

地域医療支援病院・地域がん診療連携拠点病院・臨床研修指定病院（基幹型）



労働者健康福祉機構 新潟労災病院

〒942-8502 上越市東雲町1-7-12 電話：025(543)3123

FAX：025(544)5210

ホームページ：http://www.niigatah.rofuku.go.jp

志学・而立・不惑・天命・知命・耳順・従心
(しがく・じりつ・ふわく・てんめい・ちめい・じじゅん・じゅうしん)

病院長 松原要一

今朝、二日間の関東出張から新潟経由JR特急北越で直江津に戻りました。とても良い天気、山々の深い緑と豊かに広がる田んぼのやや明るい緑、そして少し霞がかかった青い空とのコントラストが美しく、旅の疲れや眠気も消えました。柏崎を過ぎ柿崎に近づくと穏やかな日本海の浜辺近くの澄んだ青さと沖合の濃紺の海、そして綺麗な砂浜と釣り人が所々に居る風景がさらに広がり、いつも以上に地元に戻ってきたと感じました。雨もそれなりに好ましいのですが、梅雨時期のこの情景はいわゆる日本海側（裏日本？）の特徴で、太平洋側（表日本？）の人々は羨ましく思うかもしれません。蛇足ながら、地図で見ると上越地方はまさに日本の中心（臍の位置：重心）に当たっているのも何となく嬉しいものです。

さて、日本全体が少子高齢社会となりその対応が必要となっています。特に上越市のような地方ではそれが大きな社会的な医療問題となっています。したがって、元気なお年寄りを増やし、障害や病気があれば改善するか進行を遅らせなければなりません。当然、医療体制を充実させることが重要ですが、早期治療と病状悪化および未病の段階での予防がさらに重要と思われれます。どちらも相手があつてのことなので、現状では単に医療を提供する側の努力では対応できませんし、医療を受ける側の努力なしには今後の展望は良い方に開けないでしょう。

これまでの医師生活を振り返ると、約30年間外科医として診療の日々を送った後、約14年前に54歳で外科の一線から引退し、医療を受ける側になりました。当時意識したのが約2500年前に編纂されたと言われる『論語』の為政第二の次の語句です。すなわち、“子（シ）曰（い）はく、「吾（われ）、十有五（ジュウユウゴ）にして学（ガク）に志（こころざ）し、三十（サンジュウ）にして立（た）ち、四十（シジュウ）にして惑（まど）わず、五十（ゴジュウ）



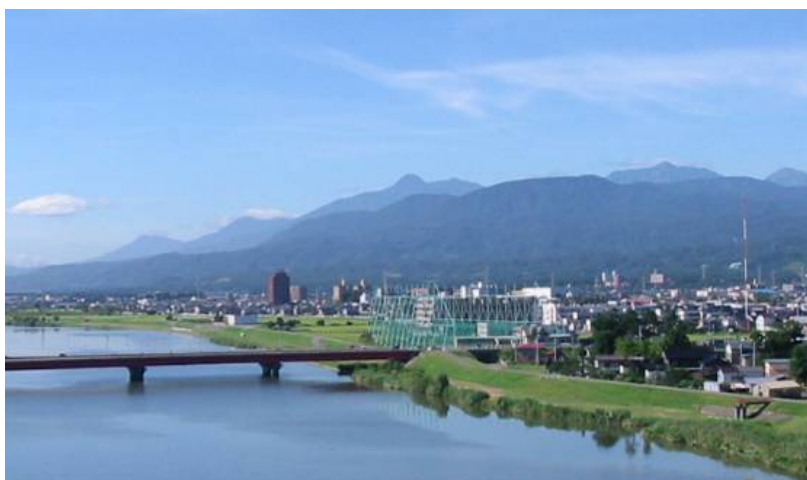
にして天命（テンメイ）を知（し）り、六十（ロクジュウ）にして耳順（みみしたがい）ひ、七十（ナナジュウ）にして心（こころ）の欲（ほつ）する所（ところ）に従（したが）ひて、矩（のり）を踰（こ）えず。」 ”

： 先生のことば「私は十五歳で、学問で一生立とうと志し、三十歳で、なんとかひとり立ちできるようになり、四十歳で、いかなる事態に直面しても動揺しなくなり、五十歳で、天が私に与えた使命を自覚し、六十歳でどんなことでも聞いただけで理解できるようになり、七十歳で、自分がしたいことをしても、それがいつの間にか道徳律にかなっているという境地に達した。」（ポケット論語、山田勝美、角川書店、1985.）

数年後に 70 歳になりますが、上記の 60 歳までのことは意識できても実行したり、その能力をつけるのは至難の業でした。さすがに、『孔子』さまです。でも、最近思うのは、七十歳からの「従心」は謙虚になれば少しはできそうだと。なにしろこれからのことなので、“意気込みや良し”として広言のお許しを。

ヒトが長生きするのは次の世代への引継ぎを果たすためだと言って良いと思います。高齢者（65 歳以上）の皆さん、健康に注意し、食事・生活習慣を見直し、残りの人生を「素直になって、損得抜きでほかの人のために尽くせたら」と思いませんか！？

（H24.6.28. 院長室の窓から上越市街と妙高山および関川を眺めながら）



☆☆☆ 医師交代のお知らせ ☆☆☆

転入 (7/1)

内科医師

こしお なお
古塩 奈央

転出 (6/30)

内科医師

安山 浩信

内科医師

庄子 聡

プロフィールについては、次号でお知らせします。

内視鏡室におけるリカバリールーム造設 および大腸内視鏡検診開始のお知らせ

消化器内科部長 前川 智



当院内視鏡室は中央検査部の一つであり、消化器内科医 5 名、外科医 4 名、呼吸器内科医師 2 名、呼吸器外科医師 3 名、内視鏡技師 3 名で内視鏡検査・治療を行っています。

内視鏡検査室は 51.6m² で、内視鏡光源装置 2 台、検査台 2 台を設置しています。その隣に透視台 1 台を中央に配置した 28.6 m² の内視鏡検査室がありました。病院開設当時は、この内視鏡検査室で透視下の大腸内視鏡を行ってまいりました。しかし、近年内視鏡技術は向上し、エックス線被爆量を減少させるため、同内視鏡検査室での大腸内視鏡は行わなくなり、物置小屋に近い状況になっていました（写真 1）。

当院の内視鏡件数は開業医の先生方による多数の御紹介などにより、年々増加傾向にあります。例えば大腸内視鏡は、私が 5 年前当院に赴任した時に比べて、2~3 倍に増加しています。内視鏡後元気に帰宅される患者さんがほとんどですが、時に少し休んで帰られる患者さんもいらっしゃいます。恥ずかしながら、そのような患者さんが休むことのできるリカバリールームが内視鏡室にない状況でした。今後内視鏡件数の更なる増加が予想されるなかで、リカバリールームの造設は不可欠と考えました。そこで、透視台のある内視鏡室の透視台を撤去、不要なロッカー等を整理し、本年 7 月よりリカバリールームとして使用する方針としました。

リカバリールームには、ベッドを 1 台、リクライニングチェア 3 台を配置しました（写真 2）。内視鏡検査室の隣に、リカバリールームをつくることで、患者さんは気軽に休んで帰ることができます。また、私達医療者も患者さんの状態をよりよく観察できるメリットもあります。物置小屋のような透視台のある内視鏡室は、安心感のあるリカバリールームとして生まれ変わりました。

また、準備室（前処置室、20.6 m²）には、本年 4 月より 32 型のテレビを設置し、部屋の中央に長椅子を配置しました（写真 3）。それにより、患者さんの待ち時間のストレスが軽減され、早くも好評を得ています。

話は変わりますが、最近では大腸がん検診として便潜血検査が全国的に導入され、がん発見につながっています（当院の検診項目にも含まれています）。しかし、発見されたがんがかなり進行しているのも事実です。がんが大きくなると、便ががんのところを通過する時、こすれて便に血が混ざってきます。それを検出するのが便潜血検査です。したがって便潜血検査は早期がんを発見する目的の検査ではないということです。

ではどうしたら、早期の段階で大腸がんを発見することができるのでしょうか？実は、大腸がんのほとんどが、はじめは良性のポリープなのです。それが成長して大腸がんになるといわれています。したがって、現在はがんのもとに

なり得るポリープの段階で除去するのが、大腸がんの予防につながると考えられています。その大腸ポリープの発見に最も有効な検査が、大腸内視鏡検査であり、内視鏡を用いて、開腹手術を行わず、ポリープを切除することができます。

当院での大腸内視鏡検査は、熟練したスタッフの技術および最新の内視鏡器具を駆使し、挿入時の苦痛軽減に努めています。大腸がんを予防したい方は、是非リカバリールームが造設され、生まれ変わった当院の内視鏡室で「大腸内視鏡検診」を受けてみてはいかがでしょうか（本年7月より開始予定です）。

最後に、リカバリールーム造設および準備室の充実化に御協力を頂きました院長をはじめ、事務の方々にこの場を借りて御礼申し上げたいと思います。



写真 1

写真 2 現在のリカバリールーム



写真 3 現在の準備室（前処置室）

☆ 平成25年度新規採用看護師を募集いたします ☆

- 1 職 種 看 護 師
- 2 待 遇 ☆給 与：労働者健康福祉機構職員給与規程による
(住居手当、通勤手当他各種手当あり)
☆福利厚生：健康保険組合、厚生年金、厚生年金基金、
労災保険、院内保育所
☆宿 舎：敷地内に独身寮あり
- 3 採用予定日 平成25年4月1日
- 4 採用者数 20名程度
- 5 勤 務 地 新潟労災病院（上越市—JR直江津駅南口から徒歩4分—）
- 6 応募資格 看護師免許取得者又は平成25年3月卒業見込者
- 7 提出書類 ①履歴書（写真貼付）（希望試験日を記載してください。）
②自己紹介書（A4判1枚）
③看護師免許証の写（免許取得者）
④成績証明書（平成25年3月卒業見込者）
⑤卒業見込証明書（平成25年3月卒業見込者）

8 試 験

試 験 日	第1回目	第2回目	第3回目
		平成24年7月28日(土)	平成24年8月2日(木)
合格発表日	平成24年8月6日(月)		平成24年8月17日(金)
書類提出期限	平成24年7月20日(金)	平成24年7月26日(木)	平成24年8月 3日(金)
試 験 日	第4回目以降		
	随時		
合格発表日	試験日より1週間後		
書類提出期限	随時		
試験会場	新潟労災病院3階会議室		
試験科目	作文試験(11:00~12:00)及び面接試験(13:00~)		

- 9 提 出 先 〒942-8502 新潟県上越市東雲町1-7-12
新潟労災病院 総務課
TEL 025-543-3123

勤労者予防医療部活動報告

新潟労災病院勤労者予防医療部は、腰痛予防教室や講演会を開催し働く人の腰痛予防に努めてきました。

今回、当院リハビリテーション科澤田小夜子理学療法士・稲垣利重子作業療法士が6月4日、8日、12日の3回、三菱化学ハイテクニカ様からの依頼で「自分の腰は自分で守ろう」をテーマに講義と実技指導を行いました。参加者は全部で32名でした。

また、中央リハビリテーション部長熊木裕理学療法士が、6月5日に上越労働基準監督署からの依頼で「社会福祉施設における労働災害予防と指導会」を59名の多数の参加を得て講演、指導を行いました。



新潟労災病院の理念

“働く人の健康を守り、地域の急性期医療に貢献します”

新潟労災病院の基本姿勢

1. 良質で安全な医療を行います。
2. 患者の権利を尊重し、患者中心の医療を行います。
3. 地域の急性期医療を担当する高機能病院として、救急医療を行います。
4. 働く人の健康を守ります。



1日ドックのご案内

1年または2年に1回、人間ドックを受けましょう。
誕生日や家族の記念日などに合わせて、1日ドックを予定されてはいかがでしょうか。

健康診断部からのお知らせ

乳がん検診に乳腺エコー検査を新設します

乳がん検診はマンモグラフィ検査が基本ではありますが、なかにはマンモグラフィで見つけることのできない乳がんがあります。日本人は40歳代など若年者の乳がん発症が多いという特徴がありますが、若い世代ではとくにマンモグラフィで乳がんを見つけるのがむずかしいことが多いのです。そこでお奨めするのが乳腺エコー検査との併用です。

1日ドック(税込み) お食事券付

① 基本コース	男女共通のがんと生活習慣病の一般コース		42,500円
② 男性コース	① + 前立腺がん検査(PSA検査)		44,300円
③ 女性コース	乳がんコース	乳腺エコーあり	52,000円
	(①+視触診+マンモグラフィ)	乳腺エコーなし	48,500円
	子宮がんコース (①+内診・細胞診・子宮卵巣エコー)		46,000円
	乳がん・子宮がんコース	乳腺エコーあり	55,500円
		乳腺エコーなし	52,000円

基本コース検査項目 (特定健康診査の項目はすべて含まれています。)

身体計測	身長 体重 体脂肪 骨格筋量 腹囲 BMI 問診 医師診察 眼底 眼圧 視力 聴力
呼吸器	胸部X線 呼吸機能 肺年齢
循環器	血圧(2回) 心電図 心拍数
腎機能	尿蛋白 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 クレアチニン eGFR
消化器	胃内視鏡 便潜血(2回) ※胃がん検査は胃内視鏡検査(胃カメラ)にて実施します。
超音波	腹部超音波検査
肝・膵機能	総蛋白 アルブミン GOT GPT γ -GTP ALP 総ビリルビン
痛風	尿酸
糖代謝	尿糖 空腹時血糖値 HbA1c
血液	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値 MCV MCH MCHC 白血球数 白血球分画 血小板数
脂質	総コレステロール 中性脂肪 HDLコレステロール LDLコレステロール
炎症	CRP
血液型	血液型(ABO Rh)

検診コースの①～⑬の検査は、1日ドックにオプション検査として追加することができます。もちろん、がん検診だけでも、いくつかを組み合わせでの実施も可能です。★は1日ドックの各コースに含まれます。

がん検診コース

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	7,850	9,950
②肺がん	胸部CT	9,000	11,100
③胃がん ★	胃内視鏡		17,100
④大腸がん ★	便潜血(2回)		3,720
⑤前立腺がん ★	PSA		3,900
⑥乳がん ★	視触診(1日ドック実施時のみ)	乳腺エコーあり	11,600
	マンモグラフィ撮影	乳腺エコーなし	8,100
⑦子宮がん ★	内診 子宮頸部細胞診 子宮卵巣エコー(子宮体がんの検査を含む)		5,600
⑧腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,050	5,150

生活習慣病予防コース

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
⑨頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,775	7,875
⑩肺年齢 ★	呼吸機能		5,250
⑪骨密度検査	X線	3,600	5,700
⑫内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,150	5,250
⑬骨格筋肉量 ★	体成分分析装置(インボディ) (骨密度または内臓脂肪測定とセット実施)		525
⑭睡眠時無呼吸検査	自宅で睡眠時に測定(機器貸出し)	5,250	7,350

その他

円(税込)

	内 容	1日ドックで オプション料金	単独実施料金 (1日ドックなし)
⑮肝炎検査	HBs抗原 HCV抗体	2,260	4,360
⑯HIV検査	HIV抗体	1,370	3,470

1日ドック・がん検診コース・生活習慣病予防コースは予約制です。

下記①②の方法でご予約下さい。

- ① お電話(ドック健診担当)または医事課0番窓口にてお申し込み下さい。

電話 025-543-3123 内線(1233) 平日 8:30~16:00

- ② 1日ドック・健診各コース申込書(新潟労災病院ホームページ(<http://www.niigatah.rofuku.go.jp/>)よりダウンロード)に必要事項を記入し、新潟労災病院医事課へ郵送または FAX して下さい。

〒942-8502 新潟県上越市東雲町 1-7-12

新潟労災病院医事課ドック検診担当 FAX 025-543-7110



散歩道



～ 山旅口ガー ～

山旅と言っても、日帰り専門ですが、最近、はまっております。

先日、私は、最近よくTVで放映され、外国人からも人気の高尾山に登ってきました。

高尾山は、東京は八王子にあり、都心からのアクセスもよく、大勢の観光客？登山客が押し寄せます。お祭りの雰囲気です。

高尾山の登山道はかなり整備されており、山頂付近まで舗装されているため手軽に登山が楽しめます。さらに、中腹まではケーブルカーやリフトもありますので、汗をかくのが苦手という方でも大丈夫です。ヒールを履いた女性も結構登っています。そのほか本格的に登られる人のコースも充実していますので、山ガールや山ジジーもたくさん登っています。

高尾山山頂付近からは、東京都内が一望でき東京スカイツリー、レインボーブリッジが望めます。また、運が良ければ富士山も望むことができます。

高尾山は、一大観光スポットであり、またパワースポットとしてミシュランガイドに載っているそうです。間近に名山がある上越の皆様からすれば物足りないでしょうが、夏場は山頂でビアガーデンをやっているの、ぜひ足を運んでみてください。

(Y. I)