

む え い と う

M U E I T O U

第49号

令和7年5月
発行



撮影者：Y・Iさん



撮影者：Y・Iさん



撮影者：Y・Iさん

Contents

受けよう! 大腸がん検診・大腸カメラ…………	P2
新人職員・転勤者紹介……………	P3・P4・P5
IVR(電話自動応対システム)・LINE予約システムについて…	P6
ふだん着のドクター……………	P6
連携医療機関の紹介『介護老人保健施設 杏園』…	P7
連携医療機関の紹介『佐藤内科小児科医院』…	P7
わが家の宝……………	P8
栄養科のおすすめ『ローリングストック』…	P8
写真募集……………	P8
編集後記……………	P8



新潟厚生連



新潟県厚生農業協同組合連合会
村上総合病院
Murakami General Hospital

受けよう！大腸がん検診・大腸カメラ

内科医長 小田 知友美



皆さん、大腸がん検診は受けていますか？依然として日本人の死因のトップはがんで、全体の約4分の1を占めていますが、中でも大腸がはがんの主な部位別の死因のうち男性では2位、女性では1位となっています。大腸がんは大腸腺腫(せんしゅ)というポリープをもとにしてがんとなることが原因のひとつとして知られています。

大腸腺腫や早期の大腸がんは症状がでないことが多く、進行性のがんになってようやく血便や便秘などの症状が出てきます。そのまま放っておくと、便がまったく出てこなくなったり、他の臓器へ転移していったりして、最終的には命を奪い去りうる病気となります。ポリープや早期の大腸がんであれば、大腸カメラでそのまま治療ができることもあります。進行性の大腸がんは手術や化学療法(抗がん剤治療)での治療となり、からだに負担がかかるような治療になってしまいます。そのため、早期発見・治療が重要なのです。

症状がでないうちに大腸がんを見つけるためのスクリーニング(ひろいあげ)検査がいわゆる『大腸がん検診』＝『便潜血検査』です。これは、便の中に目ではみえないレベルの血液が含まれているかどうかをみるもので、大腸がんがわずかに出血するという特徴を利用した検査ですが、痔からの出血や排便時に肛門が切れたときの出血でも陽性になってしまうのがひとつの難点です。また、腸から出血する病気の中には潰瘍性大腸炎などがあり、便潜血検査が陽性になったからといって必ずしも大腸がんが隠れているとは限りません。

便潜血検査が陽性となった場合、次に行う精密検査は『大腸カメラ検査(全大腸内視鏡検査)』となります。検査当日に2リットル近くの下剤を飲んで腸の中をきれいにしてから、肛門から1cmほどの太さの内視鏡をいれ、まずは大腸の奥まで進めます。カメラが一番奥まで進んだら、奥から肛門まで戻りながらカメラでくまなく見ていきます。1～2cm程度までの小さいポリープがあれば、そのままポリープを切除します。大きなポリープや早期の大腸がんで日帰りでの切除が難しい場合には入院での治療を提案させていただいたり、血液をサラサラにする薬(抗血栓薬)を飲んでいる場合には薬の調整を行った上で後日改めてポリープの切除を行ったりすることもあります。進行性の大腸がんや腸炎がみられた場合には、顕微鏡レベルの精密検査のために生検(病変の組織を一部つまむこと)を行います。

大腸カメラと聞くと、「痛い検査」、「大変な検査」と思われる方も多いと思います。確かに、胃カメラと違って検査前の準備からして時間がかかりますし、お腹の手術をしたことがある方は検査中に痛みが出やすい場合もあり、決して簡単な検査とは言えないのも事実です。しかし、「便潜血検査は陽性だったけど、今のところ別に症状はないし……」と大腸カメラを避けていると、最初にしたとおり、本当は大腸がんが隠れているのに気づかぬままどんどんと進行して、症状が出たときには手遅れになってしまうこと

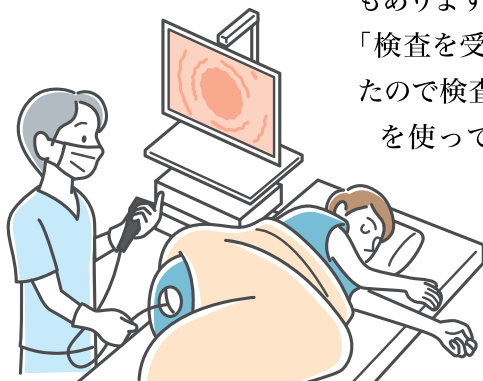
もあります。そうなる前に大腸カメラを受けることを強くおすすめします。

「検査を受けなければならないけれど、以前の大腸カメラで痛みが強かったので検査に抵抗がある」という場合には、多少制限はありますが、鎮静剤を使って寝ている状態で検査ができます。また、外来での大腸カメラ

検査が不安な場合は1泊2日の入院での検査も可能です。

どちらも消化器内科までお気軽にご相談ください。

健康に長生きをするために、定期的な検診を受けるとともに、便潜血検査が陽性となったら必ず大腸カメラを受けましょう！



新人職員・転勤者紹介



小児科部長
塚野 真也

村上のこどもたちの健やかな成長にお役に立ちたいと思います。専門は循環器ですが、一般診療もしっかりやりたいと思います。趣味は歴史本、旅行、城めぐりです。



内科部長
伊藤 崇子

村上市出身です。特技はピアノ、趣味は読書と旅行です。患者さんのQOLが倍増するような診療を目指して頑張っていきたいと思います。よろしくお願いいたします。



内科医長
永野 啓

呼吸器内科として赴任しました。県北地域での勤務は初めてでまだ不慣れですができることは精一杯頑張りたいと思います。らーめん巡りが趣味です。よろしくお願いいたします。



歯科口腔外科医長
渡邊 紘士

4月より赴任した歯科・口腔外科の渡邊紘士と申します。受診される患者様にとってより良い医療を提供できるように努力してまいります。



臨床研修医
鈴木 裕人

昨年度は東京西徳洲会病院で勉強して参りました。よろしくお願いいたします。



臨床研修医
川上 峻暉

今年度村上総合病院で研修させていただきます。昨年度とは違った環境で慣れないこともあるとは思いますが、地域の方々の役に立ち、自身も成長できるよう精一杯努力します。



臨床研修医
江口 朝久

出身は福岡県で去年は大阪で働いておりました。趣味はファッションと美容、美食巡り、人とお話をすることです。学生の頃は6年間スターバックスコーヒーで働いてました。よろしくお願いいたします。



臨床研修医
志村 優至

愛知県から来ました。地域の文化やお祭りに触れつつ、院内院外でいろいろなつながりをつくっていきたいです。よろしくお願いいたします。



臨床研修医
大谷木 俊二郎

埼玉県出身の大谷木と申します。温泉が大好きで多くの場合、病院付近か温泉付近にいます。患者さんや村上の力になれるよう研鑽してまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。県北の地域医療に貢献できるよう頑張ります。よろしくお願いいたします。



臨床研修医
杉本 凌太郎

大阪府の北野病院で勤務しておりました杉本と申します。小児科に進む予定です。貢献できるよう努めます。ランニング、日本酒、舞台鑑賞など多趣味ですのでぜひお声かけください。



保健師
木村 巴香

4階西病棟配属となりました。
趣味は、イラストを描くこと
です! 地域の方々に寄り添える
保健師になることが夢です!
精一杯頑張ります! 皆様よろしく
お願い致します!



看護師
山田 菜々子

4月から村上総合病院の看護
師として入職した山田菜々子
です。趣味は音楽を聴くこと
です! 元気で明るい性格で毎日
一生懸命頑張ります! よろしく
お願いします!



看護師
伊藤 敏樹

胎内市出身の伊藤敏樹です。
小さい頃からラグビーをして
いて、体力には自信があります。
はやく仕事に慣れ、一人前の
看護師になれるように頑張ら
ます。



看護師
板垣 さくら

4階東病棟に配属となりました。
早く仕事を覚えて自立できる
よう精一杯頑張ります! よろしく
お願いします。



看護師
高橋 真広

専門学校を卒業して、4月から
勤務しています高橋真広です。
患者さんにより良い看護を提供
するために、先輩の御指導を
受けながら、日々成長していけ
るように頑張ります。



看護師
上村 琉星

引っ越してきたばかりで病院も
村上市も分からないことが多く
ありますが、1日を大切にさまざま
なことを経験し、学び、明るく充実
した日々を過ごしたいと思って
います! よろしくお願いします!



救急救命士
江端 玲王

4年目救急救命士の江端です。
3年間上越総合病院で院内救命
士として勤務しこの春から村上
総合病院でお世話になります。
少しでもみなさんの力になれる
よう全力で頑張ります!



診療放射線技師長
佐久美 正樹

9年ぶりに村上に戻って参り
ました。村上の自然と人柄に
「ホッと」しているところです。
県北の要の病院なので、少しで
もお力になれたらと思ってお
ります。よろしくお願いします。



診療放射線技師
板橋 芳人

火・木曜日の午後は介護医療院
せなみ助勤の二刀流の64歳
です。患者さん・受診者さんに
よかったと思われるような仕事
ができるよう頑張ります。



臨床工学技士
佐久間 智明

この度、豊栄病院より転勤してき
ました。まだ不慣れな事がたくさん
ありご迷惑をお掛けする事がある
と思いますが1日でも早く慣れる
ように精進して参りますのでどう
ぞよろしくお願い致します。



主任臨床検査技師
山崎 健作

検査科主任として働かせて頂きます。村上総合病院の一員として、患者ファーストの気持ちを大事に、これからも接遇に気を付けて勤務していこうと思います。



臨床検査技師
渡辺 大悟

4月からお世話になります渡辺大悟です。学生時代陸上部に所属していたため趣味はランニングです。仕事が出来るように頑張っていきたいと思います。



薬剤部長
西 大法

薬剤部長として赴任してまいりました。ご迷惑をお掛けする事も多々あるかと思いますが、宜しくお願い致します。お気軽にお声がけ下さい。



薬剤師
笹原 一裕

上越総合病院から異動してきました。注射業務中心の予定なので、薬剤部内での活動が基本になります。感染関連を主に取り組んできましたので、病院の発展の一助になればと考えています。



理学療法士
須田 和裕

せなみ温泉クリニックで11年勤務し、この度村上総合病院に異動となりました。訪問リハビリを担当させていただきます。地域の皆様の生活をより良くできるように取り組んで参ります。



理学療法士
小林 紀枝

村上総合病院は4年ぶり3度目の勤務になります。この度は、村上地域で暮らす方々のお宅で訪問リハビリテーションの業務を行います。よろしくお願いします。



リハビリテーション主任
蕪木 武史

リハビリテーション科主任として赴任してまいりました。新潟市でずっと勤務してましたので早く病院や地域の一員になりたいと思いますのでよろしくお願いいたします。



主任管理栄養士
五十嵐 麻衣

佐渡、あがの、長岡と異動してきましたが、村上は初めてです。少しでも早く仕事や病院に慣れるように頑張りたいと思います。これからよろしくお願いいたします。



調理師
小林 久美

4月から栄養科・調理師として勤務する事となりました。先輩方からのご指導のもと仕事に取り組みたいと思います。休日は柴犬3匹に癒されています。



医事主任
宮下 龍馬

令和7年度より医事主任として戻ってきた宮下です。医事主任の業務にはいまだ不慣れのため、当面の間ご迷惑をおかけしてしまうかもしれませんが、何卒ご容赦いただけますと幸いです。

IVR(電話自動応答システム)・LINE予約システムについて

医事課 鈴木 博文

IVRとは、Interactive Voice Responseから頭文字を取った略で、電話自動応答システムのことを指します。IVRという名称に馴染みのない方でも、カスタマーサービスに電話した際の機械音声といえば、すぐにイメージできるのではないのでしょうか。

IVRでは、電話がつながると音声ガイダンスにつながり、ガイダンスの指示に従って番号を入力すると直接担当部署につながります。これにより代表番号での回線混雑が避けられるため、電話での問い合わせや予約変更などの待ち時間を短縮することができます。

LINE予約システムについては、クリニックや飲食店などでも導入されており、利用したことがある方もいらっしゃると思います。これまでは電話で予約を受け付けておりましたが、LINE予約システムを利用することで、日常的に使用しているLINEから手軽に予約を取ることができるようになります。

また、LINE予約システムは24時間365日いつでも利用できますので、診療時間外でも予約を取ることが可能になります。

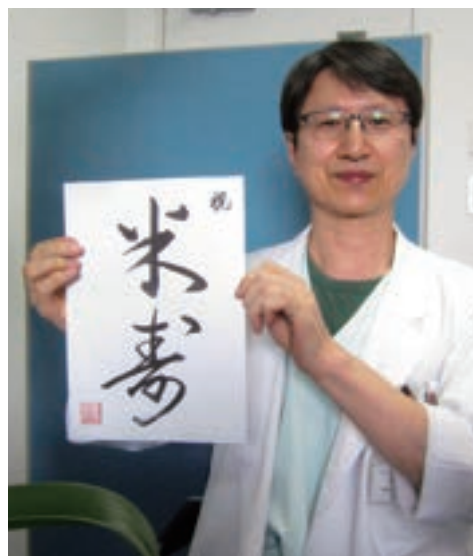
当院では6月をめぐにIVRとLINE予約システムの導入を予定しております。お問い合わせやご予約の際はぜひご活用ください。



ふだん着のドクター 筆ペン習字

副院長 小田 温

私が「字」に興味を持ったのは、祖父に命名されたキラキラしてない超難読ネームと、こちらも超難読な草書体を書いていた父の影響だと思います。若い頃から字が上手くなるよう努力してきましたが、電子カルテが導入されてから字を書く機会が激減し、自宅にて鉛筆書きの草書体を勉強しています。脳卒中になる患者さんは生活習慣に注意を要する方が多く、「禁煙」などの標語を手書きでお渡しして来ましたが、マジックペンで書いたものでは味気無いので、筆ペンを用い揮毫することにし、雰囲気を出すために自費制作したシャチハタの落款印も押印します。筆ペン習字は外来が終わって一息つく時間を利用して練習をしています。地元の村上に戻り来年で25年を迎え、お付き合いの長い患者さんも多くなりました。なかなか満足できる字は書けませんが長寿のお祝いを目前で揮毫しお渡しするのが楽しみのひとつです。



連携医療機関の紹介『介護老人保健施設 杏園』

療養部長 山下 ゆかり

杏園は平成9年に開設し、医療法人佐藤医院（診療所、病児保育室、介護老人保健施設、居宅介護支援事業所、保育園）と社会福祉法人回生会（ケアハウス、ヘルパーステーション、グループホーム、特別養護老人ホーム）からなる『複合福祉施設あさひ』に属します。利用定員は入所（短期入所含む）120名、通所リハビリテーション48名です。入所では100歳以上の方が2名おり、女性の割合が8割を超え、通所リハビリテーションでは最高齢が97歳で女性の割合が6割と、入所に比べ男性が多くなっています。

杏園では『チームケア』『在宅復帰・在宅生活支援』に取り組んでいます。『チームケア』では多職種がチームとなり、ご利用者様、ご家族様の意向を尊重し、安心して生活できるよう支援しています。常勤医師、非常勤医師、看護や介護、リハビリや栄養士、相談員が健康管理や生活支援、看取りケアに取り組んでいます。『在宅復帰・在宅生活支援』ではチームケアを発揮し“在宅に戻ること、戻った後ご本人様、ご家族様が望む生活の支援”を目標に取り組んでいます。

これからも地域に根差し、ご利用頂く皆様の生活を支援させていただきます。今後ともご支援ご協力をお願い致します。



連携医療機関の紹介『佐藤内科小児科医院』

院長 佐藤 靖

佐藤内科小児科医院は関川村下関の重要文化財「渡辺邸」の近くで開業していた父の後を引き継ぎ、平成11年4月より診療にあたっています。父は60年前に築150年になる古民家を当時流行の医院建築に模様替えして診療を続けていましたが、老朽化に伴い医療設備を一新するため、平成22年11月に半年をかけて木造の骨組みを残したまま耐震の基礎工事と傷んだ材料を取り換える再生工事を行いました。幸運にも古民家再生を専門とする建築士さんと出会い古い町並みと調和のとれた外観と患者さんが落ち着けるぬくもりのある待合、診察室となりました。ここまで25年間、幸い優秀なスタッフに恵まれ、外来診療・訪問診療、特別養護老人ホームの嘱託医や企業の産業医を続けています。また入院や専門的な検査治療が必要な患者さんについては近隣の病院や診療所にお願ひし大変お世話になっています。今後も医療・介護・健康福祉に携わる皆様のご協力を得ながらこの地域の医療に少しでも貢献していきたいと思ひます。



わが家の宝

整形外科 大瀧 千夏子

我が家には小学5年生の娘と2年生の息子がいます。娘は、7月からバレーボールを習い始めて、週3回2時間の練習を頑張っています。大会では娘より親の方が熱くなってしまう、娘に注意されてしまいますが、親子でバレーボールを楽しんでいます。息子には、九匹の子分のようなお気に入りのぬいぐるみがあり、名前をつけて一緒に出かけたり寝たりする姿は、ほほえましいです。しかし、名前が独特で覚えるのが難しいのに、毎日お風呂場で名前のクイズを出され、脳トレのようになっています。



栄養科おすすめ 「ローリングストック」

「ローリングストック」とは、普段の食品を少し多めに買い置きしておき、賞味期限の古いものから使い、使った分を買い足すことで、常に一定量の食品が備蓄されている状態を保つための方法です。

当科では災害時に備え、3日分の食品を備蓄しています。幸いにも今まで一度も使用する機会はありませんでしたが、賞味期限が近づいた食品は災害への備えを忘れないよう、アレンジを加えて患者様の食事に提供しています。



地震、水害、大雪などの災害はいつでもどこで起こるかわかりません。万が一の備えはとても大切。ご家庭では日常で使用し災害時にも使えるものを「ローリングストック」として備えると費用や時間、スペースの負担が少なく済みます。(K.A)



ローリングストックにおすすめの食品

- パックご飯、乾麺、パスタなどの主食
- 缶詰やレトルト食品(肉や魚を使ったもの)
- 常温保存できるミートボールやハンバーグ
- ゼリータイプの栄養食品
- 飲み切りタイプのジュース
- 飴やチョコレートなど日持ちのするお菓子

写真募集 あなたのお気に入りの一枚を表紙に!!

村上市に関するお気に入りの写真を募集しています。
お気に入りの写真がむえいとうの表紙になるかも・・・
次回号は夏～秋に発行予定です。その季節にぴったりの写真を大募集しています!!

応募先: murabyoukouhou@gmail.com

件名: むえいとう写真応募

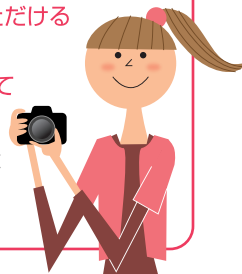
本文: お名前、お名前の記載可否、ハンドルネーム、ご住所以上を明記しメールに写真を添付し送信してください。

スマートフォンからはQRコードからでも送信できます。



採用させていただいた方には、御礼に「大観荘せなみの湯様 ペア入浴」または「中国料理四川飯店様 お食事2,000円相当」としてお使いいただける『御礼券』をプレゼント！
皆様のご応募お待ちしております(^^)/

※採用可否に関して、本誌掲載をもって発表とさせていただきます。



編集後記

出会いと別れの季節がひと段落して、皆様いかがお過ごしでしょうか。私の最近の朝は、一杯の白湯を飲むことから始まります。白湯を飲むと体が潤い気持ちがスッパリする感じがします。この習慣をこれからも続けていけたらいいな～と思っています。ついでに運動も取り入れたいです・・・(N.I)



新潟県厚生農業協同組合連合会
村上総合病院

〒958-8533 新潟県村上市緑町5丁目8番1号
TEL(0254)53-2141(代)
FAX(0254)52-4362
ホームページ <http://www.mgh.jp/>



発行責任者: 病院長 杉谷 想一