

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>

新年の御挨拶

院長代理 小池 宏

新年明けましておめでとうございます。昨年を振り返ってみますと、当院にとっては本当にいろいろなことがありました。年が改まり、本年が当院にとってとても大事な年になると思っています。当院の状況については、皆様方いろいろな御心配をお掛けしていることと思いますが、現況について御知らせいたします。

昨年9月に富士原副院長が急逝されて麻酔科常勤医が不在となりましたが、各方面からの御支援を得ることができまして、従来通りに整形外科・脳神経外科・耳鼻咽喉科の全身麻酔下の手術を行っています。歯科口腔外科では4月に新たに後期研修医を迎えて、初期研修医を加えての5名態勢での診療となります。腎臓内科ではコンソールを増やして、上越地域の他施設と連携を図りながら人工透析医療を進めています。循環器内科は東京医科大学循環器内科学講座の応援を得て、診療内容が一層充実してきています。呼吸器内科は関東労災病院や近隣の医療機関からの応援を得て、診療を進めています。外科は常勤医が不在となっておりますが、忙しい中を上越総合病院から出張で来ていただいて、主に院内各科からの相談に対応してもらっています。泌尿器科は諸事情によって、全身麻酔下の手術を行っていませんが、腰椎麻酔下の手術を継続して行っています。紙面の関係で、他の診療科一つひとつについて状況を御知らせすることはできませんが、従来通りの診療を継続しています。また、健診外来も人間ドックやアスベスト検診を始め、従来通りの業務を継続しています。御支援下さいました皆様方には、この場を御借りして御礼申し上げます。

診療部門だけでなく、看護部門も頑張っています。各種専門看護師や認定看護師が中心となって、看護専門外来を開いて癌治療や緩和ケアなど様々な分野で看護にあたっています。また、しばらく休止していた訪問看護も再開しています。退院調整看護師も多く配置することができ、医療ソーシャルワーカーと連携しながら、自宅への退院が困難な患者様について丁寧に対応することができています。



医師確保がなかなか進まず、当院の診療態勢が弱体化していることは否めません。当院を頼りに通院して下さる患者様方には御不便をおかけしてきましたこと、さらに救急車の受け入れ要請や地域の医療機関および介護関連施設からの診療要請に十分に答えることができなかったこと、大変心苦しく思っています。改めまして、ここに御詫び申し上げます。当院は、この地域でなくなってもいい病院であるはずはありません。当院に求められる役割が、きっとあるはずだと思っています。職員一人ひとりができること、やるべきことをやって、この難局を乗り切っていきます。各方面への働きかけを継続して行い、医師確保に努めていきます。皆様方の御理解と更なる御協力を、改めまして御願ひ申し上げます。次第です。

♪♪ クリスマスコンサートが開催されました ♪♪

平成28年12月20日、新潟労災病院1階ロビーにおいてクリスマス会が開催されました。

今年は、ガラッと趣を変え、『Halau Hula O Lihau (ハーラウ・フラ・オ・リハウ)』の皆様によるフラダンスが披露されました。

会場には、入院・外来患者さま及び地域住民等の多くの皆様が来場され、美しい癒しのひとときを過ごしました。



・MSW(嘱託職員)を募集しています **急募**

『ロコモ』をご存知ですか？

理学療法士 骨粗鬆症マネージャー 與 口 伸 也



『ロコモ』という言葉を目にしたことがあるでしょうか？

ロコモとはロコモティブシンドローム（運動器症候群）のことで、骨・関節・筋肉などの運動器の障害により、歩行や日常生活に支障を来している状態のことです。厚生労働省の調査より、要支援・要介護となる原因の第1位は運動器の障害となっています。また、健康寿命（健康上の問題がない状態で日常生活を送れる期間）は平均寿命（男性80歳、女性87歳）に比べ10年前後短いと報告されています。健康寿命を延ばすためには、ロコモの予防が重要となります。

そこで、ロコモかどうか気づくために簡単なロコモチェックがあります。①家の中でつまずいたり滑ったりする、②階段を上るのに手すりが必要である、③15分くらい続けて歩けない、④横断歩道を青信号で渡りきれない、⑤片足立ちで靴下が履けない、⑥2kg程度の買物をして持ち帰るのが困難である、⑦家のやや重い仕事（掃除機の使用、布団の上げ下ろしなど）が困難である、の7つのうち1つでもあてはまればロコモの危険性があるとされています。1つもあてはまらなかった方でも、50歳をすぎると筋肉量は急激に低下すると言われており、運動器の障害は50歳以降に多発しています。また、女性は閉経後に女性ホルモンの分泌の低下から骨粗鬆症になりやすく、骨折のリスクが高まり、日常生活に支障を来す状態になる恐れがあります。

では、ロコモを予防するためにどうしたら良いのでしょうか。それは、『適度な運動の継続とバランスのとれた食事』です。今回は運動についてお話します。ロコモ予防のトレーニング例として「スクワットと片足立ち保持」があります。つかまりながら行なってもいいですし、スクワットは椅子からの立ち座りでも良いです。これらの運動は筋力、バランス能力、骨を丈夫にするといった効果があります。なかなか運動を継続できないといった方には、日常生活でのちょっとした工夫から始めてみてください。「掃除や洗濯はキビキビと。家事の合間やテレビを見ながら筋トレやストレッチ。歩幅を広くして、速く歩く。階段を使う。ラジオ体操を行なう。地域の行事や体操に参加する。」などあります。

最後になりますが、当院では骨粗鬆症予防外来を行なっています。骨粗鬆症に関する相談、検査の他に詳しいロコモチェック、運動指導などを行なっています。どうぞお気軽にご相談ください。



新潟労災病院の理念



“働く人の健康を守り、地域の急性期医療に貢献します”

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. 地域の急性期医療を担当する高機能病院として、救急医療を行います。
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／がん検診のご案内

☞ インボディ測定で身体チェック（次頁コース⑮）

インボディ測定で自分の身体の状態を把握することができます。水分量や部位別の筋肉量、脂肪量、左右のバランスなどが分かり、定期的に測定していただくことで、ご自身の健康管理のツールとしてご活用いただけます。人間ドックには検査項目に含まれていますが、インボディ測定のみ(540円)でも予約できます。ぜひ、一度インボディ測定を体験されてみてはいかがでしょうか？



☞ 乳がん検診は2年に1回受けましょう。（次頁コース⑦）

日本人女性の12人に1人が乳がんにかかると言われています。乳がんは早期に発見すれば、高い確率で完治できます。自己検診に加えて、マンモグラフィーと乳腺エコーを定期的に受けることで、乳がんの発見率は高まります。ぜひ、積極的に検診を受けて下さい。検査は女性技師が対応します。



☞ アミノインデックスによるがんリスク判定のおすすめ（次頁コース⑩）

1回の採血で多数のがんの疑いを同時に判定します。(肺・胃・大腸・すい臓・前立腺・乳・子宮卵巣がん) 疑いがあれば、次にそのがんに応じて精密検査を受けていただくことになります。これまでがん検診を受けたことのない方、肉親にがん患者のいる方に、とくにおすすめします。

☞ 便潜血検査は、大腸がん検診です。大腸カメラなら、さらに確実です。（次頁コース④）

☞ 腹部の超音波検査で前立腺・子宮と大動脈瘤の有無をみることができます。（次頁コース⑤）

肝臓・胆のう・膵臓・腎臓・脾臓だけでなく、前立腺や子宮・卵巣にも病変が隠れていないか、積極的に確認しています。

1日ドック（がんと生活習慣病の一般コース（男女共通）） 43,740円

1日ドック検査項目（お食事券がつきます）

身体計測	身長体重 体脂肪 インボディ(骨格筋量) 腹囲 BMI
眼と耳の機能	眼底 眼圧 視力 聴力 問診 診察 情報提供と説明 指導
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)	総蛋白 アルブミン AST(GOT) ALT(GPT) γ -GT(γ -GTP) ALP 総ビリルビン 尿酸 クレアチニン eGFR 血糖 HbA1c 総コレステロール 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 MCV MCH MCHC 白血球数 白血球分画 血小板数 CRP 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
消化器	胃内視鏡 便潜血(2回) 超音波 肝胆膵腎+前立腺+子宮+大動脈

お手軽ドック（生活習慣の簡易コース（男女共通）） 13,500円

お手軽ドック検査項目（検査のみのコースです。医師診察はありません）

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
眼の機能	眼底 生理機能 胸部X線 血圧 心電図
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

検診コースの①～⑩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るの実施も可能です。(★は1日ドック、☆はお手軽ドックに含まれます。)

がん検診コース

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
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胃がん	胃内視鏡 ★		16,200円
④大腸がん	便潜血(2回) ★		1,620円
	大腸内視鏡(69歳まで) ドックと別日で実施	21,600円	
⑤肝胆膵臓+前立腺 ・子宮+大動脈	腹部超音波検査 ★		5,724円
⑥前立腺がん	PSA	1,836円	
⑦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	
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)	4,320円	
⑨腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,240円	
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)	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

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
⑪頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,940円	
⑫肺年齢	呼吸機能 ★		3,240円
⑬骨密度検査	X線	3,780円	
⑭内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,240円	
⑮インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)★☆		540円
⑯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	

その他

(税込み)

	内 容	ドック オプション料金	単独実施料金 (ドックなし)
⑰肝炎検査	HBs抗原 HCV抗体	2,322円	
⑱HIV検査	HIV抗体	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は予約制です。

下記①②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



昨年秋、チューリップの球根を植えました。12月は暴風が続き、何度かいくつかの植木鉢がひっくり返ってしまいました。今年の開花は難しいかなあと思っていたところ、チューリップが芽を出しました。思わず、「あっ」と声が出て顔がほころびました。

この冬は大雪と言われています。これから、まだまだ寒い日が続くのでしょうか。せっかく芽吹いてくれたチューリップを何とかして守っていきたいと思っています。今度はチューリップの花が咲いてくれたのを見て、顔をほころばせたいものです。チューリップの花が咲くのを楽しみに、春が来るのを楽しみに過ごしていきたいと思います。何色のチューリップが咲くのかなあ。



(K. K)