

今月のトピックス

- ・令和8年3月31日の閉院に向けた休診のお知らせ（詳細は3ページに掲載）
- ・ご面会について（詳細は4ページに掲載）

病院からのお願い

入院患者さんへのご面会は、病院から依頼された方、または「家族カード」をお持ちの方に限らせていただいております。

るうさいニュース

第283号 2026年2月1日

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：<https://www.niigatah.johas.go.jp>

リスタート

看護部長 米田治子

立春の初候「東風解凍（はるかぜこおりをとく）」は、東より温かな風が春を連れてきてくれるころを指します。令和8年3月閉院を目前に複雑な気持ちで今年の春の訪れを迎えます。新潟労災病院は、昭和33年5月にこの直江津の地に開院し、67年間の歴史を刻んできました。地域の皆様への医療はもちろんのこと、勤労者の健康管理という重要な使命を担ってまいりました。

上越圏域全体の医療機能の回復・強化を図ることを目的に、多くの議論・検討がされ、地域全体で将来にわたって、安心・安全な医療サービスを安定して提供できる体制整備がこの医療再編となつたわけです。多くの信頼を寄せていた新潟労災病院での医療・看護については、職員が新天地で役割発揮することになります。利用していただいた地域の皆様にとっての戸惑いはもちろんのこと、職員にとっても大きな転換期となります。



「リスタート」とは、英語の「restart」に由来し、「再開する」「再起動する」「仕切り直す」といった意味を持つ言葉です。私たち職員にとって、この「リスタート」は、「再始動」「新たな始まり」という、心機一転して新しいスタートを切ることです。新たな勤務先となる医療機関での人間関係、システムなどの変化

に戸惑い、不安を抱えている職員も少なくありません。と同時に、これまでの経験を生かしながら、新たな分野への挑戦や学び、新しい仲間や自分に出会うための素晴らしい機会です。患者・家族の皆様へ、これまでと同様の良質で安全な医療サービスの提供ができるために準備をし、当院で培ってきた知識と技術と心のこもった医療を大切に携えてまいります。



新潟労災病院をこれまでご支援いただいた多くの皆様、長きにわたって運営を支えてくださった関係各位、先輩、職員の皆様に感謝を申し上げるとともに、春から「リスタート」新たな幕開けをする職員への引き続きのご支援・ご鞭撻のほど、よろしくお願ひいたします。そして、上越圏域全体の医療機能の強化と発展、関係各位のご健勝とご活躍を祈念しております。



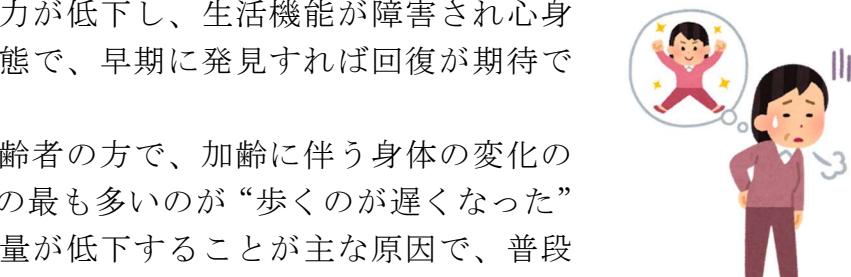
“Frailty, thy name is women”

弱き者、汝の名は女なり（坪内逍遙 訳）

健康診断部長 島 矢 早 苗

シェークスピアの4大悲劇、ハムレットの名セリフです。“フレイリティ”は、ここでは心がもろいという意味で使われていますが、健康に関わるフレイルは、加齢とともに心身の活力が低下し、生活機能が障害され心身の脆弱化が出現した状態で、早期に発見すれば回復が期待できるとされています。

健診を受診される高齢者の方で、加齢に伴う身体の変化のうち不安に感じることの最も多いのが“歩くのが遅くなった”ということです。筋肉量が低下することが主な原因で、普段から運動習慣のないことと関連しています。活動量の不足は自立度の低下につながることから、まずは栄養をしっかり摂った上で（筋肉は運動だけでつくわけではない）座りっぱなしをやめてちょこちょこ動く。有酸素運動は1日7,000歩、さらにその前にスクワットや階段昇りを取り入れると、早く歩けるようになります。運動強度は床掃除や洗車など軽いものから庭仕事、子供と走る、雪かきなどの中程度のものまで、日常の活動範囲でゆっくり始め、慣れたら少し強度を上げる。自分でレベルがあがっていくのがわかると嬉しく、長く続けるのに有利と思われます。



運動は1日7,000歩、さらにその前にスクワットや階段昇りを取り入れると、早く歩けるようになります。運動強度は床掃除や洗車など軽いものから庭仕事、子供と走る、雪かきなどの中程度のものまで、日常の活動範囲でゆっくり始め、慣れたら少し強度を上げる。自分でレベルがあがっていくのがわかると嬉しく、長く続けるのに有利と思われます。

健康は個人差が大きく、背景に若年時からの状態や生活習慣が深く関わっているため、フレイル対策には世代を問わず、早いうちから取り組むべきです。

歯科医院での定期的な歯のケアと口腔、舌の力を維持する訓練、視力聴力低下を放置しない、睡眠をしっかりとることも忘れずに。

診療科のお知らせ

■ 消化器内科

毎週火曜日に非常勤 桑原医師が診療を行っています。

■ 循環器内科

毎週火曜日に非常勤 肥田医師が診療を行っています。



■ 糖尿病内科

毎週金曜日に非常勤医師が交代制で診療を行っています。

2/6 山岸 昌一 2/13 竹鼻 伸晃 2/20 八島 広典

2/27 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

令和8年3月31日の閉院に向けた 休診のお知らせ

円滑な閉院に向けた機能移行計画に基づき以下の日程で**休診**といたします。

何卒、ご理解、ご協力を賜りますようお願いいたします。

2月末で休診

救急外来、糖尿病内科、精神科

循環器内科、消化器内科

放射線診断科、各種健康診断（人間ドック含む）

3月13日で休診

全診療科

※ご不明な点がありましたら、医事課までお問合せ下さい。

「ご面会について」

感染症流行と患者の安全を守るため、面会は「家族カード」を提示されたご家族のみとします。ご近所の方や知人のお見舞いはご遠慮ください。

【面会のルール】

○面会時間　：　14時～16時
1日1回　30分以内
1回の面会は　代表者　最大2名まで
「家族カード」をお持ちの方限定です
「家族カード」がない方は面会できません
指定された場所（病棟看護師がご案内します）

○荷物の受け渡し：14時～17時

- ※ 病院から依頼された場合は除きます。
- ※ 時間外の荷物の受け渡し等については看護師にご相談下さい。

～面会前にしていただくこと～

「家族カード」発行手続き



～面会時の流れ～

- ① 平日は「家族カード」を「○番窓口」で提示し、面会用紙をもらう
休日は「家族カード」を「守衛室」で提示し、面会用紙をもらう
- ② ○番窓口にて（休日は守衛室前）にて「体調確認用紙」を記入する
- ③ 病棟のナースステーションへ記入済みの「体調確認用紙」を提出する
- ④ ナースステーションで体調確認後、「面会札（家族用）」を受け取る
- ⑤ 面会場所は、**指示された場所**となります
- ⑥ 面会中は「面会札（家族用）」を首から下げ、職員に見えるように着用する
- ⑦ 面会後は、ナースステーションへ「面会札（家族用）」を返却する

「家族カード」をなくさないようご注意いただき、退院時にご返却ください。

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

- 胃の検査は内視鏡で行います。（胃の検査を希望しない方はご相談ください。）
- 「がん検診・生活習慣予防コース」「腫瘍マーカー」「アミノインデックス」をオプションとして追加できます。

・料金 44,550円(税込)

・実施日 火曜日 8:15~



身体計測	身長 体重 腹囲 BMI(肥満度)
眼と耳の機能	眼圧 視力 聴力
問診 診察	情報提供と説明 指導
胸部X線	※オプション項目である肺がん CT を追加される場合は省略できます
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 脾臓 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

- ◆ 腫瘍マーカー検査を3,300円で追加可能です。 男性:CEA,CA19-9,PSA 女性:CEA,CA19-9,CA125
- ◆ アミノインデックスを25,300円で追加可能です。
男性:肺、胃、大腸、すい臓、前立腺 女性:肺、胃、大腸、すい臓、乳、子宮
- ◆ 前日の夜より、食事や飲んでいるお薬についての注意事項があります。詳しくは、人間ドックの案内をご覧ください。
- ◆ 1日ドックには、売店で使用できる利用券が付きます。
- ◆ お申込みは、受付日より、約2週間後からとなります。予約日の変更、オプション検査の追加や変更についてはお早目にご連絡ください。混み具合により希望日にご予約出来ない場合があります。
- ◆ 会社等ドック補助金の書類がある場合は、事前にお申し出ください。

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胸部X線、心電図、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 腹囲 BMI(肥満度) 問診		
血圧	心電図	胸部X線	尿(糖 蛋白 潜血)
血液	肝腎機能 血糖 脂質		

膵がんコース

○膵に特化したエコー、MRIで膵がんの早期発見を目指します。

内 容	料金(税込)
腹部 MRI 膵臓エコー 腫瘍マーカー(CA19-9)	28, 600円

がん検診・生活習慣病予防・感染症コース

★は1日ドック、●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肺	低線量肺CT	9, 900円
		低線量肺CT 腫瘍マーカー ※腫瘍マーカーは男女で一部異なります	13, 200円
		低線量肺CT アミノインデックス ※アミノインデックスは男女で一部異なります	35, 200円
	★②胃	内視鏡 血液凝固検査	16, 500円
	★③大腸	便潜血(2回)	1, 650円
	④前立腺	PSA	1, 870円
	⑤乳腺	マンモグラフィ	6, 380円
	●⑥頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	6, 050円
	⑦内臓脂肪測定	腹部CT	3, 300円
	⑧骨密度	X線(腰椎+大腿骨頸部)	4, 950円
生活習慣病予防	⑨肝炎ウイルス	B型(HBs)、C型(HCV)	2, 365円
	⑩HIV	HIV	1, 430円

◆ 腫瘍マーカー検査は
男性:CEA、CA19-9、PSA 女性:CEA、CA19-9、CA125 です。

◆ アミノインデックスは
男性:肺、胃、大腸、すい臓、前立腺
女性:肺、胃、大腸、すい臓、乳、子宮になります。



フレイル予防健診

○フレイルとは、要介護になる手前のバイタリティが低い状態を指します。

○専門スタッフが、一人ひとりに合わせた適切なアドバイスを行います！

	内 容	料金(税込)
総合コース	基本項目+嚥下・咀嚼の評価、指導+運動指導・栄養指導	38,000円
歯科コース	基本項目+嚥下・咀嚼の評価、指導	33,000円
運動・栄養コース	基本項目+運動指導+栄養指導	33,000円

〔基本項目〕

	内 容
身体計測	身長 体重 腹囲 BMI(肥満度) 骨格筋量測定(歯科コース除く)
腹部超音波検査	肝 胆 脾 脾 腎臓 腹部大動脈
血液	肝・腎機能 血糖 脂質 血球計算 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
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)
個人指導	歯科指導:嚥下・咀嚼機能の評価、指導(歯科医師、歯科衛生士) 運動指導:骨格筋量測定のデータを基に各種運動の紹介(理学療法士) 栄養指導:食事習慣の把握、低栄養状態予防の指導(管理栄養士)

歯科ドック

○口腔機能低下予防のためのコースをご用意しました！

	内 容	料金(税込)
オーラルフレイル検診	嚥下、咀しゃく、舌運動、口腔乾燥、咬合力、医師による診察	8,000円
歯科ドック	う蝕、歯周病の有無、頸関節、X線を用いて頸骨内外と副鼻腔の状態、医師による診察	11,000円

すべて予約制です。下記の方法でご予約ください。

- ① お電話またはFAX、医事課0番窓口にてお申し込みください。
- ② ドック・検診申込書をホームページ(<https://www.niigatajohas.go.jp/>)よりダウンロードできます。

担当:医事課 健診係

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

FAX 025-543-7110

♪☆♪☆♪☆♪☆♪☆

散 步 道

♪☆♪☆♪☆♪☆♪☆

今年、私は厄年らしい。らしい、というのも自分ではすっかり忘れていたのに周りの親切な人達がやたらと教えてくれるからだ。特別に信心深いわけではないが、「厄」という言葉を意識し始めると不思議と小さな出来事にも意味を探してしまった。

物を落とせば「厄年だね」、思いがけない体調不良も「やはり厄か」。どうやら今年は多少の失敗や不調は全て厄のせいにしてよい年らしい。都合の良い言い訳ができるのは少し楽でもある。とはいっても、厄の正体を冷静に考えると、ただの注意力の低下や体力の衰えといった受け入れたくない現実である。



厄年とは日常生活における人生からの注意喚起なのかもしれない。今年は厄を恐れるより受け入れ、言い訳を上手に使い、体もいたわりながら少し慎重に生きてみようと思う。

(K・S)