発行日５月１日（毎月１日発行）

健生ニュース

No.634
2024年 ５月号
http://www.healthcoop-shirone.or.jp/



防犯パレードの様子

みんなでつくろう安全と安心な地域

～ 日の出町防犯パトロール出発式＆パレード ～

春の訪れを感じる陽気となった４月６日（土）、白根第１支部の日の出町集会所にて「日の出町防犯パトロール出発式＆パレード」が開催されました。

初めに、出発式では南区副区長や新潟南警察署長から、日頃より地域の防犯活動に尽力している日の出町町内会を称えました。また、多発している高齢者を狙った詐欺や空き巣等に対する施錠の重要性が紹介されました。

防犯パレードでは、町内会のスローガンでもある“みんなでつくろう安全と安心な地域”を元に、地域住民に防犯を呼びかけました。当日は60名もの人が集まり、地域一丸となって防犯の大切さを伝える機会となりました。

主な内容

・新任医師紹介
・「アドバンス・ケア・プランニング」でこれからのこと考えてみませんか？ ２頁
・２０２４年度 入職式 ３頁

白根保健生活協同組合 〒950-1214 新潟市南区上下諏訪木770番地1
生協事務局 (025) 372－2191 組合員数 1万1,874人 出資金総額 8億1,740万円（2024年３月末現在）
・新潟白根総合病院 (025)372-2191
・介護老人保健施設みずき苑 (025)372-2193
・新潟白根総合病院訪問看護ステーション (025)372-2194
・在宅介護支援センターみずき苑 (025)372-6708
◎ 発行者／健生ニュース編集委員会 毎月１日発行
１部30円（組合員の購読料は出資金に含まれます。）

新任医師紹介

泌尿器科部長
小林和博

2024年4月から泌尿器科医師として勤務させていただくことになりました小林和博と申します。これまで主に新潟県内の病院で28年間泌尿器科診療に関わらせていただきました。

当院では、地域の皆様の泌尿器科的な問題に対する初期診療や保存的治療、治療後の経過観察などを中心に行っていきたいと考えております（手術や化学療法などの治療が必要な場合には、近隣の他病院にご紹介させていただくことになるかと存じます）。

力不足で至らぬところが多々あるかと思いますので、皆様よりご指導いただきたく存じます。どうぞよろしくお願い申し上げます。



「アドバンス・ケア・プランニング」でこれからのこと考えてみませんか？

緩和ケア認定看護師
齋藤千夏

突然ですが、皆さんに質問です。「皆さんはこれからの人生をどのように過ごしたいと考えていますか？」「自分で意思表示できなくなった時にだれがあなたの思いを形にしてくれますか？」

このようなことをご自身で考えたり、大切な方とお話されたことはあるでしょうか。



数年前から終活やエンディングノートなどとよく聞かれるようになりました。自身の身の回りの整理や、人生の終わり方について考えていこうという意識が高まったのだと思います。これは国が「人生会議」という言葉で、もしもの時のためにあなたが望む医療やケアについて前もって考え、家族や医療・ケアチームと話し合い共有しておくことを勧めているものです。もとはアメリカでアドバンス・ケア・プランニング（以下、ＡＣＰ）という言葉で始まり、自身の意思を尊重した医療を受けるためや、より良い人生を生きるために考えられました。終活やエンディングノートで国内にも意識が広がってきたとはいえ、健康な時には自身の人生の終わり方について考えることは、あまりないと思います。

例えば、私が交通事故に遭い意思表示ができない状態になってしまったらどうなるでしょう。私の家族は病院で「延命処置はどうしますか」と問われるはずです。家族はとても悩み、苦しむと思います。その答えで私の命が決まってしまうのですから。皆さんの大切な方も急にこのような立場になればきっと悩み、苦しむと思います。そんな思いをしない、させないために、これからのことを考え大切な方と共有することは大切だと思います。

最近では、班会でＡＣＰについて皆さんにお話をしています。しかし、終活をしているという方はほとんどおられません。そのため、「まだ先の話」「両親を看取ってきたから問題ない」という反応の方が多いです。そのような現状も踏まえて、ＡＣＰをより身近に考えていただくために、〝もしバナゲーム（写真）〟で、もしもの時に自分は何を大切にするかを楽しみながらやっています。

今後、班会でお会いする機会がある方は少し興味を持ってお話を聞いていただければ嬉しいです。



2024年度 入職式

～当生協に新しい仲間が加わりました！～

４月１日(月)、当院の大会議室にて「２０２４年度入職式」が行われました。今年度は、常勤医師１名や看護師11名をはじめとする、総勢17名が入職しました。

入職式冒頭の松尾理事長による挨拶では、「これまで60年以上にわたり地域の医療や福祉を担ってきました。今後も皆様の若い活力と誠実な勤務で当生協の発展に貢献していただきたいです」と述べました。続いて大矢病院長からは「ご自身の目指す未来に向かって努力を続け、プロフェッショナルになっていただきたいと思います」と思いを伝えました。

新入職員は３日間で「白根保健生協が運営する事業」「新入職員の心得（接遇研修）」「施設内オリエンテーリング」等を研修しました。今回の研修で学んだことを十分に活かし、白根保健生協の一員として地域の皆様のお役に立てるよう業務に当たって参ります。



辞令交付の様子



大矢病院長

2024年度 春の支部総代会開催

4月8日(月)から支部総代会が18支部で開催されました。今回の議題は「2023年度の事業・組織活動報告」「2024年度の事業・組織活動計画」「定款変更」「健診のおすすめ」等の内容でした。

4月9日(火)、小須戸まちづくりセンターにて小須戸支部総代会が行われ、28名（職員含む）が参加しました。



はじめに、米田副理事長より「コロナは落ち着いてきましたが、引き続き感染に気を付けながら健康でいきいきした活動を今後もしていきたいと思っています」と挨拶がありました。

続いて、松尾理事長より「元旦に発生した能登半島地震で亡くなられた人々に哀悼を捧げると共に、被災地域の復興が進むことを願っています」「当生協の施設も駐車場の陥没や病院の壁面に亀裂が生じましたが、幸い入院患者様に被害はありませんでした」と報告がありました。

その後、各議題（左記参照）の説明がありました。質疑応答では、「医師・看護師不足の問題」「紙の保険証廃止について」等の質問があり、活発な議論が交わされました。

今後は、各支部から挙がった意見を集約し、6月の通常総代会に向けて準備して参ります。

◆2023年度事業・組織活動報告

◎コロナ感染症が第５分類となり、昨年10月からはコロナの空床補填補助金も無くなったため、今後は入院稼働率を高め通常の経営状態に戻して参ります。

◎昨年４月より老健施設の稼働入所ベッドが100床となり、将来的には強化型加算取得に向けて稼働率を高めてきました。

◎「病棟１日定額サービス」の利用は90人/日と、多くの入院患者様から利用いただいております。11月からは入院時に必要な備品をレンタルする“入院セット”の導入も始まり、非常に好評となっています。

◎５月末より実施した一斉組合員ふれあい訪問活動では、131件145万円の増資がありました。

◎組合員ふやしは、未加入者に直接お声がけをする「新規加入訪問活動」に切り替えて９支部が実施しました。その結果、９名の加入がありました。

◎まちかど健康チェックが再開となり、12会場計549名が受検しました。併せて当生協のPRも行いました。

◎11月より実施した「組合員通院個別送迎サービス」は３月末現在で46名の登録者となり、１日平均で２名の利用となっています。

◆2024年度事業・組織活動計画

◎医療・介護診療報酬の改定が行われました。医療報酬では、全体として0.11%の引き下げですが、病院の技術料は0.88%の引き上げとなります。介護報酬は、1.59%の引き上げとなります。

◎介護老健施設は①入所稼働率を維持する②強化型加算を取得し入所単価引き上げを計画しています。

◎泌尿器科の医師が常勤医に代わります。入院対応も可能となりますので、ぜひご利用ください。

◎「組合員通院個別送迎サービス」は引き続き継続し、１日定員５名で10分圏内の方を対象に実施します。

◎ドック健診センターと生協事務局が連携して「しろね健康クラブ」を立ち上げ、LINEで健診情報配信やお得な検診パックを提案していきます。今年度は「ロコモ検診」も予定しております。

◎10月に「組合員バスハイクツアー」を計画し、長岡の雪国植物園や摂田屋等の散策を企画します。

班対抗ゲーム「モルック」成績発表



昨年度の班対抗ゲームは、20班が挑戦しました。

今回の「モルック」は点数の計算方法が独特で、初めは戸惑いを見せていましたが、慣れてくると頭で考えて楽しまれている様子でした。どこに投げれば高得点を得られるか、ちょっとした脳トレの要素もありました。

あまりの楽しさに、リクエストした班もあるほど喜ばれる班対抗ゲームとなりました！

☆ベスト3 発表☆

第1位	戸頭お茶の間班	182点
第2位	道上(下)班	129点
第3位	健　親　会	126点

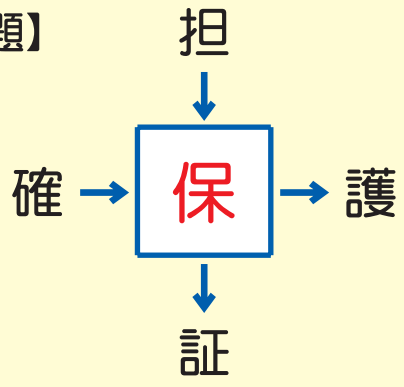
今回のベスト3は左記の班となりました。おめでとうございます。入賞した班には商品券を贈呈致します♪

今年度の班対抗ゲームは「的あてゲーム」を行います。各班会の皆様、たくさんのご参加をお待ちしております。

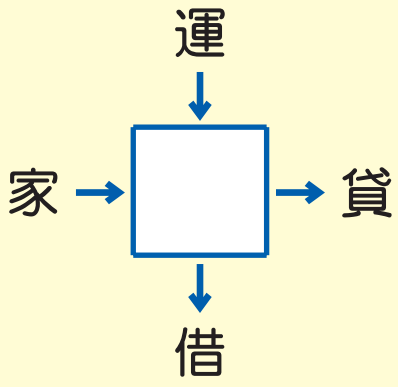
脳トレで活性化！～共通漢字クイズ～

図のように中央の空欄に入る共通する漢字を考えて4つの二字熟語を考えてみましょう。☆矢印の向きにも注意してチャレンジしてください！※答えは7ページに掲載しています。

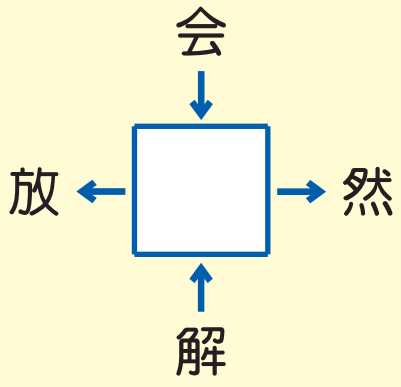
【例題】



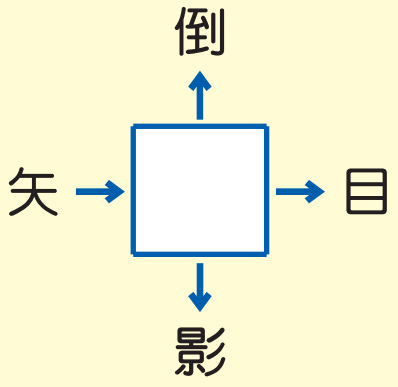
①



②



③



「ぎっくり腰」を予防するストレッチのご紹介

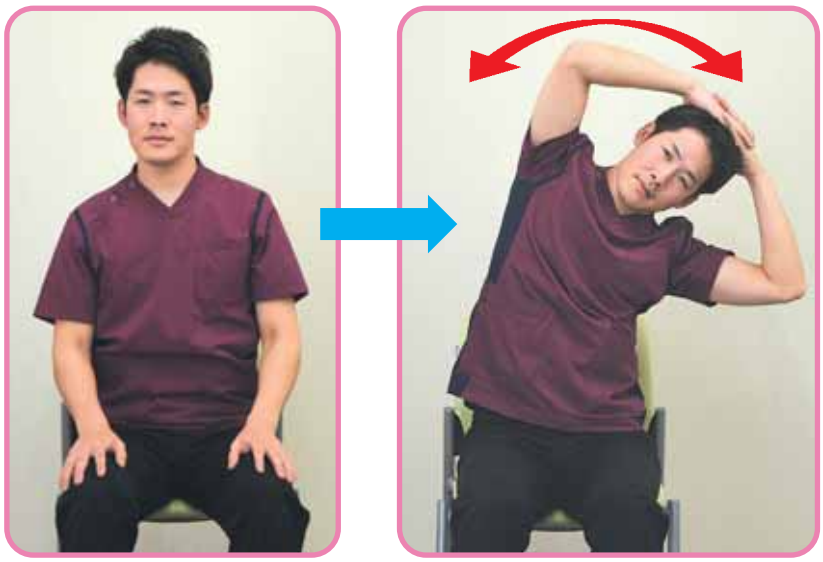
「物を取ろうとしたら」「くしゃみをしたら」等、ぎっくり腰が起こる場面は様々です。息をするのも辛かったり、歩く事もままならない事態になってもおかしくはありません。今回は、ぎっくり腰で辛い思いをしないように、予防のためのストレッチをご紹介します。

イスに座って行うストレッチ（10回）

1 イスに浅めに座り、背筋を伸ばす。

2 両手を組んで、左右にゆっくり身体を曲げる。

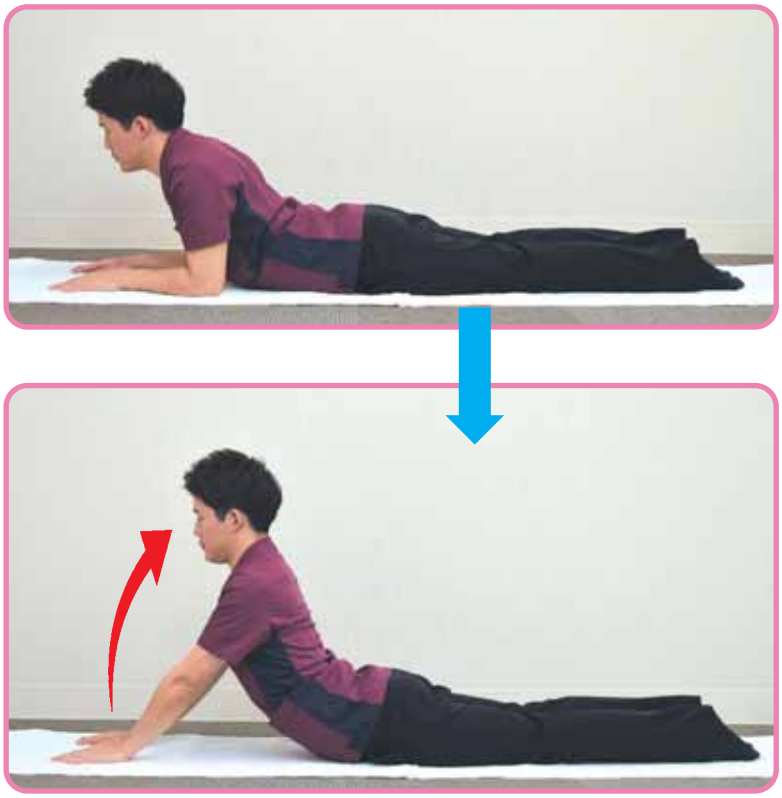




うつ伏せで行うストレッチ（10回）

1 床に両肘をつけてうつ伏せになる。

2 腕を伸ばして、ゆっくりと腰を反らす。



正座で行うストレッチ（10回）

1 背中を伸ばして正座をする。

2 そのまま上半身を床に倒す。



公　告

第73回通常総代会に関する公告

白根保健生活協同組合の定款第50条及び総代会運営規約に基づき、第73回通常総代会を次の通り開催致します。

日時　2024年6月22日(土) 13時より

会場　白根学習館 ラスペックホール

総代さんには後日召集通知を送付致します。

役員選挙に関する公告

白根保健生活協同組合第73回通常総代会において、定款第19条及び役員選挙規約に基づき、役員選挙を次の通り行います。

1. **役員の定数**
　理事　30名以内
　監事　5名以内
2. **推薦及び申し出**
　役員選考委員会からの推薦
3. **候補者となれる方**
　2024年3月末時点で組合員名簿に載っている方で、各支部及び常任理事会に推薦された方、非常勤役員候補者は選挙当日75歳未満とする。
4. **受付期間**
　5月1日(水)から5月10日(金)まで
5. **受付方法**
　所定の用紙を生協事務局へ提出

2024年5月1日

白根保健生活協同組合
理事長　松尾　勉

職員募集

◉新潟白根総合病院◉

◎看護師（正職員）
◎看護補助者（正職員）
◎作業療法士（正職員）
※詳細は下記にお問い合わせください。

◉介護老人保健施設 みずき苑◉

◎看護師（正職員）
◎介護福祉士（正職員）
◎デイケア送迎運転手
　兼、施設内外の環境整備業務
勤務時間　①　8:30～10:00
　②15:30～17:00
　※毎日①②の2回勤務
休　　日　土曜・日曜
　※祝日は勤務日
※詳細は下記にお問い合わせください。

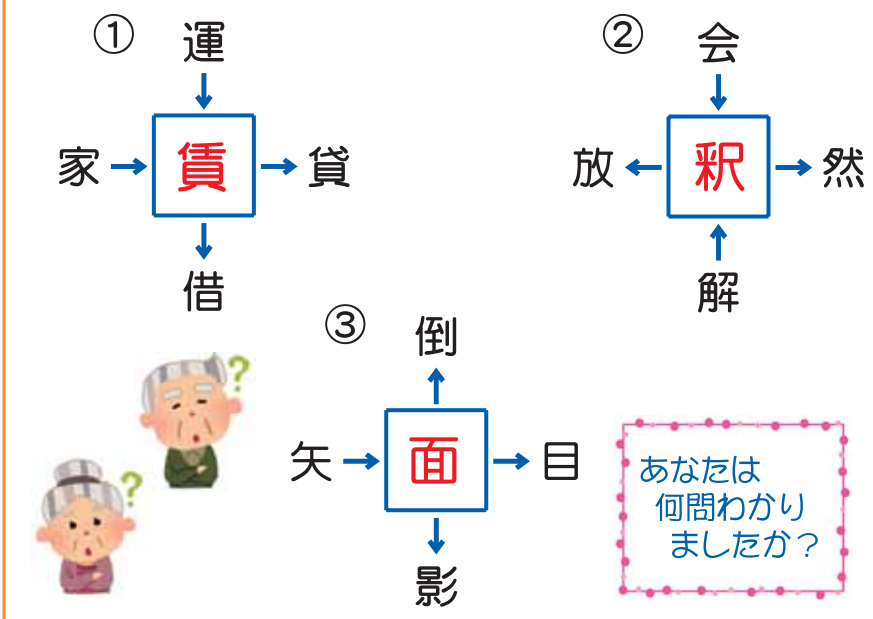
◉新潟白根総合病院訪問看護ステーション◉

◎訪問看護師（正職員・パート）
※詳細は下記にお問い合わせください。

◎医　師
※委細は面接時に説明致します。
（内科、整形外科、泌尿器科）

お問い合わせ・お申し込み
新潟白根総合病院 総務課
TEL（025）372－2191

P5 脳トレ「共通漢字クイズ」回答



理事会だより

2023年度年度第8回定例理事会は3月28日(木)午後サルナート吉運堂5階万葉の間で開催しました。

〔報告事項〕
・2月度組織活動及び今後の活動予定報告
・2月度医療、介護事業活動報告
・2月度事業収支報告
・常任理事会及び人事報告

〔協議事項〕
・第1回支部総代会議案について説明があり、内容を承認した。

川柳

デジタルについて行けない八十路坂　霜鳥　勇人
親の脛まだまだあるぞ出して見せ　小越龍之助
間に合ったサクラが祝う入学式　樋口　久美
足腰と遊んでくれる春の種　原　朋子
あれ以来サプリ飲むのを止めました　永井　正子
LEDもかなわぬ省エネ月灯り　外川　和子
月影が追いかけてくる春の宵　東樹　啓宗
いざ終章結び直そう赤い糸　生野　陽子
蕾染め弾ける様は人知れず　須田　重子
生き甲斐に友との出会い自分流　栗田　諭
月影の中いい酔い加減いい気分　小柳　孝嗣
天国と地獄は風向き火事現場　遠藤　裕己
東風吹いて甘味増してる三月菜　石倉　一雄
朧夜の眠れぬ宵のもの懐い　児玉與一郎

短歌

田植機の進化に見惚るる眼には　関根　壽夫
老若総出の我が世が浮ぶ
こしひかり植ゑつけ終る夕暮の　真　代
川は力を抜きて流れる

編集後記

風薫る五月、新緑の美しい季節となりました。新年度が始まり一ヶ月が過ぎました。

四月下旬から五月上旬にかけ長期のゴールデンウイーク。また、前半（三日間）後半（四日間）をお出かけになる方やお迎えをする方とで、楽しく過ごせるのではないでしょうか。それには、何より天候が左右されるかと思います。お天気であることを祈らせていただきます。（S）

新潟白根総合病院
TEL.(025)372-2191

5月の診療案内

都合により休診や代診及び時間変更となる場合がありますので詳しくはお問い合わせください。

診療科		時間帯	月	火	水	木	金	土（第2・4）	備考
内科	循環器内科 ①	午前		廣野（修）	廣野（修）	廣野（修）	大学医師	廣野（修）	
	循環器内科 ②	午前	廣野（崇）	廣野（崇）	廣野（暁）	廣野（崇）			
	腎臓内科	午前			大　矢	松　尾	松　尾	大　矢	
	消化器内科	午前	石　塚 相　場	太　田 相　場	※太　田 石　塚	太　田 相　場	石　塚	太　田	・午後の診療は予約のみです。 ※太田医師の水曜日の診療時間は11時までです。
	消化器内科	午後	石　塚 相　場	太　田	石　塚	太　田 相　場	石　塚		
	呼吸器内科	午前	渡　辺		上　野			鈴　木 （第4）	・月・水・土曜（第４）の午前は予約制です。 ・火曜午後は新患・紹介外来です。 ・水曜午後は専門外来（紹介状必要）です。 ・土曜の診療は第４のみで禁煙外来です。 ・火・水曜午後の受付時間は13:30～15:30です。
	呼吸器内科	午後		霍　間	甲　田				
	脳神経内科	午前	本　間	須　貝	本　間	本　間	金　澤		・午後の診療は予約のみです。
	脳神経内科	午後	本　間		本　間	本　間			
	総合内科	午前				大　矢	大　矢	※馬　場	※新患対応
	糖尿病・甲状腺	午前	大　澤				山本（正）	平山（第2）	
	心療内科	午後				諸　橋			・院内各科からの紹介状が必要です。
	初診担当	午前	廣野（崇）	廣野（崇）	大　矢	松　尾	石　塚	交代制	
外科		午前	黒　崎 若　井	飯　合	筒　井	黒　崎 若　井	飯　合 筒　井	交代制	・黒崎（肝胆膵） ・飯合（大腸肛門、炎症性腸疾患、乳腺） ・若井・筒井（消化器一般）
皮膚科		午前	松　原		松　原	伊　藤	松　原	大学医師	・皮膚科のみ完全予約制です。 ・新患の方は、電話予約をお願いします。 ・予約時間14:00～16:00　TEL 025-372-2191(代) ・月・水・金曜午前の受付時間は10:00～11:30です。 ・火曜午後の受付時間は13:30～16:30です。 ・木曜午後の受付時間は13:30～14:30です。
皮膚科		午後		大学医師		松　原			
泌尿器科		午前	小　林	小　林		小　林		小　林	
整形外科		午前	竹　前			竹　前	宮崎（第1・3・5） 関本（第2・4）		・午後の受付時間は13:30～15:00です。 ・木曜日の新患受付時間は11:00までです。
整形外科		午後	竹　前				宮崎（第1・3・5） 関本（第2・4）		
婦人科		午前		三　沢		三　沢	三　沢	三　沢	
小児科		午前	中牟礼	中牟礼	中牟礼	中牟礼	中牟礼 大学医師	大学医師	・午後の受付時間は13:00～16:00です。 ※火曜・木曜午後は乳児健診・予防接種（要予約）です。 ※火曜・木曜午後の一般診察は14:30～16:00です。
小児科		午後	中牟礼	※中牟礼	大学医師	※中牟礼	中牟礼		
眼科		午前	齊　藤	齊　藤	齊　藤	齊　藤 （第2・第4）	園　田		・水曜午前の受付時間は9:30～12:00です。 ・午後の受付時間は13:00～15:30です。
眼科		午後		齊　藤					
歯科		午前	滝　沢	滝　沢		滝　沢	滝　沢		・予約制です（急患の場合はご連絡ください）。 ・午後の受付時間は13:00～16:00です。 ・水曜日は入院診療のため外来休診です。
歯科		午後	滝　沢	滝　沢		滝　沢	滝　沢		
ドック・健診		午前	三　沢	塚　田	塚　田	塚　田	塚　田	本　間 （脳ドック）	
内視鏡検査 （午前：上部） （午後：下部・治療）		午前	大学医師	筒　井	相　場	石　塚	太　田	交代制	
		午後	筒　井	交代制	相　場	石　塚	太　田		

注　受付時間：午前　8:30～11:30
　　午後　各科の備考欄をご確認ください。

※医師名の枠内の（　）は、診療担当の週です。

※電話での受診予約は、原則として新患・再来ともに行っておりません（歯科は、電話での予約可能です）。

絵手紙

藤原　慶子





丸山　寿子

5月 2024

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 4
5 6	7	8	9	10	11	
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

6月 2024

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24	25	26	27	28	29

※○数字の日が休診日です。

新潟白根総合病院
ホームページ