

みなさまの健康と心の支えに ———
新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌

支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください



支えに 2022年12月発行

Vol.43

広報誌「支えに」のバックナンバーはこちらから見られます



糸魚川総合病院



あかの市民病院

県内12の病院が健康と心を支えます

病院のお仕事発見「事務部」編

- 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
- カタチde脳トレ

JA新潟厚生連はSDGsに貢献します



わたしのために、
わたしの大切な人のために。

NEW いつまでもわたしらしく 認知症共済

一生涯にわたって備えられる認知症の保障

<p>ポイント1</p> <p>認知症はもちろん、認知症の前段階の軽度認知障害(MCI)まで幅広く保障します。</p>	<p>ポイント2</p> <p>認知症の予防・早期発見から発症後までをトータルでサポートする各種サービスがご利用いただけます。</p>	<p>ポイント3</p> <p>簡単な告知でご加入いただけます。</p>
--------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------

※ご加入いただける年齢40～75歳

共済金のお支払いには所定の条件があります。
●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。

掛金シミュレーションをして、資料請求するだけで、**豪華賞品**が抽選で**当たる!**

ひとまとめで安心! / 資料請求キャンペーン

いまずチェック! キャンペーンWebサイトはこちら
<https://www.ja-lifeadvisor.jp/hitomatomecp>

JA共済相談受付センター(JA共済連 全国本部)

☎ **0120-536-093** ※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。

受付時間: 9:00～18:00(月～金) 9:00～17:00(土) ※電話番号は、おかけ間違いのないようご注意ください。

JA共済アプリ

- JA共済をもっと身近に、もっと便利に。●Webマイページにワンタッチで!
- もしものときの連絡もアプリから! ●くらしに役立つコンテンツも満載!

※アプリご利用時の通信料は、ご利用者さまのご負担となります。 ※スマートフォン向けアプリのため、フィーチャーフォンの場合はご利用いただけません。また、お使いのスマートフォンの機種・設定等によってはご利用いただけない場合があります。

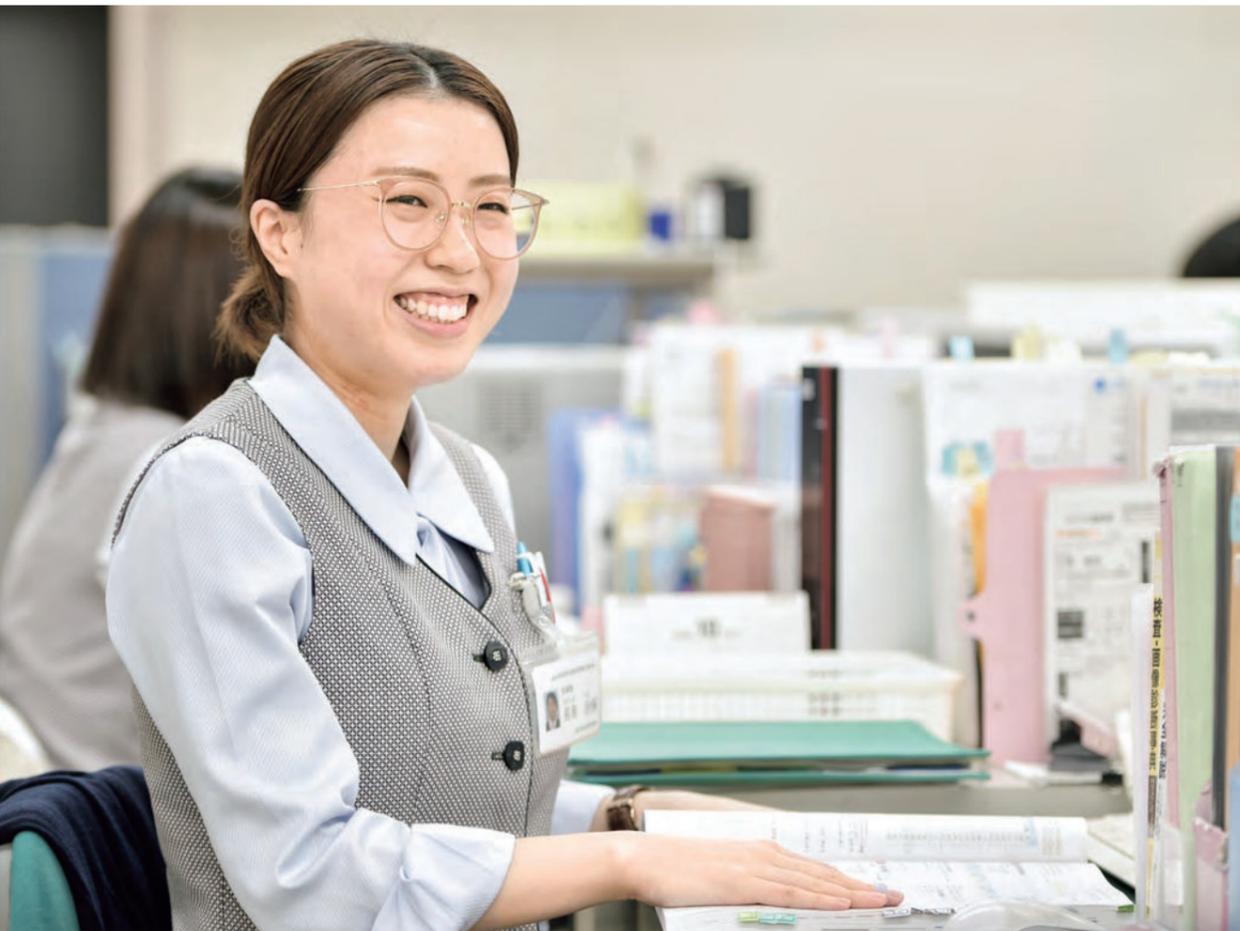
Webマイページにご登録いただいた方の中から、抽選ですてきな賞品が当たる

Webマイページご登録キャンペーン実施中!

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

くらしの保障、相談するなら **JA共済**

耕そう、大地と地域のみらい。 JAグループ



※撮影時のみマスクを外しています。

病院のお仕事発見

事務部編

病院の運営を基礎から支える仕事。患者さんの安心と職員の働きやすい環境づくりを担います。

病院を安心して受診していただくために。外来・入院・精算関連の事務のスペシャリスト。

医事課は、患者さんが安心して病院を受診できるように様々な業務を担います。たとえば、外来の受付や会計業務といった「外来医事業務」、入院手続きや入院診療費の請求といった「入院医事業務」などを担当。他にも、高額療養費に関する説明や、民間の保険会社に提出する診断書や証明書の申請も受け付けます。患者さんとの接点が多いこうした業務は、特に分かりやすい説明と丁寧な対応を心がけています。

「レセプト作成」も重要な業務です。これは、患者さんひとりにかかった1か月分の診療費をレセプト（診療報酬明細書）という書類にまとめ、関係機関に提出する仕事。診療にかかるお金は、いわゆる「自己負担分」と呼ばれる1〜3割を患者さんにご負担いただいています。残りの金額を保険者と

1か月分のレセプトを翌月10日までに提出する必要があります。この作業に欠かせないのが「診療点数早見表」という、電話帳のような分厚い冊子。実際の入力は専用のシステムを搭載したパソコンで行いますが、各種医療行為の点数が掲載されたこの冊子を確認しながら、正確かつ迅速にレセプトを作成します。これが病院の収入に直結すると同時に、患者さんにご負担いただく請求額となるため、間違いがないよう医事課と担当医師でしっかりと点検します。

健康保険証との一体化で話題になっているマイナンバーカードは、患者さんの健康保険の最新情報を確認できます。そのため、転職、結婚、引っ越しなどにより保険証が切り替え中でもスムーズに医療機関を受診できるメリットが期待されています。

病院事務部の『医事課』の主な仕事内容。



医事課の働き方改革

糸魚川総合病院の医事課では2021年から働き方改革を実施。業務効率化のアイデアを出し合い、確実に効果が出始めています。

「長期休暇を取ろう」を目標に効率化を目指す

病院全体で働き方改革に取り組む糸魚川総合病院。医事課では、業務の効率アップによる職場環境の改善を目指して活動をスタートしました。それまでは日々のレセプト作成業務に追われ、休暇を申請しにくい状況だったことから「長期休暇を取得できる職場」を目標に設定。課

題解決のために何ができるか課内で話し合いました。

業務マニュアルを作成 新人や若手の成長にも効果

取り組み内容としては、それまで個人のスキルに頼っていた業務の手法をマニュアル化。確認すべき項目のチェックリストを作成し、誰かが休みを取っても業務を分担しや



すい体制を整えました。これにより、現在は職員が交代しながら長期休暇の取得が可能になっています。また、マニュアルを整備したことで思わぬ効果も。新人や若手職員が業務の苦手分野を克服し、結果的に作業時間の短縮につながったのです。助け合う環境ができたことで、課内の連携もパワーアップ。みな生き生きと仕事に取り組んでいます。

病院事務部の『医事課』の取り組みをご紹介します。



(参考サイト) <https://www.kenpo.gr.jp/unitika/contents/01shikumi/shikumi/index.html>





※撮影時のみマスクを外しています。

一般企業のような事務に加え、病院特有の仕事も。幅広い業務に臨機応変に対応します。

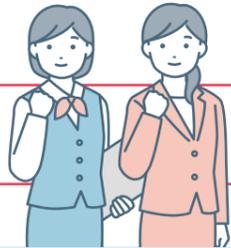
病院にも、一般の企業と同様に事務を担う部署があります。JA新潟厚生連の事務部の仕事は、ひとことと言いつなら「縁の下の力持ち」。医師や看護師のように目立つ存在ではありませんが、患者さんが安心して受診できる病院づくりや経営になくてはならない重要なセクションです。

総務課は院内の業務がスムーズに回るように様々な役割を担うことから「病院と職員の橋渡し」、医事課は主に受付や会計を担うことから「病院と患者さんの橋渡し」とも言えるかもしれません。

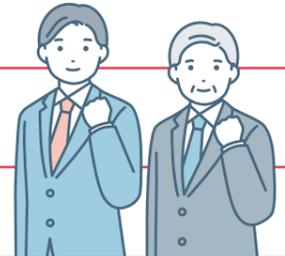
一般企業のような人事や経理といった事務作業に加え、医療機関特有の仕事も。たとえば病院

経営の柱となる診療報酬の入金管理や医療機器の管理など、幅広い業務に対応しています。また、医師や看護師、検査技師や薬剤師など様々な職種と関わるため、コミュニケーション力も重要です。

近年はパソコンやシステムが整備され、業務の効率化が加速。しかし「人の手を介さないようになつていく分だけ、人の目による確認はますます重要になると思います」と、あがの市民病院の梅澤源之事務長は話します。今回は、病院運営の基礎を支える事務部の活躍について特集。このページでは総務課の業務を、次のページでは医事課の業務をご紹介します。



病院事務部の『総務課』は、管財、人事、経理など幅広くカバーします。



管財

治療や検査に欠かせない医療機器のメンテナンスや物品管理が主な業務。医療機器のメンテナンスは、修理依頼やトラブルがあった場合はまず現場に行き状況を確認。業者に連絡して見積を取る等、修理の段取りを整えます。

医療を滞りなく提供するための物品管理も担当。医療材料(医療機器、器具、衛生材料、医薬品等)の在庫を確認し、必要に応じて発注。毎月棚卸しを行い、在庫管理を徹底しています。

人事

様々な職種のスタッフが働く病院において、人事管理も重要な仕事。職員の採用から退職に至るまで、配置換えや異動に関連して発生する各種事務手続きを担当します。特に県内各地に病院を持つJA新潟厚生連では、人事関連の事務作業が多く発生します。社会保険関係の事務手続きも担当します。

人材採用のため、ハローワークに求人票を出したり、求人サイトを活用して職員を募集することもあります。

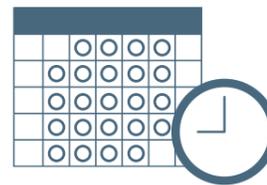
経理

病院内の各部署や関連施設で発生する収入と支出を集約する業務。日、月、年単位でお金の動きをデータ化。病院の経営状況を正確に把握することにつながります。

病院の基本業務である診療に関する費用はもちろんのこと、職員の給与、施設の修繕費、光熱費、備品にかかるコスト等、病院のお金に関する情報を一括管理します。病院経営に欠かせない大切な業務です。



病院運営に必要な仕事を全般的に担います



労務



人事



病院祭などイベントの企画・運営



文書管理



医療機器の管理



病院の施設管理



備品管理・発注



予算統制

インタビュー

私は、事務の仕事が大好きです！



多岐にわたる業務の中で
様々な経験を積むことができます。

糸魚川総合病院 医事課 日影 誓太

医事課の仕事には、病院経営に関わるような業務もあります。経営が少しでも良くなるように医師や看護師に提案することもあるのですが、以前パソコンで資料を作って説明した時に「分かりやすい」と喜んでもらえて大きなやりがいを感じました。医療費のことで患者さんとお話させていただく場面もあります。心がけているのは、患者さんの話を聞き、不安を少しでも軽減することです。ご利用いただける制度がある場合には、丁寧にわかりやすく説明するようにしています。今後も勉強を重ね、正しい知識を身に付けたいと思います。

病院職員がいつでも訪れやすい
アットホームな部署に。



あがの市民病院
事務長
介護医療院事務部長
介護老人保健施設事務部長
ウメザワ モトクニ
梅澤 源之

1995年入職、刈羽郡総合病院(現柏崎総合医療センター)配属。県内各地の病院で事務職の経験を重ねる。2012年に村上総合病院 医事課長、2019年に糸魚川総合病院 総務課長に就任。2022年より現職。

※撮影時のみマスクを外しています。

Interview

病院運営になくはならない事務部。その現場で数々の経験を重ねてきた梅澤事務長が、日々大切にしていることや後輩への思いを語りました。

「なぜ病院事務の仕事に就いたのですか？」

学生時代に今のけいなん総合病院に祖父が入院し、高校時代は毎日のように面会に通っていました。そこで病院の仕事をよく見ていたので自然と「病院で働いてみたいな」と思ったのがきっかけです。

「印象に残っている仕事は？」

村上総合病院の移転新築でしようか。患者さんや設備をどのように移送するか。当時、総務課長として移転準備室のメンバーと連携し、人とモノの引っ越しという大きなミッションを滞りなくやり遂げられたのは貴重な経験でした。

事務はすべてが「下支え」や「橋渡し」の仕事。また、あらゆる仕事に線引きをしてしまうとうまく回らないと思っています。「担当が違うからこれはや

らない」ではなく、「ここまでは協力します。ここからはお願いします」と話し合っって折り合いをつける。そうした交渉事は大事にしてきましたし、相手の懐に入るのは私の得意技の一つだと思っています。

「多くの経験を経て今は事務部をまとめる立場です。どんなチームを目指していますか？」

事務職は、常に広い視野と聞く耳を持ち、目配り・気配りを心掛けるよう後輩には伝えてきたつもりです。今の若い方たちは優秀なので、失敗を恐れず、持っている知識をもっと活用してくれたら大きく成長できると思います。

事務部は、「患者さんの窓口」や「職員の窓口」として柔軟な対応力が求められる部署です。常に尋ねやすい雰囲気のあるアットホームな事務部にしたいですね。



あがの市民病院 総務課 市橋 満里奈

ライフスタイルに合わせて働き方を選択。
長く働きやすい職場です。

地域に貢献できる仕事を長く続けたい。そんな思いから厚生連に就職しました。事務部の配属先は、医事課、総務課、健診センター、老健施設など様々です。業務内容も違うので異動後は切り替えが少し大変なのですが、これまで経験した仕事がどんどんつながってくる感覚があります。「病院ってこういう動きをしているんだ」と実感できて興味深いです。

プライベートでは夫と子どもふたりの4人家族です。現在は時短勤務制度を利用し、仕事との両立を頑張っています。同期の中には育児をしながらフルタイムで働く職員も。それぞれのライフスタイルに合わせて働けるのがありがたいですね。



まずは1セットから始めましょう!

新潟医療センター
理学療法士
オダ ユウキ
小田 優貴

肩コリを引き起こす要因のひとつに、日常生活での姿勢の悪化があります。長時間、デスクワークやスマートフォンの操作などを行うと、肩まわりの血流が滞ってしまい、肩や首がガチガチに…少しでもコリを感じたら、“ほぐすこと”を習慣づけましょう。無理なく、少しずつ続けることが、肩こりの改善・予防に繋がります。

が教える ウチトレ

【注意】・無理せず続けましょう。・すでに痛みのある方は専門医に相談してください。・なるべく呼吸を止めずに行ってください。

ウォーミングアップ

10秒×1セット



Point
呼吸を止めないように、ゆっくりと10秒をカウントしながら

両肩を耳に近づけるようにすくめます。10秒キープした後、ストンと力を抜いてリラックス。

首トレ①真横



首から肩にかけての筋を伸ばすように

片手を逆側の側頭部に添え、ゆっくりと真横に倒します。

首トレ②ななめ



首の後ろ側の筋を伸ばすように

片手を逆側の側頭部に添え、ゆっくりと斜め前の方向に倒します。

左右30秒×1セット

Point
伸ばす側の肩の位置が上がらないように気を付けて

ちょっとした時間を有効活用!“無理せず毎日”を習慣づけましょう。



季節の病気 12月 ●RSウイルス感染症●



けいなん総合病院
小児科医師
ヌカガ アイ
額賀 愛

RSウイルス感染症は、RSウイルスの感染による呼吸器の感染症です。何度も繰り返しかかりますが、生後1歳までに半数以上が、2歳までにほぼ100%の子どもの少なくとも1度は感染するとされています。乳児期早期(生後数週間~数カ月間)にRSウイルスに感染した場合は、細気管支炎、肺炎といった重篤な症状を引き起こすことがあります。注意が必要です。



初期症状

軽い風邪の様な症状(咳や鼻水)から始まり、その後発熱、咳がひどくなる、などの症状がみられ、発熱から3~5日目位に最も症状がひどくなり、その後回復に向かいます。初めてRSウイルスに罹患した乳幼児では、普段の風邪より発熱期間が長く、咳もひどいことが多いですが、多くは1週間程で軽快します。そのうち3割程は喘鳴、呼吸困難を伴い、入院管理が必要になることがあります。年長児や成人では軽い鼻水や咳などの軽微な風邪症状のことがほとんどです。

治療方法

特効薬はありません。発熱や呼吸器症状を和らげるため、解熱剤や去痰薬を使って対症療法を行います。水分が摂れない時や呼吸状態が悪化している時には、吸入治療、酸素投与、点滴治療などを行います。

予防方法

RSウイルスは咳などの飛沫感染と接触感染で感染します。重症化しやすい乳幼児への感染を予防することが大切です。基本的な予防方法は、日頃の手洗いやうがい、マスク着用になります。年長児や成人は、咳などの呼吸器症状がある時には0歳児、1歳児に接触を避けることが乳幼児の感染予防につながります。乳幼児へ日常的に接する人は特にマスクを着用して接することを心がけましょう。

その他注意すべきこと

低出生体重児や、心臓や肺に基礎疾患があったり、神経や筋肉の疾患があったり、免疫不全が存在する場合には重症化のリスクは高まります。重篤な合併症として注意すべきものには、無呼吸発作、急性脳症などがあります。生後1か月未満の児がRSウイルスに感染した場合は、無呼吸発作を起こすことがあり危険です。風邪のウイルスの一つではありますが、重症化リスクの高い子に感染しないよう周囲の人々が注意して予防していきましょう。



管理栄養士 食のプロがオススメするメニュー

ほうれん草と 鮭の和風ドリア



料理上手の
ワンポイント

三条総合病院
管理栄養士
ソウマ マリ
相馬 麻鈴

ソースがかたくならないように高温、短時間で焼き上げるのがプロのコツ。チーズに焼き色がつけばOKです。

調理時間 30分
カロリー 678kcal
塩分 3.4g
脂質 28.1g

※ カロリー・塩分・脂質は1人分の値

材料(2人分)

- ごはん 280g
- 生鮭 2切れ
- ほうれん草 1/3束
- 玉ねぎ 1/4個
- 酒 大さじ1
- しょうゆ 小さじ1
- コショウ 少々
- バター 20g
- しょうゆ 大さじ1と1/2
- バター 10g
- 薄力粉 大さじ1
- 牛乳 1カップ
- 塩・コショウ 少々
- サラダ油 小さじ1
- ピザ用チーズ 30g
- パン粉 大さじ1

作り方

- 生鮭はひと口大に切ってAに漬け、ほうれん草は塩ゆでしてから3cm長に切り、玉ねぎは薄切りにしておく。
- 耐熱容器にごはんとBを入れてラップをし、電子レンジで1分加熱してからよく混ぜ合わせ、グラタン皿に盛る。
- 鍋にバターを入れて薄力粉を炒め、電子レンジで30~40秒温めた牛乳を少しずつ加え、塩・コショウをしてルーを作る。
- フライパンにサラダ油を熱し、1.の玉ねぎと鮭を炒め、さらにほうれん草を加えてさっと炒め、3.に加える。
- 2.に4.をのせ、ピザ用チーズとパン粉をかけてトースターで焼き色がつくまで焼き上げる。

- ほうれん草はβ-カロテン、ビタミンE・K、葉酸や鉄を多く含みます。冬採りのものはビタミンCも豊富です。
- 葉の色が濃く、葉先までピンとして、みずみずしいものを選びましょう。
- チーズたっぷり、そして栄養もたっぷりのおいしさとろけるドリアです。ひと味加えて和風に仕上げました。



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

お手軽レシピで作る JAグループ 検索



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。

9 産業と技術革新の基盤をつくろう
強靱なインフラを整備し、包摂的で持続可能な産業化を推進するとともに、技術革新の拡大を図る

- ▶ 地域医療構想の実現に向けた連携・協力
- ▶ 大学、地元行政と連携した寄附講座の設置
- ▶ へき地医療拠点病院による過疎地への医療の提供



※「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。

カタチ de 脳トレ

□ 内の図形と異なるものをア～ウの中から選ぼう

1

	ア
ウ	イ

2

	ア
ウ	イ

3

	ア
ウ	イ

4

	ア
ウ	イ

図形クイズ

図形間違い探し
違う形を見つけてられますか?

じっくり見るとわかるよ!



10/20 けいなん総合病院

病院公式Instagram開設

院内多職種からなる「けいなんプロジェクトチーム」と広報委員会による企画・運営のもと、病院公式Instagramを始めました。

病院の様々な情報を随時投稿します。皆さんも是非フォローしてみてください。



10/25 新潟医療センター

第3期生看護師特定行為研修修了式

令和3年10月に第3期生の看護師特定行為研修が開講し、この度1名の看護師が1年間の研修を修了しました。これで当院は栄養に係るカテーテル管理の特定行為を実施できる看護師が4名となり、タスクシフトをしながら医療の質の向上に一層努めてまいります。



10/29 NIC健康セミナー阿賀野市開催

演題:【第1部】みんなで考えよう地域医療の和
【第2部】中高齢者の膝の痛みについて

医療や介護に関する知識を学ぶ「NIC健康セミナー」に、あがの市民病院の藤森勝也病院長と、骨関節疾患センター長の藤井俊英医師が講演されました。



- 会場 / 水原公民館大講堂
- 主催 / NIC新潟日報販売店グループ
- 後援 / 阿賀野市、新潟県厚生農業協同組合連合会
- 協力 / 株式会社メディレボ

※詳しくは『目指せ!!健康寿命日本一。』にいたプロジェクト (https://www.niigata-nippo-kenko.com/) の専用サイトに掲載されています。

11/15 上越総合病院

令和4年度第3回看護師特定行為指導者講習会

公益社団法人全日本病院協会が主催する2022年度第3回看護師特定行為研修指導者講習会が開催され、22名の方が県内外から参加されました。自施設の看護師特定行為研修制度を活用した医療体制構築のため積極的に意見交換を行い、看護師特定行為研修の期待と今後の課題について共有することができました。



看護職員採用試験のご案内

令和5年度看護職員採用試験については、個別対応いたしますので、電話またはメールにてお問い合わせください。

【お問い合わせ】 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) E-mail / kango@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 2022年12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/ 新潟日報メディアネット 企画・編集・協力/ 株式会社メディレボ



JA新潟厚生連ホームページURL
https://www.niigata-kouseiren.or.jp/



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