

こんにちは

2023.12・1

VOL.

141



『老年問題セミナー2024』を開催します。

ポスト2025年を見据え、次の2040年に向け、「地域包括ケアシステム」を持続可能な仕組みとして深化・進化させていく学びの機会として、
(一社)崇徳厚生事業団は『老年問題セミナー2024』を開催します。

期 日：令和6年2月17日(土)

時 間：10:00～17:15

会 場：ホテルニューオータニ長岡 NCホール

参加費：5,000円(学生1,000円)

前・新潟県福祉保健部長の松本晴樹さんなど、長岡市でお話を伺う機会が大変貴重な方々よりご講演をいただきます。詳しい内容のご確認や参加のお申込み、お問い合わせは、崇徳厚生事業団公式Webサイト
(右QRコード)よりご確認ください。



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

各事業所代表電話番号

田宮病院 46-3200	地域総合サービスセンター 27-7331	うらら長岡 92-4568	ひまわり保育園 27-9150
長岡西病院 27-8500	訪問看護ステーションみつごうや 27-7310	地域生活支援センター 27-4266	ふくちゃん保育園 46-6653
こころのクリニック ウイズ 34-7502	在宅介護支援センターみつごうや 27-7320	越路ホーム(あすなろ荘) 28-5483	本部事務局 46-3205
すくとく・おれんじクリニック 84-7995	ケアプランセンター こころ 22-4112	ワークセンターのっぺ 22-4888	

今月の顔

田宮病院

こころのリハビリセンター

作業療法士 阿部 美那さん

田宮病院第6病棟で作業療法士として勤務している阿部美那（あべみな）さんは崇徳会に入職して5年目になります。

阿部さんが中学生の頃、職場体験で高齢者施設に行った際、利用者の楽しんでいる姿や職場の雰囲気の魅力を感じ、福祉の仕事を考えてそうでした。そこで福祉に関する職業を調べ、作業療法士の患者さんに寄り添った仕事内容に惹かれ、作業療法士の資格が取れる大学へ進学しました。就職先を考えた時、新潟の精神科に関する現場で働きたいと考え

た阿部さんは、相談した大学の先生の薦めもあり、田宮病院に入職を決めました。

阿部さんは現在第6病棟の作業療法士として、午後に患者さんと一緒に作業療法を行っています。「意欲が湧きにくい方に対して、どうやって楽しんでもらえるかを毎日考えています。塗り絵やパズルや編み物など、患者さんの好みやこだわりに合わせて、入院中や退院先でも続けて楽しんでもらいたいです」と話していました。お仕事の難しさとしては、患者さんに合わ

せた臨機応変な対応とことです。「患者さんが過ごしてきた環境や経験によって、同じ病名でも状態が全く違うので、対応が難しいと感じました。そこで、様々な患者さんにたくさん関わることと自分の引き出しを増やし、院外の勉強会に参加して知識をつけ、患者さんに合わせた対応をしたい」とのことです。

今後の目標として、「患者さん一人ひとりと向き合える作業療法士です。その為に、患者さんと接する時間の確保をする。色んな業務の作業効率をあげた

いです」と話されていました。そんな阿部さんの休日の過ごし方は、愛犬と過ごすこと。マルチーズとプードルのミックスのマルプーを飼っていて、休日に家族でペット同伴可能なカフェやドッグランに出かけてリフレッシュしているそうです。



Zoom UP



長岡西病院
看護部長室 BCT師長
岩崎孝子さん

長岡西病院看護部長室に所属するBCT師長の岩崎孝子さん。「BCT」とはベッドコントロールチームの略称で、入院される患者さんのお部屋をスムーズに確保できるように、入院病床の状況を把握・調整する担当です。岩崎さんは旧三島郡越路町の出身で、長岡赤十字看護学校を卒業後、長年に渡り長岡赤十字病院で勤務しました。そして師長職を経たのち平成19年に崇徳

会に入職。一般病棟、療養病棟の副師長、師長代行、師長職を経て定年を迎えましたが、平成30年に定年再雇用となりBCT師長として活躍しています。

BCTは一般的には馴染みのない言葉だと思えます。長岡西病院には5つの病棟がありますが、機能や体制などによって病棟ごとに異なる施設基準が設けられています。その基準に沿うように予約入院、緊急入院を採配するのがBCTです。岩崎さんは日々、医局や病棟・外来、医療福祉相談室、地域医療連携室、看護部長室を行き来しながらきめ細かく調整を行っています。岩崎さんに仕事のやりがいを感じると、「忙しい毎日ですが、

施設基準にあう入院を手配し、病床利用率を高めて経営の安定につながっている実感を持てた時はもちろん、地域の病院やケアマネ、開業医からの急な患者受け入れの要望に応えられた時にはとてもやりがいを感じると答えられました。

仕事の難しさを聞いたところ、病床利用率が高いと患者さんの受け入れが難しくなる半面、低い利用率が続けば病院経営に影響するため気苦労があるそう。主治医の選択にも気を配らなくてはならないと、調整の難しさを滲ませました。そんな時は一人で悩まず、週2回のBCTミーティングで相談して一つずつ解消しているそうです。岩崎さんが仕事をす



るうえで大切にしていたことは、「コミュニケーションと協働」。職場や同職種などの若手職員に対するアドバイスやメッセージとして「困った事、苦手な事は周囲の力を借りながら、様々な調整を行ってきた仕事に裏打ちされた言葉を返してくれました。そんな岩崎さんの息抜きは、休日の朝の家庭菜園で畑仕事をする。子育てのお手伝いをするのと、こり目を細めて教えてくれました。

ワタシの☆ とっておき レシピ

☆長岡西病院
小林 咲子

ほろほろスペアリブ

煮込み料理が、おいしい季節になりましたね！

この時期に我が家で登場するのがスペアリブです。

ホロホロになるまで煮込むのでとても食べやすいです。ご飯にもお酒にもピッタリです！

●材料 (4人分)

- ・スペアリブ用骨付き豚肉 800g
- ・しょうゆ 大さじ3
- ・みりん 大さじ2
- ・酒 大さじ2
- ・ハチミツ 大さじ2
- ・砂糖 大さじ1
- ・鶏がらスープの素 小さじ1

※甘めの味付けがお好みの方はハチミツをもう少し多めにしてください。



●作り方

- ①鍋に油をひき、肉の両面を焼き色がつくまで焼きます。
中まで火が通らなくてもOKです。
- ②鍋にひたひたになるくらい水を入れ中火にかけます。
沸騰前に弱火にしてあくをとります。
- ③調味料をすべて入れます。
弱火で2時間くらい煮込みます。
長く煮込むほどお肉がとろけます。
- ④水分がなくなりそうになったらできあがりです。
後半は焦げないように気をつけてください。

※つけあわせにマッシュポテトやクレソンを添えるのもおすすめです！！

キシリトールって いったい何？

田宮病院 歯科外来主任
歯科衛生士 桑原 裕美子

- ・キシリトールが虫歯の発生や進行を防ぐのはなぜ？
- ・歯を溶かす酸を作らない。
- ・清涼感のある甘味が唾液を出やすくし、歯が溶けるのを防ぐ。
- ・虫歯菌の活動を抑える。
- ・キシリトールガムやタブレットの活用方法
- ・毎食後や就寝前などに、継続して使用することで効果

キシリトールを食べたときに冷たく感じるのはなぜ？
口に入り、溶けるときに熱を奪う性質があるからです。

キシリトールを食べると下痢になるって本当？
糖アルコールであるキシリトールは小腸で吸収されにくい為、過剰に摂取するとお腹がゆるくなる場合があります。適量を摂取する分には問題ありません。



皆さんも普段の生活にキシリトールを気軽に取り入れてみてはいかがでしょう？

キシリトールを取り入れただけでは、虫歯を予防することはできません。

日々の歯磨きや、規則正しい食生活、歯科の定期受診をすることに加え、キシリトールを活用するようにしましょう。ちなみに私はキシリトール100%ガムのボトルを車の中に置いています。すぐ歯磨きができないとき、口さみしいときなどに活用しています。

健康アラカルト health a la carte

キシリトールとは？
白樺や樺の木からとれる天然の甘味料です。厚生労働省より食品添加物として認可されています。そして、キシリトールは他の糖アルコールに比べ砂糖と同程度の甘さがあります。虫歯の少ない北欧諸国では、多くの家庭の食卓にキシリトールガムが置いてあります。

があります。

- ・キシリトールが50%以上配合されているものを選ぶ。

キシリトールの他に砂糖や水飴が含まれているものもあります。購入する際に成分表示を見てみましょう。歯科医院で販売されているガムやタブレットにはキシリトールが100%のもが多いようです。

外来診察一覧表 (令和5年12月1日現在)

長岡西病院

〒940-2081 長岡市三ツ郷屋町371-1 ☎27-8500 (代表)

基本受付時間：午前/8:00～11:30(診察9:00～)、午後/13:00～16:00 (診察13:30～)

		月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前①	永井	永井	永井	加藤	永井	伊藤	・再来予約制(予約なし診察可) ・午後診察14:00～ ・第4月曜午前①受付10:30迄
	午前③	福居	加藤	石黒	福居	伊藤	福居	
	午前④	宮本	伊藤	福居	渡邊	宮本	日赤 (第2,4)	
	午後①	伊藤	—	—	戸枝	加藤	—	
神経内科	午前	三木	塩原	三木	三木	渡邊	塩原	・新患、再来予約制 (予約なし診察はお問い合わせください) ・午後受付15:30迄
	午後	高須	—	—	—	—	—	
もの忘れ外来	午後	高須	三木 (新患のみ)	渡邊	—	—	—	・完全予約制 ・初診予約受付(地域医療連携室27-8519) (月～金)9:00～16:30、(土)9:00～12:00
整形外科	午前	宮崎 (第2,4)	今井	田中 (第1,2)	山田	山田	日大	・午後受付13:00～15:00、診察14:00～ ・今井Dr、柳Dr再来予約制 (予約なし診察可)
	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	—	・新患、再来予約制 (予約なし診察はお問い合わせください) ・乳がん検診、乳腺外来は月・金予約制 ・金曜受付10:30迄
リハビリ テーション科	午前	—	—	—	—	—	大澤	・完全予約制 (電話予約受付14:00～16:00)
ペイン クリニック	午前	—	昭和大	—	昭和大	—	昭和大	
眼科	午後	—	—	—	小池	—	—	・初診完全予約制、再来予約制 ・初診予約受付(医療福祉相談室27-8711) 9:00～12:00 ・再来予約、変更受付(専用27-8710) 14:00～15:00
精神科 ・ 心療内科	午前①	丸山	保谷	村上	—	横山	—	
泌尿器科	午前②	田宮	—	—	稲井	—	—	
	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	・新患、再来予約制(予約なし診察可) ・診療日時変更の場合があるため、 お問い合わせください
	午後	—	齋藤	齋藤	—	—	—	
婦人科	午前	須藤	須藤	須藤	須藤	須藤	—	・水曜受付10:30迄
歯科	午前 ・ 午後	竹内	竹内	竹内	—	竹内	竹内	・新患、再来予約制(予約なし診察可) ・午前受付8:30～11:45 (診察8:45～) ・午後受付13:45～16:45 (診察13:45～)
	放射線診断科	午前	佐藤	佐藤	—	佐藤	佐藤	
ピハラー入院相談		完全予約制						

ビハラー入院相談

完全予約制



田宮病院

〒940-2183 長岡市深沢町2300 ☎46-3200 (代表)

基本受付時間：午前/8:30～11:30(診察9:00～)、午後/診療科別に設定

		月	火	水	木	金	土	備考
精神科	午前	嶋田	丸山	田宮	戒井	鈴木	—	・午後是新患のみ ・午後受付13:30～15:00
		藤森	—	戒井	吉村	鎌田	—	
		保谷	鈴木	稲井	—	村上	—	
		—	上岡	渡部	—	上岡	—	
脳神経内科	午後	○	○	○	○	○	○	・完全予約制 ・午後受付11:00～15:00
	午前	黒田 (奇数週)	—	笠井 (奇数週)	—	—	—	
総合診療科	午後	加辺	—	加辺	—	—	—	
皮膚科	午後	—	—	—	後藤 (第1,3)	—	—	・午後受付13:00～15:30
婦人科	午後	—	—	須藤	—	—	—	・午後受付15:00～16:30
耳鼻咽喉科	午後	—	加納 (第2,4)	—	—	—	—	・午後受付13:00～終了次第
眼科	午後	—	—	—	八百枝 (第2,4)	—	—	・午後受付13:00～終了次第
泌尿器科	午後	—	—	—	—	斎藤	—	・午後受付13:00～終了次第
歯科	午前	—	新潟大	新潟大	新潟大	新潟大	—	・完全予約制 ・午後受付13:30～16:00
	午後	—	—	—	—	—	—	

こころのクリニック ウィズ

〒940-0048 長岡市台町2-1-16 ☎34-7502 (代表)

基本診療時間：午前/9:30～12:00、午後/14:00～18:00

		月	火	水	木	金	土	備考
精神科 ・ 心療内科	午前	大矢	田畑	後藤 丸山	後藤	後藤	後藤 (第1,3)	・完全予約制 ・木曜田宮Dr診療13:00～17:00 ・土曜後藤Dr診療17:00迄
	午後	後藤 大矢	田畑	後藤	田宮 保谷	後藤	後藤 (第1,3)	

すとか・おれんじ クリニック

〒940-0065 長岡市坂之上町2-3-20(米百俵プレイス1階内)☎84-7995 (代表)

診療時間：午後/14:30～16:30

		月	備考
脳神経内科	午後	黒田 (第1,3,5)	・完全予約制
精神科	午後	田宮 (第2,4)	・完全予約制



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。

■「高齢者」サービス ■「障害者」サービス ■「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

