2年11月24日(火)に行われた竣工式典の様様です。



定礎式



## 竣工神事



竣工式典 村上市長より祝辞をいただきました



合病院移転新築工事 竣工式典



林病院長

村上総合病院移転新築工事 竣工式典



今井会長

## JA新潟県厚生連病院で実施中の治験

実施中	[長岡中央総合病院]	● 潰瘍性大腸炎	● クロウン病
		● 市中肺炎	● 癒着防止剤
	[糸魚川総合病院]	● 血友病	

該当する方や詳細を知りたい方は、主治医にお申し出ください。治験に参加するには細かい条件があります。ご希望いただいても、参加いただけない場合がございます。

## 治験NEWS

治験(ちけん)は、新しい薬が世に出るにあたり、その有効性と安全性を確認するための試験です。国の定めたルールに基づき、病院で患者さん等を対象として実施されます。

みんなの健康と心の支えに

## JA新潟厚生連の宣言

JA新潟厚生連は持続可能な社会の実現を目指します。

SDGs紹介シリーズ 厚生連が対応する15の目標を毎号順番に紹介します。



国内および国家間の格差を是正する ▶ 同一労働同一賃金ガイドラインの適正運用

※「SDGs(エスディージーズ)」とは、持続可能な世界を実現するための17の目標を掲げ、地球上の誰一人として取り残さないことを誓う、2030年までの国際社会共通の目標です。

# スタッフが実践するキレイ術



長岡中央総合病院 薬剤師 山岸 綾子

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“**充実習慣**”を持っているから！  
今日は**薬剤師**のキラキラさんから、**輝く**秘密を聞いてみました。

## 故きを温ね、新しきを知る。温故知新を味わえる「お城巡り」

小さい頃から歴史が好きだったおかげで、各地の神社仏閣や城などへの訪問を楽しんでいます。特にお城巡りにハマっていて、石垣や構造、城下町、時代背景に至るまで、すべての要素を含めて夢中になっています。歴史的なことを確認してから、行き方や予定表を立てるワクワクから始まり、城の作り手、攻め手、守り手、そして城下町に住む人々に至るまで、様々な立場の人たちの思いを想像しながら見て回ると、その時代にタイムスリップした気持ちに、城を築いた先人に思いを馳せ、歴史やロマンを感じることが最大の魅力です！

## 日本100名城を探訪するスタンプラリー

選定された全国の100城を巡る「日本100名城」の公式スタンプ帳も大活躍！北は北海道から南は沖縄までと全国津々浦々だから、ゆっくりと自分のペースで、一生かけても巡ってきたいです。



# JA新潟厚生連 イベントレポート

## 村上総合病院

2020年12月2日



### シルバーカー寄贈

有限会社ハートハンズ 代表取締役 飯沼藤雄様より新病院開院に合わせシルバーカー4台をご寄贈いただきました。林病院長：「必要とする来院者が増加する中、ご寄贈いただき感謝申し上げます。大切にさせていただきます。」

## 小千谷総合病院

2020年12月17日



### 小千谷市立千田小学校からのお米寄贈

5年生児童の皆さんが栽培して収穫されたお米をご厚意いただきました。

## 佐渡総合病院

2020年12月3日



### 多数傷病者受入訓練

大規模な事故が発生したとの想定による多数傷病者受入訓練を行いました。例年、保健所や佐渡市との合同訓練として実施していますが、今年は新型コロナウイルス感染症対策として、当院職員および看護学生で実施しました。

## けいなん総合病院 ホームページを全面リニューアルしました！

ご利用いただく皆さまにより見やすく、分かりやすく情報をお伝えできるホームページとなるよう改善いたしました。使いやすいサイトを目指し、内容の充実を図ってまいります。

新ホームページはこちらから <https://keinansogo.jp>



## ウチトレ

日本人の多くが、自覚症状のある痛みとしてあげている腰痛。痛みが少ないからと、専門医に相談することなく過ごしている人も少なくはありません。特に、同じ姿勢で長時間も座り続けるデスクワークや立ち仕事は、腰痛の大敵。つらい痛みに発展する前に、お尻・太ももの筋肉をストレッチすることで予防しましょう。

### 椅子を使って、簡単ストレッチ！



新潟医療センター 理学療法士 齋藤 健郎

- 注意点
- 食後の運動は避けてください。
  - 運動する時は、姿勢を正しましょう。
  - なるべく呼吸を止めずに行ってください。
  - すでに痛みのある方は、専門医に相談してください。

### 腰痛予防トレ①

### 大殿筋ストレッチ 左右10秒×3セット



- 1 椅子に深く腰掛け、太ももの上に反対の足をのせる。
- 2 上体を前に傾けて、お尻の筋肉が伸びるところで10秒キープ。

### 腰痛予防トレ②

### ハムストリングスストレッチ 左右10秒×3セット



- 1 椅子に浅く腰掛け、片方の脚を前に出す。
- 2 上体を前に傾けて、太もも裏の筋肉が伸びているところで10秒キープ。

普段から意識して動かすことが大切！無理のない「ながらトレーニング」を習慣づけましょう。

## 管理栄養士 食のプロがオススメするメニュー



## 鶏のほかほかシチュー

料理上手のワンポイント

豊栄病院 管理栄養士 佐藤 有梨



牛乳と米粉を混ぜ合わせたり、鍋に入れてとろみをつけるところで子どもに活躍してもらいましょう。

- 調理時間 30分 カロリー 348kcal 塩分 1.4g 脂質 15.5g
- 材料(4人分)
- 鶏もも肉 ..... 1枚
  - 玉ねぎ ..... 1個
  - にんじん ..... 1本
  - じゃがいも(中) ..... 2個
  - ブロッコリー(小) ..... 1個
  - コンソメ ..... 2と1/2カップ
  - 塩・コショウ ..... 少々
  - サラダ油 ..... 大さじ1
  - A米粉 ..... 35g
  - A牛乳 ..... 2と1/2カップ
- 作り方
- 1 鶏もも肉はひと口大に切り、玉ねぎはくし切り、にんじんは1~1.5cm厚の輪切り、じゃがいもは皮をむいて4等分くらいに切る。ブロッコリーは小房に分けて塩ゆでしておく。
  - 2 鍋にサラダ油を熱し、鶏もも肉を炒め、玉ねぎ、にんじん、じゃがいもを加えて炒め合わせる。全体に油がまわったらコンソメを加えて野菜がやわらかくなるまで煮込む。
  - 3 2にブロッコリーを入れ、混ぜ合わせたAを加えてとろみがつくようにかき混ぜながら弱火で煮込み、塩・コショウで味を調える。

鶏肉はタンパク質を豊富に含む食材です。もも肉を使うことで料理のコクがアップします！

米粉を使用することでダマにならず、手軽にとろみをつけることができます。

ほかほかシチューで体も心もほかほかに。寒い冬を乗り切りましょう！



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



検索



指先を使って

# 折り紙で「脳トレ」!!

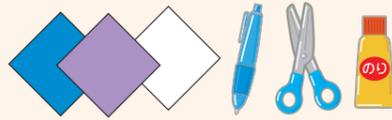
指には数百本の末梢神経が集まっていて、指先を使うとその刺激が直接脳に伝わり、脳の働きが活性化されます。楽しみながら脳をイキイキ、トレーニングしましょう!



## つばめ 編

### 折り方

用意するもの:  
折り紙、ペン、  
のりなど



1 点線で半分に折って折り目をつけてもどす

2 点線で半分に折る

3 点線で折る

4 点線で折る

5 点線で段折り

6 点線で半分に折る

7 点線で折る

白く切った目を貼り付ける

目を描いて出来上がり

完成♪

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.kyoeido.net

# 便利な「口座振替」のご案内

病院の医療費お支払いは、JA「口座振替」がおすすめです!

### 便利 ①

会計の待ち  
時間を短縮

### 便利 ②

家族でまとめて  
登録も可能

### 便利 ③

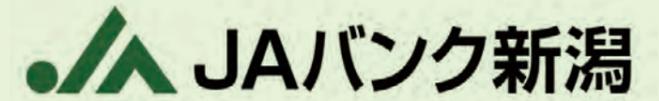
振替手数料  
などは不要

### 便利 ④

キャッシュレス\*  
※窓口で現金の  
やりとりが不要



みなさまの健康と心の支えに  
**JA新潟厚生連**



※新潟県内JAの口座をお持ちの方が対象です  
※お申込み・ご相談・詳細は病院の受付窓口までお願いします

新潟県内のJA新潟厚生連病院では、患者さんへの利便性向上に向けて、以前よりJAの預金口座を利用して患者さんが病院窓口でお支払いする医療費の口座振替を実施しています。電気・ガス・水道・電話などの口座引き落としと同じイメージです。病院での待ち時間が短縮されるなどの利便性がありますので、ぜひご検討ください。

## 新規就労者の支援のため支度金貸与制度

○ 薬剤師・保健師・助産師・看護師 / **100**万円以内 ○ 准看護師・介護福祉士 / **50**万円以内  
※原則として2年間本会の指定する施設で勤務した場合、返還免除となります。※中途採用者(フルタイム)が対象となります。  
※この他詳細は本部人事部までお問い合わせください。

## 奨学金制度

【薬剤師】① 薬学生奨学貸与金制度 / 月額 **10**万円・6年間 **720**万円以内  
② 薬剤師奨学金返還支援制度 / 最長 **10**年・上限額 **360**万円・月額上限 **3**万円

【助産師】○ 助産師資格取得奨学貸与金制度 / 月額 **10**万円  
※この他の詳細は本会ホームページをご確認ください。

JA新潟厚生連HPの▶▶▶  
奨学金紹介はこちらから!  
<https://www.niigata-kouseiren.jp/>



【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く場合があります。

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

支えに

新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌 2021年2月号  
〒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/ 高澤 綾子・長谷川 真也

