



# 新潟医療生活協

2020

# 8月号

VOL.524

https://niigata.iryu-coop.com

基本理念「人間を大切にすることがすべての根元である」

新潟医療生活協同組合 〒950-0862 新潟市東区竹尾4-13-3 ☎025(273)2151

発行責任者 鈴木克夫 毎月1日発行(月間)定価20円 機関紙「新潟医療生活」の購読料は出資金に含まれるものとする。

6月20日、新潟医療生活協同組合・第46回通常総代会が行われ、昨年に引き続き、健康づくりはしあわせづくりの運動推進が確認されました。

「健康で自分らしく、長生きしたい」を実現するため、地域での健康づくりの輪をひろげる活動を行っていきます。

その活動のひとつ「けんこうチャレンジ」が、今年も新潟市・新潟市教育委員会・新潟市社会福祉協議会・東区社会福祉協議会・JA新潟市の後援をいただき、8月より始まりました。昨年は1368名の参加がありました。

「うす味を心がける」「たくさん歩こう」「週2日休肝日をつくらう」など昨年と同じコースに加えて、今年は「新型コロナウイルスに負けない自分なりの習慣づくり」をコースに入れるなどの工夫がされています。「こまめに手洗い、うがい」はコロナ感染対策で大切なことです。

今、集まることがむずかしい状況です。こんなときだから、個々での取り組みを仲間や家

**健康づくり、なかまと一緒に家族と一緒に**

**親子の思い出づくりにキッズけんこうチャレンジ**

お子さまを励ましながら、一緒に楽しみながら、生活習慣改善のきっかけになると大好評の「キッズけんこうチャレンジ」。

保育園や小学校でも参加しています。スタンプを押ししたり、シールを貼ったり、いろいろなアイデアで楽しく参加してください。

族と一緒に話題にして行きたいです。

**署名活動にご協力をお願いします 社保・まちづくり委員会**

新型コロナウイルス禍において、8月の新潟県生協連平和集会・行進は中止となりましたが、署名活動は今年も取り組めます。8月上旬に木戸病院1階で、「ヒバクシヤ国際署名」75歳以上医療費窓口負担2割化に反対する請願署名の署名を呼びかけます。すでに「75歳以上窓口負担」署名は地域から500筆以上が集まっています。また、当委員会では、「おかあさんの被爆ピアノ」の鑑賞も呼び掛けています(関連ページ)。

どなたでも参加できます！  
チャレンジ終了者全員に粗品をプレゼント!!

## けんこうチャレンジ 2020

チャレンジ期間 2020年8月1日~10月31日

詳しくはけんこうチャレンジ2020のパンフレットをご覧ください

平成30年度 新潟市健康寿命  
延伸アワード一般部門 グランプリ受賞



スマホからでも  
かんたんエントリー!!



お問い合わせ先

健康づくり委員会(地域活動部内)  
☎025(274)7139

### 芦沼

8月は例年、新潟県生活協同組合連合会主催の「平和集会」「平和行進」が行われます。しかし、今年は感染拡大防止のため中止となりました。毎年核兵器廃絶を訴えていた恒例行事であり、今年は被爆75周年でもあり大変残念です。▼新型コロナウイルスウィルス感染症の影響で人の意識が変わったといわれています。とりわけ多くの人々が医療の大切さを認識しました。アメリカやイタリア、イギリスなど医療の優先順位を下げたところは医療崩壊を起しました。さらに医療が行き届かない国の感染拡大は深刻です。これを契機に軍事費を削減する国が出てきています。国民の命を守るためには、爆弾より医療が大事という結論に達したのでしょうか。▼第2次安倍政権からじわりと増えている防衛費も見直す時期にきていると思えます。また、沖縄県民が何度も「いらない」と民意を示している辺野古基地建設は、軟弱地盤で困難な工事が判明しても政府は期間を延長し予算を増してもやり続けると言いつづけています。集会や行進はありませんが、平和や税金の使い方を考える8月にしたいと思えます。(M・M)

# 新型コロナウイルス感染対策に 対する木戸病院の現状

新型コロナウイルス感染が3月より流行し、当院もその影響を受けましたが、皆さまの協力と職員の努力によって懸念された院内感染を防止することができました。

その後、4月16日に全国に緊急事態宣言が発令され、感染防止策の効果によって5月25日に宣言が解除となりました。感染の予防策として国民には新しい生活様式が提言されているのですが、全国の感染発生状況をみると感染第2波が襲来している可能性があります。

当院では、今後も職員が一丸となって感染防止を行い、安全に徹した医療を提供できるように努力いたします。

今後皆さまのご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

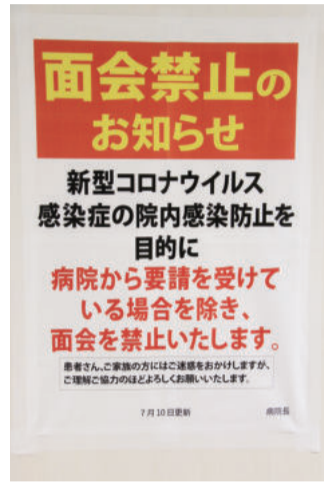
木戸病院医療安全管理部門会議



## ●面会・付き添いの禁止の継続

院内への感染持ち込みの予防対策として、病院より要請を受けている場合を除いては、面会と付き添いは禁止させていただきます。

また入院されている患者さまの外出と外泊は、同様に禁止となります。



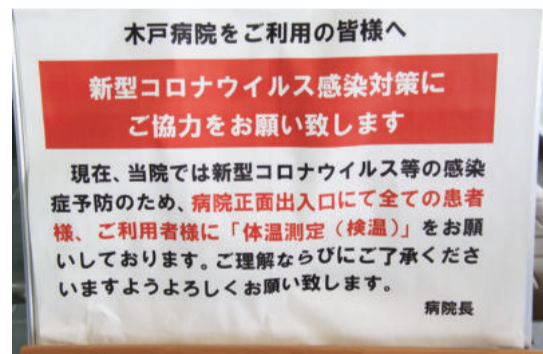
## ●各外来受付

飛沫感染予防のための感染防止シートを設置いたしました。



## ●エントランスの検温

病院内へ入られる方、全員の体温測定は継続させていただきます。発熱されている方に対しての迅速な対応を図るために、正面入り口近くの検温場所を移動いたしました。



## ●職員の感染防止対策の徹底

当院の職員全員には、感染の防止目的に日常生活からの12項目に亘る行動自粛を要請し、各自の健康の自己管理を指導いたします。院内においては業務前の体温測定を行い、発熱者や体調不良・不安なものに対しては感染担当者が健康状態に応じた対応を計っているところです。外来職員に関しては、マスク着用を義務付けており、必要に応じたアイシールドによる自己の感染予防を行っています。



## ●外来リハビリテーション

2階の「患者フウンジン」を外来患者さまへのリハビリテーションの施行場所に変更いたしました。入院患者さまとのリハビリ施行場所を分けて、病棟への感染リスクを防ぐことが目的です。



## ●各部門との情報共有

木戸病院では、早朝に病院長を中心として副院長、医療安全管理室、各部門の責任者が参加して、週3回報告会を開催しています。新型コロナウイルス感染症の最新情報や現在行われている感染対策を見直し、検討を行い、感染を確実にした際には直ちに対策ができる体制を整備しています。法人内の他事業所にも情報提供を行っています。



★37.5度以上の発熱を伴った体調不良で受診をご希望の方は、まずは電話での問い合わせをお願いしております。来院時には必ずマスクの着用をお願いいたします。

# コロナウイルス流行と整形外科



整形外科 所澤 徹

整形外科はウイルス感染症からは最も遠い診療科です。細菌感染は外科系のどの科でも昔から問題になっていましたが、ウイルス感染となると全く手を出せなくなってしまう。

年明けから続く新型コロナウイルス感染症は現在(6月上旬)まで続いています。このウイルスの恐ろしさは今まで日本で流行した感染症の中ではちょうど100年前の「スペイン流感」以来の出来事になると思います。

私の記憶の中では最初のウイルス感染はインフルエンザ香港型では40度の発熱をしたのを憶えています。

その後医者になってからエボラ出血熱、エイズ、B型肝炎、C型肝炎、豚インフルエンザ、SARS、MARS、と続きますがやはり遠いところの感染症でした。自分の周りでは起きない感染症。

## 身近の感染症

1月の中旬には武漢からの旅行者が感染された事が報告されています。この時から目に見えないウイルスの恐怖を感じていました。中国からの報道は悲惨

なものでしたし、えらく強い感染力(これは現在否定的なのか)で現場が混乱している状態でした。ネット情報は混乱し、フェイクニュースも多く見られる状態でした。フェイクニュースの中では多くの地域で患者が隠蔽されているものでしたが、

まず1月には武漢からの観光客を乗せたバスの運転手と観光ガイドの方が感染していました。記憶違いでなければ、1月は国内の発生はこの2例のみでした。ところがタイから日本旅行をしたタイ人が日本で感染したと報告されていました。

「本当かよ」と思っていました。そして2月となり少数の感染者が国内でも出ていましたが感染が広がる兆候は認められませんでした。タイで感染爆発が起っていました。



まさに嘘まみれのものでした。その頃から病棟職員やリハビリスタッフ、また多くの職員へ感染の予防を訴えていました。

そして突然の職員家族の感染、そして職員の感染。病院内クラスターの恐れが出ていました。しかし、幸運な事に院内感染は発生しませんでした。その後全国で感染が爆発的に増え出し緊急事態宣言となりました。それでも新潟の患者の発生は低いレベルで経過しております。一時的に感染者0名になっておりました。しかし、感染の第2波が来るのではないかと恐れられています。

3月になると日本でも入国制限が発令され、ヨーロッパから多くの日本人が帰国してきました。そのあと、多くのクラスターが国内で発生してしまいました。新型コロナウイルスではヨーロッパタイプは中国タイプよりも感染力が強いと思われる。ただ、今ひとつはっきりとした感染力は解りませんでした。

## この4ヶ月間で解った事

4月になると都市封鎖の噂があり、急遽帰省した感染者が地方でのクラスターを起こす事になりました。これは新潟県内でも起こっていました。明らかに2月までと違う経過でした。こ

こでも幸いな事にクラスターの広がりはなく新潟市内では終息しています。

5月下旬になると緊急事態宣言が解除され、徐々に日常を取り戻しているかのようですが、そこにはやはり感染への恐怖が残っていました。

6月には他県への移動も緩和されていますが、東京では夜の町感染、感染経路不明、北海道では昼カラでクラスターが起っていました。

そして7月、東京では連日100人越えの感染者が出ておりました。4月のような緊急事態

宣言の発動が未だ起きていません。なぜでしょう。

この記事が載る頃には情報の正確さの確認が出来るかもしれません。

## 感染予防に努めましょう

新型コロナウイルス感染症では発症すると後遺症が残るようです。重症化する要因がわかっていないため、貰わない事が肝要なようです。

コロナ対策の基本はマスクと手洗い。三密を避ける。そして環境消毒、感染経路が飛沫感染

である事がわかってはいるため自分分が自分分です。

グリーンゾーン(安全領域)を作る、これが大事な気がします。新潟地域での次の感染の危機

はGOTOキャンペーンとお盆休み中、東京からの帰省客で運び込まれる事が心配です。



## 新任医師紹介



外科 祐川 健太

2010年富山大学卒業。7月より勤務となりました祐川健太と申します。

大学では消化器に加えて、乳腺・甲状腺も診察させていただいておりました。手術では鼠径(そけい)ヘルニアや大腸癌を中心に腹腔鏡手術に従事しておりましたので、木戸病院でもそれらの分野で頑張りたいと思います。宜しくお願いたします。

## ラベンダースティックを作りました!



皆さまに老健ほほえみの里きどを知って頂きたく、利用者さまと職員でラベンダースティックと匂い袋を作りました。なじも産直市場に置かせて頂きました。好きな場所に置いて癒されて下さい。メッセージもぜひお願いします。

ラベンダースティックはご自由にお持ちください。

老健ほほえみの里きど 地域交流委員会

## 理事会報告

### 7月2日下記議題にて第1回理事会が開催されました

- |                  |                        |
|------------------|------------------------|
| 【承認事項】           | 【報告事項】                 |
| ① 5月分組織状況報告の承認の件 | ① 賞与支給報告の件             |
| ・関連委員会からの報告      | ② 理事会議事録(第13回)修正内容確認の件 |
| ② 5月分事業所報告の承認の件  | ③ 第14回理事会議事録確認の件       |
| ・医師確保対策の進捗状況について | ④ 専門委員会報告の件            |
| ③ 5月分経理状況報告の承認の件 | ⑤ その他                  |
| 【議決事項】           | ① 高額備品の購入の件            |
|                  | ② 自由料金設定の件             |



管理栄養士 新村 友子

減塩でおいしい



# 塩と上手におつきあい すこしおレシピ

少しの塩分で すこやかな生活

## すこしおレシピで、夏バテ&フレイル予防!

### ミックスピクルス

●1人分(50g):15kcal ●食塩相当量:0.2g

#### 作りやすい分量

●きゅうり、かぶ、セロリ、にんじん、赤たまねぎ、カリフラワーなど 合わせて600g

#### ピクルス液

●米酢…1カップ ●塩…小さじ2  
●水…1カップ ●ローリエ…1枚  
●砂糖…小さじ2 ●粒黒こしょう…6~7粒

#### 作り方

- きゅうりは皮をしま目にむいて厚さ1.5cmに切る。かぶはくし形切りに、セロリは厚さ1.5cmに切り、にんじんは厚さ1.5cmのいちよう切りにする。玉ねぎはくし形切りにし、横に切る。カリフラワーは小房に分けてかためにゆで、湯をきる。
- 耐熱ボールの中にジップ付き保存袋を開き、①を入れる。
- 小なべにピクルス液の材料を入れて中火にかけ、煮立ったら弱火にして1~2分加熱し、熱いうちに②に注ぎ入れる。途中で上下を返し、さめたら冷蔵庫で保存する(半日ほどで食べられる。1日おくと味がなじむ)。



ジップ付き保存袋で作ると、ピクルス液が行きわたったりしやすいです。液を入れてすぐは、熱いのでやけどに気を付けてください。放っておくだけで簡単に1品できあがります。

**健康ポイント**  
要介護につながるお口の衰え「オーラルフレイル」は、介護が必要になるリスクが高まります。野菜を大きめに切ると噛みごたえがアップ。オーラルフレイルの予防に、無理のない範囲でカムカムメニューをとり入れてみてください。

### にらとアサリのゴマ焼き

●1人分(2枚):147kcal ●食塩相当量:0.6g

#### 材料(直径8cmを6枚分)

●アサリ水蒸缶…汁をきって60g  
●にら…3/4束(75g)  
●卵…大1個  
●上新粉(または小麦粉)…大さじ3  
●ごま油…大さじ1  
●パプリカの粉末 又は糸とうがらし…適量  
●酢・しょうゆ…(好みで)

いり白ごま…大さじ1  
塩…ひとつまみ

#### 作り方

- にらは3cmの長さに切る。卵は割りほぐし、④を加えて混ぜる。
- アサリとにらをボールに合わせ、上新粉をまんべんなくふり、①の卵液を加えてざっくりと混ぜる。
- フライパンを熱してごま油をなじませ、②を広げ入れ、厚みを均一にして、両面をこんがりとなるまで10分程度焼く。
- 切り分けて器に盛り、パプリカの粉末(又は糸とうがらし)をのせて酢・しょうゆを添える。



調味料は少量の塩だけ。アサリの塩分、ゴマと焼いた時の香ばしさで、おいしく食べられます。アサリが入ることで鉄分アップ!夏バテかな?と思ったら、貧血傾向の可能性もありますよ。

### キーマカレーうどん

●1人分:557kcal ●食塩相当量:1.6g

#### 材料(4人分)

●牛豚ひき肉…300g  
●にんにく(みじん切り)…1片  
●しょうが(すりおろし)…5g  
●カレー粉…2かけ(35g)  
●オクラ…4本  
●ソース…大さじ1 ●オリーブ油…大さじ1  
●ゆでうどん…4玉 ●水…400ml  
●ローリエ(ホール)(好みで)…1枚

玉ねぎ…中1個 パプリカ(赤)…1/2個  
セロリ…1/2本 パプリカ(黄)…1/2個  
トマト…中1個 エリンギ…1パック(100g)

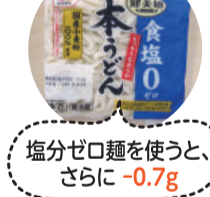
これを使いました!



SBカレー粉

#### 作り方

- ④の野菜を、それぞれさいの目切りにする。トマトは大きめでOK。にんにくはみじん切りにする。しょうがはすりおろす。
- オクラは塩もみ(分量外)をして茹で、水にとり、がくとへたを切り落とす。
- 厚手の鍋にオリーブ油を熱し、にんにく、しょうがを炒める。
- ④のトマト以外を加えて炒める。肉に火が通ったら④のトマト、水、ローリエを加えておくを取りながら弱火~中火で約5分煮込む。
- いったん火を止め、カレー粉、ソース、きざんだるうを加えて溶かし、再び弱火で時々かき混ぜながら約10分煮込む。水分が多いようなら煮込み時間を調整し、水分をとばす。(ローリエを取り出す)
- うどんを茹でて冷水で冷やし、水気を切り、皿に盛る。
- ⑥のうどんの上に⑤のカレーをかける。
- オクラを飾る。



塩分ゼロ麺を使うと、さらに-0.7g

香味野菜が入り、野菜のうまみがたっぷり。カレー粉を使うことで、カレー粉が少なくて良いため、塩分控えめになります。(通常カレー1杯2.3g。)カレー粉の辛さは好みで選んでください。カレー粉がぴりつと辛いので、甘口でも辛さがあります。小さなお子さまには、カレー粉は入れない方が良いでしょう。1品で食べる場合、温泉卵をのせるとたんぱく質がアップします。

**健康ポイント**  
野菜をきざむのが少し大変ですが、料理をすること自体が、頭を使うため脳トレになると言われています。野菜の種類を減らしてもいいので、トライしてみてください!保存がきくので、多めに作って冷凍してもOK!(冷蔵10℃以下で3日、冷凍で約2週間。いずれも、完成後は短時間で冷ましてから冷蔵又は冷凍庫へ)

### 豆乳甘酒かんとずんだあんの白玉あんみつ

●1人分:119kcal ●食塩相当量:0.1g

#### 材料(約4人分)

豆乳甘酒かん  
●甘酒(常温にする)…3/4カップ(150ml)  
●無調整豆乳(常温にする)…3/4カップ(150ml)  
④ 粉寒天…4g 水…1/2カップ

ずんだあん  
●枝豆(さやつき)…150g(正味80g)  
●きび砂糖(商品名)…小さじ2(6g)

白玉あんみつ  
●白玉粉…50g  
●砂糖…小さじ1(3g)  
●水(生地の様子をみて調整)…大さじ3  
●黒みつ…約大さじ1(18g)

#### 作り方

- なべに④を入れて中火にかけ、煮立ったら弱火にし、木べらなどでかき混ぜながら2分ほど煮る。かんてんがとけたら豆乳を加え、甘酒を加えて火を消す。(豆乳と甘酒が冷たいと、固まってダマになってしまうので、軽く電子レンジにかけるなどで常温にしてください)
- パットに流し入れ、冷蔵庫で3時間以上冷やしかためる。かたまったら型からはずし、約1.5cm角に切る。
- 枝豆は洗い、塩(分量外)をふって軽くもみ、さっと洗う。熱湯で4~5分ゆで、ざるにあげて湯をきり、さやからとり出して薄皮を除く。ボールに入れ、すりこ木などですりつぶし、砂糖を加えてさらにすり混ぜる。
- 別のボールに白玉粉を入れ、水を入れて手で練り混ぜる。なめらかになったら20等分にして丸める。熱湯に入れてゆで、白玉が浮いてきたらすくい上げ、冷水にとって水けをきる。
- 器に②、③、④を盛り合わせ、黒みつをかける。

寒天はつるんと口当たりがよく、甘酒の味に豆の風味が加わりとてもおいしいです。白玉にずんだあんが良く合います。白玉にずんだあんの3種の和風スイーツです。

**健康ポイント**  
甘酒はブドウ糖、ビタミンB群やミネラル、アミノ酸等が含まれており、疲労回復に役立ちます。

## Complete!

※料理の一部は、女子栄養大学出版部「栄養と料理」2016年8月号より引用。

## 徐々に地域での活動が再開されています!!

### 大形総支部

### 楓の会 楽しく輪投げ運動

楓の会(寺山クラブ) 皆川良一

大形総支部の楓の会(寺山クラブ)では、毎月第2木曜日と第4木曜日に輪投げ運動をして地域交流をはかっています。得点板の棒を揃って輪を投げることで集中力を高め、また得点の暗算や会話によって認知症防止に努めています。何より、仲間と得点を競いながら楽しく運動することが出来ます。現在、新型コロナウイルスの影響を考慮して班会に参加出来ないメンバーもいます。皆が揃って輪投げ出来るよう、新型コロナウイルスの終息を祈ります。

### 石山総支部

### 石山男性班会 半年振りの開催!

石山男性班 田村徳也

6月26日(金)シルバードア石山第2和室にて半年振りとなる班会を開催致しました。当日は地域活動部の担当者さんにも来ていただき、2019年度の会計報告とまだ決めていなかった年間計画を立て、2020年度も班会活動を継続していくこととなりました。新型コロナウイルスや熱中症など健康に気を付けながら次回を楽しみに過ごしてきたいと思います。



### 通信教育 in2020のご案内



広報・教育委員会 委員長 鷲澤 修一

日頃より大変お世話になっております。早速で恐縮に存じますが、2020年度通信教育受講申込につきましてご案内申し上げます。2020年度医療福祉生協連の通信教育が9月より開講することと合わせ、広報教育委員会では、新型コロナウイルスによる地域での「活動制限」などもあり、在宅での時間を有効活用しての「通信教育講座」を広く地域にも呼びかけていくことと致しました。

今回は、組合員のみならず「おすすすめコース」を設定しています。ぜひ外出できないこの期間に通信教育を積極的に活用ください。

## おうちで勉強して、楽しく脳トレトレーニング しませんか?

### 組合員のみなさんにおすすめのコース

コース名	内 容	パンフレット掲載ページ
医療福祉生協の支部運営委員・班長	医療福祉生協の基本的な仕組みや考え方を解説し、支部運営委員と班長さんを対象としたコースです。	14
医療福祉生協と明るいまちづくり	医療福祉生協のめざす「健康で明るいまちづくり」について、その背景まで含めて学びます。	16
地域まるごと健康づくり	医療福祉生協の「健康づくり」活動や展望、政府の健康政策の動向と問題を学びます。	21
高齢期のいきいき生活	「高齢期をどういきいき過ごすか」を考えるためのヒントを見つけ、自分の生活設計ができるよう学習します。	18

### 医療福祉生協連コース 受講料が半額返金!



受講者申込を随時受付中です!! 医療福祉生協連コース 9月より開講

各受講料や内容、学習期間については「医療福祉生協連の通信教育のご案内2020年度」パンフレットをご覧ください。

〈お申し込み・お問い合わせ先〉 地域活動部 ☎025(274)7139



2016年7月8日、なじよもカフェテリアを会場に子ども食堂「元気百倍レストランなじよも」がスタートしてから、4周年をむかえることができました。地域組合員のボランティアさんをはじめ、産直や地元の農家の皆さま、運営にご協力頂いている諸団体の皆さまからのご支援があつてのことと大変感謝しております。ありがとうございます。4年間で総開催数73回、参加者総数8,484名となりました。

開催日は、多世代の方から多くのご参加をいただき、毎回賑やかな子ども食堂となりました。調理を担当するボランティアさんたちも、子どもたちにいっぱい食べてもらおうと愛情込めて食事を作ってくださいました。本当に皆様に感謝です。

しかし、今年の3月からは新型コロナウイルス感染症対策のため、開催することができていません。そんな中で4周年を迎える7月に何かできないか？と考え、7月3日に子ども達へお菓子を配りました。当日はマスク着用や手指消毒などの、コロナウイルス感染予防を行いながら大勢の子ども達が参加し、嬉しそうな笑顔が溢れました。

今後も新型コロナウイルスが収束するまでは、大勢が集まる子ども食堂の開催は難しいと判断しています。再開できるのはまだまだずっと先になりそうですが、これからも多世代の方から楽しく集まっていただける場所になりたいと思っています。

再開できる日までお待ちくださいね！

2020年7月  
元気百倍レストランなじよも運営委員会



**なじよも**  
health co-op niigata  
**通 第84号 信**

◆なじよも総合事務 ☎025 (250) 7251

**木戸クリニックからの  
お知らせ**

**特定健診の  
ネット予約**

インターネットで  
**24時間受付中**

<https://najomo.iryu-coop.com/reser/>  
お問い合わせ先  
木戸クリニック ☎025(274)7960

**新登場!** **クロスワードパズル** **8月号**

タテ、ヨコのカギをヒントに説きます。黄色のマスのAからCの文字を並べ替えてできる、夏に関する言葉が答えです。

1	2		3		4
	5				
6			7	8	
9		10		11	12
		13	14		
15					

- タテのカギ**
- 2 かみなりや雷雨をもたらす雲。積乱雲のこと。
  - 3 夏や湯上がりの時に着る木綿の着物。
  - 4 畑で作る野菜。全体が細長い管の形で、地上の部分は青く、地中は白い。
  - 6 米飯に野菜・魚介・肉などを入れ、味付けして煮たもの。おじや。
  - 8 線や色彩を使って平面上に描き出したもの。絵。
  - 10 英語で気体のこと。
  - 12 物の進む速さ。
  - 14 梅干しや梅酒の原料。

- ヨコのカギ**
- 1 くきにとげがある低い木。いい香りの花をつける。
  - 3 入浴用の湯をたたえておく大きな容器。浴槽。
  - 5 犬と同じくらいかきこい、海に群れになって生きる動物。
  - 6 アフリカやインドに住む、長い鼻の大きな動物。
  - 7 ワシより少し小さく、すどいつめと曲がったくちばしをもった鶏。
  - 9 陸地をほって船が通れるようにした水路。
  - 11 海の波うち際。岩の多い海岸。
  - 13 数・量・図形などの性質について研究する学問。
  - 15 手でもてるくらいの岩の小さいもの。

**答え**

締め切りは **8月31日(月)**です。提供元:クロスワード.jp

**新潟医療生活協同組合員現勢** (2020年6月30日現在)  
組合員数:44,575名 出資金総額:23億1,852万円

官製はがきのウラ面に、解答の3文字、住所、氏名、電話番号、今月号の感想を記入のうえ地域活動部までお送りください。  
正解された方の中から**抽選で5名の方に粗品をお送りします。**  
〒950-0891 新潟市東区上木戸5-2-1 新潟医療生協 地域活動部

# 木戸病院健診センターの 新型コロナウイルス感染症対策

健診センターでは、受診者の皆さまが安全にそして安心して健康診断をご受診いただけますよう、「感染症予防マニュアル」に沿って以下の予防策に取り組んでおります。

- 病院入り口での検温、問診票での体調チェック
- 間隔を開けての席の配置
- ロッカーや椅子など共用部分の定期的な消毒
- 使用した機器・機材を都度消毒
- 定期的な換気
- 職員の健康管理の徹底

ご来院の際にはマスクの着用と、健診センター入口でのアルコール消毒液による手指消毒、または手洗いをお願いいたします。



受付に感染防止シートを設置しました 1回ごとに消毒を行っています

今後も感染状況に沿った適切な対策を心がけてまいります。健康で元気に過ごしていくためにも、年に1度はご家族お誘いあわせの上、健康診断を受けましょう。ぜひ、ご予約等お問合せください。

## 「おかあさんの被爆ピアノ」鑑賞案内



新潟医療生活協同組合も加盟している新潟県生協連では、平和を願う活動として「おかあさんの被爆ピアノ」鑑賞をすすめています。この映画は、75年前被爆地で奇跡的に残ったピアノの調律をしながら、全国を演奏してめぐる被爆2世の調律師と東京生まれの音大生のものであります。

下記期間においてシネウインドで上映されます。鑑賞をご希望の方には新潟県生協連より先着50名に補助券がでます。あなたもぜひご覧ください。

**期間** 2020年8月8日(土)～21日(金)

**場所** 新潟・市民映画館シネ・ウインド  
☎025(243)5530

**料金** 大人 ¥1,800 (先着50名まで自己負担は券種により1,000円もしくは額面の半額)

### 職員募集

- 正規職員** 医師、薬剤師、看護師、訪問看護師、准看護師、助産師、看護助手、理学療法士、作業療法士、介護福祉士、社会福祉士
- 臨時フルタイム** 看護師、言語聴覚士、調理師、看護助手、訪問看護師
- 臨時パート** 看護師、訪問看護師、看護助手、作業療法士、言語聴覚士、栄養士、医師事務作業補助者
- 嘱託** 訪問介護員、運転手(パート)
- アルバイト** 作業療法士、言語聴覚士、保育士、トレーナー、介護員、調理員

※配属先などの詳細はお問い合わせ下さい。  
※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。  
〈お問い合わせ先〉総務課 ☎025(273)2151



## おしっこのお悩み解決! 第1回

### 作業療法士の役割、おしっこの症状に対するリハビリテーションとは

木戸病院 リハビリテーション科 作業療法士 排尿機能検査士 中村 真悠

#### ■作業療法士の役割

食事や排泄など人の日常生活に関わる全ての諸活動を「作業」と呼んでいます。私たちは誰でも「作業」をしています。私たち作業療法士は、対象者の今ある身体機能を考慮し、その方が生活される環境に応じた動作訓練を行います。例えば、片麻痺を呈した方に対して作業療法士は片手で動作が行えるように工夫した動作の指導・訓練を行います。

患者さまのリハビリテーションの目標として「トイレに一人で行きたい」ということが聞かれます。他者にトイレの世話になるということは、患者さま自身も家族であっても気持ちの良いことではありません。私自身排泄自立は、対象者の尊厳を守ることや介護負担を軽減し、在宅復帰への鍵と考えます。

#### ■おしっこの困りごととリハビリテーションの関係は?

トイレに行く頻度が多い。おしっこが漏れることやトイレが気掛かりで遠出をしなくなったなどのお悩みはありませんか?おしっこの症状は、早期に専門医を受診し、治療とケアを行えば症状の軽減や予防に繋がります。また、治療やケアは服薬や手術だけではなく、**生活指導(主に飲水指導)、膀胱訓練(膀胱に尿を溜める)、骨盤底筋訓練(ちよび漏れ対策)**といったおしっこの症状に対するリハビリテーションを行います。



## 支援に感謝し、期待に応えます

7月㈱竹花商事様より、新型コロナウイルス感染症の感染拡大で不足している医療用フェイスシールド500個を医療現場で役立ててほしいと新潟医療生活協へ寄贈いただきました。また5月には㈱ドミノ・ピザジャパン東新潟店様より、一生懸命地域医療を支えているお礼と支援ですと出来立てピザを職員全員に配布いただき、6月も伊勢みずほ様(フリーアナウンサー)が団長を務めるごきげん新潟応援団スイーツ応援プロジェクトより県内洋菓子店の有志から手紙とお菓子をいただきました。

地域など様々な方面からも多くの励ましや直接のご支援をいただき、改めてお礼申し上げます。

温かい声援や励ましに触れ、地域の安心・安全を求める声に応えるべく職員一同努めてまいります。



◀ドミノピザ東新潟店 店長さんへ感謝状をお渡ししました

▼竹花商事よりフェイスシールド寄贈

皆さま、ご協力いただいている医療従事者の皆様へ

新型コロナウイルス感染症の流行に伴い、全国的に、日々患者さんの増加を遂げてまいり心より感謝申し上げます。医療を執るご実業、平素の中、お身体だけでなく心身のストレスも多く抱えていらっしゃることを御察し御心配しております。献身的に、専念の洋菓子店の意志が協力し、医療従事者の皆様へ心からの感謝と敬意を込めてお菓子を送らせていただくことになりました。ほんの一言でもお励みだけでも、皆様の御支援をいただければ幸いです。

皆さまどうぞご自身の体調にもご留意いただき、お守りください。一日も早く、世界中に、そしてみなさまに、平穏な日常が戻ることを願っております。

ごきげん新潟応援団 団長 伊勢みずほ  
スイーツ応援プロジェクト

▲ごきげん新潟応援団からのメッセージ



# 診療案内

※赤字表記部分が前月と変更となっております。

## 木戸病院

外来予約

ご家庭などの  
固定電話からは

☎0120-432-472

携帯電話・  
公衆電話からは

☎025(273)2175

☎025(273)2151代

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	新患 8:00~11:00	濱 ひとみ	岸 由美子	市川 紘将	安藤/滝澤	土田 陽平	三井田 孝	内科医師
		村井幸四郎	河辺 昌哲	阿部 孝洋	摺木 陽久	岸 由美子	内科医師	内科医師
	AM 専門 (予約制)	成田 淳一 池主 裕子	山口 利夫 山崎美穂子 村井幸四郎	高村 麻子	横山 恒	樋口 宗史 五十嵐 登	内科医師 増子 正義	塙 晴雄
PM (予約制)	五十嵐登(循)	矢田省吾(腎/糖)	土田陽平(腎)	大学医師	大学医師(循)	丸山公男(水俣)	丸山公男(水俣)	
	佐藤秀一(消) 大学医師 津田晶子(糖/内)	横山 恒(消) 安藤麻理(糖/内) 荻原智子(糖/内)	山口利夫(循) 津田晶子(糖/内) 荻原智子(糖/内) 斎藤 恒(水俣)	河辺昌哲(呼) 山口利夫(循) 津田晶子(糖/内) 濱ひとみ(腎/糖) 大学医師(循)	摺木陽久(消) 山崎美穂子(腎) 阿部孝洋(糖/内) 池主裕子(循)	津田晶子(糖/内) 重沢立郎(水俣) 矢田 省吾	津田晶子(糖/内) 荻原智子(糖/内) 重沢立郎(水俣)	

※糖：糖尿病、内：内分泌、腎：腎臓、呼：呼吸器、循：循環器、消：消化器

神経内科	AM9:00~11:00(予約制)	高橋 俊昭	小野寺 理	伊藤 岳	高橋 俊昭	北原真紀子		
産婦人科	AM 産科 8:00~11:00 婦人科	工藤 久志 菊池真理子	工藤 久志 菊池真理子	工藤 久志 菊池真理子	工藤久志(予約制) 大学医師	工藤 久志 菊池真理子	工藤 久志	工藤 久志
	PM(予約制)		工藤久志(1ヶ月健診・受付PM2:00~)					
小児科	AM8:00~11:00	樋浦 誠 村山ゆり恵	稲葉 聡 村山ゆり恵	樋浦 誠 村山ゆり恵	村山ゆり恵	村山ゆり恵	樋浦 誠(生活習慣病・診察AM10:30~)	
	PM2:30~4:30	樋浦 誠 村山ゆり恵	樋浦/稲葉/村山(乳児健診・ 受付PM1:00~) 稲葉/村山	樋浦 誠 村山ゆり恵		樋浦/稲葉/村山(予約接種・ 受付PM1:00~)		
外科	AM8:00~11:00	阿部 要一 渡邊 智子	山田 明(AM11:00~1:00) 花井 彰	阿部要一(1・3・5週) 山田 明(2・4週) 渡邊 智子	阿部 要一 祐川 健太	山田 明(AM11:00~1:00) 花井 彰	山田 明	阿部 要一
		所澤 徹 高橋 直樹	所澤 徹 高橋 直樹	所澤 徹	高橋 直樹	所澤 徹 高橋 直樹	高橋 直樹	所澤 徹
整形外科	AM8:00~11:00(予約制)	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ	河井 一浩 武居いつみ
皮膚科	AM8:00~11:00	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	石岡孝二郎	大学医師	大学医師
耳鼻咽喉科	AM8:00~11:00	PM(予約制)	大学医師					
泌尿器科	AM8:00~11:00	北村 康男	北村 康男	北村 康男	大学医師	北村 康男		
眼科	AM8:00~11:00(予約制)	長谷部 日	長谷部 日	松田 英伸	長谷部 日	松田 英伸	大学医師	大学医師
緩和ケア科	(予約制)	長谷川 聡			長谷川 聡			
歯科 口腔外科	AM 8:30~11:00	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 鈴木 博	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 鈴木 博	星名由紀子	藤田 孝子
	PM 1:00~4:00	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博	星名由紀子 鈴木 博	星名由紀子 藤田 孝子 鈴木 博		

※緩和ケア科は当院に入院中もしくは他医療機関より紹介で事前了解がとれた方のみ対象です。お問い合わせは地域連携室へ ☎025(256)6700

第2、第4土曜日の受付時間はAM8:00~10:30(歯科を除く)/  
歯科の受付時間はAM8:30~10:30

## 木戸クリニック

☎025(274)7960

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 8:30~11:30	須永 隆夫 金子 香 飯田 久貴 村山 直也	須永 隆夫 金子 香 飯田 久貴 村山 直也	須永 隆夫 八木 寛朝 飯田 久貴 村山 直也	須永 隆夫 飯田 久貴 村山 直也	須永 隆夫 八木 寛朝 飯田 久貴 村山 直也	八木 寛朝 村山 直也	須永 隆夫 村山 直也
	PM 1:30~4:30	須永 隆夫 八木 寛朝 岸 由美子 飯田 久貴	須永 隆夫 飯田 久貴 村山 直也	八木 寛朝(予約のみ) 飯田 久貴 村山 直也		須永 隆夫 八木 寛朝(1・3・5週) 飯田 久貴 村山 直也		

※村山医師は随時 禁煙診療を受けております。

## 石山診療所

☎025(276)5111

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	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広 金子 香	丸山 貴広 金子 香(9:30~)	丸山 貴広
	訪問診療・往診	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山/金子	丸山 貴広	丸山 貴広
皮膚科	PM2:00~4:40	丸山 貴広	丸山 貴広	丸山 貴広 金子 香	丸山 貴広	丸山 貴広
	AM8:30~11:30	佐藤 信輔	佐藤 信輔			佐藤 信輔

※休診のご案内

8月13日(木) 午後休診

20日(木) 金子医師(内科)/休診

24日(月) 丸山医師(内科)/午後休診

28日(金) 丸山医師(内科)/午後休診

31日(月) 丸山医師(内科)/午後休診

## 木戸病院 健診センター

☎025(270)1831

電話予約受付時間：月~金曜日 AM11:00~PM4:00、第2・第4土曜日 AM11:00~PM12:00  
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 ……

※8月13日(木)

健診センターは休診します。

## 風の笛クリニック

☎025(271)7755

休診日：日曜・祝祭日、木曜日、土曜日(午後)

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
内科・麻酔科	AM8:45~12:30(診察は9:00~)	穂刈 環	穂刈 環	穂刈 環	休診	穂刈 環	穂刈 環
	PM3:15~5:30(診察は3:30~)	穂刈 環	穂刈 環	穂刈 環		穂刈 環	穂刈 環

最新情報は各事業所にお問い合わせください。

緊急手術や病棟・救急車などの緊急対応、又、医師の急な出張等により担当医の変更や休診をすることがございますのでご了承ください。