

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）



労働者健康安全機構 **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.johas.go.jp

「働く人のために」

事務局長 澤野 貴博

今年の梅雨明けは昨年より早く、連日の猛暑にそろそろ体が悲鳴を上げているのではないのでしょうか。家の中にも熱中症にかかると言われていまして、水分補給や扇風機等の使用による暑さ対策をしながら、日々の暑さに耐えているところです。

当院では、毎年夏に、「健康と福祉の増進週間」を設定して、地域の皆様とともに仕事と健康について考える取組をしております。今年も先般、リージョンプラザ上越で市民公開講座と併せて各種無料健康相談を開催しました。

各種無料健康相談では、血管年齢測定、からだの成分分析装置による筋肉量、脂肪量、BMIの測定や入江院長の健康相談等を行いました。暑い中、ご参加いただきました方々には御礼を申し上げます。新潟労災病院では皆さんの健康を応援していますので、次回もご参加いただきたいと存じます。

さて、当院と同じ組織にある労働者健康安全機構では、治療と仕事の両立支援に力を入れていることを以前ご案内させていただきました。

これは、近年の治療技術のめざましい進歩や働く人を取り巻く環境の変化により、病気になっても仕事を辞めずに働き続けることができるようになってきていること、今後、職場においても労働力の高齢化が見込まれる中、病気を抱えた従業員が、治療を受けながら働く場面に直面することが増えると考えられていること、がんなどの病気を抱えながらも仕事を続けたい人は92.5%もいるという調査結果があることなどにより、現在、必要性が高まってきているためです。

このようなことに対応するため、厚生労働省と当機構は治療と就労の両立支援の取組を行っています。

そのひとつとして、当院では治療と職業生活の両立支援窓口を設置しています。治療を続けながら安心して働くためには、事業場や病院との連携が不可欠なため、当院では、新潟産業保健総合支援センターと連携して、両立支援促進



員が患者（労働者）・病院・事業場の3者の間に入り、スムーズな情報のやりとり・共有を図り、治療と職業生活の両立を支援します。治療と職業生活の両立は、患者である労働者のご本人からの申し出がなされたことを端緒に取り組むことが基本となりますので、当院の窓口である治療就労両立支援部にご相談下さい。

また、別掲の人間ドック等についても、少しずつ体制を整備しており、当院は、働く人の健康を守ることに寄与してまいります。



がん、身体の活動と栄養についてのサポート

健康診断部長 島 矢 早 苗

がんは早期発見や治療の進歩により、5年生存率は平均すると60%以上になって半数以上が助かる時代になっています。すなわちがんと共存しながら生きていく期間が、非常に延びています。

以前はがんになるとやせて食べられず、衰弱することが多かったのです。その原因はよくわからなかったのですが、近頃だいぶ解明されてきました。がんからいろいろなホルモン類似物質（サイトカイン）が出て脳に作用すると食欲が低下する、筋肉に作用すると筋肉の分解が起こり筋力低下して疲れる、動けなくなる、体重が減る、ストレスにも弱くなっていろいろなことができなくなるなど、複合的な代謝異常であり、不活動による虚弱です。治療の間もその後も、副作用や痛みで安静になりやすく、体力が落ちてしまいがちです。

がんを経験された方々が治療を継続していくなかで障害が生じたとき、生活面や身体の安全面をサポートしていくということが、非常に重要になってきました。身体の活動性や機能を維持するために、運動療法が奨められます。運動によって生活の質の維持や症状の改善が見込めることが実証されるようになったからです。

肺がんなどが背骨、肋骨、骨盤や大腿骨など太い骨に転移をきたすと、骨折したり脚が麻痺したりで、ベッド上生活を余儀なくされてしまいます。骨転移の治療は痛みをとることはもちろん、自分の力で動いたりやりたいことをやれるよう、日常生活動作を維持していくことを目標にしています。それが有酸素運動と筋トレの組み合わせで、担当医と相談しながら強度の低いレベルから始めていきます。骨折しないようにひねったりねじったりは避ける、重い物は持たない、急に動かない、などにも注意します。

そして忘れてはならないのが栄養不足にならないこと、カロリーとタンパク質をしっかり摂ることです。がんだからといって、あきらめるものではない。身体の活動、栄養についてのサポートを、積極的に受けていただきたいと思います。



第68回市民公開講座及び無料健康相談が開催されました

2018年(平成30年)

7月4日(水曜日)

自分の体をチェック



新潟労災病院
無料健康相談
労働者健康安全機構
市東雲町1、入江誠治
越市のリージョンプラ
ザ上越コンサートホー
ル(院長)は6月30日、上
ザ上越コンサートホー

測定と相談通し知る

気軽に各種健康相談、測定が受けられるとあって、例年人気の企画。多くの市民が来場した。

ル前で無料健康相談を実施した。特殊な機器を用いる血管年齢測定や血糖測定などを気軽に受けられるとあって、多くの市民が健康状態の確認に訪れた。同機構が平成26年度に設定した「健康と福祉の増進週間」を受けた年1回の取り組み。同病院が平成20年から継続している市民公開講座の会場に合わせて設けている。

会場はインボディ(体成分分析装置)などの測定コーナー、誤嚥(えん)性肺炎やロコモティブシンドローム(運動器症候群)防止のための相談コーナーに分かれ、それぞれに来場者の列ができた。

就労の両立支援の取り組みなどデータを交えて説明し、約200人が聞き入った。

同病院に長年通院しているという上越市中央5の男性(85)は検査データを持参し、入江院長に相談したという。「診察時間は短いので、担当医から進められてきた。詳しい話を聞くことができ、勉強になった」と喜んだ。

同講座では入江院長が「がん診療の現在と未来」と題して講演。全国と本県のがんによる死亡者数推移、生活習慣との関連、治療と

上越タイムスより転載

※「健康と福祉の増進週間」とは、労災病院を運営している独立行政法人労働者健康安全機構が、仕事と健康の両立について情報を発信し、健康面から働く人を支えることを目指しているため、平成26年から「健康と福祉の増進週間」を設けたものです。

新潟労災病院の理念

“働く人の健康を守り、地域医療に貢献します”



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. 急性期医療、回復期医療を通じ、地域医療における中核的な役割を担います。
4. 働く人の健康を守ります。

患者さんの権利

1. 人間としての尊厳をもって医療を受ける権利
2. 当院の提供する良質で安全な医療を受ける権利
3. 自らの健康状況を理解するために必要な情報を、当院から得る権利
4. 当院の提供する医療の内容および予測される結果について説明を受ける権利
5. 他施設の医療者の意見（セカンドオピニオン）を求める権利
6. 当院から必要な説明を受けたうえで、自分の自由な意思に基づいて選択し、あるいは拒否する権利
7. 診療に関する記録の開示を求める権利
8. プライバシーが保たれる権利
9. 医療費の報告および医療費の公的援助に関する情報を受ける権利

患者さんの責務



1. 自らの健康に関する情報を正確に医療者に伝える責務
 - ・最適な検査や治療を受けるために、自身の健康に関する情報を詳しく正確に提供してください。
2. 診療等に関して自らの意思を明らかにする責務
 - ・医師から十分な説明を受けた上で、診断・治療方針について、自らの意思を明らかにしてください。
3. 診療等に関する指示や助言を守る責務
 - ・診療を円滑に受けるため、医療従事者の指示や助言を守ってください。
4. 病院の規則に従い職員や他者へ迷惑を掛けない責務
 - ・すべての患者さんが、安全で良質な医療を受けられるように配慮するとともに、当院職員が適切な医療を行うのを妨げないよう協力してください。

人間ドックで胃内視鏡検査を再開します！

1日ドック（がんと生活習慣病の一般コース）

43,740 円（税込み）（御食事付）

※第1・3・5月曜日、第2・4金曜日

胃	※内視鏡検査		
問診・診察・指導	情報提供と結果説明(医師) ※診察は毎週月曜日・金曜日		
身体計測	身長体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI		
生理機能	胸部X線 呼吸機能 肺年齢 血圧 心電図 心拍数		
血液	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応 血液凝固検査 血液型(初回)		
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣		
便潜血	便潜血検査(2回法)	超音波	肝・胆・膵・脾・腎・腹部大動脈
眼と耳の機能	眼底 眼圧 視力 聴力		

※胃内視鏡検査なしでのご予約も相談に乗っております。

シニアコース

26,730 円（税込み）

※毎週火、水曜日

問診・診察・指導	情報提供と結果説明(医師) 栄養指導(管理栄養士)		
身体計測	身長体重 腹囲 BMI		
血液検査	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応		
尿検査	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣		
腹部超音波検査	肝・胆・膵・脾・腎・腹部大動脈		
頸動脈エコー検査	頸動脈の動脈硬化		
心電図検査	不整脈と虚血性病変の有無		

お手軽ドック（生活習慣の簡易コース）

13,500 円（税込み）

※開始時間はご希望に応じます

身体計測	身長体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI 問診		
生理機能	胸部X線 血圧 心電図	眼の検査	眼底
血液 (肝・血糖・脂質)	AST(GOT) ALT(GPT) γ -GT(γ -GTP) 血糖 HbA1c 中性脂肪 HDL・LDLコレステロール 赤血球数 血色素量 ヘマトクリット値		
尿	尿蛋白 尿糖 尿潜血		

歯科ドック（基本コース）

5,000 円（税込み）

歯科ドック（パノラマ撮影コース）

10,800 円（税込み）

基本コース	問診・歯周病検査・プラークや歯石の付着・口腔乾燥度・冠、ブリッジ、義歯の状態・結果説明
パノラマ撮影コース	問診・歯周病検査・プラークや歯石の付着・口腔乾燥度・冠、ブリッジ、義歯の状態・X線撮影での骨病変の有無の確認・結果説明

がん検診・生活習慣予防コース

検診コースの①～⑰の検査は、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。

腹部超音波検査に肝炎ウイルス検査を追加しました！

(★は1日ドック、☆はお手軽ドック、●はシニアコースに含まれます。)

がん検診コース

(税込み)

	内 容	料 金
①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	8,100円
②肺がん	低線量肺がんCT	9,720円
★③大腸がん	便潜血(2回)	1,620円
④肝胆膵がん	★●腹部超音波 肝炎ウイルス(B型、C型)	8,046円
⑤前立腺がん	PSA	1,836円
⑥乳がん	マンモグラフィー撮影 乳腺エコー	9,936円
	マンモグラフィー撮影	6,264円
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)	4,320円
⑧腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,240円
⑨アミノインデックス がんリスクスクリーニング検査	男性(胃・肺・大腸・すい臓・前立腺がん)	24,840円
	女性(胃・肺・大腸・すい臓・乳・子宮がん)	

生活習慣病予防コース

骨密度測定検査が変わりました！今までは腰椎のみを測定しておりましたが、この度大腿骨頸部を追加し、測定部位が腰椎＋大腿骨頸部へととなりました。2か所を測定することでより正確で詳細な結果が得られます。

(税込み)

	内 容	料 金
●⑩頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,940円
★⑪肺年齢	呼吸機能	3,240円
⑫骨密度検査	X線(腰椎＋大腿骨頸部)	4,860円
⑬内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,240円
★☆⑭インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)	540円
⑮睡眠時無呼吸検査	自宅で睡眠時に測定(機器貸出し)	5,400円

感染症

(税込み)

	内 容	料 金
⑯肝炎ウイルス検査	B型(HBs)、C型(HCV)	2,322円
⑰HIV検査	HIV	1,404円

人間ドック・がん検診コース・生活習慣病予防コース・歯科ドックは予約制です。
下記①②のいずれかの方法でご予約下さい。

- ① お電話または医事課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 人間ドック申込書(新潟労災病院ホームページ(<http://www.niigatah.johas.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



梅雨明け宣言をした途端、気温がグングン上昇し、すっかり夏です。海水浴の季節とともに、新しい水族館がオープンし、とてもにぎわっているようです。

私は直江津出身なので子供の頃から水族館は身近にありました。初代の水族館は小学校低学年の頃、よく親に連れられて行きました。初めてクジャクを見て、夏休みの作文に水族館で見た魚のことを書きました。2代目水族館の建設時期は中学生でした。美術の授業で水族館を写生し、青を基調にした色でグラデーションをつけて絵を完成させました。友達とサイクルモノレールを楽しみました。結婚して子供が生まれ、我が家の子供たちも2代目水族館には何度も足を運びました。

さていよいよ3代目水族館です。期待でいっぱいですが、とても混んでいると聞き、まだ行っていません。少し落ちついてから、と思っているのですが秋？冬？になってしまうかもしれません。楽しみは、もう少し後にとっておくことにします。



(T. K)