

地域の方々とのコミュニケーション誌



# こんにちは

2025. 8・9

VOL.  
151



発行

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

# 今月の顔

長岡西病院

リハビリテーションセンター

理学療法士 石井知里 さん

令和5年に長岡西病院に入職した石井知里さんは、リハビリテーションセンターで理学療法士として活躍されています。

石井さんが理学療法士を目指したきっかけは、叔父のリハビリを見学した経験でした。そのときに理学療法士という職業の魅力を強く感じ、「自分もこの道に進みたい」と思ったそうです。

東北福祉大学を卒業後、現在は長岡西病院の2階北病棟で2年目を迎えています。崇徳会に入職した理由について伺うと、「病院見学の際、スタッフの皆さんがとても丁寧に対応してくださったこ

と、そしてリハビリに真剣に向き合っている姿を見て、自分もここで働きたいと思いました」と語ってくださいました。

石井さんの現在の業務は、患者様へのリハビリの提供と退院支援を中心に担当しています。常に心掛けているのは、「その人らしさを大切にしたい」ということです。退院後も安心して生活できるように、身体的なサポートはもちろん、生活面への配慮も欠かしません。

一方で、患者様一人ひとりの身体状況や生活背景に合わせたリハビリを考えることの難しさも実感されているとのことだ

した。

仕事のやりがいを感じた瞬間について尋ねると、「できなかったことができるようになったときの患者様の笑顔や、『ありがとう』の言葉がとても嬉しいです」と笑顔で教えてくれました。

今後の目標については、積極的に勉強会に参加し自己研鑽に努めるとともに、機能面と生活面の両面からのアプローチで、より個別性の高いリハビリを提供していきたいと話してくれました。

そんな石井さんの休日は家でミステリー系の映画を観たり、好きなア

石井さんのまっすぐな姿勢が、多くの人の回復や前進の力になっていくことでしょう。



# ZOOM UP



田宮病院

地域生活支援室

主任

作業療法士 川崎智弘さん

川崎智弘（かわさき・ともひろ）さんは、田宮病院・地域支援事業部地域生活支援室で勤務されています。平成20年に新潟医療福祉大学を卒業し、同年4月に田宮病院へ入社されました。学生時代、合同説明会で田宮病院の話聞いたことがきっかけで興味を持ち、当時の技師長からの説明に心を動かされたことが、入職の決め手となったそうです。

今年の3月まで、こちらのクリニックウイズの精神科デイケア主任として勤務し、4月から田宮病院に異動され、現部署で活躍されています。

現在の担当業務は多岐にわたります。地域支援を担当するチームの一員として、診療報酬の各種加算の管理、第5病棟での作業療法活動の実施、外来OTの管理や職業評価、就労支援チームとして就労支援などを実施しています。さらに、他部署との連携や業務プロセスの見直しにも力を入れ、より効率的な支援体制づくりに取り組んでいます。

仕事において川崎さんが大切にしているのは、「自分自身が楽しむこと、そして仕事をおもしろくすること」。多様な業務

の中で、「今これがおもしろい」と感じることに注力し、自らの関心を仕事に活かすことを心がけておられます。また、地域支援事業部の中で多様な価値観を持つ方々と一緒に働くことで、日々刺激を受けていると話されていました。

人生の折り返し地点に差ししかかった今、これからの目標は「残りの人生をどう生きていくかを考え、目標を見つけていくこと」と優しい笑顔で穏やかにお話される川崎さん。若手職員や後輩職員へのアドバイスは、自分は若手職員時代に数々の失敗をしたけれど、その経験が財産となり、それをなくして成長はなかったの、「失敗を恐れずにどんどんチャレンジをして成長していったほしい」との力強いメッセージ

ジを寄せてくださいました。皆さん非常に熱心で努力家の方たちが多いそうです。

休日は、昨年から飼いはじめた大型猫種のラガマフィン（1オ・男の子・6キロ）のお世話や、大好きな講談を聞きながら料理をして過ごしているそうです。

穏やかで誠実な人柄とともに、柔軟な発想と探究心で地域支援に取り組む川崎さん。今後のさらなる活躍が期待されます。



# 採血について 理解しよう！



加茂病院 臨床検査室  
竹内 柚実

## 健康アラカルト

health a la carte



### 採血はなぜ行うの？

採血は病気や症状の診断・把握を行うために重要な医療行為です。採血された血液を検査することで体の中の様々な情報を得ることが出来ます。しかしながら、ごくまれに採血時に合併症（併発症）が起こる可能性があります。そのような採血の危険性や必要性を改めて理解していただくことで、何気なく受けていた採血について考える機会になれば良いと思います。

### 血液を用いて行う検査の種類

◎当院では、主に次の検査を行っています。

- ・ **生化学検査** ↓ 肝臓・腎臓の機能、コレステロール、血糖など
- ・ **免疫検査** ↓ 腫瘍マーカー、甲状腺ホルモン、肝炎ウイルスなど
- ・ **血液検査** ↓ 赤血球・白血球・血小板の数、ヘモグロビン値、出血傾向
- ・ **輸血検査** ↓ 血液型、不規則抗体、交差適合試験

### 採血に伴う合併症

・ **神経損傷**  
採血時穿刺した針によって神経が損傷されることをいいます。手指に痛みやしびれが広がり、一定の時間が経過しても症状が持続します。

・ **血管迷走神経反射**

採血に対する緊張や不安に對するストレス、強い疼痛などによる刺激が神経を刺激し、心拍数や血圧の低下などの生理的反應を引き起こすことをいいます。採血前後で、冷汗・嘔吐・顔面蒼白・気分不快・意識消失など様々な症状が現れます。

・ **皮下血腫**

主に採血終了後、圧迫が十分であったり、圧迫時に揉んだりすると生じる可能性があります。十分な圧迫止血が重要です。

・ **アレルギー**

採血時の消毒薬やスタッフの手袋（ラテックス）などでかゆみ、発疹などの症状が出現することを行います。

これらの合併症が起きた場合には、スタッフが適切に対処いたします。また、一度でもこれらの症状を経験された方がいましたら、採血前にスタッフにお伝えください。また、ご不明な点や不安等ありましたらお気軽にお声がけください。



# ワタシの☆ とっておき レシピ

☆越路ホーム

助手 高野 なお子

酷暑にピッタリ！  
涼やかなレシピ2品です

## 『夏野菜うすくず煮』

<材料>

・じゃがいも・中2個      ・人参・50g      ・なす・中2個  
・玉ねぎ・1玉      ・カニかま・適量      ・生あげ100g  
・オクラ(茹でておく、むき枝豆でもOK！)

<調味料>

・和風だし・小さじ1      ・みりん・20cc      ・醤油・20cc  
・塩      ・小さじ2      ・料理酒・20cc      ・片栗粉・適量

<作り方>

- ① じゃがいも、なす、玉ねぎ、人参は2cm程の角切りにする。  
(人参は下茹でておく)
- ② 鍋に①を入れ、ヒタヒタ程度の水で煮る。
- ③ ②に角切り生あげを入れ、調味料で味を整える。  
材料に火が通ったら、水溶き片栗粉でとろみをつける。  
(とろみは材料にゆるく絡む程度で！)
- ④ ③に、ほぐしたカニかまを混ぜて器に盛り付け後、茹でオクラを添える。

★粗熱を取り、冷蔵庫で冷やしサッパリいただきます！！



夏野菜うすくず煮



## 『すいかゼリー』

<材料>

・すいか・500g      ・砂糖・大さじ2  
・粉ゼラチン10g      ・水・大さじ2

<作り方>

- ① 水に粉ゼラチンを振り入れ、ふやかす。
- ② すいかは、ジッパー付保存袋に入れ手もみで砕く。
- ③ 鍋に②を移し、砂糖を加え中火で加熱後、火から下ろし①を入れ混ぜる。
- ④ 粗熱を取り、グラスかカップに注ぎ、冷やし固める。

★お好みでフルーツやホイップ等でトッピング～！！



すいかゼリー

## 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	藤森	—	—	・午後是新患のみ ・午後受付13:30～15:00
		藤森	中谷	渡邊	—	—	—	
		保谷	—	稲井	吉村	村上	—	
		—	上岡	渡部	—	上岡	—	
	午後	○	○	○	○	○	—	
脳神経内科	午前	—	—	笠井	—	—	—	・完全予約制 ・午後受付11:00～15:00
	午後	—	—	(奇数週)	—	—	—	
総合診療科	午前	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	—	—	—	—	齋藤	—	・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	—	新潟大	新潟大	新潟大	新潟大	—	

## 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	後藤 中野	吉村	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 中野	吉村	後藤	田宮 保谷	後藤	後藤 (第1,3)	

## すどく・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



## 地域総合サービス センター

訪問看護ステーションみつごうや☎27-7310 } 緊急時対応も可能です。ご相談ください。  
 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



# 外来診察一覧表 (令和7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	藤田	川窪	永井	伊藤	<ul style="list-style-type: none"> <li>・再来予約制(予約なし診察可)</li> <li>・第4月曜午前①受付10:30迄</li> </ul>
	午前③	藤田	伊藤	福居	福居	伊藤	福居	
	午前④	伊藤	加藤	石黒	加藤	加藤	日赤 (第2,4)	
	午後①	—	—	—	—	—	—	
神経内科	午前	三木	塩原	三木	三木	小塩	塩原	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新患、再来予約制 (予約なし診察はお問い合わせください)</li> <li>・午後受付15:30迄</li> </ul>
	午後	高須	—	—	—	—	—	
もの忘れ外来	午後	高須	三木 <small>(新患のみ)</small>	川窪	小塩	—	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・完全予約制</li> <li>・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</li> </ul>
整形外科	午前	宮崎 (第2,4)	今井	関本 (第1,3)	山田	山田	日大	<ul style="list-style-type: none"> <li>・午後受付13:00～15:00、診察14:00～</li> <li>・柳Dr再来予約制 (予約なし診察可)</li> </ul>
	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	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新患、再来予約制 (予約なし診察はお問い合わせください)</li> <li>・乳がん検診、乳腺外来は月・金予約制</li> <li>・金曜受付10:30迄</li> </ul>
リハビリ テーション科	午前	—	—	—	—	—	大澤	
ペイン クリニック	午前	—	昭和医大	—	昭和医大	—	昭和医大	<ul style="list-style-type: none"> <li>・完全予約制 (電話予約受付14:00～16:00)</li> </ul>
眼科	午後	—	—	—	加藤	—	—	
精神科 ・ 心療内科	午前①	丸山	—	村上 (第2,4)	—	—	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・初診完全予約制、再来予約制</li> <li>・初診予約受付(医療福祉相談室27-8711) 9:00～12:00</li> <li>・再来予約、変更受付(専用27-8710) 14:00～15:00</li> </ul>
	午前②	田宮	宮永	—	稲井	—	—	
泌尿器科	午前	—	齋藤	齋藤	—	—	西山	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新患、再来予約制(予約なし診察可)</li> <li>・齋藤Dr、受付11:00まで</li> <li>・診療日時変更の場合があるため、 お問い合わせください</li> </ul>
	午後	—	—	—	—	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	—	<ul style="list-style-type: none"> <li>・予約なしの診察はお問い合わせください</li> </ul>
歯科	午前	竹内	竹内	竹内	—	竹内	竹内	<ul style="list-style-type: none"> <li>・新患、再来予約制(予約なし診察可)</li> <li>・午前受付8:30～11:45 (診察8:45～)</li> <li>・午後受付13:45～16:45 (診察13:45～)</li> <li>・予約なしの診察はお問い合わせください。</li> </ul>
	午後							
放射線診断科	午前	佐藤	佐藤	—	佐藤	佐藤	佐藤	<ul style="list-style-type: none"> <li>・お問い合わせ、予約 (地域医療連携室27-8519)</li> </ul>
ビハラー入院相談	完全予約制							<ul style="list-style-type: none"> <li>・お問い合わせ、予約 (医療福祉相談室27-8711)</li> </ul>

## 長岡市小国診療所

〒949-5331 長岡市小国町檜沢88 ☎95-2010 (代表)

診療時間：午前/8:30～12:00、午後/13:30～17:00

		月	火	水	木	金	土	備考
内科	午前	—	福居	—	藤巻	福居	—	
	午後	—	福居	—	藤巻	福居	—	
整形外科	午後	—	—	—	村山	—	—	

世代を超えて  
共に歩む  
未来へ



@TAMIYA\_HP\_NAGAOKA  
詳しくは  
インスタをチェック!

# 第42回 太陽の広場

9/28日  
10:00-14:30

|会場| 田宮病院特設会場  
TEL: 0258-46-3200

雨天中止

みんなが  
楽しいさ  
舞台コーナー

あの人気店も  
出店します!  
グルメコーナー

楽しさ  
盛り沢山!  
遊び場コーナー

大迫力の  
野然展示!  
ふれあい  
コーナー



えくぼクラブ: ダンス  
転太鼓舞: 和太鼓演奏  
L.I.C. Sports: ダンス  
ワークセンターかがやき:  
音楽発表  
見附市吹奏楽団



キッチンカーが  
4店舗出店!  
豊家キッチン  
李さんの食堂  
カエルカフェ  
Crepe Cocoma 13



緑日のゲーム店! や  
エア遊具でたくさん  
遊んで皆さんの  
思い出を作ろう!  
お楽しみ抽選会もあり!



大迫力の大きな気球が  
登場します! 写真撮影  
にラってつけ!  
※飛行は致しません。  
気候条件(軽風以上の風  
など)によっては中止い  
たします。

## 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  
長岡西病院  
27-8500  
加茂病院  
0256-52-0701  
こころのクリニック ウィズ  
34-7502

長岡市小国診療所  
95-2010  
すとく・おれんじクリニック  
84-7995  
地域総合サービスセンター  
27-7331  
訪問看護ステーションみつごうや  
27-7310  
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  
訪問介護ステーションみつごうや  
27-7330  
うらら長岡  
92-4568  
地域生活支援センター  
27-4266  
越路ホーム(あすなろ荘)  
28-5483

ワークセンターのっぺ  
22-4888  
ひまわり保育園  
27-9150  
ふくちゃん保育園  
46-6653  
本部事務局  
46-3205