

今月のトピックス

看護の日のイベントについて(詳細は4ページに掲載)

病院からのお願い

院内では必ずマスクの着用をお願いいたします。マスク着用のない方は、診察室への立ち入りをご遠慮いただきます。

ろうさいニュース

第225号 2021年4月1日

地域医療支援病院

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

地域医療連携室 電話：025(543)7190 FAX：025(543)7110

ホームページ： <http://www.niigatah.johas.go.jp>

地域医療を守る希望の灯として

院長 入江 誠 治

観測史上最多の降雪量を記録した上越にも、今年もまた春がやって来ました。当院の桜も美しい花を咲かせています。年明け早々の大雪で、何日間も、その丈の半分以上が雪に埋もれてなお、堅い芽をつけた枝をしっかりと伸ばし、凜と立ち続ける姿に、脈々と続く強い生命力と春の開花への確実な歩みを見出し励まされる思いでした。

かつて経験したことのない目に見えない敵、新型コロナウイルスとの戦いが1年以上続く中、ワクチン接種が始まっています。感染拡大を阻止し、社会活動を取り戻すための強力な切り札となることが期待されます。新型コロナウイルスが攻撃してきたのは、我々の健康だけでなく、東日本大震災からの復興の途上で、我々が誇りとしてきた、「絆」「助け合い」「共存」など、他者との繋がりで成り立つ社会の在り方そのものだったのです。人と人との接触が制限され様々な制約が課される中、社会の分断や孤立が生まれ、重苦しい閉塞感が国中を覆い尽くしています。今こそ国、地方自治体、医療機関、住民が総力を結集して1日も早いコロナの収束を成し遂げましょう。

地域密着型病院として勤労者医療を担う当院は、今年度も整形外科、脳神経外科、歯科口腔外科を軸に、従来の高度な医療提供と共に、急性期から職場復帰までの一貫したシームレスな治療、リハビリを通じ、様々な疾患における治療と就労の両立支援をしてまいります。また、ICTの利活用や遠隔診療も視野に入れ、積極的に訪問診療・看護を行い、個別的なニーズに対応した全人的ケアを展開します。更に、労災病院の使命の一つである産業保健活動においても、嘱託産業医、



地域産業保健センター登録産業医として、ウィズ・コロナ時代特有の課題を見出し、勤労者の健康維持・促進に尽力致します。透析については、引き続き上越総合病院、新潟大学から医師派遣を得て、安心安全な医療を提供致します。

聖火が我々の希望の灯として、この上越の街を駆け抜ける日を共に迎えられるよう、皆様にはコロナ対策の基本に立ち返り、手洗い、マスク、3密回避を引き続き励行して下さいますようお願い申し上げます。

☆☆☆ 医師の異動について ☆☆☆

採用(4/1)

整形外科医師

いぬかい 犬飼 ともや 友哉

歯科初期臨床研修医

さいとう 齋藤 るい 瑠郁

退職(3/31)

第4整形外科部長

玉川 省吾

第5整形外科部長

井上 隆志

整形外科医師

石坂 佳祐

病理診断科部長

川口 誠

プロフィールについては、次号でお知らせします。



診療科のお知らせ

■ 内科

- 毎週木曜日に上越地域医療センター病院総合診療科 倉辻医師が診療を行っています。

■ 糖尿病内科

- 毎週金曜日に昭和大学医師が交代制で診療を行っています。
4/2 山岸 昌一 4/9 八島 広典 4/16 川上 来知
4/23 八島 広典 4/30 山岸 昌一
- 診療は原則予約制です。ご予約は地域医療連携室にて承ります。
地域医療連携室（直通）：電話 025-543-7190

突然起こる高齢者の骨折

～そのとき自分は？家族は？～

整形外科医師 佐久間 杏子

今年は一記録的な大雪でありましたが、無事に春を迎えることができました。整形外科の領域としては、冬は雪や凍結、体のこわばり、ウィンタースポーツの影響で特に骨折が多い季節となります。しかし、暖かくなって人々の活動性が高くなる春も、実は骨折が多い季節ですので、油断はできません。



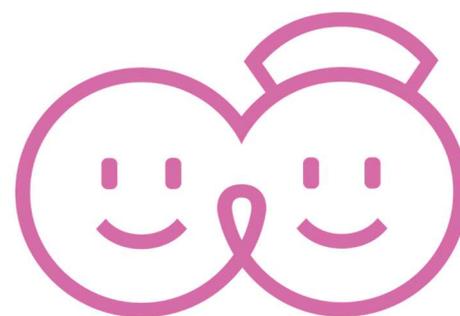
特にご高齢の方は、ちょっとした転倒や動作で骨折してしまうことが少なくありません。それは、1. 年齢とともに骨密度が低下し、骨粗鬆症が進行するから 2. 筋肉が減少し、とっさの受け身が取れなかったり、骨のクッションとなる役目を果たせなかったりするから 3. 視力やバランス感覚が低下し、そもそも転倒リスクが高いから などの理由があります。骨折の部位は、①足の付け根（大腿骨頸部骨折・大腿骨転子部骨折） ②背骨（圧迫骨折） ③手首（橈骨遠位端骨折） ④肩（上腕骨近位部骨折）が多くみられます。これらは1回の転倒で複数同時に受傷することもあります。片手が思うように使えない③、④も不便ですが、①、②はあまりの痛さに体を動かすことができず、寝たきりとなってしまうことがあります。寝たきりというのは、歩けないことが辛いのはもちろんですが、全身が一気に衰弱し、心不全や肺炎などの疾患につながることもあることから、「命にかかわる骨折」とも言われています。そのため①の場合では、基本的には高齢でも手術治療が推奨されております。

もし、自分や家族が、急に骨折したら。利き手が使えなくなったら。歩けなくなったら。入院するのか、現状の家で介護や生活が可能なのか。手術を受けるか受けないか。だれが中心となってサポートするのか。それまでどんなに元気に生活していたとしてもほんの一瞬のことで、突然に本人・家族の生活に影響を及ぼしてしまうのが、骨折の現実です。



そこで、これらを事前に想定し、日頃から準備や対策をしておくことが大事だといえます。骨密度検査を受け治療を検討したり、体力・筋力維持のトレーニングをしたりすることが有用です。介護保険や介護サービスを学んだり、ケアマネージャーと話をしたりして、家族で選択肢を共有しておくこともいいでしょう。

上越地区は高齢化がすすんでおり、高齢者の骨折を他人事ではなく、身近なこととして考えていただきたく思います。私たちは皆さんの生活に寄り添い、予防から治療まで、精一杯携わってまいります。



看護の心をみんなの心に

5月12日は
看護の日

★ 今年も看護の日にちなんだイベントを開催します ★

<看護の日の由来>

21世紀の高齢社会を支えていくためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を、私たち一人一人が分かち合うことが必要です。こうした心を、老若男女を問わずだれもが育むきっかけとなるよう、旧厚生省により、「看護の日」が1990年に制定されました。市民・有識者による「看護の日の制定を願う会」の運動がきっかけでした。

「看護の日」は近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、5月12日に制定されました。1965年から、国際看護師協会(本部:ジュネーブ)は、この日を「国際看護師の日」に定めています。

新潟労災病院では**2021年5月10日から14日**まで看護の日イベントとして「癒しの写真展」を開催します。1階待合ホールに展示いたします。ぜひご覧いただければ幸いです。

----- 昨年の「癒しの写真展」 -----





フレイル予防健診を受けてみませんか！

コロナ禍で「自宅に籠りきり」という生活が長期化すると活動量が低下し筋肉も衰えて疲れやすくなりベッドで横になる時間が増えます。これがフレイルのサインです。

新しい生活様式の中、自ら要介護に向かわないためにフレイル予防健診を受検し、予防・改善のためのヒントを見つけませんか。



検査項目	内容
腹部超音波検査	肝、胆、膵、脾、腎臓、腹部大動脈
血液検査	肝臓、腎臓、血糖、脂質、血球計算、炎症反応
尿検査	尿蛋白、尿糖、ウロビリノーゲン、PH、比重、沈査
問診・診察・指導	健診の事後指導、総合的な判断と助言（ 医師 ） 助言が必要な項目の確認（社会参加の状況、心の健康、認知機能など）、相談窓口の紹介（ 看護師 ）
身体計測	身長、体重、腹囲、BMI、インボディ検査
頸動脈エコー検査	頸動脈の動脈硬化の有無
心電図検査	不整脈と虚血性病変の有無
個人指導： 一人ひとりの状態に合わせて 専門のスタッフ がアドバイスを行います！	
① 運動指導	① インボディのデータを基に各種運動の紹介（ 理学療法士 ）
② オーラルフレイル	② 嚥下・咀嚼機能の評価、指導（ 歯科医師、歯科衛生士 ）
③ 栄養指導	③ 食事習慣の把握、低栄養状態予防の指導（ 管理栄養士 ）

料金 40,000円（税込）

実施曜日 毎週水・木曜日 8時15分～

お電話または医事課 〇番窓口にてお申込みください。

TEL 025-543-3123（内線 1233）

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。

健診部からのお知らせ

人間ドック基本コース

- 胃の検査について「内視鏡」「X線」のいずれかを選択できます。
- 「がん検診・生活習慣予防コース」「感染症検査」をオプションとして追加できます。

◆内視鏡検査を選択される方

- ・料金 44,550円(税込)
- ・実施日 水曜日 8:15～
- ・検査項目



身体計測	身長 体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI
眼と耳の機能	眼圧 視力 聴力 レントゲン 胸部X線
問診 診察	情報提供と説明 指導
消化器	内視鏡検査(経鼻又は経口) 便潜血検査(2回法)
腹部超音波検査	肝臓・胆嚢・膵臓・脾臓・腎臓・腹部大動脈
生理機能	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 血液型(初回) 血液凝固検査
尿検査	尿蛋白 尿糖 尿潜血 ウロビリノーゲン PH 比重 沈渣

◆X線(バリウム)検査を選択される方

- ・料金 39,550円(税込)
- ・実施日 第1・3金曜日 8:15～
- ・検査項目 (下記項目の検査以外は、内視鏡検査を選択された場合と同様です)

消化器	X線(バリウム)検査 便潜血検査(2回法)
血液	肝腎機能 血糖 脂質 血球 炎症反応 血液型(初回)

※胃の検査なしでの申し込みも受け付けておりますので、お申し込みの際お問い合わせください。
 ※人間ドック基本コースには、院内食堂「エデン」又は売店をご利用いただける利用券をお付けしています。

お手軽ドック(生活習慣の簡易コース) 13,750円(税込)

お手軽ドックでは、特定健診をさらに進めて体脂肪率、骨格筋量、胸部X線、尿検査を行います。
 ※予約が必要ですが、来院時間はご都合に合わせて決めていただけます。

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 尿 尿蛋白 尿糖 尿潜血
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

がん検診・生活習慣予防コース

★は1日ドック、☆はお手軽ドック、●はフレイル予防健診に含まれます。

		内 容	料 金(税込)
がん検診	①甲状腺がん	ホルモン測定 甲状腺エコー	8,250円
	②肺がん	低線量肺がんCT	9,900円
	★③胃内視鏡検査	血液凝固検査含む ※水曜日・木曜日(不定期)	16,500円
	★④大腸がん	便潜血(2回)	1,650円
	⑤肝胆膵がん	★●腹部超音波 肝炎ウイルス(B型、C型)	8,195円
	⑥前立腺がん	PSA	1,870円
	⑦乳がん	マンモグラフィ 乳腺エコー	10,120円
		マンモグラフィ	6,380円
	⑧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)	4,400円
	※⑨腫瘍マーカー	男性(CEA CA19-9 PSA)	3,300円
女性(CEA CA19-9 CA125)			
⑩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)	25,300円	
	女性(胃・肺・大腸・すい臓・乳・子宮がん)		
生活習慣予防	●⑪頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	6,050円
	⑫骨密度検査	X線(腰椎+大腿骨頸部)	4,950円
	⑬内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,300円
	★☆⑭インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)	550円
感染症	⑮肝炎ウイルス検査	B型(HBs)、C型(HCV)	2,365円
	⑯HIV検査	HIV	1,430円

※腫瘍マーカーは人間ドック健診で用いられることが多いですが、いずれの項目も早期がんで上昇するわけではなく、がん以外にも炎症や良性腫瘍、喫煙、妊娠、加齢等の生理的変化でも陽性となることがあります。したがって、腫瘍マーカーだけではがんのスクリーニングとしては適しませんので、画像検査や他の検査と併用して利用されることをお奨めします。

歯科ドック (基本コース) 5,000円 (税込)

歯科ドック (パノラマ撮影コース) 11,000円 (税込)

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

すべて予約制です。

下記①②のいずれかの方法でご予約ください。

- ① お電話または医事課0番窓口にてお申し込みください。
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してください。
〒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健診担当 FAX 025-543-7110



散歩道



私には毎朝のルーティーンがある。まずは着替えをして水分補給し味噌汁を作る。そのうち子供達が起きて来て寝起きの悪い1番大きな子供（旦那さん）を起こす。そしてテレビを付ける。5年くらい前から始めた6時25分からのみんなの体操をする。『おはようございます』司会者の爽やかな挨拶が聞こえ10分間体を動かす。日替わりでラジオ体操の第1、第2、ストレッチなどが混ざっていてなかなか楽しい。体を動かすと食欲も出て目も覚める。少々食べ過ぎてしまう事もあるが良いことづくめである。



最近はコロナで遠出もできず、ウインタースポーツにも行けていない。予定がない休日にテンションが上がらないので久しぶりに河川敷をウォーキングしてみた。30分以上歩いたり少し走ったり。妙高山を見ながら鳥のさえずり、すれ違う見知らぬ方と挨拶。家に着く頃には満たされた気持ちになり気分もすっきり。夜のアルコールがさらに美味。やはり規則正しい生活と適度な運動は心にも栄養を与えてくれる。

(K・Y)