



健康

ニユース

No. 662
2026年

9月号

<http://www.healthcoop-shirone.or.jp/>



看護師になりたい気持ちが強く～高校生一日看護師体験事業

当院で毎年開催の「高校生一日看護師体験事業」が7月29日(水)に行われ、近隣の高校生7名が参加しました。

始めに看護演習として奥山副看護部長と田中師長の優しく丁寧な指導の下、脈拍・血圧測定と模擬採血を学生同士で実施しました。その後院内を回り、普段一般の人が立ち入ることができない場所を見学することができました。

次に病棟内での仕事見学・ふれあい体験として、患者様とコミュニケーションを図ったり、看護師の処置やカンファレンス等の見学、昼食の配

膳等を行いました。

先輩看護師との座談会では学生さんから「看護師になって良かったことは？」との質問があり、「具合の悪かった患者様がどんどん元気になり笑顔が増えていく事にやりがいを感じます」と心に響くメッセージを伝えていました。

看護師体験終了後、「今日は現場で実際に活躍している看護師さんを見て、自分がなりたい看護師像のイメージが湧き、あらためて看護師になりたい気持ちが強まりました」等の感想が聞かれました。

主な内容

・病院長就任のごあいさつ

2頁

・新潟地域で病児保育の広域利用が始まりました！

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

・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

組合員数 1万1,676人 出資金総額 8億911万円(2026年7月末現在)

□ 発行者/健康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。)

・病児保育室みなみくる (025) 378-0755

三沢先生がロコモ予防を講演



8月7日(金)に大郷地域生活センターにて大郷支部主催で行われ12名の方が参加しました。内容は「ロコモの壁を乗り越え健康寿命を延ばしましょう」と題しまして、当院婦人科でドック健診センター長の三沢芳夫医師が講演しました。

冒頭、「新潟県は不健康寿命(要介護から死亡するまでの期間)が全国1位だ」との話があり、会場からどよめきが起こりました。

その後、ロコモ(要介護になる入口)を予防するポイントとして、①肉や乳製品、果物の摂取②歩行等有酸素運動③薬の服用④検診等が必要だと説明がありました。

またロコトレが紹介がされ、『片脚立ち』『インターバル速歩』等をレクチャー(写真上)していました。このインターバル速歩は、速く歩く(3分)とゆっくり歩く(3分)を交互に繰り返す歩き方で、筋力や持久力の向上などが期待できるそうです。

最後に参加者から肺炎球菌、带状疱疹のワクチンへの質問があり、三沢医師は2つのワクチンの接種を勧めておりました。

病院長就任のごあいさつ



新潟白根総合病院
病院長
飯合 恒夫

令和8年8月1日付で新潟白根総合病院の院長を拝命いたしました飯合恒夫です、どうぞよろしくお願い申し上げます。私は東京で生まれ育ち、昭和57年新潟大学に入学したのを機に新潟に移り住みました。当時、新潟大学医学部は

医学部体育学科とも言われており、学生時代は準硬式野球部に所属し、万年補欠でしたが野球に明け暮れて6年間を過ごしました。卒業後は新潟大学消化器外科科学教室(第一外科)に所属し、大学院生、学術振興会特別研究員としての研究生生活を送ったのち、9か所の関連病院で臨床の研鑽をさせていただきました。平成10年には6か月間でしたが当院にもお世話になっ

ております。平成11年からは新潟大学医歯学総合病院に戻り主に下部消化管(小腸、大腸)の手術を担当させていただきました。平成25年にご縁がありまして当院に赴任、以降、外科部長、医療安全管理部長、医療技術部長、副院長として当院の運営に関わってきました。その中でも新病院竣工が一番思い深いものになっております。

現在、我が国は少子高齢化、人口減少が解決策のない大きな問題になっており、今後100年余りは縮小の時代が続くであろうと予測されています。高齢化率が著しく上昇し、医療の主な担い手である若者が減少する中、医療体制も大きな変革が求められており、特に地方では地域医療構想のもと、限られた医療資源をいかに効率的に運用していくかが喫緊の課題になっています。新潟でも病院の統合、廃止や医療スタッフの集約化が始められており、それぞれの病院が高度急性期、急性期、包括期、回復期、いずれの機能を持つのかの明確な役割分担が求められています。当院は、現在急性期、包括期機能を有していますが、近隣には大きな急性期基幹病院や包括期、回復期病院が多数あり、その立ち位置は微妙です。いつまでも同じ形態で病院を運営していくことは不可能で、時代に合わせて機能と形態を変化していく必要があります。そこには大きな痛みも伴いますが、病院存続のためにはやむを得ないと思っています。地域のニーズを丁寧に汲み取り、当院のあるべき姿を常に模索し、地域に根ざした地域のための病院であり続けられるよう努力していくつもりですので、今後ともよろしくお願い申し上げます。



新潟地域で病児保育の 広域利用が 始まりました！

病児保育室『みなみつくろ』は新潟白根総合病院に併設した施設で、新潟市からの委託により病児保育を行っています。お子様が体調不良で保育施設や、小学校などに登園、登校ができず、仕事や用事等の都合で家庭での保育が難しい時に、保育士と看護師が小児科医と連携をはかりながら一時的にお預かりする施設です。

病児保育の広域利用って何？！

病児・病後児保育施設は、これまで原則として居住市町村内の施設のみ利用可能でしたが、令和8年4月1日から新潟市は、新潟県及び下記市町村と病児・病後児保育事業の広域利用に関する協定を締結し、協定市町村等の住民が相互に広域的に病児・病後児保育室を利用することが可能になりました。

この協定により、新潟市内に居住しているお子さ

んは、新潟市内の病児・病後児保育施設のほか、下記協定市町村内の病児・病後児保育施設も利用することができます。

また、協定市町村内の住民であれば、新潟市内に居住、通学・通園または通勤などの要件がなくても、新潟市の病児・病後児保育室を利用できます。

ご利用になる前に事前登録が必要です。また、ご利用になる際も予約が必要になります。施設の利用方法等については、施設のある市町村のホームページ等でご確認ください。

新潟市病児・病後児保育事業

新潟白根総合病院併設 病児保育室 みなみつくろ
新潟市南区上下諏訪木 770-1

TEL 025-378-0755

(受付時間 8:00～17:30 土・日・祝日休み)



LINE 公式
アカウント

○協定市町村

新潟市、三条市、新発田市、加茂市、燕市、五泉市、阿賀野市、胎内市、聖籠町、弥彦村、田上町、阿賀町

● 病児・病後児施設 15

● 病児施設 3

▲ 病後児施設 3

計 21

市町村	●	●	▲
新潟市	9		2
三条市	2		
新発田市		1	
加茂市・田上町	1		
燕市	1		
五泉市		1	
阿賀野市		1	
胎内市	1		
聖籠町	1		
弥彦村			
阿賀町			1

広域利用開始日
令和8年4月1日



(新潟県 HP より引用)

集まった支援物資は7月16日（木）に細野専務理事からNP
○法人フードドバングにいがた
南の代表の早見さんと袖山さん
にお渡ししました（写真上）。支
援物資は7月19日（日）のフー
ドパントリーの際、南区及び近
隣地域から50世帯130名の親子が
受け取られました（写真左下）。
後日、早見さんから「皆さん大
変喜んでおられ、支援された皆
様の想いをお届けすることがで
きました」との話がありました。

このフードドライブ活動は、
廃棄されるはずの食品ロス
「もったいない」を生活に困って
いる方へお渡しして「ありがと
う」につなげる「やさしさと食
の循環活動」です。これからも
当生協ではフードドライブ活動
を継続する予定です。組合員の
皆様には少しの量でも構いませ
んの、来年も「やさしさと食
の循環活動」にできる範囲でご
支援ご協力をお願い致します。

なお、フードバンクにいがた
南のボランティア募集のお知らせ
を7ページに掲載しています
ので、ご覧ください。

生活習慣病と予防を学ぶ

小須戸支部 理事 高野 操



7月12日(日)、健康講演会を小須戸まちづくりセンターで開催し、38名の皆さんにご参加いただきました。講師には、新潟医療福祉大学臨床技術学科教授で循環器疾患専門医の埴晴雄先生をお迎えし、「高齢期の健康を守るために知っておく生活習慣病」と題してご講演いただきました。喫煙・受動喫煙による健康への悪影響や、LDL コレステロールと動脈硬化の関係、心房細動が脳梗塞を引き起こす危険性などについて、血流や心臓の拍動を映した動画を交え、分かりやすく解説していただきました。また、家庭での血圧測定に加え、家庭用心電計の活用による循環器疾患の早期発見についても紹介され、参加者アンケートでも大変好評



でした。ショート話題では、組合員による「マスクの役割まとめ」を行い、使用後のマスクはビニール袋に密封して廃棄し、最後に手洗いを行うことで二次感染や家庭内感染の予防につながることを紹介しました。

夏場は熱中症予防にも配慮しながら、場面に応じた適切なマスクの着用と衛生的な取り扱いを心がけることが大切です。参加者からは熱心にメモを取る姿が多く見られ、充実した講演会となりました。

医療と介護の講演会を2会場で開催！

小須戸支部では、7月に支部行事として医療・健康づくりの講演と介護に関する講演が2会場で開催されました。皆様のお住まいの地域でも医療・介護についてみんなで学びませんか。

介護保険の基礎知識を理解

7月6日(月)、小須戸支部の山田総代より依頼を受けて、みずき苑支援相談員の田坂主任を講師に招き「介護保険入門」と題した学習会を開催しました。

冒頭、介護保険サービスを利用するためには、要介護認定を受ける必要があり、お住いの地域を担当する地域包括支援センター・区役所で相談ができますと説明がありました。

次に、介護保険サービスの中で、『在宅サービス』



と『施設入所サービス』について以下のように概要紹介がありました。

「在宅サービスには、ご自宅にヘルパーなどが訪問するもの、ご本人が施設等に通ったり泊まったりするもの、自宅の環境を整えるためのものなどがあり、利用される方のニーズに応じて、様々なサービスを利用することが可能です。また、施設入所サービスには、役割の異なる施設があり、当事業所の施設でもある介護老人保健施設は、病院での治療を終えた方が自宅生活に戻るためのリハビリや準備を行う中間施設という役割を担っています。その他にも、農繁期等で介護できる家族がいない、夏場や冬場といった体調を崩しやすい時期の一時的な入所といった、ご本人やご家族の不安、心配を解消するために、さまざまなご希望に応じた入所も可能となっています」

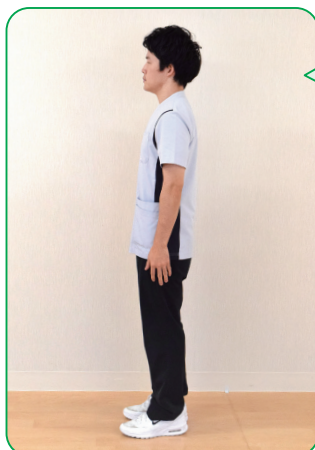
講演後には、さまざまな質問が出て、参加者29名は熱心に耳を傾けていました。



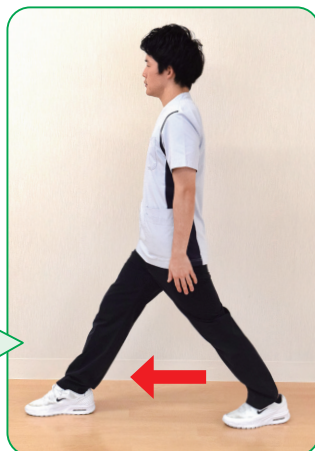
転倒予防運動紹介 part 1 ～バランス保持運動～

フロントランジ (前後のステップ)

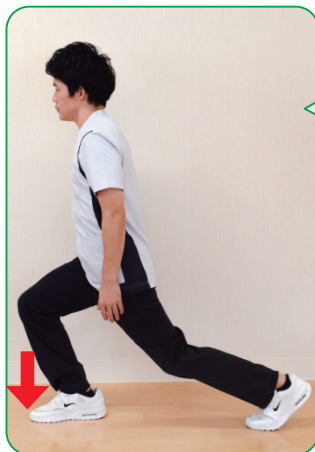
※左右交互に5回×3セットを目安に



1 足を肩幅に開いて立ちます。背中をまっすぐ伸ばしてお腹に力を入れます。



2 片足を一步大きく前に踏み出します。



3 両ひざを曲げて、上体を保ったままゆっくりと腰を下ろします。

4 前足のかかとを地面で蹴り、素早く元の直立姿勢に戻します。

5 反対の足も一步大きく前に踏み出し、同様に動作を行います。

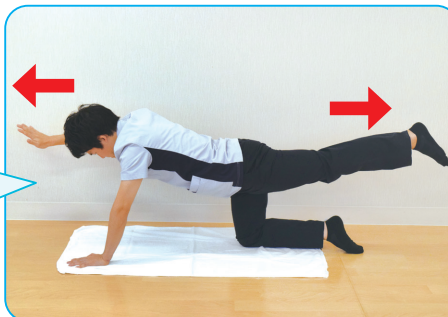
四つん這いバランス

※左右交互に5秒間×3セットを目安に



1 床に四つん這いになり、肩の真下に手首、腰の真下に膝を置きます。目線は真下に向けて背中をまっすぐに保ちます。

2 右手と左足を床と平行になる高さまでまっすぐに伸ばします。



3 お腹に力を入れたまま、体が左右に傾かないように注意して5秒間キープする。

4 手足を戻して、反対側の手と足でも同様に行います。

なお、応募された皆様からのご意見ご感想は10月号の「みんなのポスト」でご紹介させていただきます。

おめでとうございます！

☆ 小野島 徹 様
☆ 佐藤八重子 様
☆ 三村 佐和子 様
☆ 高澤 郁男 様
☆ 阿部 恵市 様

正解者の中から抽選をした結果、左記の5名が当選となりました。当選者には商品券をプレゼント致します。

たくさんのご応募ありがとうございました！

⑥ 応 ⑤ 曲 ④ 内 ③ 説 ② 元 ① 温



8月号の夏休みプレゼントクイズの「真ん中漢字補充」の正解は次のようになります。

夏休みプレゼントクイズ
★正解と当選者発表★

「フードバンクにいがた南、ボランティア大募集！」

ひとり親世帯または生活困窮世帯に食料品をお渡しする活動です。

現在、3歳から70歳までの老若男女が活躍中!!

興味のある方はぜひ、ご連絡下さい。

問い合わせ：NPO 法人フードバンク
にいがた南

TEL 080-2074-0803 (担当：早見)

職員募集

●新潟白根総合病院●

◎看護師(正職員)

◎医師

※詳細は面接時に説明致します。

(内科、整形外科)

●介護老人保健施設 みずき苑●

◎看護師(正職員)

※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)

※詳細は下記にお問い合わせください。

お問い合わせ・お申込み

新潟白根総合病院 総務課

TEL (025) 372-2191

ささえあいコミュニティ生活協同組合新潟の受託事業

「新潟市ひきこもり相談支援センター」 からのお知らせ

こんにちは。新潟市ひきこもり相談支援センターです。

当センターでは、ひきこもりに関するご相談をお受けしています。

◎ひきこもりの相談はどこにしたらいいの？

◎人と接することが怖い。外出することが怖い。

◎いつかはなんとかするつもりだ。

◎ひきこもっている家族に、どう接していいのかわからない。

…など

お話を聴かせてもらえませんか。お気軽にご連絡ください。

開所日：火曜日～土曜日（祝日、年末年始を除く）

開所時間：午前9時～午後6時

対象：新潟市にお住いのひきこもり状態の方、
及びその家族等

*利用料はかかりません

*お気軽にご連絡ください

住所：新潟市中央区東万代町 9-1

万代市民会館 5 階

TEL：025-278-8585

Email：info@n-hikikomori.org



理事会だより

2026年度第4回定例
理事会は7月30日（木）に
割烹月映2階大広間で開催
しました。

「報告事項」

・5、6月度組織活動及び
今後の活動予定報告

・5、6月度医療、介護事
業活動報告

・5、6月度事業収支報告

・常任理事会及び人事報告

「協議事項」

・副理事及び常務理事の互
選を行った。

・理事の各委員会所属につ
いて承認した。

川柳

実った穂価格が下がりうなだれる 樋口 久美

露草の青に寄り添う黒トシボ 原 朋子

今年又地元野菜で盆供養 生野 陽子

南区の恵みの秋に舌つつみ 永井 正子

ひんやりと何だか寂し秋の風 外川 和子

シワ増えて実りの証我の顔 田村 栄子

湯気の立つ新米供え味はどう 須田 重子

天高く物価も高く秋に入る 鈴木 重子

実りの秋この地の恵みありがたい 鈴木 攻

熱帯となって日本の秋はどこ 渋川 博子

秋は栗栗ようかんに栗ご飯 栗田 論

黄金色実り今だとコンバイン 小柳 孝嗣

朝顔に挨拶にいく勝手口 遠藤 裕己

猛暑日が良くも希望も薄れさせ 白井 澄江

ほへみてディスプレイの卓囲む 石倉 一雄

銀の道雨にぬれてるあじさいの 林 良子

わが住む地田畑稔りの収穫期 澤木 一夫

豊年満作隠せぬ笑顔 関根 壽夫

中時雨今年も何故か腰痛む 関根 壽夫

それもそのはず骨またつぶれ 児玉興一郎

8月号俳句で誤りがありましたのでお詫び
して訂正致します。

誤…逃水を追ふても越せぬ旅 石井 玲子

正…逃水を追ふても越せぬ旅 石井 玲子

編集後記

8月も終わりを迎え、いよいよ9月と
なりました。長かった夏の暑さとの闘い
も一段落し、段々と涼しさを感じられる
様になって参りました。しかし、季節の
変わり目は夏の疲れが出やすい時期でも
あります。十分な睡眠と栄養をしっかりと
取り、体調を整えて実りの秋を元気に過
ごしましょう。

新潟白根総合病院
TEL.(025)372-2191

9月の診療案内

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。

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	大学医師	廣野(修)	廣野(修)	廣野(修)	大学医師	廣野(修)	
		②		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 塚 場	相 場	石 塚	相 場	石 塚	交代制	・ 午後の診察は予約のみです。	
		午後	石 塚 塚 場	交代制	石 塚	相 場	石 塚			
	呼吸器内科	午前	廣 瀬		金 子(隔週) 宮加谷(隔週)			柳 村 (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のみ禁煙外来です。 ・ 火・水曜午後の受付時間は13:30～15:30です。	
		午後		島	甲 田					
	脳神経内科	午前	本 間	須 貝	本 間	本 間	金 澤		・ 午後の診察は予約のみです。	
		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	北 澤				浅 島	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) 相 場	大 矢	松 尾	石 塚 大 矢 飯 合	交代制		
外 科		午前	若 井	飯 合	筒 井	若 井	大 飯 飯 筒	交代制		
呼吸器外科		午後	小池(第3)						・ 月曜午後の受付時間は13:30～16:00です。	
皮膚科		午前				伊 藤		大学医師	・ 完全予約制です。 ・ 予約時間14:00～16:00 TEL025-372-2191(代) ・ 水曜午後の診療時間は14:00～16:00です。	
		午後			出張医師					
泌尿器科		午前	小 林	小 林		小 林	※小 林		※第2・4土曜日の前の金曜日の診察です。	
整形外科		午前		出張医		竹 前	大学医師		・ 木曜日の新患受付時間は11:00までです。 ・ 金曜午後の受付時間は13:30～15:00です。	
		午後		出張医			大学医師			
婦人科		午前		三 沢		三 沢	三 沢	三 沢	・ 午後の受付時間は14:30～16:00です。	
		午後		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・木曜午後は乳児検診・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。	
		午後	中牟礼	※中牟礼	大学医師	※中牟礼	中牟礼			
眼 科		午前	遠 山	遠 山	遠 山	遠 山	遠 山	遠 山	・ 水曜午前の受付時間は8:30～11:30です。 ・ 午後の受付時間は13:00～16:00です。	
		午後	遠 山	遠 山	遠 山 (検査)	遠 山	遠 山			
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。	
		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)		
内視鏡内科		午前	筒 井	飯 合	若 井	飯 筒 筒 井	相 場	交代制	・ Web予約又はお電話にてご予約ください。	
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	大学医師			
		午後	筒 井	交代制 下部・中村	相 場	石 塚				

※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。

※医師名の枠内の()は、
診察担当の週です。

絵 手 紙



大辻 富子



丸山 寿子

	日	月	火	水	木	金	土	
9月 2026				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				

※○数字の日が休診日です。

	日	月	火	水	木	金	土
10月 2026					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

新潟白根総合病院
ホームページ

