

すこやか

新津医療センター病院広報誌

Sukoyaka

2025年
新春号
No. 80



新年のご挨拶

社会医療法人健進会 理事長 豊島 宗厚
新津医療センター病院 院長



健進館より

- ・オーラルフレイル
お口まわりの“ささいな衰え”に
お気づきですか？



栄養科

ほっとひと息 栄養コラム

- ・皮ごと調理で腸快調
『りんごの豚肉巻き』

- ・健進会 社会医療法人への移行について
- ・すこやか友の会 一般社団法人への移行について
- ・社員総会開催報告
- ・第19回新津地域医療福祉連携協議会開催
テーマ:「それぞれの課題・疑問・困りごとを連携で解決しよう」
- ・第35回ゲートボール大会開催報告
- ・オプション検査割引券について
- ・診療体制の変更のお知らせ



社会医療法人 健進会
新津医療センター病院

新年のご挨拶

社会医療法人健進会理事長
新津医療センター病院院長

豊島 宗厚



新年明けましておめでとうございます。
令和7年の年頭にあたり、皆様に新春のお慶びを申し上げます。

新型コロナウイルス感染症も落ち着きを取り戻し、社会生活も回復してきました。しかし天候不純は年々その激しさを増し、体調管理には引き続き気をつけて頂きたいと思います。今冬はインフルエンザやマイコプラズマなどの感染症が増加傾向にあり、皆様には十分なお自愛をお願いする次第です。

世界では、ロシアによるウクライナ侵攻は終息の気配を見せず、中東情勢も隣国を巻き込んで不穏な状況を呈し、いずれも多数の犠牲者を出し続けています。今年1月にはアメリカ合衆国大統領に共和党のトランプ氏が就任することが決まり、上下院を掌握しどのような政策を執り行うのか注目されます。この間、かかる世情に自然災害

や気候変動の影響も加わり、依然として燃料、資材の価格は高騰を続け、国内では生産労働人口の減少と働き方改革により、労働力の減退、人件費の増大による建設や流通等への負の影響が生じています。

新潟県の医療界に目を向ければ、県立病院、厚生連病院など公的医療機関における経営上の危機が明らかになり、地域医療計画の名のもとで病院再編に向けた大幅な医療体制の変革が迫られている状況です。全国的に見ても、昨年度行われた診療報酬、介護報酬の改定内容は厳しさが増し、日本病院会、日本医療法人協会、全日本病院協会のいずれもが、全国の病院の存続に対する強い懸念を表明しています。

令和7年、私たちはこうした周囲の状況に目を凝らしながら自らの足元を固め、日々の活動を展開させていきたいと強く願っています。現在の病院の課題を明らかにし、必要な改革を果敢に実行し、確たる信念のもとで未来を切り開いていきたいと考えます。皆様におかれては、これまで以上のご支援とご協力を心からお願い申し上げます。



健進会が社会医療法人に移行しました

当健進会は、県から認定を受け社会医療法人に移行し、以下のとおり名称変更しました。

《法人名称》 変 更 前： 医療法人社団健進会
変 更 後： 社会医療法人健進会
変更年月日： 令和6年10月1日

社会医療法人とは、救急医療やへき地医療など特に地域で必要とされる医療の提供を担う医療法人で、当法人では令和5年度から東蒲原郡阿賀町のへき地診療所へ医師派遣を行っており、このたび県から認定を受けたものです。なお、これまで当法人が発行してきた診察券、利用券、文書類等で、「医療法人社団健進会」と表記されているものにつきましては、今後もそのまま有効にお使いいただけますのでご安心ください。

すこやか友の会が一般社団法人に移行しました

任意団体でありました「すこやか友の会」を一般社団法人として登記し、令和6年10月15日「一般社団法人すこやか友の会」が法人成立しました。

健進会が社会医療法人に移行したことに伴い、基金制度を採用することができなくなったため、皆さまのご理解を得て「一般社団法人すこやか友の会」に設置する基金へ移し替えることなど、現在お願いしております。意向確認書と基金拠出契約書の返送がまだお済みでない方には、お早めに手続きをお願いいたします。



父あてに意向確認書が届いたけれど、すでに亡くなっている場合は？

意向確認書は、旧「医療法人社団健進会」と基金拠出契約を結んでいた全ての方へお送りしています。すでに基金拠出者がお亡くなりになっている場合には、意向確認書の①の欄（基金拠出者欄）には記入せず、②の欄（代理人様が手続きされる場合）にご記入いただくとともに、③等の欄にご記入ください。また、基金拠出者ご本人様が高齢などで自筆が困難な場合につきましても、代理人様にて②、③等をご記入ください。



旧出資証券を持っているが、基金拠出契約は結んでいなかった場合は？

当法人では令和2～3年度にかけて、「出資持分のある医療法人」から「持ち分のない基金型医療法人」へ移行するに当たって出資者の皆様に対し基金への移し替えをお願いする意向確認調査を行いました。その際、「基金にする」を選択いただいた方に基金拠出契約書を送付しましたが、返信いただけていない方が若干おられました。そうした方にも、今回改めて旧出資金から友の会の基金への移し替えをお願いしております。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

社会医療法人 健進会 社員総会開催報告

健進会では、臨時社員総会を令和6年12月6日（金）に病院大会議室にて開催いたしました。10月1日付けで当法人が社会医療法人に移行したことに伴い、それ以前の決算を税務申告する必要があるため、今回、臨時に開催したものです。

役員から令和6年度前期事業報告及び決算、健進館の介護老人保健施設から介護医療院への転換のための定款変更などが説明され、社員の皆様からご審議いただいた後、いずれも原案のとおり承認されました。





オーラルフレイル お口まわりの“ささいな衰え”にお気づきですか？

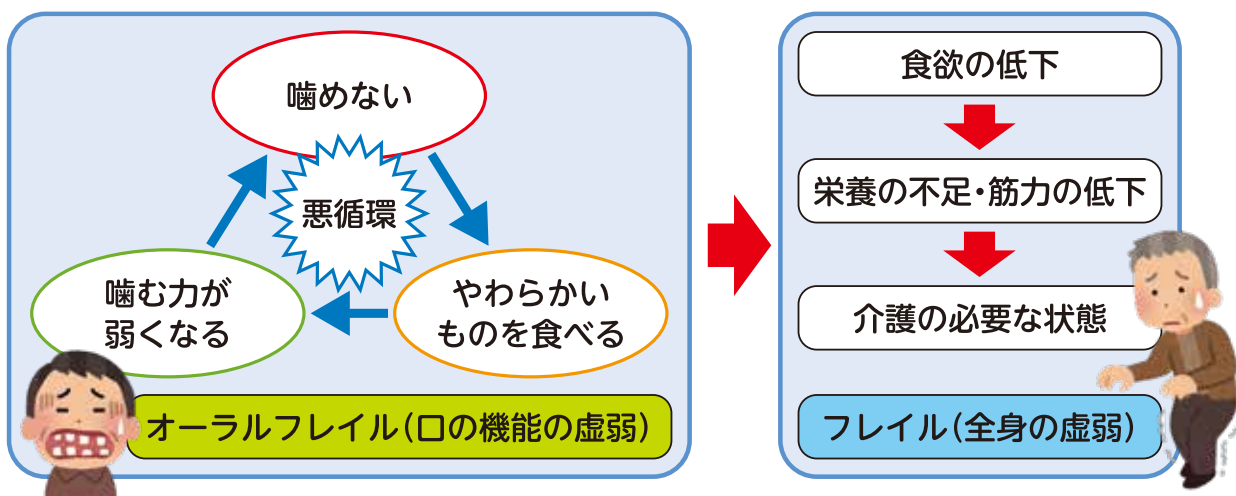


管理栄養士 藤間 直樹 / 理学療法士 山際 祐子

「**オーラルフレイル**」は「口の機能の虚弱」を表す言葉です。

お口まわりのささいな変化をそのままにしておくと、お口の機能が低下し、オーラルフレイル（口の機能の虚弱）になり、フレイル（全身の虚弱）へと繋がっていきます。

「食べられているから大丈夫」ではなく、「食べられているうちに」一度ご自分やご家族のお口について考え、オーラルフレイルを予防してみませんか？



やってみよう！

オーラルフレイルのチェック項目

質 問	選 択 肢	
	該 当	非該当
①自身の歯は、何本ありますか (さし歯や金属をかぶせた歯は、自分の歯と数えます。 インプラントは自分の歯と数えません。)	0～19本	20本以上
②半年前と比べて固いものが食べにくくなりましたか	はい	いいえ
③お茶や汁物などでむせることがありますか	はい	いいえ
④口の渇きが気になりますか	はい	いいえ
⑤普段の会話で、言葉をはっきり発音できないことがありますか	はい	いいえ

5つの項目のうち、**2つ以上に該当する場合は「オーラルフレイル」**です。

当てはまった方は、次に紹介するお口の体操に取り組んでみたり、
かかりつけ歯科医に相談することをお勧めします。

くちびるやほほなどのお口まわりや舌の筋肉を鍛えることにより、お口の機能が高まり、オーラルフレイルの予防に繋がります。

ここでは、お口や舌の動きをスムーズにする体操を3つ紹介します。

お口まわりや舌の運動

① パタカラ体操

「パ・タ・カ・ラ」と、くちびると舌の動きを意識して、ハキハキと10回発音しましょう。



- パ** くちびるを開け閉めする力を強くして、食べこぼしを防ぎます
- タ** 舌の先の力を強くして、食べ物を押しつぶし飲み込む力をつけます
- カ** 舌の奥の力を強くして、むせずに食べ物をのどの奥に送り込みます
- ラ** 舌を巻く力を強くして、食べ物を飲み込みやすくします

② 舌の協調性運動

舌先でほほを左右に10回押しましょう。

③ ほほの体操

ほほを膨らませたり、へこませましょう。

お口の機能を維持し、健康に過ごしましょう。



ほっとひと息 栄養コラム

栄養科

皮ごと調理で腸快調

協力：栄養科実習生

冬が旬のりんごですが、生で食べることに飽きていませんか？今回はりんごを使った、ご飯が進む美味しいおかずレシピをご紹介します！

りんごは食物繊維が豊富な為、整腸作用があり、腸内環境を整えます。りんごに含まれるペクチンは水溶性の食物繊維で、りんごの皮には不溶性の食物繊維が多く含まれています。今回ご紹介するレシピは皮ごと調理するので水溶性と不溶性食物繊維をどちらも効率よく摂取することができ、おすすめです。

りんごの豚肉巻き

栄養価（1人分） エネルギー：330kcal／たんぱく質：9.0g／脂質：24.8g／炭水化物：16.0g／食物繊維：1.3g／食塩相当量：1.0g

材料（3人分）

- ★りんご……小さめのもの1個(200g)
- ★豚バラ肉…りんごを包める大きさのもの12枚(200g)
- ★片栗粉…小さじ2 ★サラダ油…小さじ1 ★しそ…お好みで

調味液④ ●醤油…大さじ1 ●みりん…小さじ1 ●酒…小さじ1



作り方

- 1 りんごのヘタと種を取り、12等分に切る。
- 2 りんごを豚肉で巻き、片栗粉をまぶす。
- 3 フライパンに油をしき②を両面焼く。豚肉に火が通り、りんごが柔らかくなるまで焼いたら調味液④を入れる。
- 4 さらに加熱し、調味液にとろみをつけて来上がり。

<一言メモ> 水溶性食物繊維は便をやわらかくし、善玉菌のエサとなります。一方、不溶性食物繊維は腸を刺激して蠕動運動を促し、さらに便のかさを増すことで便秘を促します。どちらか一方に偏ることなく、バランス良く摂取することで腸内環境を良くすることに繋がります。

第19回 新津地域医療福祉連携協議会 開催

新潟市在宅医療・介護連携ステーション秋葉 南波 正弘



去る令和6年10月25日、新潟薬科大学を会場に毎年恒例の新津地域医療福祉連携協議会が約100名の参加を集めて開催されました。新潟薬科大学は秋葉区唯一の大学で、もとより地域とのコミュニケーションを大切にしてきた大学でもあります。今回は200名以上のグループワークが可能な大学最大規模の教室をお借りして開催できることになりました。コロナ禍で暫く休止した協議会も昨年より再開し今回で19回目を迎えました。今回のテーマは「それぞれの課題・疑問・困りごとを連携で解決しよう」。連携目的の基本ともいえる

テーマを考える場となりました。

基調講演では、今回後援いただいた新潟薬科大学、薬学部長の久保田隆廣教授より「社会貢献活動Ⅰを通じた新潟薬科大学生の地域医療福祉連携の取り組み」について秋葉区内での薬学生の取り組みが紹介されました。病院や施設などでボランティアとして活動する様子が伝えられ参加した医療介護職員からも深い関心を寄せられました。このような社会貢献活動が今後の薬学生たちにとって大きな財産となり、地域で活躍する姿が目に見えます。

ワールドカフェ(グループ検討会)に移り、進行役の下越病院事務次長・鈴木様より職種間の垣根を取り払う目的で「全ての参加者が〇〇さんと呼ぶ」をルールに設定し、多職種間のディスカッション2回という形で行われました。私自身も一つのグループに参加させていただきましたが施設や職種によってたくさんの課題があることを感じました。そんな中で共通の話題はコミュニケーションエラー。情報が上手く伝わっていないという事実です。欲しい情報をいかにスムーズに関連施設に伝えられるか。秋葉区ではむすびあい手帳による連携が広く行なわれています。利用者を交えての緩やかな情報共有にはかなり活躍していますが、急な情報交換には情報提供書など利用できる手段が限られています。SNSを利用した情報共有は急ぐ情報共有には重要なツールではないでしょうか。一方では個人情報の保護という問題もありますが、地域によって上手に活用できているところもありますので大いに検討していかなければなりません。



秋葉区ではすでに実績のある連携手帳の更なる活用とSNSの活用により利用者にとって「住み慣れた地域で自分らしく生活する」に近づけるサービスが提供できるのではないのでしょうか。それを支えるものこそが「顔の見える信頼関係」だと思います。今後もこうした活動にたくさんの事業所、たくさんの職種の方々に参加いただき秋葉区ならではの関係づくりができることを期待致します。

令和6年10月5日(土)七日町ゲートボール場において「第35回 健進会・すこやか友の会ゲートボール大会」を開催いたしました。

今年は6チーム総勢39名の選手の皆さんに参加していただきました。元気にプレーしていただいたことに開催当事者として大変うれしく思います。88歳を迎えられた選手には特別に記念品も贈られ、健康のありがたさを目の当たりにした思いです。今大会において多くのご協力をいただきました「秋葉区ゲートボール協会」の皆様には厚く御礼申し上げます。

優勝はこがねチームの皆さん!!



順位



1位 **こがね**
チーム



2位 **秋葉**
チーム



3位 **西島**
チーム

すこやか友の会 会員様 特典

令和7年度分

「オプション検査割引券」を送付します。

令和7年4月から利用できるオプション検査の割引券を送付します。

健康診断(人間ドック・生活習慣病予防健診・特定健診・事業所健診)と一緒にオプション検査(税込み3,000円以上の検査)を受けていただくと1,000円の割引となります。是非ご利用ください。

割引対象となるオプション検査一覧は同封の割引券裏面をご覧ください。会員様が利用しない場合、同居のご家族様でも利用できます。詳しくは令和7年度の健診を受ける際、健診センターにお問合せください。

この割引券は企業会員様はご利用いただけません

診療体制の変更のお知らせ

※詳しくは裏表紙「外来診療案内」をご覧ください

○皮膚科 月曜日午前の外来が当面の間、休診となります。
水・金曜日は変更ありません。

予約専用電話番号: 0250-24-5322

受付時間: 午後2時00分～4時30分

外来診療案内 令和7年1月～

診療科			月	火	水	木	金
総合診療科	AM	1診	伊 東	伊 東	早 川	小 野	伊 東
		2診	豊 島	早 川	豊 島	豊 島	小 野
	PM	1診	—	2診 小 田	—	—	—
		2診	—	—	—	—	—
内 科 消化器内科 脳神経内科 糖尿病内科 呼吸器内科	AM	1診	田 中 (内科・呼吸器内科)	—	第1.3.5 大 塚 (腎臓内科)	—	小 菅 (糖尿病内科)
		2診	第2 坂 井 (リウマチ・膠原病) 第4 佐 藤(香) (リウマチ・膠原病)	—	佐 藤(美) (内科・呼吸器内科)	—	—
		3診	小 野 (消化器内科)	五 十 嵐 (脳神経内科)	—	—	—
	PM	1診	—	—	—	—	小 菅 (糖尿病内科)
		2診	—	—	—	—	—
		—	—	—	—	—	—
循環器内科	AM	—	池 上	小 田	田 中	—	小 田
	PM	—	—	酒 井	—	大 槻	小 田
外 科 消化器外科 肛 門 外 科 乳腺外科(※要予約)	AM	—	宗 岡	佐 々 木	宗 岡	宗 岡	佐 々 木
	PM	—	第1 大 竹	—	—	—	—
整 形 外 科	AM	1診	山 本	—	山 本	山 本	第1.3.5 山 本
		2診	今 井	今 井	今 井	—	今 井
皮 膚 科	AM	—	—	—	長 谷 川	—	大 学 医
心のケア外来 (精神科)(※要予約)	AM	—	—	塚 田	—	塚 田	—
歯科／口腔外科	PM	—	—	—	—	—	—
	PM	—	長 澤	長 澤	長 澤	長 澤	長 澤

【診 療 日】月曜日～金曜日

- 受診の際は必ず診察券、保険証又は、マイナンバーカード及び各種受給者証の提示をお願いします。
- 外来診療予約制。初診の患者さまは随時受け付けております。
- 心のケア外来、乳腺外科は完全予約制となっております。

【受付時間】(一般)【月曜～金曜】 8:30～11:30 / 13:30～16:00
※乳腺外来 14:00～15:30
(歯科)【月曜～金曜】 8:30～11:30 / 13:30～16:30

■ 受付時間と診療時間は異なります。
※禁煙外来は、薬剤の入手が困難なため当分の間、休診となります。

予約専用

TEL.0250(24)5322
受付時間 14:00～16:30

編集後記

あけましておめでとうございます。
日頃、当院広報活動にご協力頂きありがとうございます。
朝、布団から出るのがつらい時期になりました。
厳しい寒さが続きますので、体調を崩さぬよう健康でお過ごしください。
本年もよろしくお願いいたします。



新津医療センター病院広報誌 すこやか

発行人：豊島 宗厚 編集：広報委員会
〒956-0025 新潟県新潟市秋葉区古田610番地
TEL.0250(24)5311・歯科直通 0250(24)5440



社会医療法人 健進会
新津医療センター病院

基本理念

私たちは、患者中心の医療を目指し、地域の皆さんに貢献します。

基本方針

地域に求められる医療を提供することに、最善を尽くします。
地域の医療福祉に携わる人々と密に連携し、迅速に対応します。
地域の人々の健康を守るため、疾病の予防に努めます。

介護老人保健施設 健進館 TEL.0250(23)5152 ・ 新潟市地域包括支援センターにいつ日宝町 TEL.0250(22)1931
居宅介護支援事業所 日宝町 TEL.0250(22)2083 ・ 新潟市在宅医療・介護連携ステーション秋葉 TEL.0250(24)5447
訪問看護ステーションにいつ TEL.0250(24)8211