

支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください

2025年8-9月合併号 Vol.72

【特集対談】
人と地域とつながる病院

佐渡UIターインフォメーションセンター 熊野 礼美氏
佐渡総合病院 病院長 佐藤 賢治医師

【インタビュー】
最新医療情報
『骨折リエゾンサービス』



県内11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)
- 柏崎総合医療センター (柏崎市)
- 上越総合病院 (上越市)
- 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)
- 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

人とともに薬局は成長する。

患者さまに安心を届け、
地域の医療に貢献することが、私たちの仕事。
薬剤師一人ひとりの成長が、
アイングループの成長を支えています。



公式アプリ「いつでもアイン薬局」から
処方箋を送信できます！
今すぐアプリをダウンロード！

App Store、Google Playで

いつでもアイン薬局 を検索

iPhone®用



iOSバージョン
14.0以上

Android™用



Android OS
バージョン6.0以上

株式会社アイン北陸

オフィシャルウェブサイトはこちら

所在地 新潟市中央区湖南24-2 電話番号 025-288-0228(代表)



あなたの街の健康を支える薬局です。



共栄堂は、1948年の創業以来、
「薬剤師として地域の医療を支えたい」
という想いのもと、一貫して患者さまや
地域の皆さまの健康と医療のサポートに
取り組んできました。
シンボルマーク「+K」には、
「積極的に取り組む」
「良い関係を築き、安心・信頼を
深めることで社会に貢献する」という
思いが込められています。
患者さま本位の選ばれる
「かかりつけ薬局」として、
共栄堂はこれからもプラスの思考で
地域の皆さまの健康と医療を
サポートします。

+K 株式会社 共栄堂

【本部所在地】 〒950-0162 新潟市江南区魚田大月2-5-38
TEL 025-383-1200 FAX 025-383-1201

【URL】 <https://kyoueido.net>



特集 地域医療

人と地域とつながる病院

人口減少や医療従事者の確保が課題となっている佐渡。ともに県外から移住した佐藤病院長と熊野氏が、佐渡での仕事や生活、島の未来について熱い議論を交わしました。



佐藤 佐渡は日本で最も人口減少が進む、少子高齢化の「最先端地域」です。この先、日本の人口構成が佐渡の状況を追いかけてくるという意味で、モデルケースとなる強みがあります。新潟県全体も人口が減って、どこの病院も職員確保が難しい状況ですが、若い人が医療や介護の現場で働くことを考えた時、佐渡は全国屈指の「最先端の学校」になれる。そこに入学してもらい、学んでもらえるような流れを行政とタイアップして作れないだろうかと考えています。そんなところから、今回は移住者支援に取り組み熊野さんにぜひお話を伺いたいと思います。

も長く暮らしてもらえよう情報発信や年20回ほどの交流会を行っています。佐渡に移住する人のポリュームゾーンは、釣り好きの単身男性。そうやって趣味があればいいのですが、「なんとなく来てみた」という人に定着してもらうには、人との関係づくりが重要。「佐渡を旅行して人のあつたかさに惹かれた」「移住した友達を訪ねて遊びに来るうちに自分も住みたくなった」など、人が人を呼ぶようなことが増えれば、定着につながるのではないかと考えています。病気もそうですけど、やっぱり人は孤独になると気持ちが落ち込みますよね。あと、佐渡は冬の雪よりも、曇天で季節性鬱になる人も少なくありません。

佐藤 私も、秋から冬の曇天に慣れるまで3年かかりました。
熊野 雪おろしの雷にも驚きました。日本は広いな、いろんなところがあるなと思いました。
佐藤 天候以外では、佐渡で暮らし上で何がハードルになって、逆に何が定着のきっかけになるのでしょうか。

熊野 当然仕事やお金は必要ですが、豊かに生きるという意味では、家族や血縁以外の人を大切にできる関係性、そういう人たちに囲まれている安心感が定着につながると思います。困っている人がいたら助けて、自分が困ったらSOSを出しやすい関係性が理想ですよ。先ほど先生が「佐渡は少子高齢化において日本の最先端」とおっしゃいましたが、医療に限らず、たとえばトキが野生復帰したこと一つとっても、人々の取り組みによって環境や農業が守られ、生き物と人間が共生している佐渡はとても未来的な地域だと思います。世界中から視察に来たいのにも思っています。

熊野 ありがとうございます。私は2014年に地域おこし協力隊として佐渡に移住しました。きっかけは、花の百名山であるトonden山を訪れたこと。5月の連休で、少し残った雪にふきのとうが顔を出していたり、5月の花であるシラネアオイが咲いていた。関西では貴重で保護される力タクリが、踏まないと前に進めないくらい咲き乱れているのにも驚きました。花の多彩さに感動して、「この島を一年通して見てみたい。それなら住んじゃおう」と思って引っ越したんです。仕事は佐渡への移住コーディネートから始めて、今は、移住した人に少しで

熊野 雪おろしの雷にも驚きました。日本は広いな、いろんなところがあるなと思いました。
佐藤 天候以外では、佐渡で暮らし上で何がハードルになって、逆に何が定着のきっかけになるのでしょうか。

熊野 本場にそうですね。常々、「佐渡学」があればいいなと思うんです。先ほど先生がおっしゃった佐渡という「学校」の中に、医療部門もあれば、農業や歴史のことも学べる、という形になったら面白いですね。佐渡にいたらい生涯、面白い発見がある、面白いことに脳を使える。そんなふうに考えると、移住も楽しめるのかなと思いますし、「佐渡学」を教えられる人材を育成できないのかな、と考えたりします。

佐藤 佐藤は本当に面白いところ。病院スタッフはもつと病院の外の世界に出て、様々な人と話すことで豊かに生きるきっかけになるかもしれない。それがより良い医療提供にもつながると思います。今回、医療福祉関係以外の方からの話は大変勇気づけられました。職員には「外部との連携が重要」としきりに伝えてきましたが、改めて看護部長等と共有させていただきます。本日はありがとうございました。

熊野 当然仕事やお金は必要ですが、豊かに生きるという意味では、家族や血縁以外の人を大切にできる関係性、そういう人たちに囲まれている安心感が定着につながると思います。困っている人がいたら助けて、自分が困ったらSOSを出しやすい関係性が理想ですよ。先ほど先生が「佐渡は少子高齢化において日本の最先端」とおっしゃいましたが、医療に限らず、たとえばトキが野生復帰したこと一つとっても、人々の取り組みによって環境や農業が守られ、生き物と人間が共生している佐渡はとても未来的な地域だと思います。世界中から視察に来たいのにも思っています。

熊野 本場にそうですね。常々、「佐渡学」があればいいなと思うんです。先ほど先生がおっしゃった佐渡という「学校」の中に、医療部門もあれば、農業や歴史のことも学べる、という形になったら面白いですね。佐渡にいたらい生涯、面白い発見がある、面白いことに脳を使える。そんなふうに考えると、移住も楽しめるのかなと思いますし、「佐渡学」を教えられる人材を育成できないのかな、と考えたりします。

佐藤 佐藤は本当に面白いところ。病院スタッフはもつと病院の外の世界に出て、様々な人と話すことで豊かに生きるきっかけになるかもしれない。それがより良い医療提供にもつながると思います。今回、医療福祉関係以外の方からの話は大変勇気づけられました。職員には「外部との連携が重要」としきりに伝えてきましたが、改めて看護部長等と共有させていただきます。本日はありがとうございました。



佐渡総合病院
病院長
佐藤 賢治
医療×地域 Profile
北海道札幌市出身。外科医。1995年より佐渡総合病院。佐渡の医療や介護をITでつなぐ「さどひまわりネット」を中心メンバーとして立ち上げるなど佐渡の社会保障体制の維持に尽力する。
佐渡総合病院HP▶

佐渡Uターン
インフォメーションセンター
熊野 礼美
地域×医療 Profile
兵庫県姫路市出身。登山で佐渡を訪れ、豊かな山野草に魅了されたことをきっかけに移住。地域おこし協力隊として移住者支援と空き家対策に取り組み、現在は移住者の定着支援に力を注ぐ。
佐渡Uターン
インフォメーション
センターHP▶

今月のキラキラさん

さど訪問看護ステーション
看護師

信田 真弓(シダ マユミ)

佐渡市出身。佐渡看護専門学校を卒業後、入職。育児のため一度退職し、デイサービスで勤務。その後、南佐渡地域医療センターを経て現職。



生き生きと働く
佐渡総合病院
看護師たちの紹介動画
こちらから



一 病院の看護師から訪問看護師になったきっかけは？

南佐渡地域医療センターの入院病床がなくなったタイミングで、佐渡総合病院に来ました。その際、外来、病棟、訪問看護のどこで働くか選択させてもらったのですが、医療センターを利用してくださった患者さんの支援が少しでもできたらと思い、訪問看護を選びました。今は週2〜3回ほど南佐渡を回り、他にも相川や両津などいろいろな地域の患者さんを訪問しています。

一 病棟看護師との違いはありますか？

病棟だと決められた時間の中で次から次にやるべき処置があって、患者さんとゆっくり話す機会がありません。訪問看護は1時間くらいの枠でご自宅に伺うので、お話をしながら余裕を持って処置できるのはいいですね。前回から今回の訪問までの間に困ったことがなかったかお聞きしたり、昔の思い出話を聞かせてもらったりしています。逆に利用者さんの具合が良くない時、病院に行くべきかこのまま様子を見て大丈夫か、自分の判断で決めなくてはならないのが難しいですね。

一 日々の仕事で大切にしていることは？

ご自宅に伺うので、その家のルールだったりリズム感到に合わせることを意識しています。訪問看護に携わってまだ1年なので、先輩に同行してケアのやり方やコミュニケーションの取り方を勉強させてもらっています。今は在宅で看取りたいというご家庭も増えています。そんな利用者さんやご家族に安心していただけるような訪問看護師を目指したいです。

**知ってほしい
2次骨折が怖い理由**
なぜそこまでして2回目の骨折を防ぐのかというと、2次骨折を起こすと死亡率が急激に上がるからです。特に

大腿骨近位部骨折(太ももの骨の付け根の骨折)と死亡率の関係を見ると、海外の論文では、2次骨折をした患者さんのおよそ2割が1年以内に亡くなり、佐渡ではそれを上回る35%(約3人に1人)が1年以内に亡くなっています。もちろん高齢で寿命ということもありますが、かなり高い数字に驚かれるのではないのでしょうか。



「橋渡し」の意味があります。なみに「リエゾンサービス」は、フランス語で「連携」や「骨折を起ささないように患者さんをサポートします。ちなみに「リエゾンサービス」は、フランス語で「連携」や「橋渡し」の意味があります。

亡くなる直接の原因は骨折ではなく、寝たきりになることで全身が弱っていき、誤嚥性肺炎などで亡くなる方がほとんどです。骨粗鬆症によつて生じる高齢者の骨折は、それをきっかけに全身状態が一気に悪くなり、命を落とすことにもつながりかねないことから、脳卒中ならぬ「骨卒中」とも言われます。骨が脆くなっている場合、1回目の骨折の後に何も対策をしないと、半年から1年以内に2次骨折をする人が多いとされます。ドミノ式に骨折

を起こしやすなのが、脆弱性骨折の怖いところなのです。2次骨折の発生率も減少しています。地域の開業医とも連携し、お薬は開業医の先生に出してもらい、年1回の骨密度測定を病院で行うなど治療を継続しやすい工夫をしています。

骨粗鬆症は、糖尿病などと同じで自覚症状がありません。気になる方はぜひ相談してみてください。

**医療スタッフが連携し
2度目の骨折を防ぐ**
あまり聞きなれない言葉だと思いますが、「骨折リエゾンサービス」は、一度骨折した後別の部位または同じ部位の逆側を骨折する「2次骨折」を起こさないことを目的とした医療機関の取り組みです。骨粗鬆症などが原因で本来骨折しにくいぐらいの軽い衝撃で骨折してしまう脆弱性骨折の患者さんを対象に、医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、歯科医師、リハビリスタッフ

骨折の手術後に骨粗鬆症の治療を始める患者さんは、以前は4割程度でしたが、骨折リエゾンサービス開始後は98%に急増。1年後、2年後の治療継続率も8割を超え、

**かかりつけ医や健診で
骨密度の測定を**
佐渡総合病院では2022年4月から骨折リエゾンサービスを開始しました。月1回のカンファレンス、骨粗鬆症の薬の検討、管理栄養士によるご家族への食事のアドバイスなどを行っています。最初の骨折の手術後に骨粗鬆症の治療を始める患者さんは、以前は4割程度でしたが、骨折リエゾンサービス開始後は98%に急増。1年後、2年後の治療継続率も8割を超え、

クもあると思います。気になる方はぜひ相談してみてください。

佐渡総合病院 整形外科 医長 涌井 純一

2015年弘前大学医学部卒業後、新潟大学整形外科入局。関連病院で研修の後、2022年より現職。日本整形外科学会専門医、臨床スポーツ医学会、骨粗鬆症学会。

最新医療情報

【インタビュー】
『骨折リエゾンサービス』
骨粗鬆症による2次骨折を予防。チーム全体で患者さんを支える仕組みを紹介します。



新潟日報新聞で紹介されました！

新潟日報新聞の健活インタビュー「明日野家が聞く」シリーズに、上越総合病院循環器内科の正印航医師が紹介されました。人間の体で最も大切な器官である心臓。働きが悪くなると命に直結する臓器で、不整脈が生じる「心房細動」について、症状や予防のポイント、治療法についてインタビューを受けました。



明日野家が聞く・健活インタビュー「心房細動」

新潟日報社 健活プロジェクトの特設サイトからご覧いただけます。

<https://www.niigata-nippo-kenko.com/>

新潟日報2025年6月26日付 新潟日報社提供

日本農村医学会新潟地方会 第74回例会が開催されました

35演目ありました演題発表では、質疑応答等盛んな意見交換が行われました。

【日時】 令和7年6月14日(土)
【会場】 長岡中央総合病院 2階講堂
【学会長】 小千谷総合病院 柳彦彦病院長

令和7年度 看護部教育研修「新人研修」

令和7年7月5日(土)、7月6日(日)に開催されました。

入社して3か月が経過し、リアリティ・ショックやストレスを感じる場面も多くなるため、新人看護師が自分を見つめ、ストレスコントロール力を高めることを目的とした研修会を開催しました。コミュニケーションやストレスへの対処法などを、ワークを通じて楽しく同期と学ぶ機会となりました。

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 企画管理部 〒951-8116 新潟市中央区東中通一番町86番地109 tel.025-211-2710 fax.025-228-0992

支えに
新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌 2025年8-9月合併号
〒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/ ㈱メディアレポ



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



病気ピックアップ

専門医が解説します！

糸魚川総合病院
副院長・整形外科部長
オサダ リュウスケ
長田 龍介



骨粗鬆症(こつそしょうしょう)

骨粗鬆症とは

骨がもろくなって骨折しやすくなる病気です。原因は加齢や女性ホルモンの減少、カルシウム不足などで、高齢になると頻度が増えます。高齢になると転びやすくなるので、背骨、股関節、手関節の骨折リスクが上がります。また、転倒しなくても、ものを持ち上げる動作や、かがんだ姿勢での作業で背骨がつぶれる骨折(圧迫骨折)を生じることがあります。

【診断法】

骨量測定検査で判定します。痛みを伴わず数分で測定できる検査で、腰椎や大腿骨近位部で測ります。

【予防】

骨の強さにはカルシウムが重要です。食事では小魚、牛乳、豆腐、ひじき、緑黄色野菜を多く摂ることが勧められます。カルシウムを骨に取り込むには魚類やキノコ類に含まれるビタミンDが必要です。骨質の維持に有効なビタミンKは納豆や緑黄色野菜に含まれます。運動も骨の維持に必要なだけでなく、筋肉を維持して転倒を避けるためにも重要です。背筋、バランス力が特に重要です。

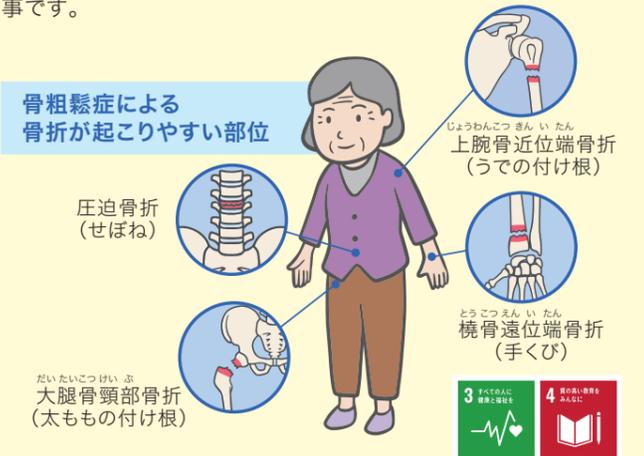
【治療】

骨粗鬆症性骨折は次から次へと生じることがありますので(ドミノ骨折)、骨粗鬆症と診断された場合は治療が必要です。治療薬には骨の吸収抑制、形成促進のタイプがあり、状態に応じて使い分けられます。効果は骨量測定、血液検査(骨代謝マーカー)で判定します。

【そのほかの注意】

骨折の原因は転倒が多いです。手すりの利用、杖の使用、床の整備、滑りやすいスリッパや靴下をはかないなどの注意も大事です。

骨粗鬆症による骨折が起こりやすい部位



知っておきたいお薬の知識

不眠

～睡眠薬に頼りすぎではありませんか？～

新潟医療センター
薬剤師
フクダ ヨウコ
福田 容子



不眠症状には、4タイプあります。

入眠困難	早期覚醒
布団に入ってもなかなか寝つけない。	朝早く目覚めてしまい、その後、眠れない。
中途覚醒	熟睡障害
夜中に何度も目が覚めてしまう。	十分な睡眠時間をとっているのに熟睡感が得られずすっきりしない。

このような症状が長期間続くことにより、日常生活に支障をきたす場合に、不眠症という疾患と診断されます。その場合、個人の症状によって、処方される薬の種類や、用量が変わってきます。(薬の用法、用量は、医師の指示に従う。アルコールで薬を飲むのは危険です。)

患者さんからは、「もらっている睡眠薬ではすぐ目が覚めてしまう。」「もっと強い薬はないのですか?」と質問をされることがあります。自己判断で増量すると、睡眠薬の副作用でふらつき、

転倒や、記憶障害、薬の種類によっては依存性が強くでるものもあります。必ず医師に相談してください。

薬を使用する際の睡眠はあくまでも一時的なサポートです。薬だけに頼る前に、まず、生活習慣や、睡眠環境など自分の生活を振り返ってみませんか?



＜睡眠環境を整えるための例＞

- ①睡眠時間や寝ることにこだわりすぎないようにしましょう。
- ②昼寝をしたい時は、午後3時までに20～30分程度にしましょう。
- ③起床時間を決めて日光を浴びましょう。
- ④アルコール摂取は、就寝4時間前までに。(利尿作用により睡眠の質を悪くします。)
- ⑤就寝1～2時間前のスマートフォンや、パソコンの使用は避けましょう。
- ⑥枕や布団などの寝具も環境因子です。

健康づくりのための睡眠ガイド2023:厚生労働省

こんにちは! 薬剤部です

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しましょう。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。