

# こんにちは

2023.4・5

VOL.

137



発行

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

## 第9回崇徳厚生事業団学会が行われました

3月19日(日)にハイブ長岡で崇徳厚生事業団の学会が行われ、崇徳厚生事業団グループの職員約三百名が参加し、研鑽しあいました。

午前には2題、午後2題の講演を聴講し、フレイブル予防、介護医療ケア等への理解を深めることができました。

また、事業団内職員による各職場での今年度の研究成果も発表されました。県内大学の先生方を評価・講師者にお迎えし、口頭発表28題、ポスター発表32題の中から優秀な発表への表彰が行われました。

講演1  
東京大学高齢社会総合研究機構教授 飯島勝矢氏  
『自分たちのまちを自分たちで元気に健康長寿鍵は、フレイブル予防』

講演2  
ふじ内科クリニック院長 内藤いづみ氏  
『尊厳を守るケアとは？』  
い塩梅に生きるを支えられますか？』

特別講演1  
筑波大学国際産学連携本部顧問(前見附市長) 久住時男氏



『行政からの視点でみた地域包括ケアシステムについて』

特別講演2  
上村医院院長 上村伯人氏  
『魚沼エリアにおける地域包括ケアの取り組み』  
多職種連携教育(IPE)・多職種協働(IPE)で地域を育てる

講師者  
新潟医療福祉大学名誉学長 山本正治氏  
長岡崇徳大学看護学部教授 平澤則子氏  
新潟医療福祉大学社会福祉学部教授 丸田秋男氏

医療法人崇徳会は、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 ウィズ	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	法人本部事務局
☎ 28-5483	☎ 22-4888	☎ 27-9150	☎ 46-6653	☎ 46-3205

# 今月の顔

田宮病院 医事課 平林 優花さん

田宮病院の医事課に勤務している平林優花（ひらばやしゆか）さんは、崇徳会に入職して8年目になります。

平林さんは、子どものころに薬で咳などの症状が落ち着くことに興味を持ちました。その後、高校で簿記の勉強し、事務仕事の魅力を感じ、医療事務になることを決意しました。

県内の専門学校へ進学し、就職を考えた時、「一つの診療科に特化した医療事務ではなく、様々な診療科に対応できる医療事務になりたい」と考え、崇徳会を希望し、平成27年に入職します。長岡西病院

に配属され、経験を積み、去年から田宮病院で勤務しています。

医事課の業務は、外来患者さんの計算入力・会計・窓口対応と病棟の請求が担当とのこと。心掛けていることについて、「患者さんに話しかける時の声のトーンや話し方を気をつけています。淡々と伝えると冷たい印象を与えてしまいますし、フランク過ぎてもいけませんので、その中間を意識しています。窓口対応では、自立支援制度について聞かれることが多いです。本当なら市役所に確認してもらう内容も聞かれますが、患者さんから

「田宮病院の方が声を掛けやすい」とおっしゃる患者さんも多くいて、病院でわかる範囲は、なるべく噛み砕いて、その人に合わせた説明を心掛けています。また、それが難しい部分でもあります」とおっしゃっていました。

今後の目標を伺うと「入院業務を早く覚えたい。まだ一つの病棟のみ担当しており、他の病棟の請求方法を学んで、全病棟の請求が出来るようになります。また、外来患者さんの会計待ち時間について、日々良くなるよう医事課みんなで取り組んでいます」とのことです。



そんな平林さんの休日の過ごし方は、お子さんと遊ぶこと。「常に子どもが走り回ります（笑）。子どもが車にハマっていて、地域のイベントで消防車に乗れてうれしそうでした」と楽しそうに話していました。



長岡西病院  
リハビリテーションセンター  
主任代行 佐久間 啓祐さん



長岡西病院リハビリテーションセンター主任代行の佐久間啓祐（さくまけいすけ）さん。胎内市出身で県立新発田南高校土木科卒業後、看護リハビリ新潟保健医療専門学校を卒業しました。理学療法士を目指したのは、友人が骨折した際に、苦しい思いをしている人の助けになりたいと思ったのがきっかけでした。

長岡西病院での印象深い出来事として、入職後最初に患者さんを担当した時の事を話してくれました。「3年目理学療法士として

入職したものの回復期の患者さんに対する経験は浅く、うまく介入できずにいました。退院日を迎えても、患者さんの思いに十分応えられなかったと感じていましたが、最後のリハビリの時に思いがけない激励の言葉を頂きました。その言葉は今でも忘れられません。」

現在は地域包括ケア病棟でのリハビリに携わります。入院中から退院後まで、患者さんが望む限り地域で長く生活し続けるために、介護保険サービスや地域事業への橋渡しをしたいと語ります。質の高い「地域包括ケア」の一端を担うことが目標であり、経験を重ねてもチャレンジ精神を持ち続けることが長期的な目標だそう。常に心がけていることは、柔らかな口調で柔軟に意見を聴くこと。最初から決めつけず、考えられる最善の意見を添えながら、様々な選択肢の提示を心がけています。

大切にしていることは、崇徳厚生事業団の「自分や家族、友人が利用したいと思うサービスの提供」という理念。自分に何ができるかを考え、仕事に取り組んできました。

そして勤続10年。スタッフが多く趣味の合う同僚がいること、フォロー体制が整っていたから勤務を続けられたと話します。平日の休みに子どもを受診に連れて行きやすいのも一因です。中でも一番の理由は、挑戦に対して背中を押してもらえる職場だから。まだまだやりたい事が山積みです。リハビリテーションセンターは明るく、スタッフはエネルギーッシュで朗らかな職場です。リハビリの最中は常にどこかで談笑の声が聞こえ、患者さんからも「元気をもらえる」と言われます。後輩へのコメントを伺うと「日々、理論や技術はアツプデートされます。興味を持てる分野を見つけ、新常識を身につけてほしい」と思っています。思うようにいかなくても息抜きをしながら、一緒に歩みを進めて地域に貢献できるようにしましょう」と話してくれました。

そんな佐久間さんの最近のお気に入りには手動のコーヒーマル。コーヒの香りと、豆を挽いている時間が好きで、美味しいコーヒを淹れられるよう腕を磨きたいとのことでした。

# ワタシの☆ とっておき レシピ

☆ひまわり保育園  
山崎 尚美



## 子どもも楽しめる！ 簡単棒餃子

お花見やバーベキュー、宅飲み会などで我が家の定番メニューになっています。急に決まったり、時間のない時のおつまみや一品持ち寄りにピッタリ！

お好みのものを餃子や焼売の皮で包み、焼くだけ。大人はおつまみに。子どもは自分で巻いて楽しめます。

### 材料

- ・餃子の皮
- ・チーズ
- ・ウインナー
- ・茹で野菜（アスパラ、人参など）



### 【作り方】

- ①ウインナー、チーズを皮の三分の二くらいの長さに揃える。
- ②野菜は軽く茹で、①と同じくらいの長さに揃える。
- ③皮に包み、側面、上下を閉じる。
- ④油を敷いたフライパンで皮がパリッとするまで焼く。

アウトドアでは、小麦粉とラップの芯（固めの物）を持っていき、粉だらけになって皮から作るのもおすすめです。

- ①小麦粉にお湯を入れ、耳たぶより少し硬いくらいに捏ねる。
- ②少し時間をおいて、適量を手に取りコロコロ丸める。（ラップに包んでもみもみしても綺麗に丸まります。）
- ③手のひらや、ラップの芯を使って円形に広げる。

戸外なら、後始末も簡単なので、是非楽しんで美味しく作ってみてください。

## -キャンプのすすめ-

田宮病院  
こころのリハビリセンター  
佐藤 寛幸さん

### 「自然の中で過ごす」 てみよう」

コロナ禍で3密を回避でき、感染リスクの少ないアウトドアレジャーが注目されています。今回は、キャンプの健康的な側面について、「キャンプ歴16年」の私が考える良い所5つをお伝えしようと思います。



③コミュニケーションの向上  
グループでの活動が多く、家族や友人との人間関係の構築やコミュニケーション能力の向上にもつながります。

好きな道具や食器、服装を揃え、調理することで、キャンプ場という場での、自己表現や社会参加とも言えるでしょう。

### ①自然とのふれあい

自然の中でのんびりと過ごすことや森林浴や空気の澄んだ場所ですごすことができます。心身ともにリフレッシュすることができま

### ④精神的に安定になれる

焚き火の効果として炎や音により、自然な形で同時に集中とリラクゼーションの効果があり、精神的に安定し、自分自身と向き合えたりします。

ハードルが高いとされている方は、日帰りキャンプから始めてみましょう。マイカップ、マイチェア、お弁当と飲み物を持ち、家族や友人を誘っていきましょう。必要になったら、焚き火台、寝袋、テント…。

### ②ストレス解消

自然環境で身体を動かすことや不自由さがチャレンジ精神を養い、達成感や自信を持つことができ、ストレスの解消、耐性を高めることもできます。

### ⑤好奇心を高める

事前の道具や食事の準備など計画を立てる際に気分を高揚させます。

### キャンプによる非日常から、

何気ない小さな幸せに気づけたり、健康増進に繋がる時間となるでしょう。



	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	渡邊	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	宮崎友宏(第2,4)	今井	田中裕貴(第1,3)	—	—	日本大学
	午後	—	—	—	星野	柳	—
一般外科 (乳腺・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	—	—	—	小池	—	—
精神科	1 診午前	丸山	保谷	村上	—	横山	—
心療内科	2 診午前	田宮	—	—	稲井	—	—
	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~)  
●午後の受付時間/ 13:00~16:00 (診察 13:30~)

●歯科受付時間/ 8:30~11:45 (診察 8:45~)  
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月曜の受付10:30迄 (R5.4月~R7.3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)
一般外科 (乳腺・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、乳腺外来 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 心療内科	・予約制 (初診は完全予約制) ・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ごうや ☎27-7310  
訪問介護ステーションみつごうや ☎27-7330  
在宅介護支援センターみつごうや ☎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。

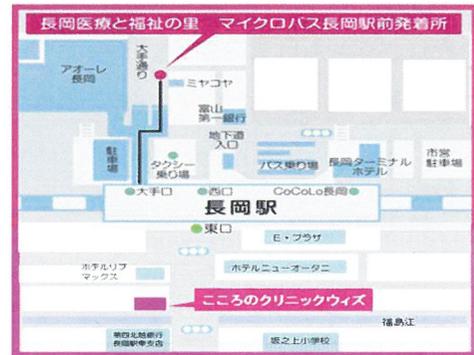
	月	火	水	木	金	土	
精神科	午前	嶋田	丸山	田宮	戎井	鈴木	—
		藤森	—	戎井	吉村	鎌田	—
		保谷	鈴木	稲井	—	村上	—
		—	上岡	渡部	—	上岡	—
午後(新患)	○	○	○	○	○	—	
脳神経内科	午前/午後	黒田(奇数週)	稗田(第2火)	笠井(奇数週)	—	—	
総合診療科	午前	加辺	—	加辺	—	—	
皮膚科	午後	—	—	—	後藤(第1-3木)	—	
婦人科	午後	—	—	須藤	—	—	
耳鼻咽喉科	午後	—	加納(第2-4火)	—	—	—	
眼科	午後	—	—	—	八百枝(第2-4木)	—	
泌尿器科	午後	—	—	—	—	齋藤	
歯科	午前/午後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

