

2019|12

TAKE FREE  
ご自由にお持ち下さい

# なでしこチアーズ Cheers!



特集

視力回復に尽力する期待の若手医師

眼科医 小林 大悟



年末年始のお知らせ

〈ニュース〉ベトナムからの研修生、ティン先生をお迎えしました

〈外来患者さんに聞きました〉病院の満足度について

〈入院患者さんに聞きました〉病院食はどうでしたか？

〈レポート〉災害訓練／救急対応能力向上「コードブルー訓練」

〈登録医訪問〉真田内科医院(西区) 〈職場訪問〉検診センター

スタッフリレーコラム

医芳人 IHOJIN



低エネルギーで消化に良い

豆乳クリームと長いもの

和風 **グラタン**

さいせいかいにいがた

# 視力回復に尽力する 期待の若手医師

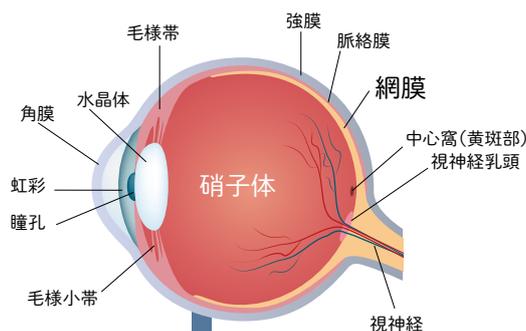
眼科医長 小林 大悟



とうにようびようもうまくしよ  
糖尿病網膜症や  
もうまくしよしたい  
網膜硝子体疾患の硝子体手術では  
北日本有数の拠点と位置付けられ、  
多くの患者さんを治療しています。  
どんな治療・手術が行われているのか、  
2018年より医長に就任した  
小林先生にお話をうかがいました。

## 網膜硝子体疾患とは？

眼球の中でレンズの役目を果たしている水晶体の直後にある組織が硝子体。眼底一面に広がっている薄い膜状の組織が網膜です。網膜硝子体の主な疾患には、糖尿病網膜症、網膜剥離、おうはんぜんまく黄斑前膜、加齢黄斑変性などがあります。



当院眼科は、網膜硝子体疾患と白内障手術を中心に、対象外の疾患についても診療・手術を行っています。



「眼」は小さくて繊細な臓器なんですね

## DAIGO KOBAYASHI

### Profile

- 2014年 3月 新潟大学医学部 卒業
- 2014年 4月 済生会新潟第二病院(当時) 研修医として勤務
- 2016年 新潟大学医歯学総合病院 勤務
- 2017年 魚沼基幹病院、新潟大学医歯学総合病院 勤務
- 2018年 10月 済生会新潟病院 眼科医長  
(所属学会) 日本眼科学会



診察では眼底検査のほか、眼球模型を使った説明も行います。眼底(目の奥)は体の中で唯一、血管や神経細胞層を直接観察できる場所です。

目の不調を改善し、人々の暮らしを豊かにしたい



不安を安心に変える  
「患者さん第一主義」  
を軸に

網膜硝子体疾患の治療において、群を抜く高い技術力と手術件数を誇る当院眼科。ここに平成生まれの期待の医師がいます。2018年10月に着任された小林 大悟医師。なぜ眼科医を目指したのか、そして当院眼科の特徴とは何か。新鮮な視点で教えていただきました。

「人の役に立てる仕事をしたいと思ひ、医者になりました。生きていく中で何を失ったら一番困るだろうかと考えた時、思い浮かんだのが目でした。見えない、見づらいという方々の苦勞を改善することがやりがい繋がるだろうと」。

学生時代に経験した実習で眼科医になろうと決意。以降、目標に向かつて邁進してきました。「元々あまり迷わないタイプなので」と笑顔で答えるその表情からは、医師としての実直な二面と、弱冠30歳という若々しさも感じられます。

設備も特色も異なる他院を経験し、眼科医として4年目。現在は白内障手術をメインに執刀しています。「患者さんが安心して治療に臨めるよう、患者さん第一の姿勢を心がけています。白内障手術は10〜15分が一般的で、一日に5、6件。加えて硝子体手術も行われます。白内障は常に患者数が多く、手術は3〜4カ月待ち。私はまだ働き始めて1年ですが、網膜硝子体や白内障手術に強いこの病院で努力していきたいです」。



40代を迎えたら  
目の健康と向き合おう

「私たちが対応する網膜硝子体疾患の中でも特に多いのが糖尿病網膜症です。外来で来られる患者さんは70〜80代の方が中心ですが、手術をされる方には40〜50代の方も多くいらっしゃいます。網膜剥離などの救急疾患は、緊急手術が行われます。初期段階では自覚症状が少なく、黒い点や虫が飛んでるように見える飛蚊症や、目に光が当たっているように感じる光視症、視力の低下などを感じて発見されることがほとんどです。目に違和感があったらすぐにお近くの眼科を受診してください」。



## 視力回復に尽力する 期待の若手医師

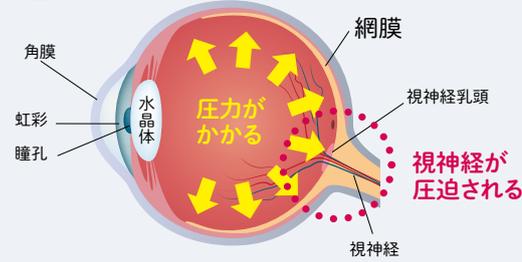
眼科医長 小林 大悟

「白内障は手術で改善することができますが、緑内障は進行を抑制するために行うものです。どちらも年を重ねるほど発症の確率は上がりますが、緑内障は若年層にも起こり得る病気。異常を感じてからの受診ではなく、健診センター等で定期的に眼底検査を行いましょう」。

県内で網膜硝子体に対応できる医師が少ないことから、市内外から患者さんが訪れています。また、より身近な疾患として白内障、緑内障にも気を付けて欲しいと小林医師。

## 眼圧とは？

目の中の圧力のこと。つまり「目の硬さ」のこと。正常な場合、目の中に一定量の房水という水が作られ、同量の水が目から流れ出ることで、眼圧は一定に保たれます。しかし房水の量が増えたり、流れ出る量が減ると眼圧は上がり、逆の場合には眼圧は下がることになります。眼圧が高すぎると視神経が傷むなどの障害が出てくるのです。



白内障は50代から徐々に増え、80代には必ず発症すると言われています。白く濁ってしまつた水晶体を手術で人工のレンズに変えることで回復へと向かいます。緑内障は視神経が痩せ細つて発症する、白内障とは似ても似つかない恐ろしい病。40代以降では20人に1人が罹患する病気とされ、中高年の方は特に注意が必要です。

「緑内障を早期に見てできるかできないかで、その先の人生が大きく変わります。初期段階は目薬を、進行が止まらない場合は手術となります。眼圧(上図参照)をいかに下げるかが重要です」。

当院眼科の手術は月・水・木曜の週3回。小林医師は月・木曜の担当医として活躍中です。40代を迎えたら、体の健康だけでなく目の健康にも意識を向けましょう。



尊敬する医師の元で  
大きく成長したい

大学卒業後、研修医として2年間当院に勤務した小林医師は当時、眼科部長であった安藤伸朗医

師と、現在の部長

である中村祐介医師に大きな影響を受けたようです。「前任の安藤先生は、眼科

についての正しい知識

と理解を普及するための

勉強会や講演会を精力的に行い、全国的にも有名な眼科医です。また白内障、網膜硝子体の手術において全国トップレベルの件数をこなす中村先生も尊敬する医師のおひとり。研修医の時、おふたりから眼科医としての技術や心得を学べたことが今に繋がっています」。

愛用する白衣は、着任時に中村医師からプレゼントされたもの。「自慢の一着です」と笑顔で教えて



撮影時に着用していた白衣は眼科部長の中村祐介医師からの贈り物。腕には小林医師の名前も刺繍されています。

くれました。

治療の結果が目に見えて分かる眼科では、患者さんからの「ありがとう」や「見えるようになった！」の一言が医師にとって大きなやりがいにつながる。その一言が聞けるよう、小林医師は日々奮闘しているようです。「最大限の治療、診察を頑張ります。気軽にお声がけください」。

(聞き手/松永春香)



見ているだけでワクワクします!



People Focus

# 小林 大悟 眼科医長の

## 素顔拝見

医師として走り始めたばかりの小林医師。診察に治療に、毎日多忙を極めているようですが、プライベートではどんなことにハマっているのでしょうか？



モン・サン・ミッシェル (フランス)



オーロラ (フィンランド)



ウユニ塩湖の星空 (ボリビア)



ウユニ塩湖の朝焼け (ボリビア)

**Q** 出身地はどちらですか？

**A** **新潟市西区**。生まれも勤務地も西区という、生粋の西区民です。

**Q** 趣味はなんですか？

**A** **カメラ** と **旅行**。主に旅先で風景を撮影しています。上手く撮れるとインスタグラムにUPすることも。学生時代から友人と行ったり、1人で訪れたり。これまでに25～30カ国は旅行しました。特に、ボリビアのウユニ塩湖は思い出に残っています。

**Q** 理想の人物像は？

**A** **中村 祐介** 先生です。同じ職場で働く身近な人物ですが、手術が上手で目標の医師です。研修の頃からたくさんのことを教えていただきました。**安藤 伸朗** 先生も偉大な存在です。

**Q** 今の職業でなかったら、どんな仕事をしていたと思いますか？

**A** **整形外科医** でしょうか。あまり考えたことがないけれど、あえて挙げるとしたら。生きている人のクオリティを上げられる、やりがいのある仕事だと思います。



# Medical レシピ

今月のわんふれーと

●監修● 栄養科 津野 菜津美  
Photographer: takayuki KUWABARA (creaBOX)

## 低エネルギーで消化に良い 豆乳クリームと長いもの 和風グラタン

仕事で忙しく、食事の時間が遅くなる方や、受験勉強中の夜食にもおすすめ!

バター・小麦粉・マカロニを使わずに豆乳と長いものを使用したヘルシーなグラタンをご紹介します。

長いものトロみと味噌で、濃厚な味わいのあったか〜い一品♡

栄養量 (1人分)			
エネルギー	229 kcal	炭水化物	23.6g
たんぱく質	14.9g	脂質	8.4g
塩分	1.1g		

材料 (2人分)			
むきえび	80g	米粉	大さじ1.5
ベーコン	1枚	味噌	大さじ1/2
長芋	50g	オリーブ油	大さじ1/2
ねぎ	1/2本	塩こしょう	少々
しめじ	1/2パック	ピザ用チーズ	10g
玉ねぎ	みじん切り1/4個	パン粉	適量
豆乳	150cc		

### 作り方

- えびを軽く洗い、ベーコンは1cm幅に切る
- 長芋は一口大の角切りに、ねぎは斜め薄切りする
- フライパンにオリーブ油を熱し、玉ねぎのみじん切りを炒める。しんなりとして透明になったら①を加え、火が通ったらさらに②を加え、塩こしょうで味を整える
- ③に米粉を加えて炒める。火を止めて豆乳と味噌を加え、再び火をつけ弱火にし、混ぜながらゆっくりと加熱する
- 全体にとろみがついたら耐熱容器に④としめじを入れ、ピザ用チーズとパン粉をかけてオーブンで10分ほど加熱する。チーズが溶け、こんがり焼き色がついたら出来上がり



「よく噛んで食べる」ことも大切です。消化を助け、食べ過ぎを防ぐことができます。

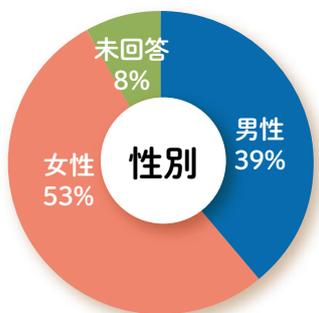
**このレシピのポイント**  
夜遅い時間に食事をとると、余分なエネルギーは「体脂肪」として蓄積されやすくなり、肥満の原因となります。エネルギーを控えめに、消化の良いものを選ぶようにしましょう!



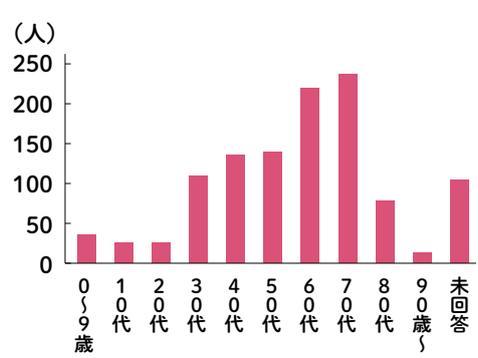
**実施期間** 7月22日(月)～26日(金)

**有効回答数** 1,115 (前年比+926) ※前年は1日のみ実施

**性別**

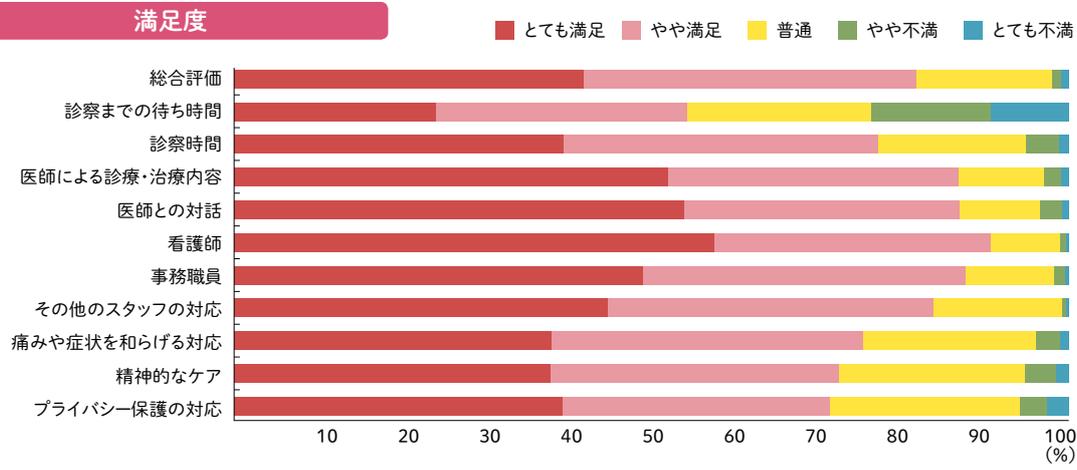


**年代別**



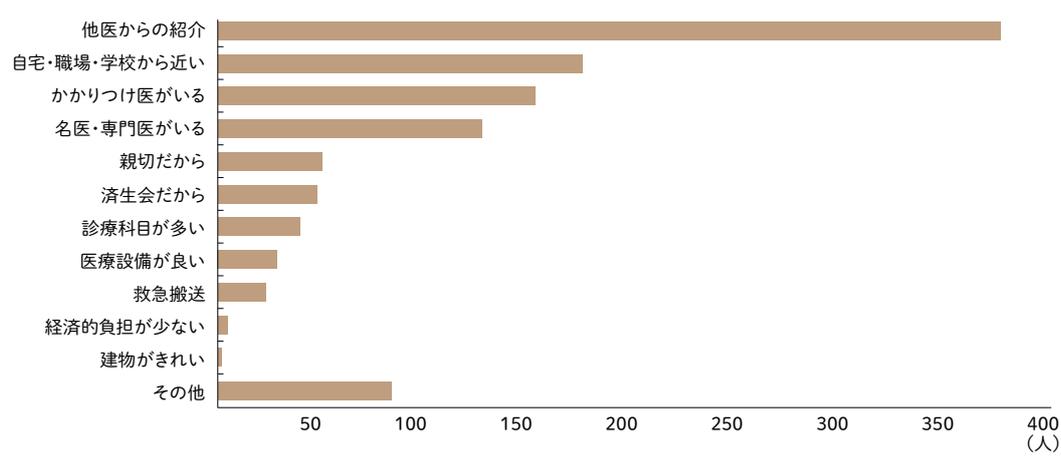
外来患者さんに聞きました  
病院の満足度について

**満足度**



当院では7月に外来・入院患者さんを対象にアンケートを実施いたしました。その結果がまとまりましたので、ご報告いたします。

**当院を選じた理由(複数選択あり)**



アンケートにご協力

誠にありがとうございます。アンケート結果より、患者さんからは一定の評価をいただき、ご満足されていることが分かり職員一同、今後の励みとなります。

しかしながら、診察までの待ち時間の評価は毎年低く、皆さまにご迷惑をおかけしていることも事実です。

これからも、より良い病院となるよう、更なる改善に努めて参ります。

次回は入院患者さんにお聞きしたアンケートの結果をご報告いたします。

(サービス向上委員会)

# 医 人 I H O J I N MIO YOSHIDA

A5 病棟 看護師 吉田 水緒さん



title 音楽は私にとっての活力

吉田看護師から  
バトンタッチ  
A5病棟 看護師

今回は

廣川 千夏さん

今年配属になった新人さん。いつも仕事に一生懸命で、勉強熱心ですごいなあと感じます。患者さんに対する対応も、笑顔で丁寧で、私も見習いたいなと思います。何気ない会話でもニコニコと返答してくれて、こっそり嬉しく思っています！また、たくさんお話ししましょうね！

**私** は邦ロックの音楽を聴くのが大好きです。通勤の時や家にいる時でも毎日聴いています。特に、心が折れそうなほど凹んだ日や、テンションが上がらない時に好きなバンドの曲を聴くことで、前向きな気持ちになれます。私にとって欠かすことのできない大切な活動源です。最近はWANIMAというバンドに元気を貰っています。明るい曲が多くて、マイナスな気持ちを吹き飛ばしてくれるのでオススメです！

仕事面では、今年の1月からA4病棟よりA5病棟に異動になり、もうすぐ1年が経ちます。初めての異動で最初はどちらが良かったのか戸惑いましたが、周りの方の支えのおかげでやっとな慣れてきたところですが、まだまだ分からないことがたくさんあり日々奮闘中です。もっともっと整形の看護が深められるように、これからも頑張っていきたいと思っています。

News

## ベトナムからの研修生 ティン先生をお迎えしました

10月23日(水) ~ 11月8日(金)

済生会はベトナムの『ダナンがん病院』と国際協力の覚書締結しており、医師や医療技術者等の日本での研修を定期的に受け入れております。

今回研修生として来日されたのは、ブイ・タン・ティン医師で、約2ヶ月の間で埼玉・新潟・福井での研修となりました。当院では約2週間滞在され、専門である乳腺・婦人外科の手術見学や、担当医師からの講義などの研修を行い、日本の技術や手技を学んでいただきました。

研修外では白山神社や弥彦神社に参拝したり、水族館に行くなど新潟を満喫されている様子でした。研修の最後には報告会が開かれ、ティン先生から「済生会新潟病院は清潔な病院で、スタッフや医師が非常に親切に接してくれました。



とても感謝しています。研修担当の医師はレベルが高く、ベトナムにはないシステムも勉強させてもらい、ぜひ取り入れてみたいと思いました。食べ物も、魚が新鮮でおいしい。寿司も美味しかったです。ダナンも観光に適した街なので新潟のみならず、ぜひ来てほしい」と、新潟での研修を振り返りコメントしてくださいました。

今後も様々な職種の研修を受け入れ、国際交流を図ると共に、自院のレベルアップに繋げていきたいと思っています。



「お米がとてもおいしく、病院食の不安が一気に解決しました」や、「お仕事ご苦労様です。毎日おいしくいただき、三度の食事がとても楽しみました。ごちそうさまでした」など、たくさんのお褒めの言葉もいただきましたことです。

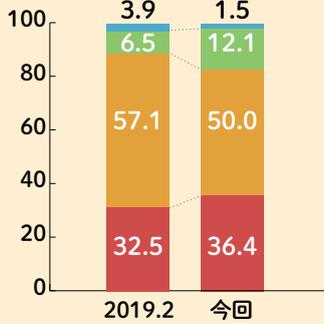


## 入院患者さんに聞きました 病院食はどうでしたか？

栄養科では、入院患者の皆さんに喜ばれるおいしい病院食を作るため、定期的に嗜好調査を行っています。今回は9月11日に入院されていた患者さんを対象に、普通食を食べた66人(男性32人、女性34人)の方に協力いただきました。



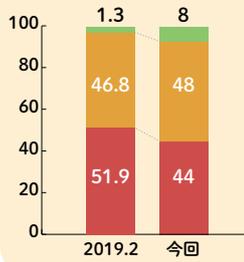
### 全体の満足度



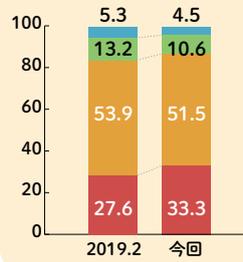
■無記名 ■不満 ■普通 ■満足



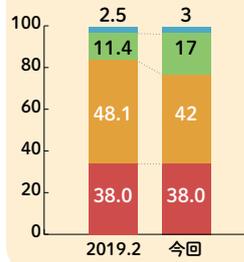
### ご飯の満足度



### 味噌汁の満足度



### おかずの満足度



## 前回(2月)と比較すると味噌汁と全体の満足度が増加し、ご飯とおかずの満足度が減少しました。

不満の理由として、ご飯は「量が多い」「量が少ない」などが挙げられ、おかずでは「食材の変化があまりない」などのご意見をいただきました。ご飯の量に関しては、大盛り・小盛りの変更はすぐに対応が可能なため、いつでもお近くのスタッフにお声かけ

不満の理由として、ご飯は「量が多い」「量が少ない」などが挙げられ、おかずでは「食材の変化があまりない」などのご意見をいただきました。ご飯の量に関しては、大盛り・小盛りの変更はすぐに対応が可能なため、いつでもお近くのスタッフにお声かけ

食材に関しては、旬の食材を使用することや季節感のある料理の提供ができるよう、今後も継続して献立の改善に努めていきたいと思えます。

「美味しかったメニュー」は男女ともに「たれカツ丼」が1位でした。その他にも上位には入らなかったものの「ハヤシライス」や「釜飯」、「天ぷらそば」など選択メニューとして提供している料理が多く挙げられ

「美味しかったメニュー」は男女ともに「たれカツ丼」が1位でした。その他にも上位には入らなかったものの「ハヤシライス」や「釜飯」、「天ぷらそば」など選択メニューとして提供している料理が多く挙げられ

ました。引き続き選択メニューの改良にも力を入れ、食事を楽しんでいただけるよう工夫していきたいと思えます。今後より多くの皆様に、満足し食事の時間が楽しみと言っていたいただけるような給食を提供できますよう取り組んでいきます。最後にアンケートにご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

ました。引き続き選択メニューの改良にも力を入れ、食事を楽しんでいただけるよう工夫していきたいと思えます。今後より多くの皆様に、満足し食事の時間が楽しみと言っていたいただけるよう給食を提供できますよう取り組んでいきます。最後にアンケートにご協力いただいた皆さん、ありがとうございました。

### 病院食でおいしかった料理



### 病院食で食べたい料理

男性編	
1位	カレーライス
2位	ステーキ
3位	お刺身、お好み焼き

女性編	
1位	めん類
2位	カレーライス
3位	鍋料理

年末年始は下記の通り休診とさせていただきます。

月	火	水	木	金	土	日
12/30	31	2020年 1/1	2	3	4	5





内科 真田内科医院(西区)



医師名	真田 雅好 (さなだ まさよし)先生						
住 所	〒950-2261 新潟市西区赤塚字稲場 5010-1						
電 話	025-239-0070						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	—
15:00～18:00	○	○	○	○	○	—	—



血液内科を専門としておりましたが、現在は高血圧症、糖尿病、脂質異常症などの生活習慣病のほかに、幅広い疾患に対応しており、更に健診、予防接種、学

校医などにも取り組んでおります。地域住民のよろず相談の医院として、丁寧な診療と十分な説明を心がけています。

済

生会新潟病院に緊急、専門治療が必要な患者さん



20年にわたる新潟市民病院勤務医生活から、平成15年に生まれ育った西区赤塚に内科医院を開業しました。

住民の方々の要望に応えるべく、日祭日以外の休診日は設けず、看取りも行い、院内調剤体制をとっています。

連携医療機関(登録医・病院)からのご紹介・ご予約について

当院 地域医療連携室までご連絡ください

TEL.025-233-6182(直通) FAX.025-231-5763

※平日8:30～17:00(土・日・祝日を除きます)  
※患者さんからの予約はお取りしておりませんのでご了承ください。

職 | 場 | 訪 | 問 |

院内で頑張るスタッフがざらり

検診センター

齋川 克之

当

院の検診センターの大きな特徴は、西区

の総合病院である済生会新潟病院の機能を最大限に活かした検診センターであることです。検査機器はもろろんのこと、診療に携わる医師・保健師や看護師、各検査を行う検査技師、管理栄養士など専門の資格を有した病院職員が精度の高いまなざしで活動しております。

当検診センターでは

- 1 人間ドック
  - 2 職場検診
  - 3 新潟市がん検診
  - 4 特定健診
  - 5 個人健診
- など多種の健診を行い、地域の住民の皆さまの健康を守っています。

また、次年度から新規オプシオンなども含め、新たな取り組みも開始する予定です。



病院は、とかく病気になつてから行くところと思いがちですが、当センターは済生会の理念のもと、地域の医療・福祉、そして保健の分野で地域貢献していく使命があります。日々の笑顔の源である「健康」を今一度振り返り、ぜひドックや健診を受けにお越しください。検診センター職員一同笑顔でお迎えいたします。

こころ 躍る 毎日を。

# APITA

12/5(木)~9(日)は「アピタ新潟西店 誕生祭」!  
 お買い得・お楽しみ企画など、盛りだくさんご開催いたします!

**毎週火曜日は火曜特売!!**

毎週日曜日は **UCSカード ユニコカード** お支払で **ポイント2倍デー!!**

毎月9・19・29日は **UCSカード ユニコカード** での **お支払いで、さらに5%OFF!!**

※食料品売場(日用品・ペット用品含む)・A to Z化粧品コーナー・カウンセリング化粧品コーナー・ゲーム機本体及び専門店は除外となります。  
 ※当日、UCSカードまたはユニコカード入会のお客様も5%OFFが受けられます。

**アピタ新潟西店** 電話 **025-201-1711** 新潟市西区小新5丁目7番21号

株式会社ファーマかいらい

## 共創未来 寺地薬局

【営業時間】  
 ・09:00 ~ 18:30 (月・火・水・木・金)  
 ・08:30 ~ 12:30 (土)

【定休日】  
 ・日曜、祝日  
 ※済生会新潟病院正面玄関を出てすぐにございます。

【店舗変更のお知らせ】  
 全快堂薬局 寺地店→共創未来 寺地薬局

【在宅医療 薬剤師訪問】  
 薬に関する悩み・疑問の解決に加えて  
 点滴等の無菌製剤にも対応しております。

ずっと、満足出来る家。

家は建てたら終わりではありません。数十年先まで満足していただけるような高性能で色あせないデザイン住宅をご提案いたします。

**adhouse** アドハウス

ハーバーハウス株式会社 アドハウス事業部 国土交通大臣 許可(般-29) 第26981号  
 新潟市中央区西大畑町591-13 異人池ヒルズ1F 営業時間 9:00~18:00(水曜定休・駐車場完備)

地域医療支援病院 臨床研修病院 災害拠点病院 赤ちゃんにやさしい病院

社会福祉法人 財団法人 済生会 **済生会新潟病院**

〒950-1104 新潟県新潟市西区寺地 280-7 TEL.025-233-6161(代) FAX.025-233-8880

なでしこ Cheers! チアーズ

当院HPよりバックナンバーもご覧いただけます。

医療連携機関マップ <http://saiseikaidaini-renkei.jp>

病院ホームページ <http://www.ngt.saiseikai.or.jp>

こちらも注目

「済生会新潟病院」の facebook 好評稼働中!