

厚生連ながの

KOUSEIREN
NAGANO

Vol. **85** 2020.Oct

2 人間ドック 新型コロナウイルス
感染症対策とともに

3 南長野医療センター篠ノ井総合病院
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
鹿教湯病院

4 当院のやさし医、たのし医、くわし医、お医者さん

6 こちらナースステーション

7 介護・福祉のひろば

8 旬菜堂

9 健康相談 Q&A

10 佐久総合病院看護専門学校だより

11 トピックス

「りんご」
廉澤彩加 長野松代総合病院

 **JA長野厚生連**

長野厚生連

検索

人間ドック
感染予防で守り愛

新型コロナウイルス感染症対策とともに

感染症対策

今般の緊急事態宣言を受けて新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から人間ドックの実施を休止した施設がありました。この間キャンセルとなった受診者の皆さまには大変ご迷惑をおかけいたしました。現在は各施設において、国や各学会などの指針に基づき感染症対策に取り組みながら、受診される皆さまに安心して検査を受けていただける体制を整えて人間ドックを実施しています。



▲受診者間の距離を確保した待合室

受診される皆さま・施設職員相互の安全確保のために、各施設で実施している主な感染症対策は以下になります。

- 検査の遂行上、特に必要のある場合を除きマスク着用を原則とし、手洗い・手指消毒の徹底を図っています。
- 検査前には問診・検温を実施し、発熱があるなど感染の危険があると判断した場合は、説明したうえで後日、体調が回復してから受診していただいています。
- 「密集・密接・密閉」を避けるため、受診者間の距離を確保するとともに、検査に要する時間を可能な限り短縮し、室内換気を心掛けています。

ご自身の健康を守るために

新型コロナウイルス感染症は、終息の兆しがなかなか見えない状況ですが、感染症を恐れるあまりに健（検）診を控え続けていると、健康状態の悪化が懸念されます。例えばがんは、自覚症状がないまま進行することが多く、発見が遅ればそれだけ治療が大変になりますので、早い段階での発見が大切です。本会では、現在各施設で共通検査内容での1泊2日・日帰り人間ドックを実施しています。また、がん検診など充実したオプション検査も実施しています。事前予約、検査内容など詳細は各施設ホームページをご覧ください。☎0120-780-336

☆長野 PET・画像診断センターでは、右記施設で人間ドックを受診された方向けに PET/CT 検査の人間ドックセット割を行なっています。適応条件については、ホームページをご覧ください。☎0120-780-336

早期発見・早期治療のために、定期的な人間ドック受診を、新しい生活様式による日常生活の中に取り入れることをおすすめいたします。

事業所名	お問い合わせ先
佐久総合病院	0267-82-2688 (人間ドック科直通)
佐久総合病院小海分院	0267-92-2077 (代表) ※日帰りのみ
浅間南麓こもろ医療センター	0267-22-1070 (代表) ※日帰りのみ
北アルプス医療センターあづみ病院	0261-61-1181 (健康管理課直通)
長野松代総合病院	026-278-3500 (健康管理課直通)
長野松代総合病院附属若穂病院	026-282-7111 (代表) ※日帰りのみ
北信総合病院	0269-22-4838 (健康管理課直通)
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院	0268-44-2155 (健康管理課直通)
鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院附属豊殿診療所	0268-29-1220 (代表) ※日帰りのみ
南長野医療センター新町病院	026-262-3113 (健康管理課直通)
南長野医療センター篠ノ井総合病院	026-299-3033 (健康管理課直通) ※日帰りのみ
富士見高原医療福祉センター富士見高原病院	0266-62-8619 (ドック健診センター直通)
下伊那厚生病院	0265-48-8100 (健康管理課直通)

※施設によっては、現在中止となっている検査項目もございます。
※南長野医療センター篠ノ井総合病院の1泊2日ドックは、令和3年3月31日まで休止です。
※感染拡大の状況によっては、検査の実施など変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

脾臓MRI検査

南長野医療センター篠ノ井総合病院



当院健康管理センターでは、人間ドックのオプション検査として「脾臓MRI検査」を行なっています。脾臓は、胃の後ろの体の深部に位置していることから、がんが発生しても症状が出にくく、早期の発見は簡単ではありません。MRI検査は合併症がなく脾臓の病変を見つけるのに非常に有用な検査ですので、脾臓

がんの早期発見に役立つことが期待されます。

また、当院は地元更級医師会と、脾臓がんをより早期に診断し切除率を向上させ、脾臓がんの予後を改善することを目的として「更級脾がん早期発見プロジェクト」を立ち上げました。これは当院および更級医師会の診療所を受診した患者さんで、



▲ MRI 検査は早期発見に役立つことが期待されます

脾臓がんの危険因子を持つている方を対象に、脾臓の検査を行うものです。その結果何らかの異常が見つかった場合は半年毎の画像検査を継続して行い、脾臓がんを早期に発見して脾臓がんの予後を改善しようという試みです。

早期発見には定期検査が必要です。現在の健康状態を把握するためにも年に一度は人間ドックなどを活用し、異常がないことを確認しましょう。

鹿教湯病院歯科における訪問歯科診療について

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター



鹿教湯三才山
リハビリテーションセンター
歯科医師 小林 健吾

当院では脳血管疾患・整形疾患・神経難病などのさまざまな障がいを持った方のリハビリテーションを行なっていますが、何かしらの後遺症を持ったまま退院され、通院が困難な状況となる方も多くいらっしゃいます。しかし、体に障がいがあったり、病気を持っている方ほど口腔ケアを行いにくく、治療が必要な状態になりやすいのです。そのような患者さんの自宅に伺い治療を行うのが訪問歯科診療になります。

訪問歯科診療には大きく2種類の流れがあります。一つは歯科医師が行う一般的な歯科治療。もう一つは歯科衛生士が行う専門的口腔ケアになります。

歯科治療ではさまざまな制限のなかで治療を行うので内容も限られて

きますが、緊急の状態にはできる限り早く対応するようにしています。

専門的口腔ケアでは拒否が強くご家族では口腔ケアができない方や、誤嚥性肺炎を繰り返し、よりよい口腔内の清潔状態が求められる方も、歯科衛生士がご自宅に伺い口腔内を清掃します。

訪問診療は病院や歯科医院を中心に半径16km圏内と地域の制限があり、病状や家庭環境によっては訪問できないこともありますので、担当のケアマネジャーにご相談いただくか、訪問歯科診療を行なっているお近くの医療機関へご連絡ください。

近年、高齢でも歯の残っている方が多くいます。痛みが出る前に早めにご相談いただければと思います。



▲訪問歯科診療

本所職員が医師へインタビュー

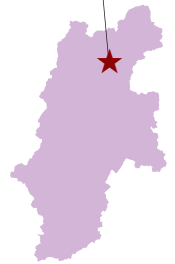


当院の

やさし医、たのし医、くわし医、

お医者さん

長野松代総合病院



埼玉県羽生市です。熊谷から東の方に行ったところにあります。大学を卒業してから秋田大学の第一内科の医局に入局して、秋田には18年いました。長野は、大学の同級生だった妻の出身地です。

Q1 出身地と長野県へ来た理由を教えてください。

今回は、長野松代総合病院 副院長・消化器内科統括部長の新澤真理先生にお話を伺いました。



長野松代総合病院
副院長 消化器内科統括部長

にいざわ まこと
新澤 真理先生

〈略 歴〉

1986年秋田大学医学部卒業
専門分野：消化器病学、内科一般、超音波医学
資格：日本内科学会指導医および総合内科専門医／日本消化器病学会指導医および専門医／日本消化器内視鏡学会指導医および専門医／日本消化器がん検診学会総合認定医（胃、肝・胆・膵）／日本超音波医学会認定超音波指導医および専門医（消化器）／日本プライマリ・ケア連合学会指導医および認定医／日本糖尿病協会療養指導医／長野県肝炎医療コーディネーター

あまり、こうなりたいと思っていたわけではないのですが、親に「お前は協調性がないから一人でもやれる医者がいいんじゃないか」と言われて、妙に納得してしまいました。将来の夢ではロケット工学をやりたいと思っていたのですが、物理が苦手で諦めました。あとは歴史に非常に興味があったので歴史が考古学の道に進みたかったのですが、家庭の事情で諦めました。

Q2 医師をめざしたきっかけはなんでしたか。

Q3 患者さんに対して心がけていることはありますか。

技術とか知識というのは当然で、その上のプラスαとして安心感を持って治療に向き合ってもらえるように心がけています。

Q4 何か取り組んでいることはありますか。

非アルコール性脂肪性肝炎（NAFLD）の診断と治療です。あまり聞き慣れた言葉ではないと思いますが、アルコールを飲まない方が、アルコールを多飲している方と同一ような肝臓に

消化器内科の紹介

当院消化器内科は常勤医2名、非常勤医5名の体制です。食道・胃・大腸・肝臓・胆管・胆嚢・膵臓の疾患を主な対象としています。病気の診断や薬物を用いた治療はもちろんですが、内視鏡や超音波を用いた早期がんの治療も積極的に行なっています。

なってしまうという状態です。肝硬変になり肝臓がんができてしまう、という疾患ですね。今、ウイルス性肝炎が薬で治療できる時代になってきましたので、これからの肝臓病はこの非アルコール性脂肪性肝炎が中心になるといわれています。

そのほか、もともと超音波医学を専門にしてきたので、長野松代総合病院に赴任してきて以来積極的に取り組んでいるのは肝臓がんの局所治療、ラジオ波焼灼療法です。



▲上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）の手技を研修医に指導しています



▲病院屋上庭園の様子

私はいろいろな病院に勤めたことがあって重要視している部分があるのですが、天井が高い病院というのは非常に落ち着きますね。それだけで居住空間が豊かになります。天井が低いと非常に圧迫感があつて、多分患者さんも入院していて居心地が悪いのではないかと思います。あと、看護師、検査技師など、協力し合いながら仕事をしています。そのほか、敷地内にある庭園がきれいな病院です。

Q5 長野松代総合病院のよいところを教えてください。

料理とか音楽とか。写真や囲碁も少しやりますけど、たくさんありますね。そのなかでも料理をやっています。洋食が得意かもしれないですが、一通り何でもこなせます。冷蔵庫に食材があれば何でも作れます。大学の入学時からなので、40年くらいですね。料理が好きになったきっかけは、やってみたら上手にできたという感じです（笑）。



▲フランス家庭料理の定番カスレ（白インゲン豆の煮込み）

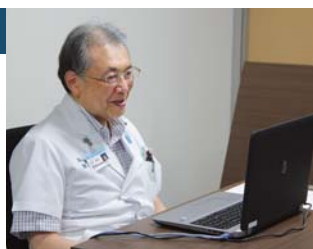


▲朝食の定番、だし巻卵です。週に2回はかぶ無糖のきな粉を自家製で漬けます。

Q6 いろいろな趣味をお持ちのことですが、どんなことをやっているのですか。

インタビューの一言

料理の写真はインタビューを終えた日の週末に、さっそく調理して撮影していただきました。いつでも穏やかに優しく、物腰柔らかな先生と伺いましたが、オンラインでもその表情がこちらにも伝わってきました。短い時間でしたが、お忙しいところありがとうございました。



▲インタビュー時の様子

写真は山や寺院に行つて撮り、そのときに御朱印帳に御朱印をいただいています。

地域の方へ一言お願いします

常勤医2名で、もう少し人手が欲しいところですが、幅広い分野を2人でカバーしながら、多くのことを病院内で完結できるように努力しています。非常に外来が混んでいて予約が取りづらくて申し訳ありません。これからもししく願います。

こちら ナースステーション

佐久総合病院 佐久医療センター

佐久総合病院
佐久医療センター



佐久総合病院佐久医療センター
看護師・レシピエント移植コ
ーディネーター

くりばやし たかゆき
栗林 孝幸



贈られた腎臓を 長持ちさせるために

当院で腎移植術を施行して今年で21年目を迎えました。腎移植とは、末期腎不全の腎代替療法^{※1}の1つです。腎移植は透析と比較して、生命予後がよい、生活の質がよい、食事制限が少ないなどの点で優れています。近年は、医療や免疫抑制剤の進歩により腎移植の成績は向上し、移植件数は増加傾向にあります。

私は看護師として腎臓内科・脳神経外科・小児科の混合病棟で勤務する一方、レシピエント^{※2}移植コーディネーターとして「移植外来」も兼務しています。移植外来では、当院で腎移植を受けた後の患者さんと他院で腎移植を受けた後の患者さんに対する支援を行なっています。現在は44人の患者さんが通院されています。

レシピエント移植コーディネーターの役割は、移植された腎臓の長期生着^{※3}を通じて健康な人と同じような日常生活を送れるように、自己管理を支援・指導することです。自己管理とは、服薬管理、感染症と生活習慣病の予防です。移植腎が機能を失ってしまう一番の原因は拒絶反応で、免疫抑制剤の飲み忘れから起こります。そのため免疫抑制剤の規則正しい服薬が重要です。また、生活習慣病は移植腎に負担をかけるため、食事や運動に留意して

体重や血圧を測定するなどの健康管理も大切です。腎臓を提供してくれたドナーの方への感謝の気持ちを忘れないことが、自己管理の動機づけになります。患者さんが自己管理を積極的に継続できるように協働して取り組める関係性を構築し、気軽に相談できる身近な存在となれるよう活動しています。

コーディネーターの活動をするうえでは、医師や外来看護師、薬剤師など、多職種での連携が不可欠です。今後も腎移植チームとして個性のあるサポートをしていきます。

※1 腎代替療法…腎臓がうまく機能しなくなったときに腎臓の血液濾過機能を置き換える療法。腎移植、血液透析、腹膜透析の3つを含む。

※2 レシピエント…ドナーから臓器の提供を受ける人。

※3 生着…手術で移植された臓器が本来の機能を果たすこと。



▲佐久医療センター腎移植外来スタッフ



看護師長

たかにし ひろみ
高西 弘美

紹介者 から

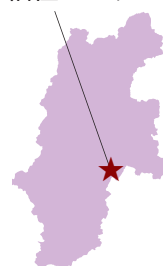
レシピエント移植コーディネーターとして2019（平成31）年1月から活躍している栗林さんは、繊細で優しく、強い信念を持って仕事に取り組んでいます。そのため患者さんやスタッフからの信頼も厚く、多職種との協体制度を調整できるリーダー的な存在です。

レシピエント移植コーディネーターの活動は一般的にまだ認識が浅く、成果も見えにくい、シャドー・ワークとなりがちなのが多いのが現状です。栗林さんが個性を発揮し、移植患者さんのQOL向上のために、水準の高い看護を実践するとともに、活動を通して看護職への指導・支援をしていくことを期待しています。

「小規模多機能型居宅介護施設」の いいところを紹介します

富士見高原医療福祉センター

富士見高原医療
福祉センター



今回は、小規模多機能型居宅介護施設（以下、小規模多機能）をご紹介します。

▶ 小規模多機能とは ◀

「通所（デイサービス）」を中心に、「訪問（ホームヘルプ）」や「泊まり（ショートステイ）」を一体的に提供することができます。多くの介護サービスは、「通所」「訪問」「泊まり」を選択しそれぞれ必要なサービスを契約するという形です。しかし、利用者さんの介護度の変化や介護する家族の状況によって「通所」から「泊まり」へ変更したいときには「新たに泊まりのある施設を探す」必要があります。また施設が変わるため「信頼関係の築けたスタッフと離れることへの不安」など、利用者やその家族ともに大きな負担が生じていました。

このような負担や不安を解消しサービス選択の自由度が高いところが、小規模多機能の大きな特徴です。また小規模多機能を行う事業所は24時間・365日利用者の生活を支援するため休業日を設けていません。そのため、定員人数さえ問題なければ「家族が体調を崩したためデイサービスを利用した後そのままショートステイを利用」といった突発的な利用も可能です。



▲当センターでは、小規模多機能型居宅介護施設とグループホーム「ひめばら」を2021（令和3）年4月に原村にオープン予定です。

小規模多機能型居宅介護

同じ介護事業者の通所・訪問・泊まりを
組み合わせて利用する

通所（デイサービス）



泊まり（ショートステイ）



訪問（ホームヘルプ）



利用例：Aさん 86歳女性 要介護2

- 一人暮らし。近所に長女、他県に次女が在住。猫を飼っている。
- 骨粗鬆症があり圧迫骨折で安静臥床中に身体と認知機能が低下した。

通所（デイサービス）：週3回（午前中に入浴のみ利用 お風呂が好き）
行事がある時は夕方まで利用することもある。

訪問：週2回の安否確認、猫の世話、服薬、ゴミ捨て、買い物。

泊まり（ショートステイ）：月に4～5回 長女が来られない日にあわせて。

メリット

- ・通所、訪問、泊まりが1カ所の施設で対応できる。
- ・状況に応じて、柔軟に介護サービスを組み合わせることができる。
- ・スタッフがかわらないため、顔なじみになりやすい。

デメリット

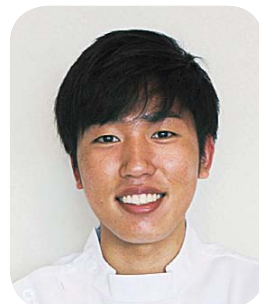
- ・「通所はいいけど、泊まりはいまいち」という場合に、泊まりだけ別の施設に変更することができない。（その逆も同様です。）



JA長野厚生連は、地産地消に積極的に取り組んでいます。



下伊那厚生病院
栄養科 管理栄養士
寺澤 成都
てらさわ あきと



今回の主たる食材

里芋

貯蔵性がよいので年間を通して出回っていますが、主な旬は9～11月の秋～冬にかけてです。ねっとりホクホクした食感で、煮物や汁物料理によく用いられます。山で自生している「山芋」に対し、里で栽培されることから「里芋」という名称になったといわれています。

食材の栄養価と特徴

ぬめり成分が老化防止に役立つ

里芋独特のぬめりは、ガラクトタンとムチンという炭水化物とタンパク質の結合した粘性物質によるものです。ガラクトタンは免疫力を高め、がんの予防に効果があるといわれています。ムチンは肝臓や腎臓の弱りを防止し、老化防止にも役立ちます。漢方では、里芋は肝臓、腎臓を補益するといわれています。また、タンパク質の消化・吸収を高めて胃腸の働きを活性化させ、潰瘍の予防に役立ちます。

里芋の栄養価 (可食部 100g 当たり)

エネルギー： 58kcal
カリウム： 640mg
食物繊維： 2.3g

レシピ

里芋と小松菜の里山汁

同じく旬の小松菜を加えた里山汁です。小松菜にはβカロテンとビタミンCが豊富で、里芋のガラクトタン・ムチンと合わせて免疫力の向上、老化防止を助けてくれます。



1人分の栄養量

エネルギー： 36kcal
たんぱく質： 2.1g
食物繊維： 2.1g
塩分： 1.2g

材料 (4人分)

- 里芋 120g
- 小松菜 1/2束
- 木綿豆腐 1/10丁
- 大根 40g
- 人参 40g
- しめじ 1/4P
- 醤油 小さじ1
- 塩 小さじ2/3
- だし汁 600ml

作り方

- ① 里芋は一口大に切る。大根、人参は5mm幅のいちょう切りにする。
- ② 豆腐は1cm角に切る。しめじは石づきを落としてほぐす。
- ③ 小松菜は3cm幅に切る。
- ④ 鍋にだし汁と①を入れて柔らかくなるまで加熱する。
- ⑤ ②を加え調味料で味をつける。
- ⑥ ③を加え色よく仕上げる。

調理のPOINT!

汁ものにぬめりがつくのが苦手な方は里芋に塩を揉み込んでぬめりを取り、軽く水で洗い流してから火にかけましょう。

健康

北アルプス医療センター あづみ病院
看護師



にしむら しゅうこ
西村 修子



相談

一過性全健忘症

今回は一過性全健忘症について、体験談も交えてお話したいと思います。

Q1. 一過性全健忘症とは？

A：頭の外傷を原因としない一時的な記憶障害をいいます。痺れや麻痺が出ることはありません。通常 24 時間以内に回復し、再発は少なく、予後は良好です。

Q2. 原因は？

A：よくわかっていません。

Q3. どのような症状ですか？

A：何の前触れもなく、直近数時間の出来事について記憶の喪失が見られます。自分や家族の名前、職業、年齢などは覚えている一方で、今、自分がどこにいて何をしているのかわからなくなることが主な症状です。

私の場合は、1 月某日の氷点下 11℃の朝、暖房のない寝室に一人で寝ていたときに発症しました。起きてこないことを心配した息子が見に来たところ、出勤日にもかかわらず寝ていて、起こしてもぼかんとしており「今日は何日？紅白も見えないし、お雑煮も食べてないよ！今日は何日？」の会話を十数回繰り返していたそうです。本当に不思議な感覚で、頭が宙に浮いている感じでした。

Q4. 診断にはどのような検査をするのですか？

A：問診や、頭部 CT・MRI 検査、脳波検査、脳血流検査などを行います。

私の場合は、脳神経外科で MRI 検査を受け、海馬に脳虚血の跡があり「典型的な一過性全健忘ですね」と言われました。室温が下がりすぎたことが原因のようです。

Q5. 治療方法がありますか？

A：脳梗塞やてんかんなどの基礎疾患がある場合は治療が必要となりますが、通常は特に行いません。ただし、他の疾患が隠れていないかを確認するために、専門医にかかり検査を受けることをおすすめします。



佐久総合病院 看護専門学校だより

佐久総合病院看護専門学校



Web Open Campus

を開催しました！

今年度は新型コロナの影響により、学校で行う予定のオープンキャンパス行事がすべて中止となりました。そこで本校ではホームページ上で「Webオープンキャンパス」を開催しました。内容は学校紹介や学生・職員の楽しい動画、模擬授業として「手洗い」「災害看護」「沐浴」の動画をアップしました。Q&Aコーナーでは学校生活やお金のことなどについて細かくお答えしています。



学校紹介6分35秒 ～ブランドムービー～

JA長野厚生連佐久総合病院看護専門学校の学校施設や学内実習の様子、女子寮や給食の魅力を校歌に載せてご紹介いたします！！

スマホ→カメラで簡単アクセス



学生インタビュー 「先輩から一言!!」

油断している学生に直撃インタビューを実施！ありのままの言葉で高校生（後輩たち）に向けたメッセージをもらいました。学校がどんなところか、どんな勉強をしているか、何が楽しいかなど、さまざまな声が集まっています。進路決定の参考にはもちろんですが、生き生きとした彼女ら、彼らの姿を見て、ぜひ楽しんでください。



職員からひと言 (職員紹介)

佐久総合病院看護専門学校の教員、事務職など、入学後に皆さんと関わり、サポートする職員からの一言です。全員から一言ずつだと膨大な時間になるため、学年、役職、職種別に撮影してみました。演出や編集に若干のやり過ぎ感がありますが、普段は真面目な職員ですよ(笑)。楽しんでご覧ください。

入学試験の日程

一般

I 期	■出願期間	2020/12/2(水)～ 12/9(水)消印有効
	■入学試験日	2021/1/7(木)、1/8(金)
	■合格発表日	2021/1/26(火)
	■入学手続き締切日	2021/2/1(月)
II 期	■出願期間	2021/2/1(月)～ 2/8(月)必着
	■入学試験日	2021/2/27(土)
	■合格発表日	2021/3/11(木)
	■入学手続き締切日	2021/3/19(金)



佐久総合病院看護専門学校 公式チャンネル

チャンネル
登録

おかげさまで7月に開設以降、総再生回数は6,000回を超え、多くの反響をいただいています。現在、上記の動画と合わせて9本の動画をアップしています。学校公式チャンネルにて「戴帽式」の動画などをアップしています。楽しいコンテンツを配信していきますので、皆さんのチャンネル登録をお待ちしています！！

次世代育成支援対策推進法に基づく一般事業主行動計画の策定

～職員の仕事と子育ての両立のために～

本所



次世代育成支援対策推進法は、次代の社会を担う子どもが健やかに生まれ、育成される環境を整備するために制定された法律です。この法律により、一定の規模以上の企業は、労働者の仕事と子育ての両立を図るための「一般事業主行動計画」（以下「行動計画」）を策定する必要があります。

JA長野厚生連においても、この法律に基づき、2020（令和2）年4月1日からの3年間における行動計画を策定しました。

まず行なったことは、行動計画を策定するための本会における現状の把握です。具体的には、過去における職員の育児休業や年次有給休暇の取得などを調査しました。これは、職員が仕事と子育てを両立できているかを確認するためです。その結果、男性職員は育児休業をほとんど取得していませんでした。

この結果から考えたことは、第一に、職員の仕事と子育ての

両立をより一層推し進めるために、女性職員の育児休業の取得をこれまで以上に促していくとともに、男性職員の取得も促進を図る必要があるということです。第二に、職員の年次有給休暇などの取得も、促進を図る必要があると考えました。以上の2点に従い、目標を設定しました。

次に行なったことは、目標を達成するための対策を立てることです。まず気づいたことは、男性職員の育児休業の取得について、そもそも認知度が低いことです。そのため、男性職員でも育児休業の取得ができることを徹底して周知することが有効ではないかと考えました。そこで対策として定めたこ

長野県厚生農業協同組合連合会
次世代育成支援対策行動計画

職員が仕事と子育てを両立させることができ、職員全員が働きやすい環境をつくることによって、全ての職員がその能力を十分に発揮できるようにするとともに、次世代育成支援について地域に貢献する組織となるため、次のように行動計画を策定する。

1. 計画期間 令和2年4月1日から令和5年3月31日までの3年間

2. 内 容

目標1 計画期間内に育児休業取得を促進するため次の措置を実施する。
男性職員 育児休業の取得促進を図る。
女性職員 取得率を80%以上とする。

〈対 策〉

令和2年4月～

- ・事業所内管理者会議、職場運営委員会の場合や事業所内広報誌、グループウェア等を利用して、男性も育児休業が取得できることを周知する。
- ・育児休業中の職員で希望する者に対し職場復帰のための研修会を随時開催する。

目標2 年次有給休暇及び子の看護休暇の取得を促進。
計画期間内に1人当たり取得日数を年間平均8日以上とする。

〈対 策〉

令和2年4月～

- ・事業所内管理者会議、職場運営委員会の場合や事業所内広報誌、グループウェア等を利用して周知・啓発を実施する。

とは、各病院・施設の内部会議などで、女性職員の取得率向上と合わせて周知することです。また、年次有給休暇などの取得促進も、育児休業と同様に周知するという対策を定めました。

今後は、この行動計画の目標

に向かって、各病院・施設において対策を実施し、今まで以上に職員の仕事と子育ての両立を促進していきたいと考えています。



新型コロナウイルス感染症対策に係る当会へのご寄贈御礼について

各団体様から多くのご支援をいただきました。医療用備品の確保が厳しい状況のなか、ご寄贈いただきました医療物資などは、各厚生連病院での医療などに有効活用させていただきます。当会一同、厚く御礼申し上げます。

✿ 全国厚生農業協同組合連合会 様
✿ 全国農業協同組合連合会 様
✿ 全国共済農業協同組合連合会 様

✿ 農林漁業団体職員共済組合 様
✿ 戸塚酒造株式会社 様
✿ 長野県農業協同組合中央会 様

令和2年10月1日 現在

新型コロナウイルス感染を防ぐためには？

1 新型コロナウイルスは
飛沫と接触で感染することが分かっています

飛沫感染



接触感染

2 感染しないために

洗っていない手で
目や鼻、口を触らない

うがい



こまめな手洗い



3 感染を広げないために

咳をする時、マスクがない場合は
ティッシュなどで口を覆う。
その後は必ず手を洗う。



不調時、具合が
よくない時などは
外出を控え、
自宅で安静にする

4 感染しないために、広げないために、
3つの「密」を避けましょう

① 換気の悪い「密」閉空間



② 多数が集まる「密」集場所



③ 間近で会話や発声をする「密」接場面



一人ひとりの行動が感染拡大防止に繋がります

医師募集

私たちと一緒に、
地域医療を実践しませんか。



長野県は低医療費・長寿で有名です。本会は県下に14病院を有し、救命救急センターや周産期母子医療センター、がん診療連携拠点病院などさまざまな指定を受け、保健・医療・福祉活動を包括的に展開し、その一翼を担っています。
信州の自然豊かな環境のなかで、四季折々の変化を存分に感じながら、一緒に地域医療を実践しませんか。

看護師募集

夢が実現できる
看護職のキャリア形成を
支援します!!



- 新人看護職の卒後研修が充実しています
- 再就職支援をさまざまな形で行なっています
- 院内保育所や育児介護支援制度などがあります
- 認定看護師など資格取得を支援します

薬剤師・医療技術職 随時募集中

地域医療を担うメンバーとして
共に歩んでみませんか

お問い合わせは
右記または
各病院まで

JA 長野厚生連 人材確保対策室 人材確保対策課

〒380-0826 長野県長野市南長野北石堂町1177番地3 (JA長野県ビル10階)
FAX: 026-236-2307

☎ 026-236-2305 E-mail: saiyo@kou.nn-ja.or.jp

JA長野厚生連
facebookページのご案内

当会の活動や情報など、
随時情報発信しています。
ぜひ、ご覧ください。



編集後記

「毎日暑いですね」という口癖で過ごしていた夏ですが、朝夕涼しくなりました。近年ではあまり四季が感じられなくなりましたが、その季節に合った楽しみなどを満喫しながら過ごしていきたいです。(A・Y)

「厚生連ながの」の
感想をお聞かせ
ください。

JA長野厚生連 本所「厚生連ながの」係

〒380-0826 長野県長野市南長野北石堂町1177番地3 (JA長野県ビル)
FAX: 026-236-2307
E-mail: info.honsyo@kou.nn-ja.or.jp

表紙の
ひとこと

「りんご」

撮影者：長野松代総合病院

かどさわ あやか
廉澤 彩加



JAグリーン長野様から毎年11月に、入院患者さん向けのりんごをご寄贈いただいています。いただくりんごはつやがあり真っ赤に色づいています。箱の中に可愛らしく並び、患者さんのもとに届けられるのを待っているようです。
旬の食材は栄養価が高く、体の免疫力を高めてくれるそうです。大変な世の中だからこそ美味しい旬の食材を食べて、体を丈夫にして過ごしたいです。

● 佐久総合病院 ☎0267-82-3131
佐久医療センター ☎0267-62-8181
小海分院 ☎0267-92-2077
● 浅間南麓こころ医療センター ☎0267-22-1070
● 北アルプス医療センター
あづみ病院 ☎0261-62-3166

● 長野松代総合病院 ☎026-278-2031
附属若穂病院 ☎026-282-7111
● 北信総合病院 ☎0269-22-2151
● 鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
鹿教湯病院 ☎0268-44-2111
三才山病院 ☎0268-44-2321

● 南長野医療センター
篠ノ井総合病院 ☎026-292-2261
新町病院 ☎026-262-3111
● 富士見高原医療福祉センター
富士見高原病院 ☎0266-62-3030

● 下伊那厚生病院 ☎0265-35-7511
● 長野PET画像診断センター ☎026-269-0550
● 健康管理センター ☎0267-82-2677
● 佐久総合病院看護専門学校 ☎0267-82-2474
● JA長野厚生連 本所 ☎026-236-2305

http://nagano-kouseiren.jp

