

こんにちは

2023.2・3

VOL.

136



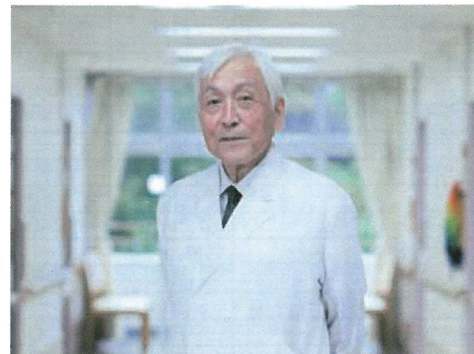
発行

医療法人崇徳会 〒940-2183 長岡市深沢町2300番地 ☎0258-46-3205

医療法人崇徳会 加茂病院 スタッフ募集中！

令和6年春

地域密着型の
公設民営化病院として
加茂病院が生まれ変わります。



じっくりと患者さんに向き合い
寄り添う医療に、
一緒に取り組んでみませんか。

医療法人崇徳会 院長予定者 富所 隆

令和6年4月、加茂病院は、多機能型の慢性期病院に生まれ変わります。日常の入院・外来機能はもとより、予防医療・地域包括ケアを柱として、患者さん・職員の笑顔のあふれる病院づくりを目指します。病院からその人らしく生活できる在宅へ切れ目のない医療を、じっくりと患者さんに向き合い寄り添う医療に、一緒に取り組んでみませんか。

県央地域の医療再編に伴い、新潟県立加茂病院が地域密着型病院として生まれ変わるため、令和6年春より医療法人崇徳会が指定管理者として運営を担うことになりました！公設民営化に向け、一緒に働いてくださる仲間を募集しています！詳しくはこちらのQRコードから！



長岡医療と福祉の里 マイクロバス運行時刻表 無料

田宮病院前発	長岡西病院	健康の駅ながおか	長岡駅前	健康の駅ながおか	長岡西病院	田宮病院前着
9:10	9:28	9:35	9:42	9:48	10:03	10:20
★10:30	★10:48	★10:55	★11:02	★11:08	★11:23	★11:40
12:35	12:53	13:00	13:07	13:13	13:28	13:45
★13:55	★14:13	★14:20	★14:27	★14:33	★14:48	★15:05
15:15	15:33	15:40	15:47	15:53	16:08	16:25

★日曜、祝祭日運休 ★土曜、日曜、祝祭日運休

田宮病院	長岡西病院	地域総合サービスセンター	こころのクリニック ウイズ	訪問看護ステーションみつごうや
☎ 46-3200	☎ 27-8500	☎ 27-7331	☎ 34-7502	☎ 27-7310
在宅介護支援センターみつごうや	訪問介護ステーションみつごうや	ケアプランセンターこころ	うらら長岡	地域生活支援センター
☎ 27-7320	☎ 27-7330	☎ 22-4112	☎ 92-4568	☎ 27-4266
越路ホーム（あすなろ荘）	ワークセンターのっぺ	ひまわり保育園	ふくちゃん保育園	法人事務局
☎ 28-5483	☎ 22-4888	☎ 27-9150	☎ 46-6653	☎ 46-3205

*この冊子の製本は障害福祉サービス事業所「ワークセンターのっぺ」で行っています

今月の顔

長岡西病院

医療福祉相談室
ソーシャルワーカー

佐藤 ひよりさん

長岡西病院の医療福祉相談室でソーシャルワーカーとして勤務している佐藤ひよりさん。

長野大学社会福祉学部を卒業後、令和3年4月に崇徳会に入職しました。佐藤さんが現在の仕事を目指したのは、大学で様々な福祉分野を勉強する中で、高齢・障害などの枠組みにとらわれず幅広い視野を持つてたくさんの方の関わる仕事がしたいと思ったからです。

崇徳会の就職説明会で、様々な分野で働いているソーシャルワーカーの先輩が多く、事業所内の縦のつながりだけでなく事業所をまたぐ横のつながりの強さも感じ、たくさんの

先輩方から多くを学べると思ったのが入職のきっかけです。

佐藤さんは医療福祉相談室で、入院患者さんやご家族への対応と、3階西病棟の内科系の患者さんの退院支援を行ったり、外来受診の問い合わせや、入院相談・制度に関する説明の担当をしています。

日々心がけているのは、患者さんやご家族に対して、独りよがりな支援にならないようにすること。患者さんには、院内だけでも多くの職種の方が関わっており、自分ひとりでは分からないことや気づけないことがたくさんあります。そのため、気になったことはこま

めに確認することを心がけています。日々勉強の意識を持ち、周りの先輩に相談をしながら、次に生かせるように頑張っています。

仕事へのやりがいを持たずねると、「まだまだ不安になることもありますが、先輩方に相談して自分が出る・やるべきことが何かを考えながら試行錯誤しています。その中で、患者さんやご家族からの『話を聞いてもらえてよかった。』とお声をかけていただいた際はとても嬉しかったです」とにっこり。

支援に正解はなく、日々新しい知識に触れたり経験をしています。そこから得たものを自

分の糧にして、患者さんやご家族の希望に寄り添った選択肢と一緒に考えられるようにしていきたいと目標も語ってくれました。

そんな佐藤さんの趣味は音楽を聴くこと。学生の時はよくライブハウスに通っていたそう。最近はライブ参加は減ったものの、新しいアーティストを探したり、友人お勧めの音楽に触れて休日を過ごしているそうです。



田宮病院 医療福祉相談室
主任 関 正寛さん



田宮病院医療福祉相談室で主任を務める関正寛（せきまさひろ）さん。小出町（現魚沼市）出身の関さんは、見附市で育ち、長岡向陵高校、東北福祉大学卒業後、一貫して田宮病院で医療ソーシャルワーカーとしてキャリアを積んできました。

学生時代に福祉に興味を持ち、映画『パッチ・アダムス』を見て自分に何か出来ることで人を笑顔にしたいと考え、福祉の道を選びました。また、デイケアでのボランティア活動を経験したことでさらに想いを強

め、精神保健福祉士を志しました。そして、実習で田宮病院と出会い、医療ソーシャルワーカーという仕事と先輩職員の姿に魅了され、入職を決定しました。

医療福祉相談室の業務は、主に受診相談や退院後の調整。「本当は受診したいんだけど精神科に対する偏見があったり、不安があって受診出来ない方もいる。そういう方たちに寄り添って不安や心配事を少しでも減らせた。」また、退院後の日常が、患者さんにとってより過ごしやすくなるよ

う、地域との繋がりがづくりや、働く場所探しを、福祉制度の活用を含めて相談して支援していきます。

相談業務を行う上で気を付けている事を尋ねると「先輩から教えられたことでもあるのですが、相談を受けて受診に繋げて『一丁上がり』とするのではなく、なんでこの方は田宮病院に相談にきたんだろうと思いをはせながら話を聞くこと。特に家族の方からの相談では、話を聞くことで悩みが解決することもある。受診でなくても私たちに何かお手伝いできることがありますかといった気持ちを忘れずにしたい。」とおっしゃっていました。

今後の目標として、精神科の垣根を取り払うこと。「患者さんだけでなく、その周りにいる家族の方や支援者、施設職員の方にも、もっと気軽に受診や相談を

して欲しい。その為に、田宮病院が精神科救急を担う新潟県南圏域内の診療所等に挨拶周りに行つて繋がりを増やし、情報提供をしています。また、地域の方たちに向けた公開講座等を開催し、地域への啓発につとめています。」とお話していました。

そんな関さんの最近の楽しみは、子どもと遊ぶことだそうです。「今度子ども保育園でダンスの発表会があるので見るのが楽しみです」と嬉しそうにお話していました。また、自宅の庭づくりにもハマっていて春先からまた始めたいそうです。よく雑誌を見てマネしたい庭を見つけてはどうすればそれに近づけるか考えるのが楽しいとの事です。

ワタシの☆ とっておき レシピ

☆田宮病院
看護部長 菅 真司



じ〜じ！！またつくってね！
孫が大喜び
絶品チーズベーコンバーガー



材料（4人分）

- ・バンズ（パン） 4個
（ベシアで4個140円、前日に
言えばスーパーや行きつけのパン屋
でも売ってくれるみたい）
- ・牛コマ切れ（70〜75g×4） 280〜300g
- ・ベーコン（厚切りハーフ） 4or8枚
- ・とろけるチーズ（絶対チェダー） 8枚
- ・玉ネギ（大） 1個
- ・トマト（大） 1個
- ・レタス（お好み） 適量
- ・ピクルス 4本
- ・マヨネーズ 適量
- ・ケチャップ 適量
- ・粒マスタード 適量
- ・塩・胡椒 適量
- ・ナツメグ（お好み） 適量

【作り方】

- ①肉は牛ミンチや合い引きでもいいけど、牛コマ切れを包丁で細かく引いたほうが絶対おいしい。（ミンチは肉の細胞が潰れて水分が流れ出すのでツナギが必要）
- ②玉ネギは5mmの輪切りにして、オープンフライパンでローストする。
- ③トマトは5mmの輪切りにして、キッチンペーパーで水気をとる。
- ④ピクルスを縦4枚にスライスする。
（みじん切りでもOK）
- ⑤レタスはバンズに合わせてちぎり、キッチンペーパーで水気をとる。
- ⑥牛肉はシンプルに塩（肉の1〜1.2%）・コショウ（多め）をし、素早く混ぜ、縮みを考慮してバンズの二回り大きめに成型する。
（お好みでナツメグを入れてもいいけど、パン粉や卵などのツナギは一切使わない）
- ⑦フライパンでパティ（牛肉）を焼く。
（薄いので片面30〜45秒程度で両面）
- ⑧焼きあがる15秒前にチーズをのせ、蓋（アルミホイルでもOK）をし、蒸し焼きにする。
- ⑨別フライパンでベーコンを焼く。
（カリカリがおいしい）
- ⑩バンズの両内側にマヨネーズを塗り広げ、そのあとケチャップと粒マスタードを塗る。
（マヨネーズの防水効果）
- ⑪バンズにレタス、玉ネギ、トマト、パティ、ベーコン、ピクルスを挟み込み、必要なら上から崩落防止の竹串を刺せば完成。

※ハンバーガーを包む耐水ペーパーはセリエかネットで購入できます。（10枚100円程度）

イメージのすすめ

長岡西病院 臨床心理室 室長
小野田 明さん

心理療法のひとつにイメージ療法というものがあります。目の前に存在しなくとも、人間はあたかも目の前に存在するように、様々なものを自由にイメージ（想像）することができ、イメージは経験や記憶の応用ではありますが、人間だけが有する高次な脳の働きです。イメージを用いて、癒しや健康に寄与しようというものがイメージ療法です。イメージさえすれば癒しや健康が得られるのか？ そんなわけはありません。イメージと心地よい感情気分・身体感覚をうまく連動させることにより、癒しや健康に向けての機能が発動します。連動こそがイメージ療法の鍵です。

イメージ療法（ワーク）にはいくつか種類があります。イメージすることにより心身をリラックスさせるリラクゼーションワーク、イメージすることにより自分自身を元気づけ、意欲を高めるリソースワーク、イメージを変容させることにより辛い記憶や感情を処理するトラウマワークなどです。

リラクゼーションワークのひとつ、「安全ワーク」をご紹介します。「心地よい」と感じる場所を、自ら自由に作り上げていきます。イメージ例です。「雲ひとつない青空の下、満開の桜が咲いている。桜の木の下に敷物を敷き、寝そべっている。太陽の暖かい日差しを浴び、鳥の鳴き声を聞き、春風を頬に感じ、桜の花の香りに包まれている。飴玉を口に含み、その甘さを味わいながら、満開の桜を眺めている」。

イメージを思い切り浸り、同時に呼吸は自分が心地よいと思うペースで行い、身体之余計な力を脱力していきます。そして感情気分・身体感覚を丁寧に観察していきます。そうしますと感情気分は落ち着く、穏やか、身体感覚は胸の辺りが暖かい、血の巡りが良くなる、などというふうに連動して感じられてくるはずです。この連動が癒しや健康につながります。視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚の五感を全て発動させることも連動へのコツです。

イメージを用いたリラクゼーションワークの良い点は、いつでもどこでもお手軽にできるところにあります。容易にできるリラクゼーションワークをお教えします。好きな色をとつ選びます。その色の光が空から舞い降りてきて、その光に包まれているイメージを作り上げて浸ってみます。心地よい呼吸と脱力をセットにすることを忘れずに！ リソースワークやトラウマワークは専門家のガイドが必要となります。イメージ療法についてもっと知りたい場合は、公認心理師にご相談ください。

健康アラカルト

health a la carte

		月	火	水	木	金	土
内科	1 診午前	永井	永井	永井	加藤	永井	伊藤
	3 診午前	福居	加藤	石黒	福居	伊藤	福居
	4 診午前	宮本	伊藤	福居・小澤	—	宮本	日赤(第2,4)
	1 診午後	伊藤	—	—	戸枝	加藤	—
神経内科	午前	三木	塩原	三木	三木	小澤	塩原
	午後	高須	—	—	—	—	—
もの忘れ外来	午後	高須	三木(新患のみ)	—	小澤	—	—
整形外科	午前	—	—	風間	今井	—	日本大学
	午後	—	—	—	星野	柳	—
一般外科 (乳・ヘルニア・肛門等)	午前	岡村	—	岡村	—	岡村	—
リハビリテーション科	午前	—	—	—	—	—	大澤
ペインクリニック	午前	—	昭和大学	—	昭和大学	—	昭和大学
眼科	午後	—	—	—	宮島	—	—
精神科	1 診午前	丸山	保谷	村上	—	横山	—
	2 診午前	田宮	—	—	稲井	—	—
心療内科	午後	—	—	—	—	—	—
	午後	—	—	—	—	—	—
泌尿器科	午前	—	齋藤	齋藤	—	—	西山
	午後	—	齋藤	齋藤	—	武田(月2回)	—
皮膚科	午前	後藤	後藤	後藤	—	福居	後藤
婦人科	午前	須藤	須藤	須藤	須藤	須藤	—
歯科	午前/午後	竹内	竹内	竹内	—	竹内	竹内
放射線診断科	午前	佐藤	佐藤	—	佐藤	佐藤	佐藤
ビハラー入院相談		月～土 完全予約制					

●午前の受付時間/ 8:00～11:30 (診察 9:00～)

●歯科受付時間/ 8:30～11:45 (診察 8:45～)

●午後の受付時間/13:00～16:00 (診察13:30～)

13:45～16:45 (診察13:45～)

内科	・再来予約制 (予約なしの診察も可能です) ・午後診察 14:00～ ・永井医師 第4月曜日の受付10:30迄 (R3.4月～R5.3月の間)
神経内科	・新患、再来予約制 (予約なしの診察はお問い合わせ下さい) ・月曜午後受付 15:30迄
もの忘れ外来	・完全予約制。 ・初診予約受付(月・金) 9:00-16:30、(土)9:00-12:00 (地域医療連携室 0258-27-8519)
整形外科	・風間医師 再来予約制 (予約なしの診察も可能です) ・風間医師 水曜日の受付 11:00迄 ・午後受付 13:00～15:00 (診察14:00～)
一般外科 (乳・ヘルニア・肛門等)	・新患、再来、診察予約制 (予約なしの診察はお問い合わせ下さい) ・乳癌健診、乳癌外来 は月・金曜予約制、金曜受付10:30迄
ペインクリニック	・完全予約制 電話予約受付 14:00～16:00
精神科	・予約制 (初診は完全予約制)
心療内科	・初診予約受付9:00～12:00 (医療福祉相談室0258-27-8711) ・再来予約、変更受付14:00～15:00 (専用電話0258-27-8710) ・田宮医師 月曜日の診察 10:00～
泌尿器科	・新患、再来予約制 (予約なしの診察も可能です) ・診療日時が変わることがありますので、お問い合わせください
婦人科	・水曜受付10:30迄
歯科	・新患、再来予約制 (予約なしの診察も可能です) ・土曜受付15:15迄
放射線診断科	・お問い合わせ、予約 は地域医療連携室 0258-27-8519
ビハラー入院相談	・お問い合わせ、予約 は医療福祉相談室 0258-27-8711

地域総合サービスセンター

※訪問看護は契約により緊急時を含め、24時間対応可能です。ご相談ください。

訪問看護ステーションみつこうや ☎27-7310

訪問介護ステーションみつこうや ☎27-7330

在宅介護支援センターみつこうや ☎27-7320

ケアプランセンターこころ ☎22-4112



診療等お問い合わせは
各病院等に直接お電話ください。

		月	火	水	木	金	土
精神科	午前	保谷	丸山	田宮	戎井	鈴木	—
		嶋田	—	戎井	中村	北澤	—
		—	鈴木	稲井	—	村上	—
	午後(新患)	○	○	○	○	○	—
脳神経内科	午前/午後	黒田(奇数週)	稗田(第2火)	笠井(奇数週)	—	—	—
総合診療科	午前	加辺	—	加辺	—	—	—
皮膚科	午後	—	—	—	後藤(第1・3木)	—	—
婦人科	午後	—	—	須藤	—	—	—
耳鼻咽喉科	午後	—	加納(第2・4火)	—	—	—	—
眼科	午後	—	—	—	八百枝(第2・4木)	—	—
泌尿器科	午後	—	—	—	—	斎藤	—
歯科	午前/午後	—	新潟大学	新潟大学	新潟大学	新潟大学	—

●午前の受付時間/8:30～11:30 (診察9:00～)

●午後の受付時間/精神科(新患) 13:30～15:00、脳神経内科11:00～15:00、皮膚科13:00～15:30、

婦人科15:00～16:30、耳鼻咽喉科・眼科・泌尿器科13:00～終り次第終了、歯科13:30～16:00

※歯科・脳神経内科は予約制となります。 ※診療時間は状況により、若干前後することがあります。

こころのクリニック ウイズ

〒940-0048 長岡市台町2-1-16

☎34-7502(代)

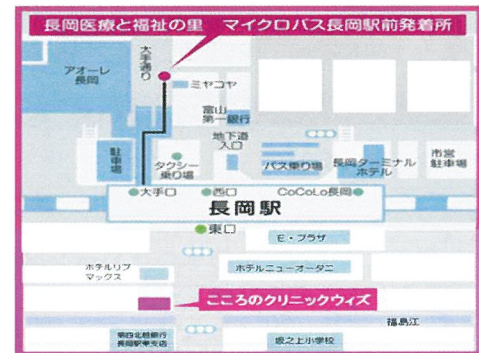
	診療時間	月	火	水	木	金	土(第1・3)
精神科 心療内科	9:30～12:00	大矢	田畑	後藤 丸山	後藤	後藤	後藤
	14:00～18:00	後藤 大矢	田畑	後藤	●田宮 保谷	後藤	後藤(～17:00)

●午前の診療時間/ 9:30～12:00

●午後の診療時間/14:00～18:00

●13:00～17:00

※木曜日の午後以外は、新患・再来とも予約制になります。



里ネット・インフォメーションセンター

相談員・ソーシャルワーカーが、「事業団のサービスについて」
「医療・福祉制度について」のお問い合わせを受け付けております。

フリーダイヤル 0120-310-771

案内が流れましたら、ご希望のお問い合わせ番号をプッシュしてください。

1「高齢者」サービス 2「障害者」サービス 3「医療・その他」サービス

里ネット・空床照会サイト

里ネット 長岡 検索

