

む え い と う

M U E I T O U

第52号

令和8年1月
発行



撮影者：たるぎうゆ 様

Contents

新年のご挨拶	2P
転勤者紹介	2P
地域の皆様へのお知らせ	3P
特定行為開講式について	3P
栄養科コラム	4P
写真募集	4P
編集後記	4P

村上総合病院



Instagram



murakamighp



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

新年のご挨拶

JA新潟厚生連 村上総合病院 病院長 杉谷 想一

あけましておめでとうございます。

魅力あふれる村上に若い人の移住と子供が増えました。農業、漁業、観光、さまざまな産業が活性化しました。里山も復活し熊は山奥に帰っていきました。自然と人情に恵まれた村上復活のニュースは全国を駆け巡り観光客で大賑わいです・・・こんな初夢どうですか？

去年は、人口減と高齢化、病院経営の危機が繰り返し報道されました。当院も分娩を休止し、病床を199床に減らし、デジタル化を進め訪問診療も始めました。少ない人数で地域医療を維持するためスタッフ全員で頑張って乗り切った一年でした。

うれしいニュースもありました。閉鎖したぶどうスキー場が、東京のIT企業の力を借りて復活します。地域全体の活性化に期待が高まります。当院も9月に念願のオープンホスピタルを開催できました。300名以上の方に足を運んでいただき、ヘリポート、手術室、CT室、エコーや内視鏡、医療機器を見て触っていただきました。釣り針が刺さった時の緊急処置や手術器具の操作体験、白衣や手術着、ユニフォームでコスプレした子どもたちの記念撮影も行いました。若い人たちに医療業界は、忙しくて給料が安いと悪いイメージばかりがありますが、安心して暮らすための魅力ある職場であることを伝え続けていきます。

わたしたちは、地域のみなさまの心のよりどころになる里山のような病院を目指し努力しています。経営状態も上向いています。未来を悲観してあきらめてしまうのはやめて田舎の底力を見せましょう。さあ！地方の逆襲です。



転勤者紹介



臨床工学技師長
桑原 道代

初任地でもある村上総合病院で再び勤務することになりました。初心を忘れずに頑張っていきたいと思います。よろしくお願いします。



診療放射線技師
佐藤 和貴

久しぶりに村上へ戻ってきました。懐かしい環境の中で、また新たな気持ちで患者さんやスタッフの皆さんと向き合い、頑張っていきたいと思います。



診療放射線技師
富樫 姫香

この度、長岡中央総合病院より転勤して参りました。新しい環境でたくさんのことを学びながら、一歩ずつ成長していけたらと思います。よろしくお願いします。

地域の皆様へのお知らせ

村上総合病院への介護医療院瀬波の機能移設について

当院と運営法人が同一であります介護医療院瀬波につきまして、より一層の地域の医療と介護のシームレスな連携の強化や運営の効率化のため、令和8年6月に当院への移設が決定いたしました。

地域の方々には、定員数の縮小等ご心配な面が多々あるかと存じますが、更なるサービスの提供を目指してまいりますので、今後とも変わらぬご理解を賜りますようお願いいたします。



事業の概要

- 1) 村上総合病院への介護医療院瀬波の機能移設
- 2) 移設年月日: 令和8年6月1日
- 3) 定員数: 60人(介護医療院瀬波での現行定員82人より変更)

※名称は「介護医療院むらかみ」を予定しております。

※介護医療院瀬波において、移設日までに定員数の入所者調整を行います。

※移設に伴い、介護医療院瀬波附帯の通所リハビリテーション事業は終了となります。

(廃止日: 令和8年3月31日)

本件に関するお問合せ

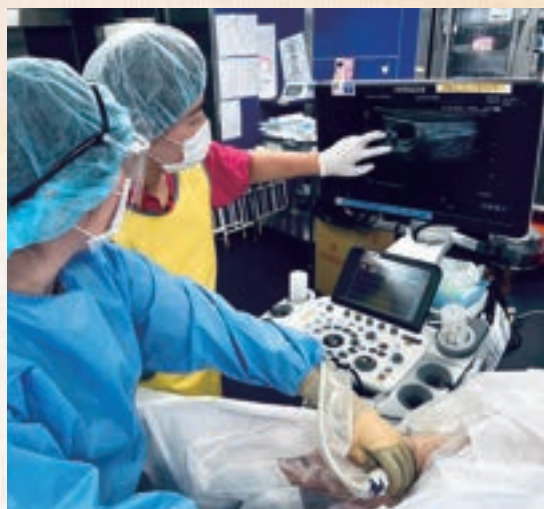
■ 村上総合病院 ●総務課長 ●地域連携支援部 マネージャー

電話 **0254-53-2141** (代表)

■ JA新潟厚生連 企画管理部医療福祉課

電話 **025-211-2710** (代表)

特定行為開講式について



手術室・透析室 看護師長 高井 久仁

秋晴れの心地よい日に、看護師特定行為研修の開講式が行われました。特定行為の「中心静脈カテーテル抜去」「末梢留置型中心静脈注射用カテーテルの挿入(PICC挿入)」に関わる行為を取得していきます。

昨今、看護師が自律的に判断し行動できる力が求められています。看護部全体でサポートし共に学び・共に成長し合えることで、地域の皆様に、よりよい医療を提供していきたいと考えています。

栄養科コラム

管理栄養士 坂上 愛奈

あけましておめでとうございます。

年末年始どのように過ごしましたか？忘年会や新年会、家族と集まっておせち料理を食べるなど楽しまれた方が多いと思いますが、「暴飲暴食をしてしまった」「正月太りが気になる」となっていないですか？

そんな今だからこそ疲れた胃腸に優しい消化の良い食べ物を紹介します。



主食



お粥

主食の中ではお粥が一番消化が良いです。1月7日に食べられるとされる七草粥には無病息災を祝うだけでなく、胃腸を休める目的もあります。卵がゆなど他の消化の良い食材と一緒に食べるのもおすすめです。

餅は消化に時間がかかりやすく、食べすぎには注意が必要です。

主菜



白身魚・卵

肉よりも魚のほうが消化がよく、魚の中でも白身魚が良いです。鯖などの青魚は脂肪が多く、消化には時間がかかるといわれています。調理方法としては煮る・蒸すなど、なるべく油を使う量は少なくしましょう。おかずとしては卵も消化が良いのでおすすめです。

副菜



温野菜

生で食べるより茹でたり、蒸したり加熱して食べることで繊維がやわらかくなり、消化を助けてくれます。特に大根・玉ねぎ・キャベツは消化に良く、おすすめです。反対に、ごぼうやれんこん、キノコ類や海藻類は不溶性食物繊維が多く、消化に時間がかかりやすいので食べすぎには注意が必要です。

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・・・

次回号は春に発行予定です。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

新年あけましておめでとうございます。今年は午年。しかも丙午!「熱量や勢いに満ちた年」とも言われていますので、多岐にわたり良い方向へ駆け巡ることを願います。

また「自分の信念を貫ける年」とも言われあり、皆様の願いが叶う良い年になりますよう、ご多幸をお祈り申し上げます。(T.A)



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