

頑張る人達とあなたへ声援を届ける医療と健康のフリーマガジン

なでしこチアーズ Cheers!

2022
VOL.91
October

10

さいせいかいにいがた

ご自由にお持ちください



Information

初診時・再診時選定療養費

(保険外併用療養費)の金額変更について

無料低額診療事業のご案内

なでしこつぼみ保育園 イベント情報

Report

PPE着脱研修を行いました

栄養科で防災訓練を行いました

Medical Partners

ほんま整形外科(中央区)

Visiting the workplace

教育研修センター



塩分を控えたい方へ

マッシュルームの
ポタージュスープ

スタッフリレーコラム
医芳人 IHOJIN

子どもたちのSOSに応える 小児科医の「こころの外来」

Cover&Interview ———— 小児科 医長 藤井 小弥太

子どもたちの SOSに込める 小児科医の「こころの外来」

この春、当院小児科では子どもたちの心の病にアプローチする「こころの外来」が本格始動しました。受診受付を始めてからおよそ半年。悩みを抱える子ども、そのご家族が利用しています。子どもたちの不調、不安に寄り添う小児科医長の藤井医師にお話を伺いました。

「小児心身症」とは？



日本小児心身医学会では、「子どもの心身症は『身体』の病気だが、その発症や経過に『心理・社会的因子』が大きく影響しているもの」と定義しています。心理治療が大きな力を持ちますが、体の治療が必要なことはいうまでもありません。

- 腹痛
- 下痢
- 吐き気
- 胸の痛み
- 動悸
- 頭痛
- 不眠
- 立てない
- 歩けない
- けいれん
- 発熱
- 学校に行けない



(もしくは行くと調子が悪くなる)

など、幅広くさまざまな症状が見られます。しかし、専門医療機関が極めて少なく、治療施設を普及させていくことは大きな課題となっています。

当院「こころの外来」について

藤井医師が2021年4月に立ち上げた、子どもの心の病に特化した外来診療。毎週金曜午後は公認心理師が参加し、連携して検査・診察を行います。

● 診察日／毎週火曜、水曜午後

水曜は初診専用の90分枠となり、火曜午後は再診専用として1枠30分×3枠を設けています。金曜の枠は心理検査が必要と判断された場合のみのご案内となります。

● かかりつけ医からの紹介状をお持ちになりご予約ください

現在予約が大変混み合っているため、初診の方は受診までにお日にちが掛かります。





Profile

2009年 新潟大学 卒業、医師免許取得
その後、新潟大学医歯学総合病院、
佐渡総合病院、鶴岡市立荘内病院、
済生会新潟病院、六日町病院、
新発田病院 勤務
2019年 静岡県立こども病院 勤務
2021年 済生会新潟病院 勤務

ボランティア経験が 医師を目指すきっかけに

いつも笑顔で話しかけてくれる藤井医師。その物腰の柔らかさで、これまでたくさん子どもたちの〈内に秘めた思い〉に寄り添ってききました。「地域医療に貢献したい」という熱意は、高校生の時に体験したボランティア活動から芽生え始めたといえます。「医療のない町でボランティアをする機会があり、そこで地域医療に興味を持ちました。『身近な場所でも医療のない場所があるんだ』と気付いたことが、医師を目指すようになったきっかけです」

昔から子どもと触れ合うことが好きだった藤井医師。病棟実習では慣れない作業に苦戦しながらも、子どもたちの笑顔を見ると癒やされていたそうです。

咳や発熱などの急性期疾患で受診する子の中には、数力月前から腹痛や頭痛など、他の症状を併発している子も頻繁にいます。小児科では血液検査や腹部のレントゲン、超音波検査なども行うものの、異常が見つからないことも。経験を重ねるほどに「要因は他にあるので

は」と感じるようになったと藤井医師は言います。

「これは小児科にありがちなのですが、患者さんは不調を訴えているのに検査結果としては『異常なし』としか言えないことにずっと不快感がありました。もっと勉強しなければいけないと思い、子どもの心の診療を専門とするようになりました」

小児科、精神科が連携する 小児心身症の治療

小児科医4年目、六日町病院（現在は魚沼基幹病院に統合）に勤務していた頃、近隣病院の小児科医に1年ほど付いて、小児心身症を学んだ藤井医師。以降、子どもの心の診療を専門分野として各施設に勤務されました。2021年春に当院へ着任後、新潟市に小児心身症へ対応できる新たな拠点をつくるため、「こころの外来」をスタートさせました。

藤井医師が担当する「こころの外来」は、毎週火・水曜に対応となり、普段は小児科医として予防接種や一カ月健診などを含む外来診療を主に行っています。限られた時



間の中で行われる子どもたちの心の診療には「苦悩もある」と藤井医師。「こころの外来」では患者さんよりも診察時間が長くなってしま



います。そのため、対応できる患者さんの人数に限りがあり、平均で2〜3カ月お待ちいただいでいます。

ます。医療機関以外に、学校、行政、福祉の相談窓口もあるので、ぜひご利用いただきたいです」

「こころの外来」は、小学校高学年から中学生の世代を対象にしています。小児心身症へのアプローチとしては、藤井医師のように小児科医の視点で体の不調から診察す



る医師がいれば、心理的要因に注目し、精神科医の医師(当院では公認心理師)が診察を行う場合もあります。小児科と精神科の医師が異なる視点で診察できるのも、小児心身症治療の特徴です。

不登校、摂食障害から子どもを守ろう

子どもたちを苦しめる心の病。受診率は留まることを知らず、新潟県内のみならず、全国的にも医療者、対応施設が少ないと言われています。中でも、悩みの対象としてよく挙げられるのが「不登校」。当院「こころの外来」にも、学校に行けないことを悩み、自発的に訪れる学生、心配してやってくるご家族がいらつしやいます。始めは体の症状から相談が始まるものの、「毎朝お腹が痛くなる」「頭が痛くなる」など、話を聞くほどに心理的要因が関わっていることに気がつくそうです。



不登校児童の診察に加え、摂食

障害治療にも力を入れてる当院小児科。摂食障害を克服するための入院病棟を設け、外来治療がうまく進まなかった場合には入院治療へ切り替えるなど、症状に合わせて入院・外来を使い分けています。摂食障害というと、ダイエットに興味のある若い女性に多い印象があるかもしれませんが、近年では対象者の低学年化が著しく、小学校高学年ぐらいから摂食障害で苦しんでいる子も。理由はさまざまあると思われるですが、2020年以降、コロナ禍に入ってから増加傾向にあるという統計も出ています。家庭、学校、友人関係など、子どもたちを取り巻く社会環境の変化が、子どもの心に深く影響していると藤井医師は言います。

「もし、お子さんが眠れないなど不眠傾向になっていたり、食事を食べることが難しくなっていたら要注意です。気分の落ち込みも見落とさないでください。『普段と違う』と感じたら身近にある各種相談窓口を利用してみてください。当事者も、そのご家族も、一人で悩みを抱える必要はありません。一緒に伴走しながら、問題を解決していきましょう」 (聞き手 松永春香)



藤井医師から

子育て中のみなさんへメッセージ

不登校、ひきこもり、摂食障害など、子どもたちが抱える悩みはさまざまにあります。一人一人の悩みに歩み寄ってきた藤井医師だから分かる、子どもに必要な声かけ、そして接し方を教えていただきました。

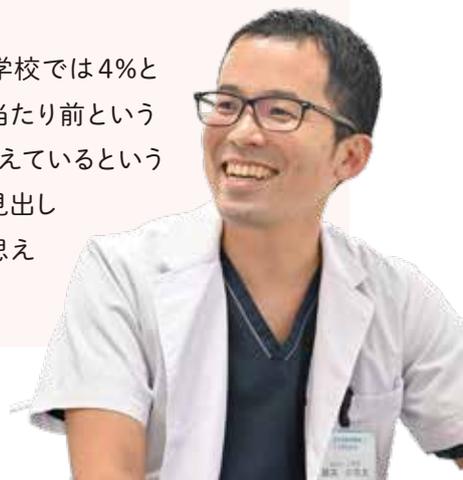


自分の子どもがもし不登校になってしまったら、最初は誰でも学校へ行かせようと試行錯誤するものです。しかし、子どもは自宅で元気に見えていても、心の中では葛藤があるもの。そこに親の不安を上乘せしてしまうと潰れてしまうかもしれません。

学校に行かせることよりも、まずはお子さんの心の健康を損なわないことが大切です。どうやって目の前の危機を乗り越えるか、一緒に考えていきましょう。どうかお子さんたちに「あなたには存在価値がある」

「ここにいていいんだよ」という言葉をかけてあげてください。

不登校児童数は小学校で全体のおよそ2%、中学校では4%とされています。一クラスにひとりふたりいるのが当たり前という現代。新型コロナの影響で、不登校児童はさらに増えているという実情もあります。『なぜこうなったのか』に意味を見出し、あげること、『変化に気が付けてよかった』と思える日が来るはずです。



小児科 医長
藤井 小弥太 医師

子どもと家族の声を聞いてくれる 相談できる窓口が身近にあります！

新潟県内でも、気軽に相談できる場所が複数あります。医療機関だけでなく、学校、行政、福祉施設にも相談できるので活用してみましょう。

- 悩んだらまずは 校内スクールカウンセラー
- 学校と連携している 教育センター
- 各市区町村役場にある 子ども支援課
- 誰でも利用できる 児童相談所
- 体の不調を感じたら かかりつけの小児クリニック
- 当院 ころの外来 など



塩分を控えたい方へ

マッシュルームのポタージュスープ

「クックパッド」に公開しているレシピをキッチンでどうぞ



秋はきのこがおいしい季節。きのこにはうま味たっぷり! うま味や栄養を逃さず丸ごといただけるスープはいかがですか? 玉ねぎの甘みと、バターや牛乳のコクを生かし、味付けはコンソメのみ。食塩量を気にする方にもうれしい1品です。さらにきのこやいも類はカリウムを含むので、体内の余分な塩分を排出する役割もあります。

栄養価 (1人分あたり)

01

エネルギー 129kcal / たんぱく質 4.1g / 脂質 7.9g / 炭水化物 12.0g / 食塩量 0.6g / カリウム 416mg

材料 (2人分)

02

マッシュルーム 100g
 玉ねぎ 80g
 じゃがいも 50g
 バター 10g程度
 水 200ml
 牛乳 100ml (お好みの濃度により調整)
 コンソメ(固形) 1/2 個
 黒こしょう 少々
 オリーブオイル 少々

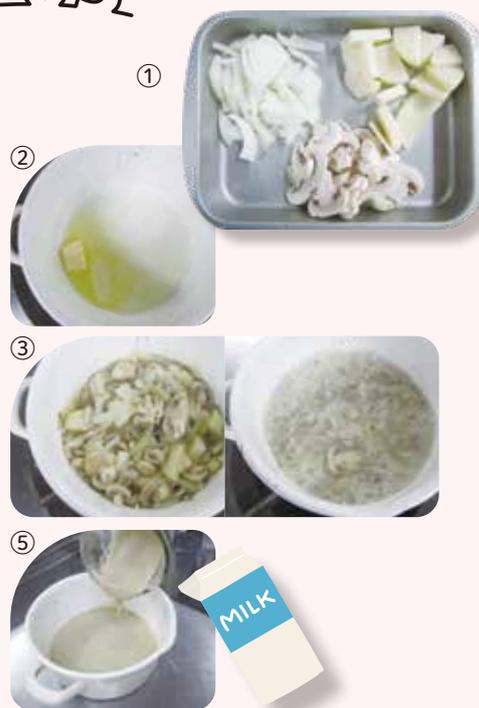
POINT

- 焦がさないように弱火で炒めると、より野菜の甘みが引き出されます。
- マッシュルームを、ブロッコリーや長ねぎなど、季節の野菜に変えても美味しくなります!

作り方

03

- ① 玉ねぎ、マッシュルーム、じゃがいも(切ったら水にさらし、灰汁をぬく)を薄切りにする
- ② 鍋にバターを溶かし、焦げないように弱火で①を炒める
- ③ 全体がしんなりしたら、水を入れ弱火で煮て、野菜が柔らかくなったら、コンソメで味を整え、火を止める
- ④ 粗熱が取れたら、なめらかになるまでミキサーにかける(熱いと膨張してミキサーからあふれるので要注意!)
- ⑤ 鍋にあけ、牛乳を加え、温める(牛乳でお好みの濃度に調整してください)
- ⑥ 器に盛り付け、黒こしょう、オリーブオイルをかけて完成



皆様からのお便りのご紹介

チアーズボイス



皆様からいただいた、ご意見の中からご紹介いたします

小児科への

お礼の言葉を

ご紹介いたします

孫

が、アレルギー症状で救急搬送されました。初めてのことで心配で、娘の付添いで一緒に来ました。医師、看護師さん方の思いやりのある対応・説明・処置などに、本当に感謝しております（ドクターは大久保先生です）。患者側に寄り添う心、やさしい対応には、感謝しかありません。本当にありがとうございました。私自身も日々の生活の中、思いやり・感謝の気持ちを忘れることなく、仕事・生活をしていきたいと思えます。

子

どもが2年振りの入院となりましたが、看護師さん達が覚えていてくださり、たくさん声をかけてくれました。熱が下がってからはプレイルームに入りびたり、保育の先生に遊んでいただきました。おかげで退屈せずすみませした。大変お世話になりました。先生、看護師さん、ありがとうございました。

Welcome

ご質問を
いただきました



店前(4)の計4ヶ所に、「ベビーチェア付きのトイレ」がございますので、ぜひご利用ください。

A Q

子どもと一緒に入れる
トイレはありますか？

1階内科外来(1)、正面玄関脇

(2)、産婦人科外来隣(3)、2階売

ベビーチェアのあるトイレ





IHOJIN スタッフリレーコラム 医芳人…………… 体質改善

● A5病棟 看護師 **星野 里歩**さん

次号は…

B3病棟 看護師 **加藤 可奈子**さん

新人研修を通して仲良くなった同期の1人です。ユーモアに溢れていて、お話ししていてとても楽しいです。また休みの日ご飯食べに行きましょうね！

食 欲の秋、読書の秋、スポーツの秋、楽しみの多い季節がやってきました。皆さんいかがお過ごしでしょうか？ 私は「食欲の秋」が1番楽しみですが「スポーツの秋」も大好きです。

私は学生時代バドミントンに日々励んでおりました。特に2人ペアで試合をするダブルスが好きです。相方と勝った時は一緒に喜び、負けた時はお互い励まし合い、どうしたら相手を打ち崩せるか戦略を考え、また試合に挑みます。今でも学生時代の仲間たちと定期的集まり、バドミントンを楽しんでいます。

バドミントンはラケットとシャトルがあれば、どこでも誰でも簡単にできるスポーツです。涼しくなってきたこの時期、リフレッシュのため、運動不足解消のため、ぜひ皆さんも楽しんでみてはいかがでしょうか！



初診時・再診時選定療養費(保険外併用療養費)の金額変更について

2 022年度診療報酬改定により10月1日より「選定療養費」の金額が変更となりました。

選定療養費は医療機能分担の推進を目的としており、地域医療支援病院には国が定めた金額を徴収することが義務化されております。

可能な限り「かかりつけ医」からの紹介状を持参して受診してください。



変更日	2022年9月30日まで	2022年10月1日～
初診時	医科 5,500円(税込) 歯科 3,300円(税込)	医科 7,700円(税込) 歯科 5,500円(税込) <small>※増額は診療報酬から減算</small>
	※紹介状を持たずに初診で受診される方	
再診時	医科 2,750円(税込) 歯科 1,650円(税込)	医科 3,300円(税込) 歯科 2,090円(税込) <small>※増額は診療報酬から減算</small>
	※病状が安定し、当院から他の保険医療機関へ紹介後、他の医療機関からの紹介状を持たずに、希望により再度当院を受診される方	

※下記の対象患者さんにつきましては、選定療養費のご負担はありません。

- 他の保険医療機関からの紹介状を持参された方
- 救急(夜間・休日・救急搬送等)で受診された方
- 外来受診後、そのまま入院となった方
- 労働災害、公務災害、交通事故、自由診療の方
- 指定難病等の国や自治体から医療費助成を受けている方

PPE 着脱研修を行いました

7 月19日に、新入職員や事務職を対象としたPPE (personal protective equipment=個人防護具)の着脱方法についての研修会を開催しました。火災や災害が起こった際、感染症病棟の患者さんを避難誘導するためにはPPEの着用が必要になります。感染症病棟の看護師に限らず全職員が対応する可能性があるので、今回はPPEに触れる機会が少ない職員向けに研修を行いました。

研修では、ガウン、手袋、キャップ、N95マスク、フェイスシールドを装着します。はじめに委員メンバーからレクチャーがあり、2人一組になって肌の露出がないか確認し合いながら着用します。ガウンと手袋の間に隙間ができないようテープで目張りしたり、キャップにきちんと髪の毛

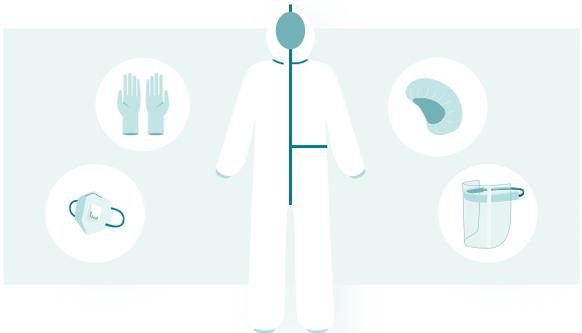
毛が入っているかをチェックします。N95マスクは、空気の漏れがないかユーザーシールチェックというフィットテストを行い、正しく装着できているかを確認します。

外す時にも注意が必要で、ウイルスが付着している可能性のある外側に触れないように細心の注意を払いながらPPEを外します。

研修に参加した職員からは「N95マスクが思った以上に息苦しい」「暑い中PPEを着用しながらの勤務の大変さが分かった」などの意見がありました。

防災・災害対応委員会では、さまざまな災害時における患者さんの安全な避難、感染拡大の抑制に心がけ、定期的に研修会を開催しています。

(防災・災害対策委員会 委員 青木 美紀)



栄養科で防災訓練を行いました

9 月9日午後1時、「地震だー」のかけ声で栄養科スタッフ19名で防災訓練を行いました。午前10時に震度7の地震が発生したと想定し、避難、点呼、状況確認を実施し、給食提供ができるかどうかの判断までを訓練しました。

状況確認では確認項目ごとに4つのグループに分かれ、震度7の地震が発生したらどのような事態が想定されるかを考えました。厨房の被害状況から作業は可能か？ 提供できる食品がどの程度あるか？ 配膳経路は確保できるか？ 等、真剣に作業を進めました。今回の訓練では、厨房での調理作業は不

可、食材も非常食しか使えるものはないとの判断により、第1食は非常食で提供することで訓練は終了しました。

被害を想像する中で、倉庫の扉が内開きの為、備品が散乱していて開かない事が予測される等、今後の課題も見つかりました。“もしも”を、改めて考え直す良い訓練となり、いざという時のために備えたいと思います。

(山本 渚)



無料低額診療事業のご案内

当 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、「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。

家族が病気になったことで仕事を失い、治療を続けることができるか不安で悩んでいました。そんなとき、その医療費減免制度のことで知り、医療ソーシャルワーカーに相談をしたところ対象となり、不安なく治療に専念することができました。(40代女性)

初めて入院の時にこの制度を知りましたが、私には関係ないと思っていました。しかし入退院をくり返していたこともあり、相談をしたら免除認定を受けることができて大変助かりました。(50代男性)



利用された方の声



院内併設 事業所内保育事業 なでしこつぼみ保育園

● イベント情報 ●

なでしこ あそびの広場

地域の未就園児のお子さんあつまれ～！
育児座談会で
一緒に遊んで、いろいろお話しをしましょう！

日時 **10/27** 木 10～11時

場所 なでしこつぼみ保育園

対象 0～2歳児さん・親御さん・祖父母さま

まずはお気軽にお電話ください！

025-365-2434

毎月第3木曜日はお得！

お客様感謝DAY

コーヒー(レギュラーサイズ) **ホット** **アイス**

本体価格 **¥250**が

¥100

● 店内で
¥110(税込)

● お持ち帰り
¥108(税込)

B棟2F カフェコア



今月は
10/20 木

この機会にぜひ
ご来店ください
スタッフ一同心より
お待ちしております

CAFE CORE
Cafe & Library
MARUZEN

登録医
Medical Partners
訪問

整形外科・リハビリテーション科・小児整形外科

ほんま整形外科

中央区



私

と済生会病院との
出会いは、まだ病
院が新潟の「しも」にあつ
た頃でした。当時済生会
で行われる股関節手術の
助手や脱臼検診のお手伝
いをしていたことはよく
覚えています。

その後開業して20年、
骨粗鬆症や腰痛、各関節
痛、外傷など地域の皆様
の診療を中心に行ってい
ます。

一方小児整形の専門医
として、乳児股関節脱臼
など、他院では対応ので
きない小児の運動器疾患
を扱う医院として特徴あ
る診療も行っていきます。

診療には主に、30年前
に新潟市の乳児股関節健
診から使い始めた、患者
さんに負担が少なくなかつ



正確に診断できるエコー
を使用しております。特
に肩関節には診断治療に
エコーを頻用しており、肩
専門の塩崎先生には大変
お世話になっております。
これからも肩の患者さ
んを中心に紹介させてい
たきますので、PTの
スタッフの皆様共々よろ
しくお願いいたします。



医師名	本間 政文(ほんま まさふみ)先生						
住所	〒950-0083 新潟市中央区蒲原町2-25						
電話	025-290-3535						
診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
8:50 ~ 12:30	●	●	●	●	●	●	—
14:50 ~ 18:00	●	●	●	※	●	—	—

※第2、4木曜日の午後は小児整形外科専門枠



連携医療機関(登録医・病院)からのご紹介・ご予約について

TEL.025-233-6182<直通> FAX.025-231-5763

本院の**地域医療連携室**までご連絡ください。

※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。

院内で頑張るスタッフがずらり

職場
Workplace visit
訪問

教

育研修センターは
職員の能力を引き
出し、組織力を向上させ
ることや、次代を担う地
域の医療人育成に力を入
れている部署です。

主に研修企画運営、実
習・見学受け入れ窓口、研
修医に関わる事務や採用
活動を行っています。

研修企画運営では、役
割や年代に応じた階層別
研修、職場をチームとし
て機能させるためのスキ
ル研修等、さまざまな学
びの場を職員へ提供して
います。

実習・見学の受け入れ
では教育機関との調整を
行い、医学生、看護師、コ
メディカル、事務の学生
が有意義な実習を行え

教育研修センター



るようにサポートをして
います。

研修医に関わる業務で
は、初期臨床研修医が研
修に専念できるよう研修
内容の調整や環境整備等
を行っています。

直接患者さんと接す
る機会は少ないですが、
職員の研修や医療人育成
を通じて、地域の皆様に
信頼される病院づくりに
貢献して参ります。

(上結可南子)



こころ 躍る 毎日を。

ただ今「新型コロナウイルス感染拡大防止」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売!!

UCSカード・majica会員さま



毎月 9日 19日 29日

5%OFF

UCSカード・majicaで全額お支払いください

※一部商品を除きます。※専門店は各店にてご確認ください。
※一部店舗では実施していません。

毎月 15日・16日 60歳以上の方限定!!

レジにて / **ハッピーパスポート**のご提示で **10%OFF**



衣料品 (インナー・靴・服飾雑貨含む)	キッチン・リビング用品 (日用消耗品は除外)	寝具 インテリア用品
医薬品 (調剤は除外)	介護用品 (介護オムツは除外)	文具・玩具・ファンシー (TVゲーム関連は除外)

●60歳以上で、パスポートにご署名されたご本人のみご利用いただけます。
●1枚で毎月ハッピーデー当日のみ、アピタでご利用いただけます。
●対象商品の取り扱いのあるアピタ店舗にてご利用いただけます。一部除外商品がございます。
●修理・加工代・指代は対象外です。
●他の割引、円引き企画をご利用いただく場合、割引率の高い方での割引となります。

発行手数料 **無料**

年齢確認できるもの(免許証等)をご提示ください。

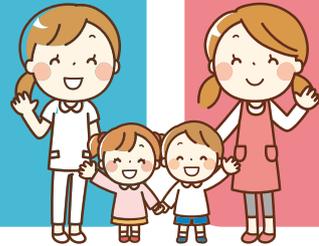
アピタ新潟西店 電話 **025-201-1711** 新潟市西区小新5丁目7番21号

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 ☎025-365-2432
(平日 7:30~18:30)

詳しくは **新潟市病児** で **検索**



事業所内保育所

なでしこつぼみ保育園

お問合せ ☎025-365-2434
(平日 7:30~21:00)

随時、見学を受け付けております

広告募集中

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>



なでしこチアーズ

Cheers!

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 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 恩賜財団 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

こちらも注目



済生会新潟病院の Facebook 好評稼働中!