

なでしこチアーズ vol.76 DECIS



CHEERS STORY

臨床研修医

佐藤 遼 渡邊 朱音

患者さんに一番近い医師 臨床研修医の素顔



腸内環境 改善!

ヨーグルト

医療の豆知識「病診連携」について 無料低額診療事業のご案内 検診センターにフリー Wi-Fi導入 入退職医師のご紹介 【連載®】 SDGs と済生会

医療福祉・介護関係者向け日本医療マネジメント学会

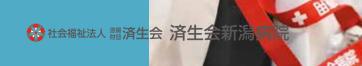
なでしこつぼみ保育園イベント情報

小池内科消化器科クリュック(加茂市)

VISITING THE WORKPLACE

B3病棟

スタッフリレーコラム 医芳人 | 日 〇 | | | | | |











内容、 は、 理想の医師像まで幅広くお話 2021 年 4月から

PROFILE

新潟大学医学部医学科 入学 新潟大学医学部医学科 卒業 2021年 2021年 済生会新潟病院 勤務

を伺いました。

医師臨床研修制度とは?

的な診察能力を習得広い科目を経験。様々広い科目を経験。様々体が、精神科など幅をでは、内科や外科、 した後、 3年目以降の後期研2年間の初期研修と 修があります。初期研 行う研修期間のこと。 て選んだ病院のもとで 師国家試験に合格 研修病院とし

当院での研修プログラム例

1年次					研修 ·来研				救 (整形 麻配	外科・	産婦人科	小児科
2年次	夕禾	ሉ ዛ	救急内科	地域医療	精神科		選	択	乔	ł l		
(月)	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3
※H30年度より開始												

期臨床研修医のお二人にインタビュー。 医師を目指したきっかけから、 普段の仕 働く 初



医師になるまでの プロセス

一般的には、 医学部を卒業し 「学士(医学)」を取得後、 医師 国家試験に合格し医師免許を取 得します。その後、研修病院とし て選んだ病院で2年間の「卒後臨 床研修」と呼ばれる「初期研修」 を受けます。3年目からは「後期 研修(専門医研修)」となり、 各 専門の領域を学びます。

> 高 校

大学医学部(6年)

一般教養 / 基礎医学 臨床医学 / 病院実習

医師国家試験





「必修研修」を「研修指定病院」 にて臨床研修(2年)

〈スーパー・ローテート方式〉 2年間の初期研修で必須科目をはじめ、選択必須科 目、選択科目と様々な科を回りプライマリ・ケアの基 本的な診察能力を修得します。

後期研修

大学病院、総合病院 などに勤務



医師を目指したきっかけは?

看護師を辞めて医師を目指してい していました。心から医師になりた と思えたのは予備校時代。当 正 直なんとなく医学部を目指 父が開業医ということも あ

> 両 の

てきました。

け医 は 師 そもそも臨床研修医とは? を 目 との出会 指 た き つ か

のことです。さまざまな診療科を回 2年以上の臨床研修を受ける 験に合格した後に義務 年目の10名が在籍しています。 けています。当院には現在1年目 ・全人的な医療を行う能力を身に 臨床研修医が我々含め8名と、 臨床研修医は、 医師 付 け 国 b 医 ħ 家 師 た 試

を目指していたのですが、友人に誘 私は元々、別の医療系の 職

にオペに入れてもらえることに。 実習先の病院に母が入院し、 学。また大学4年生の時、たまたま 心を奪われてしまったんです。 われた医学部医学科の見学で、 ...方の立場を経験したことで、 際に患者の家族と、 日から猛勉強を始め医学部に進 ターヘリで空を飛ぶ医師の て自分が医師になる自覚が湧 医師と 特別 姿に いう そ 初 ۴

る覚悟が固まりました。 それをきっかけに、自分の将来像を る方と出 こなど、 (剣に考えるようになり、医師にな という立場ではできなかったこ I会い、 いろんな話を聞きました。 医療の 現 場 ゃ 看護

と 師

――当院を研修先に選んだ理由は?

私たちは新型ココナウイルス感お世話になった時の雰囲気です。渡邊 学生時代の研修でこちらで

私たちは新型コロナウイルス感染症での緊急事態宣言下で、普通染症での緊急事態宣言下で、普通された、熱意ある病院紀分動画をされた、熱意ある病院紹介動画をされた、熱意ある病院紹介動画をされた、熱意ある病院紹介動画をされた、熱意ある病院紹介動画をされた、熱意ある病院紹介動画をとなら2年間の研修がいいものにとなら2年間の研修がいいものになるに違いない」と選びました。

コミュニケーションが肝正解のない臨床現場は

選ぶ大きなポイントになりました。

県外大学出身の私には心細さもあもちろん研修内容も重要ですが、

先輩方との雰囲気が良いことが

に話していたことが印象的でした。と比較し、研修医同士が楽しそう

どんな仕事をしているのですか?――入職されてから2ヶ月。

う研修のように、他の医療従事者渡邊 入職後すぐは一般企業でい

した。 も含め「医療の基本」や「マナー講 を科4~6週研修して回るのです なるが、小児科と整形外科を経験しま なる診療科を となる診療科を となる診療科を となる診療科を は、小児科とを形外科を経験しま

日々学んでいます。 日々学んでいます。 日々学んでいます。 日々学んでいま生方に教えてもいいです。研修医は病院で誰より はその日のうちにわからないないをいるがない立場だと思うので、研 を申はその日のうちにわからない はいれです。研修医は病院で誰より

りましたか? 時代とのギャップや大変なことはあ――初めて現場で働いてみて、学生

場別 大学の座学では、各疾患に対 によって事情は様々。治療方針についまって事情は様々。治療方針について正解がひとつに定まらなど、人 して治療法が答えのように決まっ して治療が苦しいと感じる方、病気 も治療が苦しいと感じる方、病気 も治療が苦しいと感じる方、病気 い方、悩みが病気以外の経済面やい方、悩みが病気以外の経済面やい方、悩みが病気以外の経済面やい方、悩みが病気以外の経済面やい方、悩みが病気以外の経済面やいて正解がひとつに定まらない現 大学の座学では、各疾患に対 場の難しさを感じています。

| 佐藤 | 知識面で勉強になっている

んとのコミュニをつける点を学んでいます。患者さい回しや聞き方等、会話において気気持ちを引き出すのが上手く、言気持ちを引き出すのが上手く、言いにのは先生方の「会話スキル(技いたのは先生方の「会話スキル(技

ケーションス はあまり重要 で大切なこと で大切なこと として働く上 で大切なこと

あ: -----ます。

こそ話しかけてほし

患者に近い立場だから

―今後進みたい分野は?

渡邊 母の病気の経験もあり女性 味を持っています。また子どもが好味を持っています。また子どもが好きなので、子どもの疾患すべてを担きなので、子どもの疾患すべてを担めできる小児科も関心があります。 当できる小児科も関心があります。 当できる小児科も関心があります。 当できる小児科も関心があります。 がら考えていきたいです。

―理想の医師像はありますか?

ご家族、他の医療従事者の方々と共が進むことはなく、患者さんやその思っています。舵を取るだけでは船に といいます かんしょう おいましょう おいましょう おいましょう はんしょう はんしゃ はんしゃく はんしゃく はんしょう はんしょく はんしょう はんしょく はんしょく はんしょく はんしょく はんしゃく はんしょく はんしゃく はんしんしんしゃく はんしゃく はんしん はんしん はんしんしゃく はんしん はんしん はんしんしん はんしん

に治療を進めていく必要がに治療を進めていく必要がに治療を進めていく必要がな気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者な気分ではない病院で、患者

またいです。 おがティブな気持ちになってもらえい おがいです。

――最後に、臨床研修医として

に声をかけてください。 であります。院内で見かけたら気軽であります。院内で見かけたら気軽

関っていけたら嬉しいです。 も話しかけてほしいです。コミュニ も話しかけてほしいです。コミュニ がい医師です。疑問や雑談で

(聞き手 唐澤頼充)

THE WAY RYO SATO IS...



秀預拜見

医師としての道を歩み始めた臨床研修医。 学生時代の思い出や休日の過ごし方、 健康面で心がけていることなどを 教えてもらいました。

THE WAY AKANE WATANABE IS...





ご出身はどちらですか?

新潟市出身です。浪人時代は東京の予備 校に通い杏林大学に進学しました。入職を 機に新潟に戻ってきました。

燕市です。高校生のころは よく友人と背脂ラーメンを 食べに行きました。



学生時代の思い出を教えてください

バトミントン部での活動で す。朝・昼・晩と调に十数回 やっていたので、体力面は 自身があります。



基礎研究で行った2ヶ月間 「ロシア留学」。その時に知 り合った友人とは、今でも連 絡を取り合っています。



どんな休日を過ごされていますか?

ランニングして、 温泉に 行き、 サウナに入ってリフ レッシュしています。

レンジで作れる料理など、 簡単に作れるレ シピを研究しています。



新潟県のおいしいお店巡り。車を買ったの でドライブをしながらいきたいですね。あと コロナ収束後は、イタリアやニューヨークな どで日本で見られない景色などを観たい!

研修医室でオートミー ルが流行っているので、 挑戦してみようかなーと 思っています♪



読者に向けて「健康のため」のアドバイスを教えてください!

生活の基本は食生活!食塩を1日8g以内に 抑えることを意識してみましょう!



diet!

コロナ禍でなかなか出かけられなかったり

と、運動不足になりがちな のでYouTube にある 「筋ト レ動画」を観て身体を動か してみてはどうでしょうか!



栄養科監修/山本渚(管理栄養士)



腸内環境 改善!

オレンジ

ヨーグルト ムース

体にとって良い作用をする"善玉菌"と、悪 い作用をする"悪玉菌"が存在する腸内細 菌。そのバランスが崩れると、免疫機能が低 下し、感染症などに罹りやすくなったり、肥 満や糖尿病などの生活習慣病や、うつ病な どの発症と関係します。腸内環境を日々の 食事で良い状態に整えましょう。今回は善 玉菌を増やす「オリゴ糖」も使用します!

● 栄養価(1人分)

エネルギー 91kcal / たんぱく質 4g / 脂質 3.5g / 炭水化物 13.2g / 食塩量 0.1g



こちらのQRコードから「クックパッド」に 公開しているレシピに飛びます。スマホ やタブレットを使ってキッチンでどうぞ。

> ※6分立ては泡 立て器ですくうと 流れ落ちる状態。 まとまってすくうこ とはできずに流 れ落ちたら平らに なっていくのが目 安です



バットにはラップを 敷いてから流し入

れると作業が楽!

デコレーションに素敵な

「オレンジチップ」は焦

がさないよう目を離さな

いで♪

step a

step **b** クリスタル

ゼリー

step 🕞

チップ

step d

仕上げ

オレンジ

● 作り方 オレンジ ムース

- ① 生クリームを6分立て*に泡立てる
- ② ヨーグルトにオリゴ糖と湯で溶かしたゼラチン を少しずつ入れ、オレンジの絞り汁を入れよく 混ぜる(フルーツから生搾りの場合は果肉を 少し入れてもgood!)
- ③ ②に①の生クリームを入れてよく混ぜ合わ せ、器に盛り冷蔵庫で冷やし固める
- ④ 湯で溶かしたゼラチンに、レモン果汁とオリゴ 糖を加え、平らなバットに流し入れて、冷蔵庫 で固まったらフォークで細かく砕く
- ⑤ オーブンシート上の薄く切ったオレンジスライス に、はちみつをまんべんなく塗り180℃のオーブ ンで、やや水分が飛ぶまで10~15分加熱 し、しばらく放置して乾燥させる
- ②にしとオレンジのむき身を乗せ、●とミントを飾る

オレンジチップ

クリスタルゼリー

オレンジムース

オレンジスライス …… 半月切り4枚 はちみつ ………… 小さじ1

粉ゼラチン ……… 3g

湯…… 大さじ1

ヨーグルト(無糖) …… 150g

オリゴ糖 …… 大さじ2

オレンジ絞り汁(ジュース可) 60cc

生クリーム 60cc

粉ゼラチン ………2g

湯······ 80cc

オリゴ糖 …… 大さじ1

レモン果汁 ……… 小さじ2

飾り用

オレンジむき身・ミントの葉 … 適量







「病診連携」について

当院は、地域支援病院として「病診連携*」を推進しており、医院(病院) から紹介していただいた患者さんの検査・手術・治療を中心に医療を行い、 症状が落ち着いた場合には紹介元の医院(病院)に逆紹介し、再び治療し ていただいております。

※病診連携とは?

病院と診療所が協力し合い、病院は入院治療を中心に、診療所は 外来治療を中心に、患者さんの診療を支援いたします(右図参照)。

紹介状をお持ちいただくと、今までの病気の経過が分かり、重複した検 査等も不要となり、負担の軽減にもつながり、継続した治療も行えます。ま た症状が軽度で症状が落ち着いている患者さんは、 お近くの医院 (病院) を紹介いたします。当院で逆紹介をし、万一定期的な検査や入院が必要な 時は、再度の紹介により当院で責任を持って対応させていただきます。

紹介状をお持ちでない場合

紹介状をお持ちでなくても受診可能な診療科もございます(下表以外)が、 その場合、「保険外併用療養費」として5,500円(税込)を別途頂戴して おります。ご理解、ご協力くださいますようお願い申し上げます。

紹介状が必要な診療科							
脳神経内科	脳神経外科	耳鼻咽喉科					
眼科	皮膚科	代謝•内分泌内科					
泌尿器科(完全予約制)	整形外科(完全予約制)						



かかりつけ医

診療所

- ●プライマリケア(初期診療) 病状に応じた適切な医療機関への紹介
- ②健康相談を含めた、身近なホームドクターと しての機能(病気の早期発見と健康管理)



済生会新潟病院

地域医療支援病院

- ●入院治療
- 2 救急医療
- ⑤ 特殊・専門外来 ④ 地域研修体制の確立



問い合わせ先 患者の声相談室(B棟2階)

TEL.025-233-6161(代) 平日8:30 ~ 17:00(月~金曜日·祝日を除く)



ご意見箱について

患者さんからご意見やご要望をお寄せいただくために『ご意見箱』を外来2箇所(①番おしはらい窓 口脇、トリアージ外来前)、B棟2階エレベーター前、及び各病棟デイルームに設置しています。 また患者の声相談室(B棟2階)では専任の医療ソーシャルワーカーが直接ご意見をお聴きしてい ます。病院が少しでも利用しやすくなるよう取り組んでいますので、お気づきの点などありましたら 何なりとお知らせください。









スタッフリレーコラム 医芳人

癒しの時間



● 医療福祉相談室·看護師 たかさわ あやこ

高澤 彩子さん

次号は!

A3病棟 副看護師長 簔口 沙織さん

スタッフから信頼されていて、 私も すごく頼りにしている方です。私と 違って、まじめにコツコツ着実に仕 事をこなす姿は尊敬しています。部 署は変わりましたが、 これからもよ ろしくお願いします。

の一番の癒しは、県外にいる甥っ子です。年に数回帰省した際に、思いっきり 遊ぶ事を楽しみに仕事に励んでいました。コロナ禍の今、 帰省が叶わず残念 です。そんな私の癒しは、 甥っ子との週末のオンライン面会です(笑)。 甥っ子は自粛 生活もそれなりに楽しんでおり、折り紙で水族館や動物園を作ったり、紙飛行機を飛 ばしたり…。いつも元気でパワーをもらっています。そんな自粛生活が始まってから出



会ったのが「スクラッチアート」です。黒い面にある下絵を専用 のペンで削ると、カラフルな線が浮かび、すべて削るときれい な絵になります。スッと削れる感覚が気持ちよく時間を忘れて 集中します。完成した際の達成感はたまりません。興味のある 方は、削って癒やされる感覚をぜひ味わってみてください。

2030年に向けて世界が合意した「持続可能な開発目標」 SDGs

連載®-SDGsと済生会

済生会が達成に貢献する SDGS の目標 111

連が掲げている17の目標(下記図参照)の中から、 済生会の事業と密接に関連するもの で、済生会が既に取り組んでいる事業がどの目標と関連するのか、活動の具体例をあげ てご紹介しています。今回はゴール11の「住み続けられるまちづくりを」を説明します。

エスディージーズ ご存知ですか?



Make cities and human settlements inclusive, safe, resilient and sustainable







































国連の目標

包摂的で安全かつ強靱(レ ジリエント)で持続可能な 都市および人間居住を実 現する

済生会の指針

医療・福祉の 周辺分野への取り組み

●医療、福祉、住まい、就労、教 育、生活費等の多種多様に複雑 化した問題を抱え、多様な援助を 必要とする人々への支援

まちづくりへの寄与

●行政、団体、企業等と連携し、 経済、社会、文化、環境など多様 な面で発展するまちづくりへ寄与 する

済生会が推進していく活動

すべての人々が安心して住み続けられるまちづくりのため に、高齢者、障がい者、児童及びホームレス、刑務所出 所者等すべての人々に対して、保健・医療・福祉サービス 等の提供を通じて、雇用創出、産業振興、居

住人口増加等の機能を果たし、可能な限り住

み慣れた地域で 生活を継続するこ とができるような まちづくりに寄与 する



▲ 兵庫県済生会が神戸市の団地に開設した高齢者向け 相談所「なでしこ暮楽部」。孤独死等を防ぐため、職員が 団地を巡回・訪問している 出典:SDGsと済生会

無料低額診療事業のご案内

- 院では社会福祉法の規定により、医療費の減免(減額)を実施していま す。下記に該当の方はこの制度の対象となる可能性があります。
 - 無保険の方(国民健康保険資格者証の方を含む)
 - 短期国民健康保険証の方
 - 市町村民税非課税世帯の方
 - ◎ 就労援助制度を利用しているお子さんとその世帯
 - その他、生活に困窮している方

病気や障害、失業などで収入がなくなり医療費の支払いが困難な方や、「医 療費が払えない | と治療を受けずに悩んでいる、などお困りの方は、受診・入院 前に「B棟2階医療福祉相談室」にご相談ください。専任の医療ソーシャルワー カーが相談に応じます。



医療費とは保険診療の自己負担のこと で、食事代及び個室料、文書料などの保 険給付対象外の費用は含みません。

検診センターにフリー Wi-Fi 導入

月より検診センターのフロア内にて「フリー Wi-Fi」を導入いたしました。人間ドックを 受診される方をはじめ、 検診センターをご利用さ れる皆さんがお使いいただけます。接続するための ネットワーク名(SSID)、パスワードなどの情報は、 フロア内に掲示しております。





入退職医師のご紹介

退職医師(2021年4月末)

代謝・内分泌内科 鈴木 克典 入職医師 (2021年6月)



外科

よしかわ こうた 吉川 弘太 専門分野

消化器外科·一般外科

安全で信頼していただける医療を提供できるように努力し ています。





医療福祉・介護関係者向け 日本医療マネジメント学会



「日本医療マネジメント学会 第11回新潟県支部学術集会」は、新型コロナウイルス感染防止のため完全ライブ配信形式として、下記の通り開催いたします。

Zoom ライブ配信



●学術集会会長 本間 照 済生会新潟病院院長

●開催形式 Zoom ライブ配信形式

●テーマ **コロナ禍での医療・介護と連携**

●プログラム ·基調講演「オンライン医療の原状と展望」

株式会社メドレー事業連携推進室 **稲生 優海**氏(医師・医学博士)
・シンポジウム

コロナ禍で注目されているオンライン診療について県内施設からの事例報告(予定)

申し込みについて

- 8月27日(金)までの事前参加登録制
- ●参加費1,000円の振込確認がとれた登録者に会議参加用 Zoomの URL を送付

● 問い合わせ 日本マネジメント学会 第 11 回新潟県支部学術集会事務局 当院総務課 (籏·吉川)

TEL.025-233-6161 FAX.025-233-8880



詳細はこちら





Melical Partners

訪

クリニック

加茂市

内分泌科・健康診断内科・消化器科・呼吸器科・循環器科 小池内科消化器科



致しました。 ぐ形で長岡赤十字病院を 加茂市に新規開業 父の医院を引き継 院は平成17年に、

申し上げます。

ため精査、 査600件施行し、その コロナ前は年間上部消化 I内視鏡検査1200 専門は消化器内科で 下部消化管内視鏡検 治療を必要と

する患者さんも多く、

尿病、脂質異常症などの を維持しておられます。 皆様良好なコントロール も積極的に行っており、 生活習慣病の治療、 また当院は高血圧、

よろしくお願い致します。 を提供していきますので たたかい」、信頼できる医療 に信頼される「安心」で「あ これからも地域の皆様

●メリア様

によって改善する方もた 消化器症状は精神的な不 ガジンで言われたように 精神的なケアをすること いことをお知らせし、また 多く、検査などで異常が無 安が影響している場合も ております。改めてお礼 院には大変お世話になっ 本間院長が以前、この 小池 雅彦(こいけまさひこ)先生 〒959-1351 加茂市仲町1-37 0256-53-3355

н Р	https://www.koike-clinic.com/								
診療時間		月	火	水	木	金	土	日祝	
9:00 ~	12:30	•	•	•	•	•	▲※	_	
5:30 ~	18:00	•	•	_	•	•	_	_	

◎ JR 加茂駅より徒歩8分左側

穏やかな内科医師23名、 さん思いの院長を筆頭に 混合病棟です。医師は患者

なった[電子カルテ]に苦戦

明

気にみんなで支え合いな

しながらも常に明るく元

がら頑張っています。

今後どの診療科にお

くさん居られます。

医師名

住

9 15

> イケメン医事課1名です。 名、頼りになる薬剤師1名 るく元気な看護補助者4 は新人4名を迎え31名、 つも笑顔で優しい看護師

連携医療機関(登録医・病院)からのご紹介・ご予約について

.025-233-6182〈直通〉FAX.025-231-5763

:30 ~ 17:00 (土・日・祝日を除きます) 予約はお取りしておりませんのでご了承ください。

を行っています。 尿病患者さんの教育入院 腎・膠原病内科は透析治 な治療が行われています 治療や化学療法やアンギ 療や薬物治療、そして代謝 オ・ラジオ治療など様々 内分泌内科では、主に糖 消化器内科では内視鏡

_{当院の}地域医療連携3

3

加茂山公園

科、腎・膠原病内科、外科の В 科、代謝・内分泌内

B3病棟

す。また5月から運用と めスタッフは専門性の高 研鑽し業務に当っていま い知識・技術の習得に日々 様々な診療科があるた



(看護師長 高橋 昌子)

いきたいと思っています。

生活できるよう支援して そして退院後も不安なく 添い安心した入院生活を さん・ご家族の思いに寄り がチーム一丸となり、患者 医療ソーシャルワーカー 臨床工学技師·管理栄養士 ても医師・看護師・薬剤師





こころ躍る 毎日を。

APITA



ただ今「新型コロナウィルス感染拡大防止」のため、チラシ・イベント等の予定を変更させていただくことがございます。 詳しくは店内ポスター・ホームページ等でご確認ください。

毎週火曜日は火曜特

毎月9.19.29日は











お支払いで、さらに

アピタは毎月9・19・29日、UCSカード・majica会員さま5%OFF。 衣料品・食料品・暮らしの品が5%OFFとなります。※一部商品を除きます。 ※ジャックス・セディナ発行のマジカドンペンカードは除外となります。



電子マネー公式アプリ malicaアプリ

UNY majicaがより便利に!

「majicaアプリ」便利でおトクな活用!

- majicaの情報確認がすぐできる!
- ② 登録会員限定クーポンがご利用できる!③ お得なキャンペーンに応募できる!
- 4 majica紛失時も安心!





※詳しくは店内ポスタ

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

新潟市病児・病後児保育事業

病児保育室さいせいかい

受付 2025-365-2432

(平日7:30~18:30)

詳しくは

新潟市病児



事業所内保育所

なでしこつぼみ保育園

お問合せ 全025-365-2434

(平日7:30~21:00)

随時、見学を受け付けております

毎月1日発行、発行部数 5,000 部の本誌「なでしこ Cheers!」に広告を掲載しませんか? 院内だけでなくウ エルシア薬局様・アピタ新潟西店様にも設置しています。 当院 総務課までお気軽にお問い合わせください。

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





当院 HPよりバックナンバーもご覧いただけます。

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



地域医療支援病院 災害拠点病院 赤ちゃんにやさしい病院 臨床研修病院



社会福祉法人 關済生会 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



