

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

「健康のために」

事務局長 澤野貴博

新潟労災病院のすぐ横には関川という大きな川が流れていて、川沿いには遊歩道のような道が整備されています。天気の良い日には、その道をウォーキング、ジョギング、サイクリング、犬との散歩などで多くの方が利用されているのを見かけます。

体力の保持増進や心身のリフレッシュをされていて、健康に気をつけている方が多いなと感じています。

当院では、今年も「健康と福祉の増進週間」を設定して、地域の皆様とともに仕事と健康について考える取組をしております。その一環で、7月8日（土）にリージョンプラザ上越で市民公開講座と併せて各種無料健康相談を開催します。開催時間は市民公開講座の終了後、11時40分から13時までの予定です。

血管年齢測定、からだの成分分析装置による筋肉量、脂肪量、BMIの測定や骨粗しょう症の健康相談等を行います。新潟労災病院では皆さんの健康を応援していますので、是非、ご参加いただきたいと存じます。

さて、当院と同じ組織にある労働者健康安全機構では、治療と就労の両立や円滑な職場復帰支援の推進等に力を入れており、平成26年から全国の労災病院で「治療就労両立支援モデル事業」を展開しています。モデル事業では、がん、糖尿病、脳卒中、メンタルヘルスの疾病4分野について、患者さんからの相談や事業場への個別調整支援をしています。当院では脳卒中（リハビリテーション）の分野を行っています。

昨年3月にはこれらの疾病4分野についての「治療と就労の両立支援マニュアル」をそれぞれ作成し公開しています。医療機関における両立支援業務の基本スキルや知識に加え、両立支援の事例紹介等、実際に両立支援を実施する上で医療従事者が留意すべき事項等を掲載しています。企業の労務管理担当者や産業保健スタッフの方々にも、両立支援の基本的な取組方法についてご理解いただけるよう



構成されています。当院のホームページの「治療就労両立支援モデル事業」のバナーのリンク先からダウンロードできますのでご活用下さい。

また、昨年2月に厚生労働省から「事業場における治療と職業生活の両立支援のためのガイドライン」が策定されたことを受けて、全国の産業保健総合支援センターを中心に労災病院と連携して、事業場における両立支援の意識啓発を進め、治療と職業生活の両立を実現しやすい風土の醸成と社会全体の意識高揚につなげようとしています。当院はこのような観点からも働く人の健康を守ることに寄与しようとしています。

糖尿病教室のご案内

日時：7月19日（水） 14:00～15:00

場所：新潟労災病院 3階 会議室1, 2

●**糖尿病運動療法のスヌメ**

糖尿病看護認定看護師 金井ちづる

●**みんなで身体を動かしましょう♪**

理学療法士 沢田小夜子

●**夏をのりきる食事と飲み物**

管理栄養士 富永実希

当日はどなたでもご参加いただけます。（参加費 無料）

この機会に生活や食事習慣を見直してみましよう

★たくさんのご参加をお待ちしています★



お問い合わせ

新潟労災病院 医事課 篠沢

電話 025-543-3123

忘れられない出会いと「退院支援」について

地域医療連携室・退院調整看護師 山田 佐智子

「退院支援」「退院調整看護師」と聞いても、いったい何を支援してくれるの？どんなことをする看護師？と思われる方も多いと思います。当院では現在、私を含めて4人の退院調整看護師が配置されていますが、私たち自身も「自分たちは、だれの何を支援しなければならないか」と自問自答し、話し合いながら活動しています。

20年ほど前の話になりますが、私が受け持った患者様との忘れられないエピソードをご紹介します。Aさんは自動車事故で頸髄損傷となり人工呼吸器を装着し、寝たきりの状態で入院生活を送っていました。奥様は朝病院に来られ、Aさんの身の回りのお世話などしながら夕方帰宅するという毎日でした。私はその状況に何の疑問も持たず関わっていましたが、じっと天井を見つめているAさんを見て「何を考えているのだろうか？このままでいいのかな？」「奥さんはどう思って毎日通って来ているのかな？」という疑問が沸き起こり、ある時、思い切ってお聞きしてみました。Aさんは大きな目をパチパチさせながら、スピーチカニューレから発せられるかすれた声で「外に出たい」しばらくすると「家に帰りたい」と言うようになり、奥様も「とっても不安だけど、家に連れて帰って家族で生活したい」とおっしゃられました。当時は今ほど在宅サービスも充実しておらず、何より自分の知識不足を痛感しながら、いったい何をどうすればこの思いを実現させることができるのかを考えていきました。病棟、外来、リハビリ、医事部門など病院全体で関わりながら、長い時間をかけて一つ一つ問題を整理し、最終的には自宅退院することができました。お二人の笑顔と「自分たちの望む生活ができます」という言葉は今でも忘れることができません。

患者様・ご家族の気持ちに寄り添い、どうしたら住み慣れた地域で望む生活を送ることができるのかを、知識と地域との連携を駆使し、チームとして入院から退院まで関わっていくことが「退院支援」であり、それをコーディネートしていくことが「退院調整看護師の役割」と言われています。当院では退院支援の一環として、スムーズに在宅に移行できるように訪問指導も実施しています。

Aさんとの出会いが、退院支援看護師としての自分に繋がっていると感じ、感謝の気持ちでいっぱいです。



「私達が退院調整看護師です」

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⑭）

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⑥）

現在の日本においては、乳がんによる死亡率が急増中であり、日本人の40歳代に高濃度乳房が多くなっています。高濃度乳房の検査精度を補うために、乳腺エコーの併用をおすすめします。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⑨）

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となります。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。

☞ 大腸がん検査は、便潜血(2回)法となっております。（次頁コース③）

☞ 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④）

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）（胃内視鏡検査なし） 27,540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	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①～⑰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での実施も可能です。

5月8日より歯科ドックを始めました！（⑱、⑲）

（★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大腸がん	便潜血(2回) ★		1,620円
④肝胆膵臓+前立腺 ・子宮+大動脈	腹部超音波検査 ★		5,724円
⑤前立腺がん	PSA	1,836円	
⑥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	
⑦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	
⑧腫瘍マーカー	CEA CA19-9 AFP	3,240円	
⑨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)
⑩頸動脈の動脈硬化	頸動脈エコー	5,940円	
⑪肺年齢	呼吸機能 ★		3,240円
⑫骨密度検査	X線	3,780円	
⑬内臓脂肪測定検査	腹部CT	3,240円	
⑭インボディ測定	体成分分析装置(骨格筋量測定)★☆		540円
⑮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)
⑯肝炎検査	HBs抗原 HCV抗体	2,322円	
⑰HIV検査	HIV抗体	1,404円	

歯科ドック

（税込み）

	内 容	実施料金
⑱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	5,000円
⑲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・パノラマ撮影・結果説明	10,800円

人間ドック・がん検診コース・生活習慣病予防コース・歯科ドックは予約制です。

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



娘と散歩をしているとなかなか前に進みません。石ころがあれば拾って投げる。草があれば引っこ抜く。川があれば流れてくるものを眺める。5分で行けるところが20分かかったりします。でも一人で歩いていると気づかないことに目が行きます。何度も立ち止まってしゃがむので、小さな花に気づきます。アリの行列にも気づきます。早く前に進むことより、立ち止まる大切さを教えてもらっているようです。

ようやく歩けるようになった娘はどこに行っても楽しそうです。ニッコニコで歩いています。自分の足で行きたいところに行けるといってもシンプルなことが娘にとってはスペシャルなことなのでしょう。自分にとってのスペシャルは何だろうと考えてみると、幸せな気持ちになります。

(N. H)