





# 特集

# 自然(生命) > 医療

## 人と地域とつながる病院 特別版



園芸デザイナー  
(株)Plants Up  
代表取締役社長  
三上 真史

Profile

植物の魅力を伝える園芸デザイナーとして、日本とマレーシアの2拠点生活でグローバルに活動。NHK「あさイチ」や「趣味の園芸」で講師を務める。2024年に株式会社Plants Upを設立。チャンネル登録者数21万人を超えるYouTubeでは、植物の育て方や楽しみ方を発信する。

三上真史の趣味は  
園芸チャンネル  
こちらから▶



上西 私はジムの契約をしたもの、

が気持ちはよくて、「今年も白鳥の声が聞こえてきたな」「この植物が出てきたら春が近いな」と季節の移ろいを感じると嬉しくなります。

上原 マレーシアに行ってみたくなりました! 日本だと「さあジムに行くぞ」と意気込む感じですが、生活の一部なのです。私は、健康管理も兼ねて散歩に出て四季を味わうようにしています。田んぼの景色を眺めながら歩くのが気持ちはよくて、「今年も白鳥の声が聞こえてきたな」「この植物が出てきたら春が近いな」と季節の移ろいを感じると嬉しくなります。

三上 植物は自然のリズムで生き生きと育ちます。それは人も同じだと思うので、なるべく朝は早起きし、太陽の光を浴びながら植物に水やりするのを日課にしています。今は主にマレーシアで生活していますが、向こうはレースカーテンを付けない家も多く、しかも日の光が強いのでシャキッとした印象のスイッチになります。また、多くのコンドミニアムに併設されているのがジムとプール。おかげで「今日は10分だけ走るうかな」と日課にしやすいです。朝はそうして自分の体の声を聞き、自分を整える時間にしています。

上原 マレーシアに行ってみたくなりましたが、日本だと「さあジムに行くぞ」と意気込む感じですが、生活の一部なのです。私は、健康管理も兼ねて散歩に出て四季を味わうようにしています。田んぼの景色を眺めながら歩くのが気持ちはよくて、「今年も白鳥の声が聞こえてきたな」「この植物が出てきたら春が近いな」と季節の移ろいを感じると嬉しくなります。

三上 植物は自然のリズムで生き生きと育ちます。それは人も同じだとと思うので、なるべく朝は早起きし、太陽の光を浴びながら植物に水やりするのを日課にしています。今は主にマレーシアで生活していますが、向こうはレースカーテンを付けない家も多く、しかも日の光が強いのでシャキッとした印象のスイッチになります。また、多くのコンドミニアムに併設されているのがジムとプール。おかげで「今日は10分だけ走るうかな」と日課にしやすいです。朝はそうして自分の体の声を聞き、自分を整える時間にしています。

上西 私はジムの契約をしたもの、人も植物も一つずつ与えられた生命の大切さ、体のこと、そして看護職の未来について語り合いました。

4ページの拡大版でお届けします。



落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てしながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援も必須だと思います。

三上 皆さんのお話に改めてハッとさせられました。ちょっと具合が悪くなつたら病院に行けば大丈夫、いつ

よね。

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

落合 メディアでも報道されていますが、診療報酬では貰えない物価高騰と

上原 一現在の医療機関を取り巻く状況や課題、それを踏まえた未来図をお聞かせください。

吉田 看護師の教育担当として、やりがいを持って働ける環境づくりは重要な課題です。60歳を過ぎた「プラチナナース」と呼ばれる看護師も安心して働き続けられる環境を作っていくたいです。

上原 「プライベートの自分」と「職場の自分」を両立できる社会が理想だと思います。私も子育てながら仕事を続けてこられたのは、家族の協力と職場の理解があったから。出産後も安心して働くには子どもを預ける環境が必要ですし、子育てをしていない職員への支援



## 佐渡総合病院

## 1/5日 正面玄関ホールで賀詞交歓会

広報誌「支えに」は、2025年度より年6回発行となりました。2026年も変わらず「地域とつながる病院」として、これまで以上にみなさまの健康と心の支えになれるよう情報を発信してまいります。次号は5-6月合併号を5/1に発行予定です。今後ともご愛読いただけますよう、よろしくお願い申し上げます。



JA新潟厚生連について  
病院・施設紹介  
健康・医療情報  
お知らせ  
採用サイト  
会員登録

地域住民の皆さまが積極的に健康づくりや治療に参加し、医療とのエンゲージメントを高めるために

JA新潟厚生連では広報誌「支えに」をはじめ、積極的な情報発信を行っています。「患者さんを診察する」という本来の役割だけでは伝えられない情報が地域の健康づくりの一環になればと考えています。また、私たちの活動や考え方、取り組みを知ってもらうことによって、理解と信頼を深めていただき、安心して医療サービスを受けていただきたいという思いもあります。

広報誌「支えに」のバックナンバーを本会のホームページからいつでもご覧いただけます。専用ページには病気の解説や管理栄養士のおすすめレシピなど、身近で役に立つ情報をタイムリーに提供。さらに地域とのつながりをテーマにした特集では対談企画を継続して掲載しています。

新潟県に関わりある著名人、いわゆる「県民の顔」からご登場の回では、思いのこもった言葉をございました。動画も公開しました。ぜひご覧ください。

JA新潟厚生連 広報誌  
支えに 特別版  
2026年2-3月合併号vol.75  
園芸デザイナー三上真史氏×新潟医療センター看護師

特集 自然(生命)×医療  
人と地域とつながる病院  
JA新潟厚生連 広報誌  
支えに 特別版  
2026年2-3月合併号vol.75  
園芸デザイナー三上真史氏×新潟医療センター看護師

ホームページ  
<https://www.niigata-kouseiren.or.jp/column/>

QRコード

## 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

新潟県厚生農業協同組合連合会 広報誌 2026年2-3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/株新潟日報メディアネット 企画・編集・協力/株メディレボ

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS

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!



## 最近の医療に関して思うこと。

けいなん総合病院  
整形外科部長  
ヤマオカ シゲオ  
山岡 茂雄

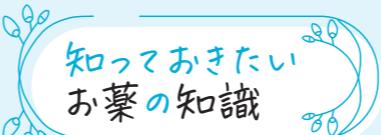


入院治療等の安静で一気に進んだ廃用(老化)は簡単には回復しないということです。おそらく、独歩で歩いている方が、日々の生活の中で、単純に楽して歩くのではなく、意識的に下肢に力を必要以上に入れて、左右のバランスに注意をむけた歩容や、背もたれに頼らず、体幹筋で座位を保持するといったこと(いわゆる生活の中での自主リハビリ)を一日に数回行うだけで、日々生活を行える健康を維持できるものと考えます。

以上が医療の最先端と私の思うところです。皆さまが、日々すごされている生活の中で、脱老年症候群、脱サルコペニア、脱フレイルを意識することで、末永く、生活の基盤である個々の健康を維持していただきたいと思います。



## アルツハイマー型認知症の進行抑制薬について



認知症はアルツハイマー型が約70%であり、現状の薬剤では疾患の進行の停止や治癒させたりするものではなく、進行の抑制を目的としています。薬の分類は大きく次の3つがあります。

薬の種類	作用の仕組みと特徴
・コリンエステラーゼ阻害薬: ドネペジル、リバストチグミン、 ガランタミン	認知症では脳内のコリン作動性神経系が障害されており、神経伝達物質であるアセチルコリン(Ach)の代謝酵素であるコリンエステラーゼ(ChE)を阻害することで、アセチルコリンの量を増やしコリン作動性神経を賦活化します。経口投与が困難な場合や、消化器症状の軽減を目的とした貼付剤もあります。
・N-メチル-D-アスパラギン酸受容体(NMDA)受容体拮抗薬: メマリー®(メマンチン塩酸塩)はNMDA受容体拮抗作用を示し、ChE阻害薬との併用で用いられ、中等度～高度の症状に使用されます。	認知症の脳では異常タンパクの蓄積により、興奮性の神経伝達物質であるグルタミン酸が過剰放出され、NMDA受容体の活性化を引き起こし、神経細胞の障害が発生します。メマリー®(メマンチン塩酸塩)はNMDA受容体拮抗作用を示し、ChE阻害薬との併用で用いられ、中等度～高度の症状に使用されます。
・ヒト化抗ヒト可溶性アミロイドβ凝集体モノクローナル抗体製剤: レカネマブ ・ヒト化抗N3pG(N末端第3残基ピログルタル化)アミロイドβモノクローナル抗体製剤: ドナネマブ	タンパク質の誤った折りたたみにより誘導される、異常タンパクであるアミロイドβは凝集して神経細胞の死滅を促し、大脳皮質の萎縮を引き起こすといわれています。レカネマブ®(レカネマブ、2023年発売)はアミロイドβ凝集体の前駆体である可溶性プロトフィブリルに対して、ケサンラ®(ドナネマブ、2024年発売)は、さらに凝集して固まったより毒性の高いアミロイドβ凝集体(N3pGアミロイドβ)に特異的に結合する抗体製剤です。直接的にアミロイドβを減少させる効果がある新規の作用機序をもつ薬剤であり、早期の軽度の認知症症状の進行抑制が期待されます。

両者は投与間隔、点滴時間、用量の違いがあり、レカネマブには投与終了の目安がない一方、ドナネマブでは検査でアミロイドβ除去が確認されしだい投与終了などの違いがあります。

## 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いましょう。お薬について分からぬことや、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。