

新潟医療生活協同組合機関紙

2018



新潟医療生協

3 VOL.495 月号

http://niigata.iryo-coop.com

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 TEL 025-274-7139 発行責任者/鈴木克夫 毎月1日発行(月間)定価20円 機関紙「新潟医療生協」の購読料は出資金に含まれるものとする。



一歩を踏み出せば、見えてくる景色が変わる。行動こそが不安を打ち消してくれる。



特定健診にちよい足しプラン
3月に入り、年度替わりのこの時期は、特定健康診査(特定健診)の「受診券」が新潟市より送付されてきます。
新潟市の特定健康診査・特定保健指導は、40歳から74歳の人を対象とした、メタボリックシンドロームの予防・解消に重点をおいた価値のある内容です。
新潟医療生協では、新潟市国民健康保険の特定健診(受診券利用)とオプション追加により、お手頃な価格にて日帰りドックを行うことができます。料金は、お持ちの保険、年齢により変動致します。木戸病院健診センターへ直接

お問い合わせください。
TEL025(270)1803-1
受付時間/11時~16時30分

健康セミナー 続々開催 参加費無料

亀田 総支部 ふなば健康まつり 3月22日(木)

「笑いヨガ」10:30~ 笑いヨガ・インストラクター 手塚 美恵子 (総務課長)

「減塩料理試食」12:00~ 管理栄養士 新村 友子 会場:健康の駅「ふなば」 ※新潟市江南区東船場2-2-2セレモニーホール亀田付近

「健康セミナー」15:00~ 木戸病院 呼吸器内科部長 成田 淳一 会場:亀田コミュニティセンター(旧亀田町役場跡)

石山 総支部 健康セミナー 3月31日(土)

「元気に長生きしてほしい」14:30~ 木戸病院名誉院長 老健ほほえみの里きと施設長 矢田 省吾 会場:シルバーピア石山(第1・2会議室)

2018年度の診療・介護報酬同時改定が4月より始まる。改定の目玉の一つは「働き方改革」と称した病院医療従事者の負担軽減を図る体制を推進する総合入院体制加算である。この中には、現在木戸病院が取り組んでいる外来の縮小、既に整備されているが院内保育施設の設置、さらに充実を図るべき医療事務作業補助者による医師業務の負担軽減、昨年マスコミに取り上げられ社会問題となった勤務医の時間外労働に対する改善策、看護補助者を配置して看護職員の負担軽減を図ることが求められる。これらが加算算定の要件となることだ。当院においては、病院の膨らみすぎた外来を一般的に軽症が多くを占める外来患者数を減らし、その診療時間を重症度の高い救急患者や入院患者に割り振る病院機能を充実させることが当面の目標である。勤務医また看護士の超勤問題においては早急に解決策を練る必要があるのだが地域格差のある現状では如何ともしがたいところであり、新潟県の医師不足、看護師および医療従事者不足を解消するための「行政改革」を嘆願する次第である。(A・Y)

健康診断は豊かな人生のはじまり
健診を受けない方からは、「忙しい」「病気があった時は不安」「怖い」といった声が多く聞かれます。105歳まで生涯医師であられた日野原重明先生(故人)の言葉に豊かな人生の本質を感じましたので紹介させていただきます。
「一歩を踏み出せば、見えてくる景色が変わる。行動こそが不安を打ち消してくれる」。
地域住民の皆さまが、日常生活

新潟医療生協は、みんなで健康づくりと安心して暮らせるまちを協同で創るため、今年も医療の専門家による健康セミナーや「健康まつり」など多くの健康に関する催しに取り組みでまいりますので、ぜひ組合員の皆さまご参加ください。

芦沼

2018年度の診療・介護報酬同時改定が4月より始まる。改定の目玉の一つは「働き方改革」と称した病院医療従事者の負担軽減を図る体制を推進する総合入院体制加算である。この中には、現在木戸病院が取り組んでいる外来の縮小、既に整備されているが院内保育施設の設置、さらに充実を図るべき医療事務作業補助者による医師業務の負担軽減、昨年マスコミに取り上げられ社会問題となった勤務医の時間外労働に対する改善策、看護補助者を配置して看護職員の負担軽減を図ることが求められる。これらが加算算定の要件となることだ。当院においては、病院の膨らみすぎた外来を一般的に軽症が多くを占める外来患者数を減らし、その診療時間を重症度の高い救急患者や入院患者に割り振る病院機能を充実させることが当面の目標である。勤務医また看護士の超勤問題においては早急に解決策を練る必要があるのだが地域格差のある現状では如何ともしがたいところであり、新潟県の医師不足、看護師および医療従事者不足を解消するための「行政改革」を嘆願する次第である。(A・Y)

曾野木での健康活動が盛んに

— 結いの郷 —

笑いのある保健講座

1月16日、曾野木総支部にて恒例の保健講座をお茶の間と合同で開催し、14名の参加がありました。コープケアカレッジの池講師をむかえ、大笑いしながらレクリエーションを楽しむことのできた保健講座でした。「自分だけが元気で、家族がみんな病気で幸福になれない。我が家だけが元気で、地域に病気の人が多ければ幸福になれない。家族も地域もみんな元気で幸福になろう。これが生協の精神です」と池講師の説得力あるすばらしいお話でした。「結いの郷」は新潟医療生活協同組合の財産です。生協全体の交流の場として、組合員さんの宝物になるような取り組みを考えていきたいと思えます。

丸山医師による健康セミナー 曾野木開催

また2月17日には、石山診療所所長の丸山医師を講師にお招きして、健康セミナー「『診察室でよく聴く話』と『健康と幸せ』について」が開催されました。「かぜ」の予防方法として手洗いはもちろん、緑茶・塩水でのうがいが有効というお話や、「幸せ」と思うためには「自分が好きな事を見つけ、好きな事を楽しむ」ことが大事というお話をいただきました。



ランチ配膳のボランティアさんを募集しています

— 学童クラブなじよも —
ランチを学童クラブへ運んでいただき、お皿への盛りつけをお手伝いさせていただきます。

時間 午前11:30~12:00(30分ほど)

人数 2名

期間 3月16日~4月13日の平日
(来れる日のみで可能です)

持ち物 エプロン・三角巾

(お問合わせ先) 学童クラブなじよも ☎025(250)1418



理事会報告

2月1日(木) 第9回理事会が開催されました

【議題】

- ①12月分組織状況報告の承認の件について
・関連委員会からの報告
- ②12月分事業所報告の承認の件について
・医師確保対策の進捗状況について
- ③12月分経理状況報告及び第3四半期の経理状況報告の承認の件について
- ④第37回健康まつりの決算報告の件について
- ⑤裁判案件報告の件について
- ⑥その他
専門委員会報告

2018年度のポイントは「人づくり」

— 関信越エリア方針討論集会 —

2月6日、高崎市で医療福祉生協連関東甲信越ブロック関信越エリア方針討論集会が、14生協108名の参加(新潟医療生協から5名が参加)で開催されました。医療福祉生協連の東久保浩喜専務理事 から2017年度活動のまとめと2018年度重点課題についての報告の後、グループ討議(15組)が行われ各生協の状況・悩みなどが交流されました。

全国の状況では、「3つの戦略づくり」が7割の生協で取り組まれているものの、上平期決算では全体で8・6億円の赤字となって

おり、経営は厳しさを増しています。そのような中で、「困った事例」の解決に結びつく活動がうまくできており、健康づくりが新たな連携で多世代に広がってきています。仲間ふやしは、全体的に遅れていて、加入に結びつけることが課題となっています。また、平和とくらしの改善を進める取り組みが引き続き進められています。

◇2018年度は新潟医療生協の「総合力」を活かすことと「連携」を重視し活動を進めることが重要となります。

みなさんと一緒に働きたい

— 医学生 棚橋さん(新潟出身)よりお礼のメールが届きました —

このたびはお忙しいところ、快く施設見学をさせてくださり誠にありがとうございます。

かねてより切望しておりました東洋医学を用いた診療の現場や、興味を持っていた糖尿病内科や腎臓内科を始め、様々な科や施設を見て感じる事ができ、大変勉強になりました。

須永先生の診察では日常的に東洋医学の考えに基づいた診療をされている、ということを感じました。

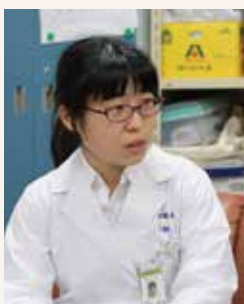
また、なじよも全体を見学させていただいたことで、医師と

して地域に関わることはどういうことなのかを考えていく大切さを感じました。

萩原先生の診察でも小青龍湯(しょうせいりゅうとう)の処方などがなされており、様々な科で漢方が使われていると知り、より一層漢方について学んでいこうと思いました。

医局にお邪魔させていただいたときにはいろいろな科の先生のお話を伺うことが出来て、今後の自分の進路を考えていく上で大変有意義な時間となりました。

スタッフの皆様は明るく、とても楽しく仕事をされているのだと強く感じ、私も皆様と同じ環境で医師としての第一歩を踏み出したい、と貴院での初期研修への気持ちが高まりました。2日間大変お世話になりました。ありがとうございました。(原文ママ)



愛知医科大学 医学部4年 棚橋 美和

「医療の話」Web版のお知らせ
 機関紙3面掲載の「医療の話」が木戸病院Webサイトに公開されています。過去に掲載されたバックナンバーもご覧になれます。
 スマホでも見れます!

URL: https://kido.iryu-coop.com/family/medical_contents

はい けっこう 肺結核について



内科 河辺 昌哲

肺結核とは

結核菌という細菌が肺に感染して起こる病気です。肺以外にもリンパ節、腸、骨などにも感染します。肺結核は人から人に感染します。

症状

咳、痰、血痰、だるさ、発熱、寝汗、体重減少などが出ることもあります。咳が出る場合、他人にうつす可能性が高くなります。長引く咳、血痰がある場合には胸部エックス線検査を受けましょう。

検査

胸部エックス線検査、胸部CT検査で特徴的な影を見つめます。血液検査（QFT検査、Tスポット）

治療

結核と診断されたら、抗結核薬の内服治療をします。4種類の治療薬と副作用予防の薬を毎日飲むこととなります。治療は6ヶ月間（2ヶ月治療後2種類に減ります）、途中で止めずに治療終了までしっかりと続けます。治療が中途

生活上の注意

咳が出る場合、必ずマスクをします。服薬は毎日忘れずにします。規則正しい生活、バランスよい食事を摂り、飲酒や過度の労働は控えます。

予後

1950年は死亡順位1位でしたが、2016年は28位にまで減少しています。結核はちゃんと治療できれば、ほぼ治る病気です。確率は低いです再発することがあるので、治療後2年間は定期的に胸部エックス線検査をします。

治療費の公的補助

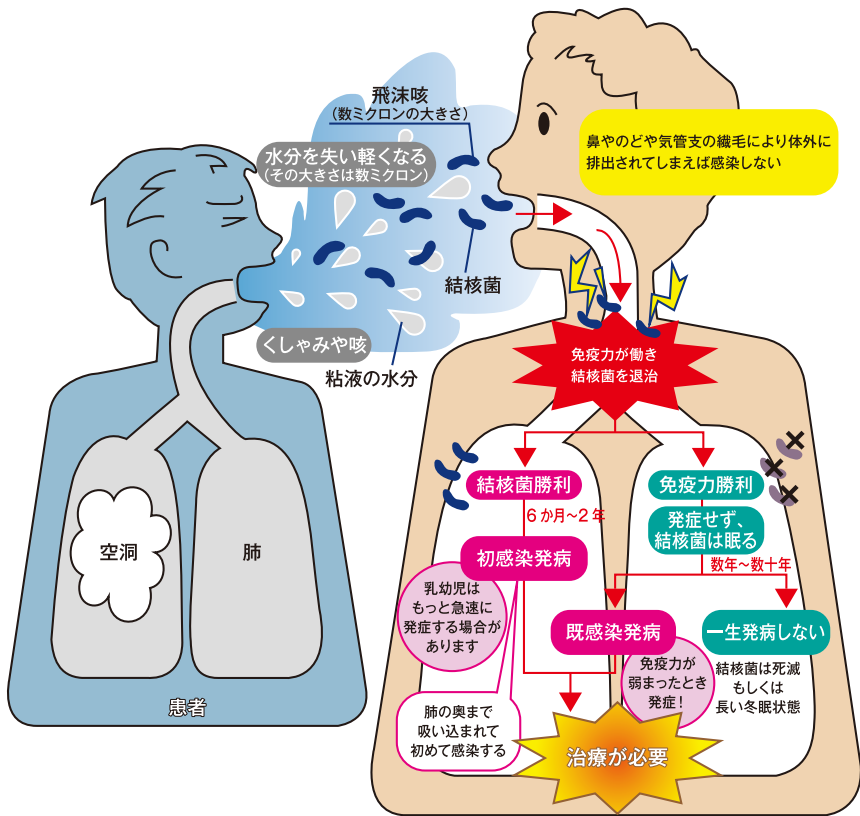
医療費の一部が公費で負担されます。

半端になると、薬が効かなくなってしまう（薬剤耐性結核）。結核菌を排菌している場合には菌が出なくなるまで結核専門病院で入院治療をします。

感染経路と発病

結核を発病している人が、体の外に菌を出すことを「排菌」といいます。排菌している人が咳をした時に出る細かい飛沫（しぶき）に結核菌が含まれており、近くにいての人が吸い込むと感染します。食器などの物を介して結核が感染することはありません。

感染しても発病する人は10パーセント程度です。多くの人は感染に抵抗して免疫が出来ますが、その後高齢になったり、免疫力が落ちたときに発病することがあります。



電子顕微鏡でみた結核菌

詳しい情報は結核予防会結核研究所のホームページを参照してください。

http://www.jata.or.jp/about_basic.php

胃を切除した人、これから胃を切除する人に対する診療方針・メッセージ～木戸病院 外科より～

木戸病院では、胃の手術方法と胃手術後の食事指導について、パンフレットを用いて、患者さんごとにわかりやすく説明を行っています。

胃手術後のケアに対する取り組みは

・栄養相談について

胃手術後の(1)食事開始前、(2)退院前、(3)退院後初回外来受診時、の3回を基本に個別の食事相談を実施しています。また、手術後から時間が経過していても、必要な場合にはご予約のうえで個別の食事相談を行っています。退院後の電話でのお問い合わせにも対応しています。

・後遺症の説明とケアについて

胃切除後の後遺症については、手術前と主に手術後にパンフレットを用いて説明しています。後遺症の発生時には入院、外来を問わずに的確な診断とケアが早くできるように心がけています。

・院内での活動について (患者を対象とした集まりなど)

入院時にはNST(栄養サポートチーム)とともに栄養管理を行います。また、栄養相談は随時行っていますのでご相談ください。

☎025(273)2151
月～金曜日
午前9時～午後5時まで、祭日は除く



木戸病院のウェブサイトにも掲載されていますので、ぜひご覧ください。

<https://kido.iryu-coop.com/guide/stomach>



交流のひろば

木崎総支部

「鴨鍋」かこみ、新年会

木崎総支部長 清水博恭

2月11日、大変な大雪で交通も断断され日常生活にも大きな支障をきたした今年の新潟。雪の中を41名が参加して木崎総支部新年会を行いました。中村真紀男理事が主催者あいさつで、総支部活動に多くの組合員の協力があがり、その力で仲間増やし・増出資の2つの年間目標を達成できたこと、引き続き活動への参加を呼びかけました。佐藤孝専務理事からは新潟医療生活協の事業活動・組織活動の到達点と課題についての報告と木崎総支部活動に対しての期待と激励をいただきました。

三膳副理事長、出口常務健康セミナーで講師を務めていた丸山貴広医師からもあいさつがあり、乾杯の後には恒例の鴨鍋を囲み盛大な新年会となりました。カラオケもでて、参加者は日頃の活動について、元氣と笑顔を交流しました。



大形総支部

「大形総支部総会が開かれました」

大形総支部副総支部長 遠藤 茂則



2月9日(金)大形総支部総会を大形総支部役員を始め、総代さん、機関紙配り手さん、保健委員のみなさん計28名が集まって頂き、飯後茶屋新松崎店にて行われました。まず、橋本信行副総支部長の司会進行のもと、長谷川恭子総支部長から今年度の振り返り、総支部としての活動報告を行い、次に大形保健委員会より石山久恵会長から活動報告、そしてまとめとして再度長谷川支部長から発表が終わり、引き続き、南会計担当から一般会計報告を受けた後、質疑応答に入り、活発な意見交換の中で、介護の相談等が多数見受けられました。

今年からスタートした新総会事業の内容について不安や質問が相次ぎ、鈴木常務理事が丁寧に説明をおこなったので、「今日来て良かった」との意見が多くありました。総会の後は懇親会をおこない、今低迷している地区を盛り上げて行こうとの意見も見られ、実りのある総会となりました。

新潟医療生活協同組合員現勢 (平成30年1月31日現在)
組合員数:43,900名 出資金総額:22億876万円



石山総支部

「石山総支部運営会議と新年会」

石山総支部総支部長 米澤 幸世

1月26日(金)石山総支部運営会議を行いました。石山組織強化・支部長会議・石山診療所バレンタイン行動についてを中心に話し合いました。

石山では現在、支部活動を行えるように支部長、配り手さん等様々な見直しを行っており、見直しを進めながら石山の活動が活発になる様に勤めていきます。

運営委員会終了後に会場を移動し、石山総支部・石山関連事業所合同新年会も行いました。普段、交流する機会がない職員と地域の方の親睦を深めました。



木戸病院エントランスホールにて、虹のバレンタイン行動の署名を呼び掛ける木戸総支部のみなさん(左)

減塩でもおいしい  塩と上手におつきあい 少しの塩分ですこやかな生活

すこしおレシピ

大根と切り昆布の酢の物

- 1人分:20kcal
- 塩分:0.41g

材料(3人分)

- 大根…120g
- 切り昆布(乾燥)…3g
- にんじん…15g
- えのきたけ…15g
- なめこ…9g
- 水菜…9g



管理栄養士より

寒い時期の大根はみずみずしいので、サラダや酢の物にしてもおいしいです。この酢の物は、きのこや水菜が入っており、1品で様々な食材を食べることができます。切り昆布からうま味がでるため、薄味でおいしくいただけます。

- 砂糖…小さじ2
- 酢…大さじ1と1/2
- 薄口しょうゆ…小さじ1/4
- 塩…少々(0.4g)

作り方

- ① 大根は3mm幅の細切りにし、3%濃度の塩水※(分量外)につけ、しんなりしたらもみ、しっかりと水洗いして水けをしぼる。切り昆布はたっぷりの水でもどし、水けをきる。
- ② にんじんは3mm幅の細切りにし、茹でて水けを切る。えのきたけは3cm長さ、水菜は1.5cm長さに切り、茹でて水にとり、水けをきる。なめこは茹でて水にとり、水けをきる。
- ③ ボウルに大根とにんじんを入れて混ぜ、合わせたAを加えて混ぜる。えのきたけ、なめこ、切り昆布、水菜を加えて混ぜる。

※3%濃度の塩水とは?…水200ml(1カップ)に塩6g(小さじ1)を混ぜたもの

インフルエンザは4月以降も感染する場合があります!きちんと予防しましょう!!

入試、卒業、春休み…。3月は大切なイベントが目白押しです。冬に流行する季節性インフルエンザの流行時期は例年12～3月ですが、4月以降も感染する場合があります、まだまだ注意が必要です。

感染予防には、「咳エチケット」「手洗い」などが効果的です



手洗いは石鹸を手にとり、よく泡立て、20秒程度洗ったら流水で流します。

※洗い残しやすい場所なので、しっかり洗いましょう!

「洗顔」もインフルエンザ予防になります



人間は意外と無意識に手で顔をさわったり、咳をする時に手でおおったりします。そのため、うがい・手洗いに加えて、「顔を洗うことも有効な予防策」となります。

※インフルエンザウイルスは、アルコール消毒が有効です。手指に使いましょう!

1月にシヨートステイなじよも
とデイサービスセンターなじよも
で新年会を行いました。
シヨートステイでは職員が趣向
をこらし、さまざまな出し物を行
いました。利用者さんからは、「あ
の人は、あんな特技があったんだ
ね」とか「みんな芸達者だね」と
いった驚きにつつまれました。
シヨートステイ内に大きな笑い声
と素敵な笑顔があふれ良い1年の
始まりとなりました。

デイサービスセンターなじよも
では利用者さんと一緒に「福笑い」
や「おぼろけ」といった懐かしい遊
びをして楽しみました。できあがっ
た福笑いの顔を見ながら「美人に
出来たね」とか「次は私がやりたい
いわ」といった声が上がリ、大い
に盛り上がりました。なじよもでは
毎日笑い声がたえず、これから

利用者さんと新年会

季節に応じた様々なレクリエー
ションを通して利用者さんが楽し
く過ごせる場所を作っていきたい
と思います。



シヨートステイなじよも
— デイサービスなじよも —

なじよも
health co-op niigata
通 信 第56号

◆なじよも総合事務 TEL 025-250-7251

サービス付き
**高齢者向け住宅への
入居希望者募集中!**

3月の催し物

- 3月3日(土) 10:30~
大正琴演奏会
2号館1階カフェテリア
- 3月6日(火) 13:30~
4月7日(土) 13:30~
なじよもうたごえ喫茶(参加費500円)
3号館3階多目的室
- 3月6日・20日(火) 10:00~
笑いヨガ(参加費300円)
4号館2階学童プレイルーム
- 3月9日(金) 14:00~
りんごの会(新潟弁昔話)
3号館3階多目的室B
- 3月11日(日) 14:00~
ひばりの会(合唱・参加費300円)
2号館1階カフェテリア
- 3月15日(木) 13:30~
にこにこになりたい人の座談会(お茶の間)
2号館1階カフェテリア
- 3月22日(木) 10:00~
コープお茶の間
2号館1階カフェテリア
- 3月28日(水) 13:00~
カラオケ
3号館3階多目的室

※3月21日(水)の楽笑会は祭日のためお休みします。

本物の寄席が なじよもで見れる チャンス!

新発田市出身の落語家「真打ち・三遊亭夢丸さん」による
独演会が、なじよもで開催されます。新潟医療生協の組合
員さんによる企画で、組合員割引のチケットもあります。
定員が60名となっておりますので、お早めどうぞ!!

- 日時** 3月25日(日) 15:30開演(15:00開場)
- 会場** 新潟医療生協 なじよも2号館1階カフェテリア
- チケット** 組合員1,000円(一般1,500円)※定員60名

▶お申込みは、にいがた市民協 ☎025(278)3441(真島)まで

笑う門には福来たる
第一回なじよも寄席
新発田市出身の真打ち
三笑亭夢丸
独演会

日時:平成30年3月25日(日)
午後3時開演/3時30分開演
会場:新潟医療生協 なじよも
1F カフェテリア(旧本戸病院)
新潟市東区上本戸5-2-1

本戸料:組合員 1,000円(一般1,500円)
定員:60名様 お早めに!
チケット取り扱い:
新潟・市民映画館シネ・ウインド
(TEL 025-243-5530)
田から屋 新潟市中央区本町通 6-1115-1
(TEL 025-250-7787)

主催: NPO 法人新潟県市民生活支援協議会
(にいがた市民協)
新潟市中央区堀之内南 1-32-4
協力: 青森中野ターズ・ネットワーク新潟
田から屋、NPO 法人 絆

お申込み
025-278-3441 (にいがた市民協)

各種教室の ご案内(有料)	教室名	開催日時	会場	料金
	パステル画	3月10日・24日(土) 13:00~15:00	3号館3階多目的室	材料費1,000円
	生け花(小原流)	3月19日(月) 13:30~15:00	2号館1階カフェテリア	材料費1,000円
	なじよもあーとサロン(臨床美術)	3月26日(月) 13:30~15:00	3号館3階多目的室A	材料費1,500円

多職種連携の重要性を実感した事例 — 木戸病院居宅介護支援事業所

80代の女性は、70代の妹さんと2人暮らしをされていました。女性は寝たきりの状態で、妹さんが介護をされていました。妹さんが認知症になり、介護がでなくなりました。更に妹さん自身にも介護が必要になりました。姉妹には介護協力をしてくれる親族がいません。女性の施設入所手続きをしようにも、判断能力が低下した妹さんでは身元保証人になれず、姉妹の生活が立ち行かなくなりました。

ケアマネジャーは、地域包括支援センター、主治医、保健師、区役所職員、サービス事業所など関係者と連携し、姉妹の成年後見制度利用手続きを行いました。その後、後見人が任命されて、女性は介護保険施設に入所、妹さんは介護保険サービスを利用しながら在宅生活を続けています。

最近、家族関係が希薄となり、介護保険サービスを利用するだけでは生活が成り立たない事例が増えていきます。これからの様々な職種と連携しながら支援を行っていききたいと思えます。



3名のケアマネジャーが勤務しています



事業所の風景です

相談支援事業所ほがらかく利用者さんより寄せられた手紙

相談支援事業所ほがらかが開所してから、早3年が経ちました。障がい児・者合わせて103名の方の計画に携わらせていただいています。利用者の中には、幼少時から生きづらさを感じながらも普通に生活をしてきて、大人になってから何らかのきっかけで、実は障がいと診断された方もいます。ずっと普通に暮らしてきただけに、診断をされた時のショックや戸惑いは大きかったと思います。その中の一人の方で、再就職に向けて就労移行支援事業所を利用し

ていた方がいます。彼が一昨年の相模原殺傷事件について書いた作文をここで紹介させていただきます。

「自分に障がいがあると分かった、普通の人と同じようにできないのは嫌だと思ったけど、施設の職員は自分をちゃんと見てくれていて、親身に対応してくれた。それが何よりも嬉しかった。だから自分は障がい者であることを不幸だとは思わないようにする。施設を利用して色々な人を見てきたが、みんな明るくノイキキとしており、それは自分にはなく見習う所でした。みんな楽しんで



今を生きる、それが障がい者施設の理想であると思います」。(原文よりの抜粋)

日本中を震撼させた事件での犯人の「障がい者はいらない」という言葉。事件をきっかけに、色々な思いを抱えている方も多いと思います。日々、多くの利用者に関わる中で、彼らから学び、気付かせてもらうことばかりです。これからも、たくさんの方の利用者と家族、さまざまな事業所の職員と関わりながら仕事をしていきたいと思えます。

正しい点眼薬の使い方

点眼薬は正しく使わないと十分な効果が得られないばかりか症状が悪化したり副作用が発現したりすることがあります。

1.点眼薬の点眼方法

- 石ケンで手を洗きましょう。
- 片方の手で下まぶたを引き、容器の先端がまぶたや目に触れないようにする。
- 点眼薬は1滴目に入れば十分です。
- 点眼後は1分くらい目を閉じましょう。
- あふれた目薬はティッシュで拭き取りましょう。
- 2種類以上目薬をさす時は5分以上時間をあけましょう。

2.保存の仕方

- 通常の点眼薬は室温保存です。ただし、目薬は光によって分解しやすいので日光の当たらない涼しい所に保存しましょう。
- 「冷所」「溶解後冷所保存」「10度以下に保存」と記載のあるものは凍結をさけて冷蔵庫に保存しましょう。

3.開封した点眼薬の使用期限

- ほとんどの点眼薬は、開封後1ヶ月が使用期限となります。
- 薬によっては使用期限が短いものがあります。

4.間違えやすい薬

- 点眼薬と似ている形の薬、水虫の薬・耳につける薬・うがい薬などと間違えて点眼する人がいますので、点眼するときは薬を確認しましょう。



健康づくり委員会・コープ健康づくりクラブwith共催 「フレイル予防講座」が開催

2月17日(土)10時よりコープ健康づくりクラブwithで「フレイル予防講座」が34名の参加で開催されました。フレイルとは、健康な状態と要介護状態(日常生活でサポートが必要な状態)の中間の状態をさします。多くの高齢者は健康な状態から、筋力が衰えるサルコペニアという状態を経て、さらに生活機能が全般に衰えるフレイルとなり、要介護状態に至ります。このフレイルを予防し、地域の健康寿命を延ばそうと講座が開かれました。津田晶子with所長からフレイルについての話がされたあと10分程 軽い準備体操で身体を温めてから、フレイルにならないための基本的な運動を講師から教わりました。足の指、足、ふくらはぎ、大腿部と順を追って筋力をつける動作を二人一組になり、みなさん楽しみながらも真剣に取り組んでいました。



Information

— 職員募集 —

- 【木戸病院】医師・看護師・助産師・理学療法士・作業療法士・看護助手・医師事務作業補助者 薬剤師・調理師・診療情報管理士・調理員・言語聴覚士・臨床工学技士(産休代替)
 - 【なじも】医師・訪問看護師・訪問介護員(登録ヘルパー)・調理員・入浴介助 夜間勤務員・看護師(ショートステイ)・販売員・学童保育指導補助者
 - 【介護老人保健施設 ほほえみの里 きど】看護師・入浴介助
 - 【石山診療所】医師
 - 【小規模多機能型居宅介護 赤いふうせん】介護福祉士
 - 【法人一括採用(就業場所は採用後に決定します)】介護福祉士(新卒)・社会福祉士(新卒)・介護員(中途)
- ※採用状況により、募集を締切っている場合があります。最新情報はホームページをご覧ください。
 〈お問合わせ先〉総務課 ☎025(273)2151

診療案内

木戸病院 外来予約 TEL 0120-432-472 TEL 025-273-2175 TEL:025-273-2151(代) 診察時間:AM9:00~ 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科	AM 新患 8:00~11:30	濱 ひとみ	岸 由美子	藤田 七恵	大学医師	猪俣 繁	三井田 孝	猪俣繁(夜数日)/濱ひとみ(偶数日)
		成田 淳一	河辺 昌哲	佐藤 秀一	山田 絢子	岸 由美子	矢田 省吾	内科医師
	AM 専門 (予約制)	五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	猪俣繁/濱ひとみ(腎)	河辺昌哲(呼)	津田隆志(循)	河辺昌哲(禁煙)	成田淳一(禁煙)
佐藤秀一(消)		横山 恒(消)	山口利夫(循)	山口利夫(循)	摺木陽久(消)	丸山公男(水俣)	丸山公男(水俣)	
PM (予約制)	津田晶子(糖/内)	太刀川仁(高脂)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	安藤麻理(糖/内)	津田晶子(糖/内)	津田晶子(糖/内)	
	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	濱ひとみ(腎/糖)	池主裕子(循)	荻原智子(糖/内)	荻原智子(糖/内)	
		斎藤 恒(水俣)	斎藤 恒(水俣)	大学医師(循)		斎藤 恒(水俣)	斎藤 恒(水俣)	
		長谷川隆志(呼)	矢田省吾(腎/糖)	成田淳一(呼)		大学医師(腎)		
		猪俣 繁(腎)	山田絢子(糖/内)	津田隆志(循)		津田晶子(糖/内)		
			濱ひとみ(腎/糖)			大学医師(循)		
			大学医師(循)					

※糖:糖尿病、高:高血圧、内:内分泌、腎:腎臓、膠:膠原病、呼:呼吸器、循:循環器、消:消化器、高脂:高脂血症、禁煙:禁煙外来

神経内科	AM9:00~11:00(予約制)	高橋 俊昭	小野寺 理	横関 明子	高橋 俊昭	北原真紀子		
産婦人科	AM 産科	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志	工藤久志(予約制)	工藤 久志	工藤 久志	工藤 久志
	PM(予約制)	菊池真理子	菊池真理子	菊池真理子	大学医師	菊池真理子		
小児科	AM8:00~11:30	樋浦 誠	小貫 孝則	樋浦 誠	馬場 悠美	樋浦 誠	小貫 孝則	小貫 孝則
	PM2:30~4:30	馬場 悠美	園田 香里	園田 香里		樋浦/小貫/馬場(予約)	樋浦 誠(生活習慣病・診察AM10:30~)	
外科	AM 8:00~11:30	阿部 要一	山田 明	阿部要一(1・3・5週)	阿部 要一	山田 明	山田 明	阿部 要一
		渡邊 智子	花井 彰	山田 明(2・4週)		花井 彰		
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹	所澤 徹(1・3・5週)	所澤 徹		所澤 徹
皮膚科	AM 8:00~11:30	高橋 直樹	高橋 直樹	高橋 直樹	高橋直樹(2・4週)	高橋 直樹	高橋 直樹	河井 一浩
		河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩	河井 一浩
耳鼻咽喉科	火・木 AM 8:00~11:30	池田 正直	池田 正直	池田 正直	池田 正直	池田 正直	大学医師	大学医師
	月・水・金・土 AM 8:00~11:00							
泌尿器科	AM8:00~11:30	北村 康男	北村 康男	北村 康男	大学医師	北村 康男		
	AM8:00~11:30(予約制)		長谷部 日	松田 英伸	長谷部 日	松田 英伸	大学医師	大学医師
心療内科	PM(予約制)*1	鈴木雄太郎						
歯科 口腔外科	AM 8:30~11:40	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	星名由紀子	藤田 孝子
	月・火・木・金 PM1:15~4:40	藤田 孝子	藤田 孝子	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博	
	水 PM2:15~	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博	鈴木 博		

*1 予約については心療内科までお問い合わせ下さい。

木戸クリニック TEL 025-274-7960 診察時間:AM9:00~PM5:00 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	第2土	第4土
内科 (漢方内科)	AM 8:30~11:30	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	須永 隆夫	八木 寛朝	八木 寛朝
	PM 1:30~4:30	金子 香	金子 香	八木 寛朝	八木 寛朝	八木 寛朝		須永 隆夫
		飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴	飯田 久貴		
		須永 隆夫	須永 隆夫	八木 寛朝(予約のみ)		須永 隆夫		
		八木 寛朝				八木 寛朝(1・3・5週)		
		岸 由美子	飯田 久貴	飯田 久貴		飯田 久貴		

石山診療所 TEL 025-276-5111 診察時間:AM9:00~PM5:00 休診日:日曜、祝祭日、土曜日

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科	AM8:30~11:30(診察は9:00~)	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広
	訪問診療・往診	丸山 貴広	丸山 貴広	金子 香	金子 香(9:30~)	丸山 貴広
	PM2:00~4:40(診察は3:00~)	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広
皮膚科	PM2:00~4:40(診察は2:30~)	佐藤 信輔	佐藤 信輔	金子 香(2:30~)		佐藤 信輔

風の笛クリニック TEL 025-271-7755 診察時間:AM9:00~PM5:30 休診日:日曜、祝祭日、木曜(午後)、土曜(午後)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:30~12:30(診察は9:00~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環
	PM3:00~5:30(診察は3:30~)	穂苅 環	穂苅 環	穂苅 環		穂苅 環	

午後は往診の為、診察時間が多少遅くなることがあります。

木戸病院 健診センター TEL 025-270-1831 電話受付時間:AM11:00~PM4:30 休診日:日曜、祝祭日、第1・3・5土曜日

人間ドック・特定健診 各種健診承ります.....

「なじよも相談室」をご利用ください
組合員の「医療・介護・福祉・暮らし」の困りごとに対し、様々な専門家・スタッフとともに解決していくことを目的とした「なじよも相談室」がございます。
何かお困りの方は一人で悩まず、まずはお電話を。
※電話を頂いた後、内容によって相談者と面談日のご相談をさせていただきます
・相談内容:「医療・介護・福祉・暮らし」の困りごと
・相談窓口:地域活動部 ☎025-274-7139(月~金13:00~16:00)
・ホームページでも受付しております▶<http://niigata.iryu-coop.com>



各施設の電話番号	TEL
通所リハビリテーションなじよも	TEL.025-278-8433
ショートステイなじよも	TEL.025-250-7245
デイサービスなじよも	TEL.025-250-7244
訪問看護ステーションなじよも	TEL.025-250-6465
訪問介護センターなじよも	TEL.025-250-6483
サービス付き高齢者向け住宅COOPなじよもガーデン	TEL.025-250-6137
学童クラブなじよも	TEL.025-250-1418
ケアプラン石山	TEL.025-276-6840
小規模多機能型居宅介護 赤いふうせん	TEL.025-276-5148
介護老人保健施設 ほほえみの里きど	TEL.025-275-1121