

# 支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください



支えに 2022年3月発行

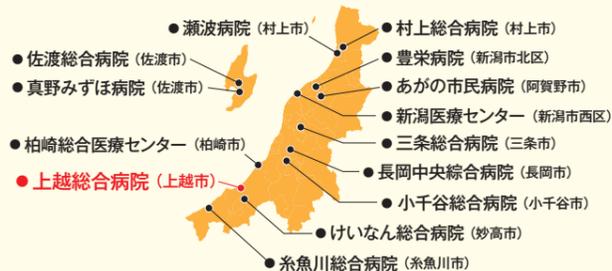
## Vol.39



### 病院のお仕事発見 [看護師「特定行為」編]

- 看護師「特定行為」を知っていますか?
- 季節の病気
- プロが教える ウチトレ
- 食のプロがオススメするメニュー
- イベントレポート
- 漢字de脳トレ

県内14の病院が地域の皆さまの健康と心を支えます



JA新潟厚生連はSDGsに貢献します

5期連続受賞!!

JAの子ども共済「学資応援隊」  
ママリロコミ大賞  
2021年 学資保険部門 大賞

## JAの子ども共済「学資応援隊」が ママリロコミ大賞2021 春 5期連続 大賞受賞!!

〈ママリロコミ大賞とは〉

ママ向けQ&Aアプリ「ママリ」がユーザーを対象に「本当に使ってよかった」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があります。
- 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

学資金	18歳 60万円	19歳 60万円	20歳 60万円	21歳 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% <sup>※5</sup>	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% <sup>※5</sup>
		● 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		● 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 (2021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な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な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。

●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

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

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

検索

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。

# 病院のお仕事発見

## 看護師「特定行為」編

### 看護師の活躍の幅を広げ 超高齢化社会に対応

医療を必要とする人が、超高齢社会により増加しています。人口減少も相まって、限られた医療従事者や医療提供体制の中で、質の高い医療を提供できるよう2015年に全国でスタートしたのが「看護師の特定行為研修制度」です。特定行為には、実践的な能力と、高度で専門的な知識と技能が求められます。そのため、特定行為を確実に実施できるよう研修を受講する必要があります。この研修を修了した看護師が活躍することで、患者さんによりタイムリーなケアを提供することができます。

J A新潟厚生連では、約3年前から看護師の特定行為研修を開

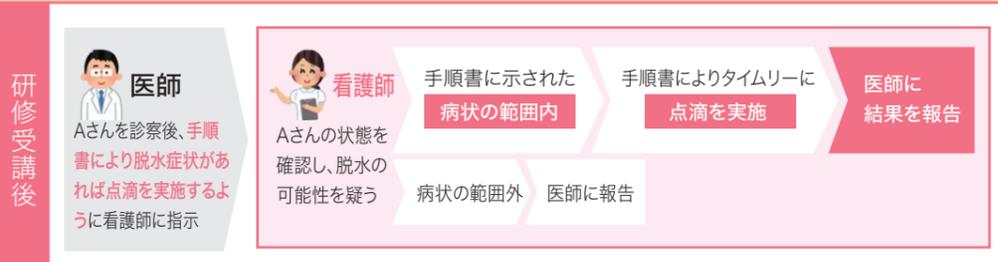
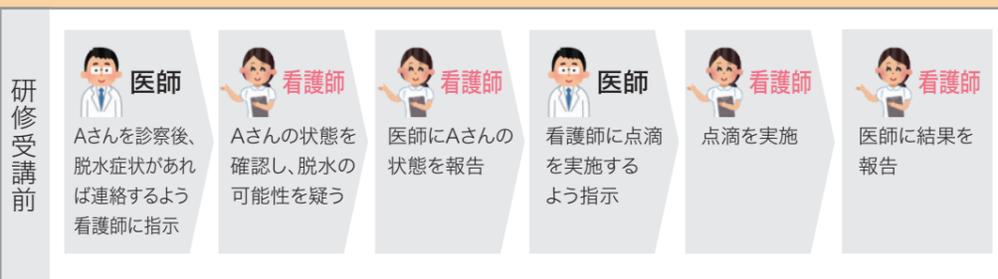
研修を受けた看護師により、病院や在宅医療で質の高いケアが可能になります。



#### 看護師が特定行為を行うメリット

通常、看護師は医師の指示を受けた上で診療補助行為を行います。しかし研修を受けることで、特定の行為に関しては医師の指示を待つことなく、患者さんへの対応ができるようになります。患者さんに最も近い存在である看護師が患者さんの状態を見極めることも、よりタイムリーなケアにつながります。また、患者さんやご家族の立場に立ったわかりやすい説明ができ、「治療」と「生活」の両面から患者さんを支えます。

#### ※特定行為のイメージ図



#### 上越総合病院 看護師

サトウ ルミコ  
佐藤 留美子

1989年長岡中央看護専門学校卒業(看護師免許取得)、上越総合病院配属。1997年、新潟県立看護短期大学助産学専攻課へ進学。翌年4月、助産師免許を取得し同病院へ復職、助産師業務を担当。2008年より現職の手術室看護師となる



Interview

上越総合病院の看護師特定行為研修を、第1期生として受講し、修了した佐藤看護師。研修時の様子や今後のビジョンを聞きました。

医師と同じ視点で、それでいて「看護師だからできること」を追求したい。

「特定行為研修を受けようと思った理由を教えてください。」  
理由は大きく2つあります。

助産師を経て長年手術室の看護師をしていましたが、医療行為の知識や技術について医師の視点が理解できれば、より患者さんの役に立てるのではと思っていたこと。それと看護師になって30年以上経っていたので、今の教育に触れたいという思いがありました。



「研修の内容や、受けて良かったことは？」

自分の余暇を活用してeラーニングでの講義を受けます。定期的に行われる演習では、ロールプレイ・グループワーク・ディスカッションを研修指導者のも

とで行います。実習では、患者さんへの実際のアプローチ方法を学びます。

通常業務との両立は楽ではなかったですが、上司や職場の皆さんの協力があったり、遂げることができました。研修を受けて印象的だったことは、手術室の勤務では知り得なかった地域連携のしくみを深く理解できたこと。入院し治療を受け、家庭に帰るまでに様々な人が関わっていることが分かり、考えさせられることも多かったです。

研修修了後は、特定行為を実践する力を強化しています。実践を重ねるごとに「もっと患者さんのためになることをしたい」という気持ち湧いてきますね。学びの機会を与えてくれる医師には心から感謝しています。

「今後の目標を教えてください。」  
特定行為を実践していくこと



はもちろんです、研修で学んだことを活かして、手術前後の看護をより充実させたいです。理想は、医師と同じ視点で医療を提供することですがあくまで「看護師」として、やるべきことを見出し行動したいです。今は特定行為看護師を育成する側でもあるので、自分が持っているものを提供し、後輩たちに継承していきたいと思っています。

※撮影時のみマスクを外しています。



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。

## 特色

特定行為研修では、実践的な理解力、思考および判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技術の向上を図る必要があります。そこで当院では、病棟だけではなくHCU(高度治療室)、ER(救急室)、手術室など幅広く研修の場を提供できるようにしています。また、学習日(学習時間)を設けており、振り返りやリフレクション、受講者間の意見交換の場として活用できます。

研修の内容はすべてに共通して学ぶ「共通科目」250時間と「区分別科目」30時間に分かれています。講義、演習または、実習によって行われます。指導者が進捗状況を確認し目標が達成できるようにサポートしています



病院長を交えた活発なグループディスカッション



通常業務と並行しながら約1年間の研修に取り組みます



受講生は1期あたり2~4名。少人数制で一人ひとりを丁寧にフォロー



研修科目の一つ、臨床病態生理学の研修



職員を患者役にした研修。身体所見のチェックポイントなどを学びます

※撮影時のみマスクを外しています。

## 上越総合病院

# 看護師特定行為研修

(区分:循環動態に係る薬剤投与関連)

少子高齢化社会において、看護師の専門性やリーダーシップは、医療が提供される多くの場面で必要とされています。地域住民のニーズに応えることができ、医療の質向上に貢献できる看護師の育成を目指しています。



### 特定行為とは、

看護師が手順書により行うことができる特定行為には、実践的な理解力、思考力及び判断力並びに高度かつ専門的な知識及び技能が特に必要とされるものとして定められた38行為があります。

## JA新潟厚生連看護師の特定行為研修制度とは

- JA新潟厚生連では上越総合病院、長岡中央総合病院、新潟医療センターで実施
- 経験年数5年以上の看護師が対象
- 各病院で1年にわたる研修を実施(eラーニング、グループワーク、実習など)

上越総合病院では区分別科目(循環動態に係る薬剤投与関連)で、以下の五つの行為について研修を行います。

- 持続点滴中のカテコラミンの投与量の調整
- 持続点滴中のナトリウム、カリウム又はクロールの投与量の調整
- 持続点滴中の降圧剤の投与量の調整
- 持続点滴中の糖質輸液又は電解質輸液の投与量の調整
- 持続点滴中の利尿剤の投与量の調整



### 看護師特定行為研修 事務局

## 研修を全面サポートし、輝く看護師を育成します

看護部教育部門と教育研修センターが、受講生や特定看護師をサポートしています。主な役割は、研修スケジュールの調整、研修指導者との研修内容の打ち合わせ、研修の進行、評価などです。また、受講生のケアや特定行為実践の仕組みの整備にもあたっています。研修や実践が通常業務を行いつつながら実施されることから、時間を作りやすいよう職場長への協力依頼も行います。

看護師の仕事をしていると、「患者さんにもっとこうしてあげたい、でもすぐには出来てあげられない」と思うことが出てきます。特定行為研修はそうしたジレンマを抱える人にぜひ受けてほしい研修です。より患者さんの役に立ち、生き生きと活躍する看護師を育成していきます。

どんな職業も、人から言われてやるより、自己裁量権を与えられて取り組む方が良い仕事ができると思います。看護師の特定行為研修制度は、患者さんに適切なタイミングで医療を提供できることはもちろん、看護師自身の自己実現にもつながる制度です。「医師の指示のもとで動く」という基本は変わりませんが、特定行為研修を受けることで、看護師が自分なりのアプローチで患者さんに介入できます。それにより自分の可能性を最大限に発揮し、さらにスキルアップしたいというモチベーションも生まれます。この制度を活かして人材を育て、地域のための病院としてさらに前進してまいります。

看護師の自己実現、そして地域の皆さまのために。

リモートでインタビュー

上越総合病院  
病院長  
カゴシマ ミツル  
篁島 充





**上越総合病院 診療科部長 医師 塚田 俊一**  
**特定行為研修により  
看護師との信頼関係が「見える化」**

指導者として講義・実習をしています。実際の患者さんを対象とする研修では、通常の看護師としての考察からもう一歩進み、どのようなケアが考えられるかレポートを提出してもらいます。受講生は研修によって自ら考える癖がつき、それを継続することで自分の力にすることができず。

研修を終えた修了生に通常業務で接すると、医師が伝えたい内容がその理由も含めてスムーズに伝わっていると実感します。修了後も知識を深めようとする意欲が見えるので感じますね。特定行為研修が生み出すのは、高いスキルを持つ看護師というだけでなく、医師との強い信頼関係。看護師との「あうんの呼吸」はそれまでもありましたが、研修によってそれが「見える化」されたと感じています。



**上越総合病院 診療科部長 医師 大堀 高志**

**研修を研修として終わらせない  
継続的な実践の場づくりを**

特定行為研修と行為実践の指導を担当しています。指導内容は、患者さんの体液量を見極める際の身体所見のポイントや下腿浮腫等に関する知識です。できるだけ実践に基づき、受講生が興味を持つような教え方を心がけています。逆に受講生に教えることでこちらの知識も整理され、新しい気づきを得ることもあります。せっかく得た知識や技能も、使わないと廃れてしまいます。学んだことを現場に還元するため、研修を修了した1・2期生には実際の入院患者さんへの介入を指導しています。輸液メニューの組み立てを考えることから始め、輸液の調整を行えるようになっていきます。手順書があるということ、最終判断は私が担うので医療は安全に進みます。ある程度任せられることで修了生にとってさらなるスキルアップや励みになると思っています。

インタビュー

私たちが看護師特定行為研修を支えています！

**上越総合病院 薬剤師 廣瀬 龍樹**

**看護師のこれまでの積み重ねを  
裏付けできる制度**

特定行為研修の臨床薬理学の講義を担当しています。薬の効き方や処方の際の注意点、看護師に観察してほしいポイント、吸入薬の正しい扱い方などを伝えています。グループディスカッションでは発言しやすい雰囲気づくりを心がけました。受講生と私の年齢が近いこともあり、活発に意見や質問が飛び交い、有意義な研修だったと思います。

看護師は患者さんにとって一番身近な存在です。研修では、受講生の看護師としての積極性や患者さんへの強い思いを感じ、私も見習わなければと良い刺激をもらいました。制度としては数年前に新設された取り組みですが、看護師にとっては、これまで積み重ねてきた経験の裏付けとなるもの。肯定感や自信につながる制度だと思っています。

※撮影時のみマスクを外しています。

## 広報誌『支えに』4月号休刊のお知らせ

新型コロナウイルス感染拡大の影響に伴い、取材等の制作実務に支障が生じております。取材先並びに関係者の皆様の健康と安全を最優先に考慮し、4月1日発行の広報誌『支えに』を休刊とさせていただきます。

今後の発行につきましては新型コロナウイルス感染拡大の状況により判断させていただきます。楽しみにして下さっていた読者の皆様には、ご迷惑をおかけしますが何卒ご理解いただけますようお願い申し上げます。

今後とも広報誌「支えに」をご愛読いただけますよう、お願い申し上げます。

令和4年3月1日  
JA新潟厚生連 総務部

## 治験NEWS

### 治験に薬剤師も関わってます

薬剤師が治験事務局をしています。治験に参加される患者さんの人権等を守り、実施・継続することに問題はないか、治験薬(くすりの候補)を薬学的に評価しています。

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



朝・昼・夜に分けて  
1セットずつ!

あがの市民病院  
リハビリテーション科  
理学療法士  
ソダ ケンスケ  
曾田 健介

普段、自分がどんな歩き方をしているのか意識したことはありませんか? すり足やガニ股、小刻み歩行など、歩き方によっては筋肉の衰えを引き起こしたり、体のトラブルにつながったり…。そこで今回は、正しいフォームで歩くために大切な動作の要、お尻の筋力アップ法をご紹介します! 春に向けて、美しい歩き姿を身につけましょう。

注意 点 ・無理せず続けましょう。 ・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。

## が教える ウチトレ

### お尻トレ①

仰向けに寝て、無理のない程度に膝を立てる。



10回  
×  
1日3セット

Point 上げた時にお尻をキュッと引き締める

肩から膝のラインが一直線になるように。ゆっくりとお尻を上げ、ゆっくりと下げる。

### お尻トレ②

イスの背や壁などに手を添える。



片足を斜め後ろ側にゆっくりと上げ、ゆっくりと元に戻す。

左右  
10回ずつ  
×  
1日3セット

Point 腰を反らさないように

普段から意識して動かすことが大切! まずは無理をせず、習慣づけることから始めてみましょう。



調理時間 10分  
カロリー 28kcal  
塩分 0.5g  
脂質 1.4g

※ カロリー・塩分・脂質は1人分の値

#### 材料(2人分)

- 大根 ..... 1~2cm
- 生ハム ..... 3枚
- 水菜 ..... 1株
- 万能ねぎ ..... 6本
- 塩 ..... 適宜

#### 作り方

1. 大根は皮をむいて薄い輪切りにし、塩を少量ふってしばらくおく。しんなりしたらさっと水洗いして、キッチンペーパーなどで水気をふいておく。
2. 生ハムは半分に切り、水菜は5~6cm長に切る。万能ねぎは頭と根を切っておく。
3. 大根の上に生ハムと水菜をのせてくるくる巻き、万能ねぎで縛る。

<https://life.ja-group.jp/recipe/>

お手軽レシピで作る JAグループ

検索



### 管理栄養士 食のプロがオススメするメニュー

## 大根の生ハム巻き

料理上手の  
ワンポイント

真野みずほ病院  
管理栄養士 齋藤 比抄子



ピーラーを使って大根を薄くむけばさらにスピードアップ。2枚使って生ハムをサンドしてください。

水菜は関東では京菜と呼ばれる京野菜。カロテンやビタミンC、カルシウム、鉄分、食物繊維が豊富な緑黄色野菜です。特にカルシウムが多いので、女性に多い骨粗鬆症の予防などにも効果的。

シャキッとした食感とみずみずしい味わいで、生のままサラダや和え物にしたり、みそ汁やスープなどさっと煮込んで美味しくいただけます。葉先までピンと張り、茎が白いものが良いと言われています。保存する場合は洗ってからよく水気を切り、3~4cmの長さで切って保存袋に入れて冷凍します。



## 季節の病気 3月

## 川崎病



糸魚川総合病院  
小児科部長  
オグリ マサト  
小栗 真人

川崎病は4歳以下の乳幼児に好発する全身性の血管炎です。一年を通して見られる病気ですが、冬季に多いことがわかっています。原因は感染症や遺伝、人種(アジア人に多い)、環境刺激物質など多因子が発症に関与していると言われています。



### 初期症状

高熱、両側眼球結膜充血、口唇の発赤とイチゴ舌、頸部リンパ節腫脹、四肢末端の発赤、不定形紅斑の6つの症状のうち5つ以上を認めれば川崎病と診断します。血液検査では炎症反応の上昇や肝機能障害などが見られます。3%のお子さんに冠動脈瘤を形成する場合があります。早期診断、早期治療が大切になります。

### 予防方法

新型コロナウイルス感染症予防対策のため感染症が減少し、同時に川崎病患者数も減少しました。これまで通り手洗い、消毒、うがい、マスクなど一般的な感染予防が効果的です。

### 治療方法

初期治療はアスピリンの内服とガンマグロブリンの投与を行います。近年はガンマグロブリン治療の抵抗性を層別化した重症例予測スコアに合わせて、ステロイドや免疫抑制剤を併用する初期治療が行われるようになりました。

### その他注意すべきこと

2020年4月に新型コロナウイルス感染症後に10歳前後の学童期に好発する川崎病に類似した多系統炎症性症候群の報告が相次ぎ、世界的なニュースになりました。新型コロナウイルス感染症後4週間頃から川崎病様の症状がでてきた時は近隣の医療機関にご相談ください。

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の目標を毎月順番に紹介します。



ジェンダーの平等を達成し、すべての女性と女児のエンパワーメントを図る

- ▶ 女性管理職登用の推進
- ▶ 性別を限定した役職の不設置
- ▶ 男女の育休取得制度・介護休業制度の推進

- ▶ コンプライアンスの遵守・徹底
- ▶ 院内保育園の設置

※「SDGs(エスディーゼーズ)」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。

読んで、書いて、覚える!

# 漢字 de 脳トレ

この中から選ぼう

開 長 起 習 粗 乗 冷  
買 縮 守 低 借 大

1  きい ⇔ 小さい

2 伸びる ⇔  む

3 寝る ⇔  きる

4  る ⇔ 攻める

5 熱い ⇔  たい

6  ける ⇔ 閉める

7  う ⇔ 売る

8 貸す ⇔  りる

9  る ⇔ 降りる

10  い ⇔ 細かい

11 高い ⇔  い

12  い ⇔ 短い

13 教える ⇔  う

漢字クイズ

対義語穴埋め  
 に当てはまる漢字を  
書いてみよう!

意味が反対  
となる語を  
考えてみよう!



## 採用サイトが新しくなりました!

JA新潟厚生連の魅力を最大限にお伝えできるよう、採用情報のほか、職種紹介やスタッフインタビュー、1日のスケジュールといった様々なコンテンツを掲載しました。

また、4月には本体サイトの全面リニューアルも予定しております。ご利用者の皆さまに必要な情報をより簡単に見つけていただけるよう、コンテンツ内容を拡充し、サイト全体の構成・デザインを刷新しますので、公開をお楽しみにお待ちくださいませ!



採用サイトURL  
<https://www.niigata-kouseiren.jp/saiyo/>



## JA新潟厚生連 イベントレポート

佐渡総合病院 2022年1/4(火)

賀詞交歓会

1月4日に佐渡総合病院・正面玄関ホールで賀詞交歓会を行いました。毎年恒例の「書初め」では、佐藤病院院長が大筆を振るい今年の漢字「創」を書き上げ、周りに参加職員が新年の抱負を筆入れしました。書初めは正面玄関ホールに掲げてありますので、ご来院の際はぜひご覧ください。



上越総合病院 2022年1/13(木)

介護技能実習評価試験 専門級合格証書授与式

当院には3名の介護技能実習生があり、12月に介護技能実習評価専門級試験を受験し、見事全員が合格しました。

3名の介護技能実習生は、慣れない環境の中で、まじめに研修や学習に取り組み、現場で積極的に実習し、知識や技術を高めていきました。



小千谷総合病院 2022年1/21(金)

車椅子・ストレッチャー寄贈

JA越後おぢや様より、車椅子12台・ストレッチャー2台をご寄贈頂きました。



豊栄病院 2022年1/26(水)

車いす20台・パーテーション10台寄贈

JA新潟市様から、車いす20台・パーテーション10台(白・緑色各5台)の贈呈をいただきました。



### 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。

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 2022年3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/ 株式会社レボ

### 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。

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 https://www.kyoeido.net

