

支えに

Sasaeni

こ自由にお持ちください

2023年7月発行 Vol.49

【特集対談】
人と地域とつながる病院
柏崎市長 櫻井氏 × 柏崎総合医療センター 病院長 相田医師
【インタビュー】
最新医療情報
『月経困難症』



県内12の病院が地域の皆さまの健康と心を支えます

- 村上総合病院 (村上市)
- 佐渡総合病院 (佐渡市)
- 豊栄病院 (新潟市北区)
- あがの市民病院 (阿賀野市)
- 新潟医療センター (新潟市西区)
- 柏崎総合医療センター (柏崎市)
- 三条総合病院 (三条市)
- 上越総合病院 (上越市)
- 長岡中央総合病院 (長岡市)
- 小千谷総合病院 (小千谷市)
- けいなん総合病院 (妙高市)
- 糸魚川総合病院 (糸魚川市)



広報誌「支えに」のバックナンバーは
こちらからご覧いただけます

JA新潟厚生連はSDGsに貢献します

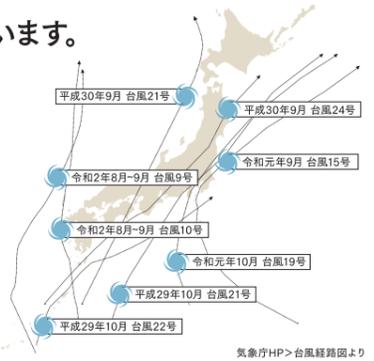


一番よいのは、何事もないことです。
その次は、すぐに役立つ備えがあることです。

強い勢力のまま日本に上陸する台風が増えています。
風災のリスクに早めに備えておくことも大切です。

「共済」は「助け合い」。台風などの自然災害が多発するなか、真価が発揮されています。

平成29年10月 台風21号・22号 【共済金支払】 70,939件 230億円	平成30年9月 台風21号 【共済金支払】 231,212件 1,172億円	平成30年9月 台風24号 【共済金支払】 155,656件 633億円
令和元年9月 台風15号 【共済金支払】* 91,611件 826億円	令和元年10月 台風19号 【共済金支払】* 83,536件 1,013億円	令和2年8月~9月 台風9号・10号 【共済金支払】* 69,292件 256億円



備えは、なるべくお早めに。

建物更生共済



建物更生共済



※ご加入にあたりましては、お近くのJAへお問い合わせください。どなたでもご相談いただけます。

はじめて共済
<https://shiryo.ja-kyosai.or.jp>
■JA共済ホームページ <https://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)

☎ 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。
※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



耕そう、大地と地域のみらい。JAグループ

特集 地域医療

人と地域とつながる病院

ユネスコ無形文化遺産に登録された「綾子舞」や、江戸時代からの歴史がある「ぎおん柏崎まつり海の大花火大会」など、独自の文化が花開く柏崎市。出産・育児支援や教育に力を入れる柏崎市の今と未来について、トップの二人が語り合いました。

―柏崎市の医療の現状は？―

病院長 柏崎・刈羽地域は地方都市でありながら大手企業が多く、急激な人口減少は見られません。しかし診療所の先生方の高齢化もあり、当院は総合病院でありながら、かかりつけ医のような機能を担う必要があります。

柏崎市長 柏崎市の医療は、柏崎総合医療センターを中心に成り立っています。医師会や開業医の先生方にもお力添えをいただき、新型コロナウイルスの間を乗り切りました。また、相田院長のご専門は産科・婦人科です。出産・育児支援に力を入れる柏崎市にとって非常に心強い存在です。個人的には、子どもの頃は体が弱く、小学一年生の時に柏崎総合医療センターの前身である刈羽郡総合病院に入院し、非常に良くしていただいた記憶があります。

その刈羽郡総合病院は1939年開院。郡病院時代を入ると、柏崎総合医療センターは84年の歴史があります。柏崎市は今年で83年。つまり市ができる前から、私たちは市民の健康を支えてきていっているのです。柏崎総合医療センターの存在を一言で表現するならば、まさに「信頼」ですね。

病院長 大変ありがたいお言葉です。県内では分娩施設の集約が進められていますが、当院の分娩件数は横ばい状態。とはいえ医療人材の確保は大きな課題です。櫻井市長は、県が募集した研修医のハーバード大学留学制度に真つ先に手を挙げてくださり、おかげさまで当院を希望する研修医は着実に増えています。

柏崎市長 研修期間中に、いかに柏崎の良さを知ってもらうか。例えば若い先生が柏崎で結婚してお子さんが生まれ



柏崎総合医療センター
病院長
相田 浩

病院×地域 Topics

地域医療の再編・統合の流れがある中で「柏崎地域の医療を守る」という使命感を強く持つ。新型コロナ禍でも一度も外来制限をせずに医療を提供し続けた。医療人材確保にも注力。柏崎市にある新潟病院附属看護学校からの就職も増加している。

ると、子どもの教育に関心が向くと思います。安心して柏崎で修学してもらえようように、教育環境を整えています。お金をかければいい話ではありませんが、柏崎市は児童・生徒にかける教育費が県内ナンバーワンなんです。同じく柏崎市にある国立病院機構新潟病院の中島院長と、相田病院長の連携

も素晴らしい。異なる組織の病院同士でありながら、本当に良い関係を築いていただいています。

病院長 柏崎市は隣の長岡市と距離があり、救急も日常診療も、地域の中である程度完結する必要があります。新潟病院や開業医の先生との連携は必須です。職員にも常々「自分たちはここで根を張り、柏崎の医療を維持していこう」と伝えていきます。

―今後の課題と展望、市民へのメッセージをお願いします―

柏崎市長 柏崎市としては、出産できる環境をぜひとも維持したい。相田院長がこれまで培った技術と実績を生かして「安心の出産」という信頼を築き続けてほしいと思います。柏崎市の人口は約7万8千人。おそらく、柏崎総合医療センターに一度もかかったことがない人はいないのではないのでしょうか。市民の皆さんには、信頼の歴史を紡いできた医療機関が柏崎にあることに、改めて期待と関心を寄せていただきたいと思えます。市としてもさまざまな支援を通じて、市民の安心をより大きなものにしていきます。

病院長 医療の集約・再編の流れが大きくなっています。集約しすぎてお産できる場所が限られてしまうことを懸念しています。大きな再編の流れに引き込まれないよう、何としても地域医療を維持していく所存です。私たち医療人も人間です。あたたかい応援をいただければ100%以上の力を発揮できます。応援を糧に地域医療というインフラを担ってまいりますので、どうぞよろしくお願いします。

柏崎市長
サクライ マサヒロ
櫻井 雅浩

地域×病院 Topics

柏崎地域の医療人材確保のため、研修医のハーバード大学留学制度、医療機器更新の資金援助に加え、職員用託児施設の設置もサポート。市内小中学校の教育にも力を入れ、若い医療人材が暮らしたくなる街づくりに取り組む。

※撮影時のみマスクを外しています。

『月経困難症』

日本に900万人もの患者さんがいると推計されながら、受診する人が少ない疾患。婦人科系の病気が潜んでいる場合もあります。



柏崎総合医療センター
産婦人科 部長
コバヤシ ヒロコ
小林 弘子

1988年群馬大学医学部卒業、産科婦人科学教室入局。桐生厚生病院、伊勢崎市民病院、国立東信病院、国立高崎病院、群馬大学医学部附属病院、大宮赤十字病院を経て1997年新潟大学医学部産科婦人科学教室入局。立川総合病院を経て2012年より現職。日本産婦人科学会専門医、母体保護法指定医。新潟県女性医師ネット世話人(2010年)、日本産科婦人科学会女性ヘルスケアアドバイザー養成プログラム修了(2016年)に加え、柏崎市の高校生を対象とした性教育講演会、柏崎教育委員会、新潟産業大学、柏崎市薬剤師会の講演会で講師を務める。

※撮影時のみマスクを外しています。

「生理痛は病気じゃない」とは限らない

月経困難症と生理痛の違いは、月経前や開始後のつら

い症状によって日常生活に支障があるかどうかです。痛み止めが欠かせなかったり、学校や会社、家事を休んだりするほどの重い症状を月経困難症と呼びます。中には子宮筋腫や子宮内膜症などの病気が隠れている場合もあります。

「生理痛は病気じゃないから」と我慢する人も多いのですが、たとえば毎月の生理のうち3日間すごくつらい症状があるとする、1年間で1か月くらいは症状に苦しんでいることとなります。最近で



は初潮が早まり、出産回数や授乳期間も減少していることから、生理の回数が昔の人の約2倍に増えているといわれます。長い人生を考えると、痛みを我慢するのはもったいないのではないのでしょうか。

海外ではかかりつけの産婦人科医を持つことが一般的な国もありますが、日本ではまだまだ受診のハードルが高いことも課題です。誤解されることも多いのですが、診察では必ず内診をするとは限りません。月経困難症の場合、大切なのは問診です。どんなことで困っているのか具体的に聞いて聞きます。必要に応じて採血や超音波検査などを行いますので、ぜひ安心して受診してください。

中高生にも安心して使えるL.E.P.(ピル)が普及

治療法は、主に生活指導と服薬です。生活指導は、自分のリズムを知って月経と付き合

いやすくする方法や、入浴や薬の飲み方についてアドバイスします。ちなみに市販の鎮痛剤をギリギリまで我慢して

飲まない人も多いのですが、痛み物質がたくさん出る前に飲むことがポイントです。薬を処方する際は、子宮筋腫や子宮内膜症の有無、年齢、症状に応じてホルモン剤や漢方薬などを使い分けています。10代〜30代の若い方に効果が高いのはL.E.P.(ピル)です。避妊目的の場合はOCと呼び、同じ薬ですが目的に応じて区別し、月経困難症治療の場合は保険が適用されます。

腫や子宮内膜症の有無、年齢、症状に応じてホルモン剤や漢方薬などを使い分けています。10代〜30代の若い方に効果が高いのはL.E.P.(ピル)です。避妊目的の場合はOCと呼び、同じ薬ですが目的に応じて区別し、月経困難症治療の場合は保険が適用されます。

つらい症状を我慢するのではなく、女性が健康に過ごすためのヘルスケアとして、ぜひ産婦人科をご利用いただきたいと思っています。



L.E.P.は排卵を抑える薬なので、月経の量と痛みが減り、きちんと定期的に来る利点もあります。飲み方の注意点はありますが、月経をコントロールし部活や受験でベスト

パフォーマンスを発揮したいという中高生の利用も増えていきます。将来の妊娠にも影響はありません。

女性が健康に生きていくためのケアを

月経困難症は、10代から閉経近い年齢の方まで、多くの方が困っている疾患です。閉経前に月経が重くなり、子宮体がんが見つかった例もあります。つらい症状を我慢するのではなく、女性が健康に過ごすためのヘルスケアとして、ぜひ産婦人科をご利用いただきたいと思っています。



柏崎総合医療センターでは、学生を対象とした産婦人科の「思春期外来」を開設しています。15時頃に外来時間を設定していますので、放課後等に受診していただけます。曜日や予約など、詳しくはお問い合わせください。

こんにちは！

薬剤部です

知っておきたいお薬の知識

緑内障治療 点眼薬について



緑内障とは

緑内障は、何らかの原因で視神経が障害されて視野が狭くなる病気で、最終的に視力が落ちてしまう病気です。40歳以上の20人に1人が罹患しており、失明原因の1位となっています。悪化する前に早期に発見し、治療を開始することが大切です。多くの場合、自覚症状がなく、病気であること、または進行していることに気づかないため、発見の機会となる健康診断などの積極的な利用や定期検診を受けましょう。

緑内障の種類

緑内障は眼圧が高くなる原因によって主に原発緑内障、小児緑内障、続発緑内障に分類されます。目の中には血液のかわりとなって栄養を運ぶ、房水とよばれる液体が流れています。原発緑内障は、眼圧を調整している房水の排出部分である隅角の状態により閉塞隅角緑内障と開放隅角緑内障に分類されます。後者で眼圧が正常範囲の正常眼圧緑内障の割合が、近年行われた調査の結果、最も多いことがわかりました。

薬物療法

現在、様々な薬効をもった点眼薬があり、緑内障のタイプ、重症度、眼圧の高さなどに応じて処方されます。眼圧を下げるための薬は、主に房水の流れを良くしたり、産生量を減らす薬です。

最初は1種類の点眼薬から始め、効果が少ないと判

断された場合は、2～3種類を併用することもあります。1本に2種類の薬が配合された点眼薬の種類も増え、利便性が向上しました。点眼薬だけでは効果が不十分な場合、内服薬を併用することもあります。

最初に使用されることが多いのは、房水の流れをよくするプロスタグランジン(PG)関連薬(ラタノプロストなど)で、眼圧下降作用が最も強力で点眼回数も1日1回で良いという利点があります。注意点として、点眼後目からあふれた薬液が皮膚についたまま放置すると、目のまわりが黒ずんだり、まつ毛が長く太くなることがありますので、すぐに濡れた清潔なティッシュで拭きとる、または洗顔前や入浴前の使用をおすすめしています。

目薬は病状を維持するためのものです。自己判断で中止せず、根気よく続けていくことが重要です。

点眼時の注意点

- ・点眼回数・量を守りましょう(1回1滴で十分です)。
- ・点眼薬の先がまつ毛や眼瞼に触れないように注意しましょう。
- ・点眼後は目を閉じて目頭を1分程度押さえるようにしましょう。
- ・2種類以上のときは5分程度間隔をあけるようにしましょう。



三條総合病院
フジマキ カヨコ
薬剤師 藤巻 加世子

医薬品を正しく安全に使い、健康を守るために、医療用医薬品は指示された用法・用量をきちんと守って正しく使いましょう。お薬について分からないことや、不安なことがあれば、いつでも気軽に薬剤師にご相談ください。

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】 ● 高カリウム血症
- 潰瘍性大腸炎 ● 糖尿病性末梢神経障害
- 市中肺炎 ● COVID-19家庭内感染予防

※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。

専門医が解説します！

病気ピックアップ



あがの市民病院
整形外科部長
フジイ トシヒデ
藤井 俊英

肥満や加齢などの影響から膝の軟骨がすり減り、膝に強い痛みを生じるようになる病気です。男女比は1:4で女性に多くみられ、高齢者になるほど罹患率は高くなります。加齢、肥満だけでなく骨折、靭帯や半月板損傷などの外傷、化膿性関節炎などの感染の後遺症として発症することがあります。



●初期症状

初期では立ち上がり、歩きはじめなど動作の開始時のみに痛みが生じ、休めば改善しますが、正座や階段の昇降が困難となり(中期)、末期になると安静時にも痛みがとれず、変形が目立ち膝がピンと伸びず歩行が困難になります。

●治療方法

症状が軽い場合は痛み止めの内服薬や外用薬、膝関節内にヒアルロン酸の注射などをします。大腿四頭筋(ふとももの前の筋肉)強化訓練、関節可動域改善訓練などの運動器リハビリテーションや、膝を温めたりする物理療法も行います。足底板や膝装具を作成することもあります。

このような治療でも治らない場合は手術治療も検討します。手術には関節鏡(内視鏡)手術、高位脛骨骨切り術(骨を切って変形を矯正する)、人工膝関節置換術などがあります。

●予防方法

膝関節の負荷を軽減する目的で大腿四頭筋訓練などを行います。また肥満は本症の発生や症状増悪の大きな因子であり、肥満を伴う症例では食事指導、運動療法なども行います。



みなさん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。



海洋と海洋資源を持続可能な開発に向けて保全し、持続可能な形で利用する

▶ ごみの減量化・分別徹底・適切管理・処分



※「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。支えに(2023年7月号) 6



おうちで介護予防

身体介助やリハビリなど「身体」に関わる専門職ならではの知識や技術を、わかりやすくお伝えします。



けいなん総合病院
リハビリテーション科 理学療法士
イマイ モトヤス
今井 元康

今回のテーマ 転倒の予防

●ふくらはぎの筋肉の柔軟性が損なわれると足首の関節がかたくなり、転倒のリスクに繋がります。足首まわりの柔軟性や筋力をキープする、おすすめのトレーニングを習慣にしましょう。

アキレス腱伸ばし

左右10秒×3セットずつ

右脚を前に出して膝を曲げ、左脚のアキレス腱を伸ばします。そのまま10秒キープしたら、左右の脚を入れ替えます。



アキレス腱がしっかり伸びるのを意識して

Point ・調子の悪いときは無理をしないようにしましょう。
・歯磨きをしながらなど、「ながら」トレーニングで継続していきましょう。

つま先上げ

両足同時に10回×2セット

イスに座り、地面に足裏をつけます。かかとをつけた状態で両足のつま先をゆっくりと上げ、ゆっくりと元に戻します。



すねに力が入っていることを意識して



カロリー 466kcal 塩分 0.6g 脂質 25.3g 調理時間 30分

※ カロリー・塩分・脂質は1人分の値

材料(2枚分)

- とうもろこし.....1本
- アスパラガス.....2本
- 玉ねぎ.....1/2個
- 薄力粉.....45g
- 片栗粉.....25g
- 卵.....1個
- 冷水.....1/2カップ
- 片栗粉.....適宜
- 揚げ油.....適宜
- レモン.....1/4個
- ソース/ケチャップ... 適宜

作り方

1. とうもろこしは塩ゆでし、身を包丁でこそげ取っておく。アスパラガスは6~7mm幅の小口切りにし、玉ねぎは1cm角に切る。
2. 卵と冷水をボウルに溶き入れ、Aを合わせたものをふるい入れてかき混ぜ、衣を作る。
3. ボウルにとうもろこし、アスパラガス、玉ねぎを合わせたら6等分にし、別の小さなボウルに1個分の分量を取り、片栗粉(適宜)を少量ふるい入れてまぶし、2.の衣を適量入れて軽く混ぜ合わせる。
4. 165~170度に熱した油に、3.を鍋肌からすべり入れ菜ばしで形が固まるまでおさえながら揚げ、ひっくり返しながらかま火を通す。
5. 4.を皿に盛り、レモンを添え、ソース・ケチャップをかける。

<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

とうもろこしのかき揚げ

料理上手のワンポイント

長岡中央総合病院
管理栄養士 須藤 郁恵



材料を混ぜ合わせたり、油で揚げる前に適量を取り分けてもらったりすると、子どもと一緒に楽しみながら作りましょう。

- とうもろこしは実が先まで詰まっていたり、ふっくらツヤのあるものを選びましょう。
- アスパラの代わりに好みの野菜を入れても美味しく作れます。
- 茹でて食べる事が多いとうもろこしですが、ひと手間加えていつもと違う食べ方で旬を楽しんでみてはいかがでしょうか。



今月のキラキラさん



柏崎総合医療センター 看護師
佐藤 絵梨(サトウ エリ)

2015年入職、柏崎総合医療センター配属。病棟勤務を経て5年ほど前に手術室看護師となる。2022年から特定行為研修を受け、現在研修中。

特定看護師

特定行為研修を受講・修了することで、一部の行為に限り、医師の指示を待たずに診療補助ができる看護師のこと。

手術室看護師として働きながら、さらなるキャリアアップを目指して特定行為研修を受ける佐藤看護師。その胸中や今後の目標は?

―手術室看護師の業務はどんなことがありますか?―

主に2つあります。1つは医師にメスなどの道具を渡す器械出し、もう1つは麻酔の様子を見たり必要な機械を準備したりする「外回り看護師」と呼ばれる業務があります。―特定行為研修を受けようと思ったきっかけは?―

病棟勤務をしていた頃の師長が、救急分野の認定看護師でした。師長でありながら現場での指導も多く、憧れの存在でした。私も何か資格を取りたいと思い、手術室看護師として「医師がどのように判断してその医療行為をするのか」を深く学びたいと考え、研修を受けることにしました。今は術中麻酔管理に関する研修を受けています。―研修を受けて良かったことは?―

兵庫県での研修があった際、関西や九州からも看護師が参加して

いました。新しい知識を学べたことはもちろん、他県の看護師と一緒に勉強する機会はとても貴重で、多くの刺激をもらいました。今は特定行為研修のために通常業務を融通してもらっていることもあり、研修を終えたら患者さんや病院のために、学んだことをしっかりと生かしたいと思っています。

―今後の目標を聞かせてください。―

特定行為研修後は、たとえば腕からカテーテルを挿入するピック挿入術などもできるようになります。でも「自分は看護師」ということは決して忘れないようにしたいんです。患者さんにとって誰よりも身近で、技術ありきではなく患者さんを最優先に考える看護師の仕事をもっとつたいたいと思います。ゆくゆくは認定看護師にも挑戦し、病棟と手術室のより良い連携に貢献したいと思っています。

カタチ de 脳トレ

イラスト間違い探し

上と下の絵には、どこかに間違いが5カ所あります。全部探してしまいましょう。



5月号の答え

- ① ひなの首の色
- ② 親鯉の目の形
- ③ 男の子の向き
- ④ 葉っぱの数
- ⑤ 菖蒲がある



- 7月号の答えは
8月号で発表します!
お楽しみに!!

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(アイン薬局)
【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

NIIGATA
ER

新次元の救急医療への

挑戦。

新潟医療センター

「新潟の命を守る」という強い決意のもと、新潟医療センターの挑戦が始まっています。動画はこちらからご覧いただけます。

JA新潟厚生連 イベントレポート

けいなん総合病院

4/22㊥ 日本農村医学会新潟地方会 第72回例会
けいなん総合病院を運営担当としてWeb形式による日本農村医学会新潟地方会第72回例会が開催されました。様々な職種の方々より特別講演を含む全42演題が発表され、盛会裏に終えることができました。



上越総合病院

5/22㊥ 令和5年度 接遇研修会
「患者と医療者が協働できる医療」と題し、認定NPO法人ささえあい医療人権センターCOML 理事長 山口育子先生をお招きして接遇研修会を開催。多くの医療現場で起り得る患者さまと医療者の認識の違いを実例を通して説明していただきました。医療者側の常識は患者さまには通用しないことや、インフォームドコンセント(病状説明)に隠れた落とし穴があることなど、改めて患者さまの視点に立った医療を考えるきっかけとなった研修会でした。



次号告知

次号の特集「人と地域とつながる病院」は、地域×医療をクローズアップ。次号8月号は、城戸陽二妙高市長をけいなん総合病院へお迎えし、平野正明病院長と対談。地域医療の現状や課題、今後の展望について熱く語り合います。



佐渡総合病院

6/17㊥ NIC健康セミナー
【第1部】10年後も佐渡の医療・福祉が続いているために 佐藤 賢治 病院長
【第3部】糖尿病診療の現状と基礎知識 内分泌代謝科 福武 嶺一 先生

- 主催/NIC新潟日報販売店グループ
- 後援/佐渡市・佐渡歯科医師会・新潟県歯科医師会・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。にいがたプロジェクト」
(https://www.niigata-nippo-kenko.com/)の専用サイトに掲載されています。

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.025-211-2714 fax.025-228-0990

支えに
新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌 2023年7月号
〒951-8116 新潟市中央区東中通一番町86番地109
tel.025-211-2710(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/株メディレボ



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

