

支えに

Sasaeni

ご自由にお持ちください

みなさまの健康と心の支えに
JA新潟厚生連
受付 会計
Vol.75
2026年2-3月合併号

【特集対談】 人と地域とつながる病院

園芸デザイナー 三上 真史氏
㈱Plants Up代表取締役社長

新潟医療センター
看護部長 落合 清美
副看護部長(教育・実務担当) 吉田 薫
副看護部長(ベッドコントロール担当) 上倉 雅子
副看護部長(医療安全管理者) 上原 恵
病棟看護師長 上西 智美



県内11の病院が地域の皆さまの健康と心を支えます

- 佐渡総合病院 (佐渡市)
- 村上総合病院 (村上市)
- 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)
- 長岡中央総合病院 (長岡市)
- 小千谷総合病院 (小千谷市)
- 上越総合病院 (上越市)
- 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。

 **アイン薬局**



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。



株式会社 共栄堂

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

【URL】 <https://kyoueido.net>



特集 自然(生命) × 医療

人と地域とつながる病院

特別版

今回は、新潟市出身の園芸デザイナー・三上真史さんと、新潟医療センターの看護師による座談会。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。

―植物や自然と共に暮らす三上さんと、医療を提供する看護師の皆さんは、それぞれのよう健康管理をされていますか。

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、向こうはリ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目覚める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分だけ走ろうかな」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なっています。

上原 マレーシアに行ってみたくありませんでした！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」と季節の移りを感じると嬉しくなります。

上西 私はジムの契約をしたものの、まだ1回も行けてなくて…。でも早寝早起きを心がけ、夜勤以外の日は子どもと21時には就寝しています。すると翌朝5時に自然と目が覚めるので、朝活としてその日1日分の家族の食事を作ります。

上倉 私は、休日は家事などのやるべきことは午前中に片付けて、リラックスする時間を意識的に作るようにしています。

三上 メリハリは大事ですね。以前、とにかくがむしやりに働いていた時期があって、仕事は楽しかったのですが、ある朝、椎間板ヘルニアで動けなくなっていました。救急車で運ばれて、そのまま2週間入院。仕事にも穴をあけてしまいました。その時に「自分でペースを作らなきゃいけないんだ」と痛感して。植物がまさにそうで、桜は冬の休眠期があるから、春に一気に力を出して花を咲かせます。休息がなければ、花は咲かせられないんですよ。

―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、診療報酬では賄えない物価高騰と

人件費、人手不足、そのうえで求められる高度な専門性など、経営が困難になっている施設が多くあります。私たちが看護師になった頃は、病院が倒産なんて思いもしない時代でしたが、今はそれが現実になっています。病院も経営を考える必要があると思うのですが、医療業界で働くスタッフは「人を助けたい」という思いで仕事を始める人が多いので、スタッフの心や働く環境を守ることでも大事だと感じています。

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きたいです。

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ったら病院に行けば大丈夫、いつ



新潟医療センター
医療×自然(生命) Profile

看護部長
落合 清美(オチアイ キヨミ)



副看護部長(教育・実務担当)
吉田 薫(ヨシダ カオル)



副看護部長(ベッドコントロール担当)
上倉 雅子(カミクラ マサコ)



副看護部長(医療安全管理者)
上原 恵(ウエハラ メグミ)



病棟看護師長
上西 智美(カミニシ トモミ)

新潟医療センターHP ▶



園芸デザイナー
株Plants Up
代表取締役社長

ミカミ マサシ
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▶



だって僕らを支えてくれる存在と
思っていた場所が、人手不足など
深刻な問題を抱えている。現場に
立つ皆さんの声はもって発信すべ
きだと思えますし、僕たち医療を
受ける側の意識も変えていかな
ければ。僕も、植物を生かして
人や社会に役立つことができない
かと考え「Plant's Up」と
いう会社を立ち上げました。植物
が持つ癒しの力を、医療やウエル
ビーイング※に還元できないかと
考えています。

落合 素敵ですね。病院で働くの
は大変さもありますが、いいこと
もたくさんあるんです。それを
もって発信できたらと思います。



三上 ぜひお聞きしたいです。僕
が倒れて運ばれた時に感じたの
は、医師や看護師の方々は、自分
が気づけなかった体の声を伝えて
くださる「翻訳者」だということ。
園芸デザイナーとして植物の声
に耳を傾けながら育てようとし
ているのに、その時は自分の声が
聞けていなかった。看護師さんの

「大丈夫ですよ、良くなってまた
お仕事できるようになりますよ」
という言葉にどれだけ励まされ
たことか。そういうことができる
職業って、それほど多くないと思
うんです。



ーそうですよね。ぜひ、看護師の
仕事の魅力やエピソードを聞かせ
てください。

上西 私はまさに今日、とっても
嬉しいことがありました。それ
は、8年前に担当した患者さんを
偶然見かけたこと。当時、その方
は障害のために退院後は施設に
入るか、奥様が介護をして自宅で
過ごすかの選択をしなければなら
りませんでした。ご夫婦それぞれ
に葛藤があり、奥様との関係が崩
れそうになってしまったこともあ
りました。私も一緒に話し合い、最
終的には奥様のご希望でご自宅
に帰ることになりました。そして
今日、奥様が車椅子を押している
姿を見てすごく安心したんです。

三上 すごい。家族のプライベ
ートの部分までサポートしてくだ
さるんですね。

上西 病棟看護師長になった今
では、患者さんと時間をかけて話
し合える機会が増えました。患者
さんやご家族の思いをこれまで以
上に大切にできることにやりが
いを感じています。



上倉 私は退院支援や入院支援
を担当していますが、特に、退院
支援は病院だけでは完結できま
せん。地域との交流を目的に、年
に数回ケアマネージャーさんや
居宅介護支援事業所のスタッフ、
病棟看護師などが集まって座談
会形式の勉強会をしています。

吉田 教育面では、当院には認
定看護師が講師となって開催す
る1年間のコース別研修があり
ます。専門知識の向上とスキル
アップを目的としたもので、新た
な関心を広げて資格取得につな
げてもらいます。また、当院は特
定看護師の教育施設に指定され
ています。医師の右腕のような存
在として患者さんにタイムリー
な医療を提供し、チーム医療を推
進する存在として、当院では10名
が活躍しています。



三上 なるほど。常にスキルアッ
プしていける環境なんですね。

ー最後に、今後のビジョンと地域の
方へのメッセージをお願いします。

上原 私は今年から医療安全に
関わっています。何かあった時に
は必ず現場で確認し、状況を把
握できるよう、日頃から現場ス
タッフとの関わりを意識したいと
思います。



上西 病棟看護師長1年目で周
りに助けてもらうことも多いで
すが、スタッフと協力しながらいい
病棟管理をしていきたいです。

上倉 病床をしっかり管理して、
患者さんが不安にならないよう
支援していきます。より良い病院
にしていくために、地域の方の声
もぜひお聞かせいただきたいと思
います。



吉田 スタッフが興味・関心を

持って取り組める教育を充実さ
せたいです。実習生にも「看護つて
いいな」と思ってもらえる場を整
えたいですね。

三上 医療現場には、それこそド
ラマにしたいようなエピソードが
数多くあると思います。ぜひ積極
的に発信してほしいと思います。
地域の方も、こんなに皆さんが優
しく包んでくれる病院だと分かっ
たら、健康診断も行こうと思いま
すよね。

落合 看護職の魅力発信、ぜひ
やりたいです。人材採用はもちろ
ん、看護の質の向上や、地域の
方々に選ばれる病院を目指すとい
う共通のビジョンにもなると思
います。地域の皆さんの健康を守
り、何かあれば「新潟医療セン
ターがある」と思ってもらえるよ
う、これからも取り組んでまいり
ます。



座談会の動画を 公開しました！

三上さんをお迎えした
新潟医療センターで
の座談会を、動画でも
お楽しみいただけます。
当日の和やかな雰
囲気や、思いのこもっ
た言葉をぜひご覧くだ
さい。



新潟医療センタースタッフと記念写真

「支えに」2026年度発行のお知らせ

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 イベントレポート

佐渡総合病院

1/5㊦ 正面玄関ホールで賀詞交歓会

毎年恒例の「書初め」では、佐藤病院長が大筆を振るい今年の漢字「称」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。



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。

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」からご登場の回は、思いのこもった言葉をご覧いただけるよう動画も公開しました。ぜひご覧ください。

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



信頼できる健康・医療情報を発信しています

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覧いた

だけるよう動画も公開しました。ぜ

ひご覧ください。

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覧いた

だけるよう動画も公開しました。ぜ

ひご覧ください。

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 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/ 株メディアレボ



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！



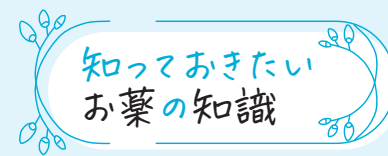
最近の医療に関して思うこと。

改めて、日々の医療を振り返ってみると、リハビリ医療に携わっている関係もあるのでしょうか、私が医師になった40年前にはなかった、運動器不安定症、ロコモティブシンドローム、老嚔、サルコペニア、フレイル、老年症候群といった病名に接することが多くなりました。また、その治療方法も医師・歯科医師のみではなく、看護師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、栄養士、薬剤師、社会福祉士等の集団医療になっております。ところで、このような病名の症状は、昭和の時代にはなかったのでしょうか？いえ、今と変わりなくありました。ただ、医療が担う症状とは誰も考えておらず、病気という対象とはならない、当たり前前の老化現象として取り扱われていたのです。

それが、近年、医学の進歩に伴い、癌や脳疾患、その他のメジャーな死に直結するような疾患の治療法が確立されてきた結果、当たり前前と思われていた老化や廃用といった状態が社会的問題をおこす治療対象ととらえられるようになってきました。実際、それらの疾患が私たちの日々の生活を左右する一番の障害となっています。そのため、いかに老化を抑えるかが基本となりますが、わかってきたことは、生活に必要な筋力・持久力は、日々の生活で意識することで維持することが容易である一方、

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、単純に楽しんで歩くのではなく、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、日常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： メマンチン	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。メマンチン®(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。レケンビ®(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不溶性アミロイド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。

長岡中央総合病院
薬剤師
ハセガワ ナオト
長谷川 直人

