

こんにちは

2023.8・9

VOL.

139



発行

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

特別講演会が行われました



金沢大学大学院医薬保健学総合研究科脳神経内科学教授小野賢二郎先生、同准教授篠原もえ子先生をお迎えし、七月二十八日（金）午前十時より、法人本部棟多目的ホールにおいて講演会が開催されました。

ト「と題し講演、続いて小野先生が「アルツハイマー型認知症の根本的治療への展望」と題し特別講演されました。崇徳厚生事業団各施設職員にも共通して関心の高い内容であり、こぶし園、桃李園、長岡崇徳大学などからも多くの職員が参加しました。



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	法人本部事務局
☎ 28-5483	☎ 22-4888	☎ 27-9150	☎ 46-6653	☎ 46-3205

今月の顔

地域総合サービスセンター 訪問介護ステーションみつごうや

富樫 友香子 さん

地域総合サービスセンターの訪問介護ステーションみつごうやで介護福祉士資格を持つ訪問介護員として勤務している富樫友香子（とがし ゆかこ）さん。以前は他法人の介護付き有料老人ホームで介護員として勤務していましたが、訪問介護に興味があり、崇徳会で勤務している知人から誘われたことをきっかけに崇徳会に入職、訪問介護ステーションみつごうやでの勤務をはじめました。

訪問介護員の仕事は、訪問車で利用者のご自宅に直接伺い、入浴・

排せつ・食事等の介助や、調理・洗濯・掃除等の家事援助を行うことです。訪問介護員として心掛けていることを伺うと、「親しみやすすぎでむしろ失礼にならないような言葉遣いや、笑顔で接することなど、ご利用者様を尊重した対応を常に心がけています。」とのことでした。

また、訪問介護の仕事の難しさとしては、「ご利用者様の価値観や生活スタイルがお一人おひとり違うので、どのくらいの距離感を保って、どのように信頼関係を築いていけば良いのか難しいです。」と話してくれま

した。

訪問介護の仕事でやりがいを感じるのには、「ご利用者様やご家族様に『ありがとう』という言葉をかけていたんだとき」。今後の目標としては、「ご利用者様やご家族様の目線に立った支援を行い、安心して住み慣れた家で快適に過ごしていただけるような知識や技術を身につけること」とのことです。

そんな富樫さんの趣味はサッカー観戦だそう。「もっぱらテレビ観戦ですが、日本代表や、イングランドのプレミアリーグで日本代表選手も所属するブラ



イトンやアーセナルの試合を、お酒を飲みながら家族と観て楽しんでいます。」とのこと。

Zoom UP



長岡西病院 内科・神経内科
渡邊晋平 医師



当院で対応できない重症患者が立て続けにきたこと。市内高度急性期病院へ転院搬送するため、救急車に同乗し、着任して早々に3大病院を制覇してしまっただけです。

医師を志した想いについてたずねると、「小児期に病院に入院していたことが長期間あり、その経験から自分も医療に関わりたいと思うようになり、そのことでした。」とのことでした。

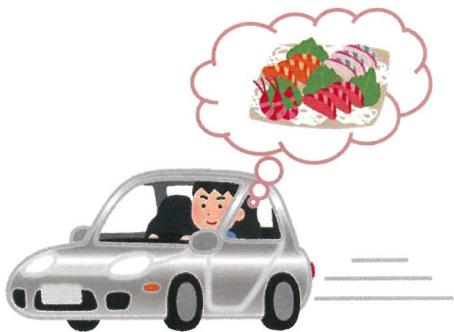
学生時代の渡邊医師は中学・高校では軟式野球部、大学では山岳診療部に在籍しました。山岳診

療部では、標高3193mの南アルプスの北岳に登っていました。また、1年間アメリカ留学していた高校時代も、楽しく過ごしたそうです。

医師として大切にしてきたことを伺うと、「全てにおいて、できるだけ患者さんファーストで、患者さんがどうしたいかなど希望をしっかりと聞いて、それに沿えるようにしたい。また、昭和大学がチーム医療を全面に出して診療していることもあり、医療従事者全員で、全員の意見を聞いて、交換して、よりよい医療をすべきと思っています。」と語ってくれました。

今後取り組みたい事は、「神経内科領域は、治せるものや、元の状態に近づけるものが限られているので、より多くの病気

を軽快に向けていけるようトライしたいと思っています。」と意欲的に話してくれました。そんな渡邊医師の趣味は野球やサッカーなどのスポーツ観戦。さらにご自身ではゴルフをするそう。また休日は美味しい食事とお酒を楽しむために遠出したり、気分転換にドライブをすることも。仕事とプライベートは切り替えて充実して過ごしている様子でした。



令和5年4月に長岡西病院に着任した渡邊晋平医師は、東京都出身。高校時代に1年間アメリカ留学を経たのち、昭和大学医学部を卒業。現在は4年目医師、内科専攻医として長岡西病院で勤務しています。日常の診療業務は病棟をメインに行い、外来では週1回の診療をしています。今後は外来診療も増えていく予定です。長岡西病院入職後の印象的なエピソードは、入職後2カ月目にして、

ワタシの☆ とっておき レシピ

☆長岡西病院

リハビリテーションセンター
金子 清和

夏こそ！ お手軽キーマカレー

夏のカレーの辛さと爽やかさで暑さを
吹き飛ばしましょう！

食欲が減退する暑い季節こそカレーの
力を試してみてください。

材料（4人分）

合い挽き肉 400g
ピーマン 4個
ニンジン 小1本
たまねぎ 1個半～2個
しょうが 1片
にんにく 1片
市販カレー 5皿分
(辛さ🔥はお好みで)

水 200cc
塩コショウ 少々
ソース 少々
ケチャップ 少々
しょう油 少々

ポイント

- ・ 多少味がばやけていても、最後のピーマンで味が締まります
- ・ ピーマンは軽く煮込むだけでOK
(生でも美味しい)
- ・ フードプロセッサーがなければ、包丁粗みじん切りで大丈夫です
- ・ 冷凍しておくと、忙しい時の献立に便利です



【作り方】

- ① フードプロセッサー(包丁)で、ニンジン・にんにく・しょうがを粗みじん切りにする。
- ② そこにたまねぎを加えてさらにみじん切りにする。
- ③ 深めのフライパンに油をひいて、みじん切りにした野菜を中火で炒める。
- ④ たまねぎが透き通ってきたら、合い挽き肉を入れて炒める。
- ⑤ 挽き肉に火が通ったら塩コショウを少々入れる。
- ⑥ カレールーと水(200cc)を入れて炒める。
- ⑦ ルーが溶けたらケチャップとソースとしょう油を少々入れる。
- ⑧ 中～弱火で水気が少なくなるまで煮込む。この間にピーマンをみじん切りにする。
- ⑨ みじん切りにしたピーマンを入れて軽く煮込む。
- ⑩ 最後にごはんと一緒に盛り付けて完成です！
(お好みで粉チーズや卵、粗く砕いたミックスナッツを入れても美味しいです)



食べる点滴！？ 熱中症予防！

田宮病院 栄養管理室
青柳 沙耶香



☆水分補給について
一度に大量の水を摂取すると、体内の塩分やカリウムなどのミネラルバランスが崩れる場合があります。喉が乾く前に少量ずつ飲みましょう。
夏だからといって塩分を多く摂るのは要注意です。スポーツや通勤などで、一気に水分・塩分が不足した場合は効果的です。

Q スポーツをする時、水分補給は水で良い？
A 水だけでは、ミネラル不足による脱水症になる可能性があります。スポーツドリンクやイオン飲料で水分補給をするとうまいでしょう。

Q コーヒーやビールなども水分補給になる？
A カフェインを含むコーヒーや緑茶、お酒のアルコールは、水分ですが利尿作用があり、飲んだ分だけ尿として体外に排出されてしまいます。ジュースは、甘みが強く、尚更喉が渇くこともあるため、水分補給としては、カフェインを含まない水や麦茶がおすすめです。

☆熱中症とは
毎年、ゴールデンウィークを過ぎた頃から熱中症のニュースが聞かれます。暑くなると発汗によって体温を下げようとし、その汗には、水分や塩分も含まれており、これらが失われることで脱水症になります。また脱水症を放っておくと、熱中症へと移行します。熱中症になると、体内に熱がたまり、大量の発汗、吐き気、倦怠感などの症状が現れます。重症になると意識障害などが起こります。

☆熱中症予防食材 キウイ
熱中症予防には水分と塩分が必要で手軽に美味しく、水分・塩分・カリウムを摂れるのが塩キウイスムージー。キウイを食べて熱中症を予防しましょう！

手もみ塩キウイスムージー
〈材料〉(1人分)
完熟キウイフルーツ 1個
塩 ひとつまみ
(0.5g～1g程度)

水 100ml～150ml

〈作り方〉
ビニール袋に皮をむいたキウイフルーツ、塩を入れて、袋の口を閉じ、キウイフルーツをすりつぶすようにもみ、水を加える



外来診察一覧表 (令和5年8月1日現在)

長岡西病院 〒940-2081 長岡市三ツ郷屋町371-1 ☎27-8500(代)

		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(第2、4)	今井	田中(第1、3)	山田	山田	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
ビハーク入院相談		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～)

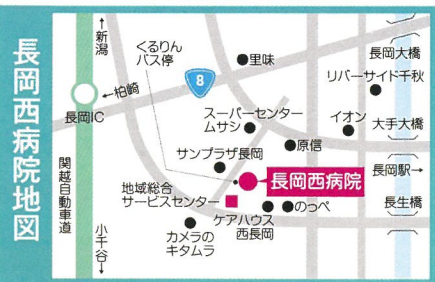
- 歯科受付時間／8:30～11:45(診察8:45～)
- 13:45～16:45(診察13:45～)

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)
整形外科	・午後受付 13:00～15:00(診察14:00～) ・今井医師・柳医師再来予約制。予約なしの診察も可能です。
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	・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
ビハーク入院相談	・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。

田宮病院 〒940-2183 長岡市深沢町2300 ☎46-3200(代)

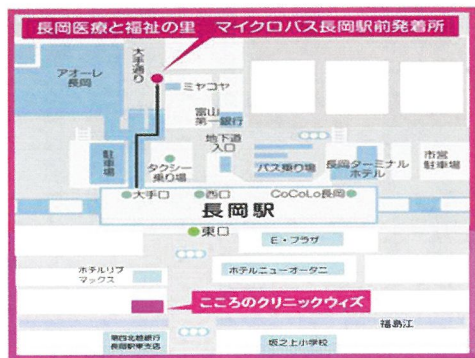
		月	火	水	木	金	土
精神科	午前	嶋田	丸山	田宮	戎井	鈴木	—
		藤森	—	戎井	吉村	鎌田	—
		保谷	鈴木	稲井	—	村上	—
		—	上岡	渡部	—	上岡	—
	午後(新患)	○	○	○	○	○	—
脳神経内科	午前／午後	黒田(奇数週)	—	笠井(奇数週)	—	—	—
総合診療科	午前	加辺	—	加辺	—	—	—
皮膚科	午後	—	—	—	後藤(第1・3木)	—	—
婦人科	午後	—	—	須藤	—	—	—
耳鼻咽喉科	午後	—	加納(第2・4火)	—	—	—	—
眼科	午後	—	—	—	八百枝(第2・4木)	—	—
泌尿器科	午後	—	—	—	—	斎藤	—
歯科	午前／午後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

