

厚生連ながの

KOUSEIREN
NAGANO



Vol. **87** 2021.Apr

- 2 | 小規模多機能型居宅介護・グループホーム「ひめばら」が開所しました
- 3 | 回復期リハビリテーション病棟開設
新型CT装置を導入、運用開始しました

- 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

「高い高い」 有賀 達郎
富士見高原医療福祉センター 富士見高原病院

 **JA長野厚生連**

長野厚生連

検索 

小規模多機能型居宅介護・グループホーム 「ひめばら」が開所しました

富士見高原
医療福祉
センター

～八ヶ岳のふとこで、心豊かな暮らしをともに～



▲開所式テープカット 向かって左から小規模多機能型居宅介護施設長 田中剛、統括院長 矢澤正信、原事業部長・医師 丸山恵子、グループホーム施設長 菊池隆三



▲施設名の由来となった「ひめばらもみ」は天然記念物で入手が困難なため「ウラジロモミ」を記念植樹しました

日本で一番美しい村をめざす原村に、2021（令和3）年4月1日にオープンしました。人も建物も地域社会に溶け込めるような施設をめざしています。当施設のすぐ近くには、原村の皆さまが昔から利用されている温泉「もみの湯」、野球場、テニスコートなどがあります。農作業をして温泉で汗を流した後に、この施設に立ち寄って、入所されているご家族とご面会、スタッフも交えてお茶をしながらゆっくりお話しして、そこに、野球の練習が終わったお孫さんもやって来てみんなでワイワイ、そんな光景が見られる日をスタッフ一同、心待ちにしています。



▲居室は、すべて個室です。5月になれば、窓から新緑がのぞめます



▲和室もご用意しています。こたつと窓で、ほっこりと



▲自然豊かな周りの景観に馴染むように設計しました

施設の概要

小規模多機能型居宅介護

～手と手をつなぎ、ともに歩む～

24時間365日、住み慣れた地域での生活をサポートします。

さまざまな「困った!」「こんなことをしたい!」のご要望に、「通い（デイサービス）」「お泊まり」「訪問」でお応えします。「今日、デイサービスのつもりで来けど、寒いし、雪が降ってるから、家に帰らないでここに泊まりたい」といったご要望にもお応えします。

登録定員 29人（介護認定 要支援1～要介護5）

通い（デイサービス）：定員 18人／日

泊まり：定員 9人／日

訪問：お買い物や外出など、暮らしに合わせた支援をいたします。（緊急訪問相談可）

グループホーム（認知症対応型共同生活介護）

～心と心をつなぎ、ともに生きる～

認知症ケアに重点をおき、お一人おひとりが好まれる料理や洗濯などの家事を通じて居場所をつくり、自立した生活が送れるような支援をします。

登録定員 18人 2ユニット（介護認定 要支援2～要介護5）

少人数での共同生活で、落ち着いた空間でおだやかに過ごしていただけます。

住 所：〒391-0100 諏訪郡原村 17,217-125
（もみの湯 ちかく）
電 話：0266-78-3101 FAX：0266-78-3103

回復期リハビリテーション病棟開設

長野松代総合病院

長野松代総合病院

当院では、回復期リハビリテーション病棟を2020（令和2）年10月1日に開設しました。急性期医療が終了し、ある程度状態が落ち着いていた患者さんが、必要なりハビリテーションを他病院へ転院せずに継続して行うことができる病棟です。

南館3階病棟の39床が回復期リハビリテーション病棟となっています。医師をはじめ看護師、ナースिंगアシスタント、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、医療ソーシャルワーカー、管理栄養士など多職種がチームとなっており、患者さんの生活の質の向上を図り、在宅および社会生活への



▲回復期リハビリテーション病棟スタッフ

復帰を目標に包括的なリハビリテーションの提供を行っています。



▲病棟ラウンジ

長野医療圏では、すでに回復期リハビリテーション病棟を持つ病院が複数存在しています。そのなかで私たちの病院は、質の高いリハビリテーション医療を提供し、患者さんを選ばれる回復期リハビリテーション病棟をめざしています。地域住民の皆さんが病気やけがなどで入院が必要となったとしても、住み慣れた地域で安心・安全な生活を取り戻せるように、急性期・回復期・慢性期の切れ目のない医療を提供するため、今後も回復期リハビリテーション病棟の充実に努めていきます。

新型CT装置を導入、運用開始しました

南長野医療センター篠ノ井総合病院

南長野医療センター篠ノ井総合病院

新型コロナウイルス感染症に伴う補助金を用い、低被ばくで高画質な検査が可能なキヤノンメディカルシステムズ（株）の全身用X線CT診断装置「Aquilion ONE GENESIS Edition」を導入し、3月に稼働を開始しました。

CTとは、Computed Tomography（コンピュータ断層撮影）の略で、CT検査はエックス線を利用して身体の断面を撮影する検査です。エックス線



▲導入したエックス線CT診断装置

は身体の内부를透過しますが、組織や臓器によって透過しやすさは異なります。CTは透過したエックス線量の差をデータとして集め、コンピュータで処理することによって身体の内부를画像化します。エックス線を照射する部分と、透過後のエックス線量を収集する検出器と呼ばれる部分を対にして回転させ、身体を360度方向から連続的にエックス線を照射して断面画像を構成します。また平面的な写真だけでなく立体的な画像も作成可能です。

今回導入したCTの特徴は、「高速で広範囲な1回転撮影が可能」「さらなる低被ばくを実現」「従来CT装置の課題であった金属による画像の乱れを補正するなど高精度な画像」などです。

当院は、引き続き地域医療充実のため、質の高い医療の提供をめざしていきます。



▲屋久島の縄文杉



▲カラサアゲハ

本所職員が医師へインタビュー

当院の

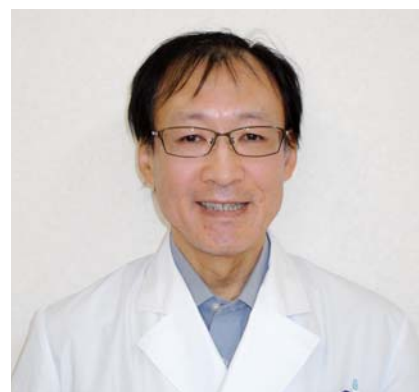
やさし医、たのし医、くわし医、

お医者さん

鹿教湯三才山リハビリテーションセンター
鹿教湯病院



Q1 出身地はどこですか？



鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院
副院長（脳神経内科）

よしだ くにとひろ
吉田 邦広先生

〈略 歴〉

1978年、兵庫県立西脇高校 卒業
1984年、信州大学医学部医学科 卒業 専門分野：神経遺伝学
卒業後、信州大学医学部に36年間在籍（外勤病院勤務、国内・外の留学期間を含めて）
2000年4月、信州大学医学部附属病院 遺伝子診療部助教授
2009年6月、信州大学医学部附属病院 難病訪問診療センター・センター長
2010年4月、信州大学医学部 神経難病学講座神経遺伝学部門・特任教授
2020年4月、鹿教湯三才山リハビリテーションセンター鹿教湯病院 就職
資格：日本内科学会 総合内科専門医
日本神経学会 専門医・指導医
日本人類遺伝学会・日本遺伝カウンセリング学会 臨床遺伝専門医・指導医
日本認知症学会 専門医・指導医

Q2 医師をめざしたきっかけを教えてください

自分で思い返してみても、あまり

兵庫県です。高校を卒業する18歳まで兵庫にいました。信州大学の受験の時に初めて長野県に来ました。来た時は3月です。雪も残っていて暗い街並みの印象でした。その時は40年以上住むことになるとは思わなかったです。住んでみると、とっても良いところですね。

Q3 患者さんに対して心がけていることはありますか

これは私の履歴にも関係していませんが、できるだけよくコミュニケーションを取ることです。一時期、信大の遺伝子診療部で遺伝カウンセリングに随分携わった時期がありました。その時にカウンセリングに関しては、積極的に傾聴、要するに患者さ

見当たらないですね。なんとなく高校3年生の時に担任の先生から「医学部に行ったらどうだ」みたいなことを言われたのがきっかけです。

んの話を実際に聴くということ、あるいは共感的な理解、患者さんがどう思っているかを想像しながら理解する、そういった言葉にかなり触発されました。このことは脳神経内科の診療にもかなり関係しています。脳神経内科は診察よりも問診などで病気を診断する部分がかなり大きい科ですので、患者さんの話をよく聞くことが診断に繋がりますし、長い付き合いのなかでしっかりとコミュニケーションを取っていくことがとても大事だと思っています。

脳神経内科の紹介

脳神経内科は脳や脊髄、末梢神経、筋肉の病気を診療する内科です。よく見られる症状としては、頭痛、めまい・ふらつき、手足の脱力やしびれ、手足のふるえやけいれん、歩きにくい、むせる、しゃべりにくい、物が二重に見える、物忘れ、などがあります。代表的な病気には、脳卒中、アルツハイマー病などの認知症、パーキンソン病、てんかん、片頭痛・緊張型頭痛、脳炎・髄膜炎、多発性硬化症、脊髄小脳変性症、筋萎縮性側索硬化症、重症筋無力症、多発神経炎（ギラン・バレー症候群など）、筋ジストロフィー、筋炎、などがあります。非常に稀な病気もたくさんあり、診断には専門的な知識が必要です。脳神経系の病気は、全身にさまざまな症状をおこします。そのため「患者さんのお話をよく聞くこと」、「全身をくまなく診ること」を心がけています。

Q4 脳神経内科を選んだ理由は？

脳の神秘さ、脳の多様性と言いますか、そこに惹かれました。なかなか目に見えないところですし、部位によってはさまざまな症状を出したりします。そういった神秘性や多様性に惹かれたのだと思います。

Q5 鹿教湯病院のよいところを教えてください

リハビリテーションを専門にする病院で、リハビリテーションのスタッフと患者さんが非常に寄り添っている感じを強く受けます。脳神経内科の病気を患っている患者さんにとってはいいところだと思います。

Q6 趣味を教えてください

30代後半から登山をやっています。

す。密かに日本高山山、高い順に100の山を制覇したいと思っています。大体今半分くらい達成しています。またランニングをしています。



▲西穂高岳登頂

血糖値やコレステロール値が高いこともあり登山のためにも、5、6年くらい前からやっています。

あとは、蝶の飼育です。山椒に卵を産む蝶、例えばナミアゲハ、クロアゲハやカラスアゲハなどは山椒に卵を産みます。イタリアンパセリ



▲ナミアゲハ



▲田淵行男さん著書

に産むキアゲハもいるのですが、それらを卵から成虫に育てて放すことを春から秋にかけてやっています。庭に山椒の木を30本くらい植えましたが、毎年卵をたくさん産み来ますが、年間50匹孵化しています。始めたきっかけは、安曇野のナチュラリスト田淵行男さんの影響です。田淵さんが最晩年、入院された病院での主治医でした。しばしば蝶や山の話伺い、

アットホームな病院ですし、これから高齢化社会を迎えるにあたって自立した生活を継続するためにも、リハビリテーションの意義は非常に大きいと思います。高齢者とともに歩む病院として、これからも存在意義を深めていければと思います。

地域の方へ一言お願いします

またサイン入りの著書をいただきました。田淵さんとの出会いから、蝶や山にも思い入れが深くなっていました。

座右の銘



副院長室に飾っています

※ニーチェの言葉「求めるものはここにある」。社会に出ていきづまったとき、挫折したようなときに他の環境だったらうまくいったんじゃないか、もっと別の場所にいればうまくいったんじゃないかと思いがちですが、結局のところ自分が今立っているその場所に自分が求めるものがあるんだ、もっともっと足元を見つめなおせという言葉です。運命的な出会いもあってその場所にいると思います。いろいろな所に目を向けずに今自分が立っているところ、その足元を掘り下げろというメッセージです。ここでしかないこともあります。この言葉をよく卒業する医学生に贈っていました。

「To cure sometimes, to relieve often, to comfort always, this is our work.」

大学にいる時に難病の訪問診療をやっていて、その時に自分に課したモットーです。神経難病を対象にしていたので、ここにあるように、病気が治せることは極々稀にしかないので、もしばしばその患者さんの苦痛を取ることはできる。それ以上に常にできることは患者さんに安らぎを与える、気持ちを楽にしてあげることです。出典はわかりません。神経難病の方に接するときなかなか治してあげられないですが、患者さんの苦痛を少しでも和らげて、心穏やかに療養できるようにサポートするという気持ちを持って診療をしています。

インタビューの一言

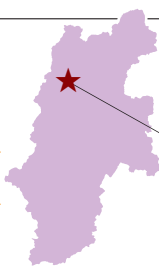
趣味の話、座右の銘など多岐にわたるお話をいただきました。蝶の飼育をされている珍しい話も伺い、有意義な時間でした。日本高山山、制覇できるといいですね。お忙しいところお時間をいただき、ありがとうございました。



▲インタビュー時の様子

こち ナースステーション

訪問看護ステーションあづみ



北アルプス医療センター
あづみ病院

利用者さんやご家族の思いに 寄り添った看護を提供しています

訪問看護ステーションあづみ
主任

はしもと
橋本さなえ



私の勤務している「訪問看護ステーションあづみ」は、5歳から106歳まで180人程の利用者さんのところへ訪問しています。私は訪問看護に異動して8年がたち、さまざまなことがありました。

独居で認知症のAさんは、私の訪問も忘れ不在、慌てていろいろなところを探すと田畑や店で発見、今ではスムーズに対応できています。小児の訪問では、呼吸器を装着し医療依存度が高い児の介護のほとんどを母親が担うなか、毎日兄弟の世話、家事などをこなしています。教わるばかりの訪問看護の提供のなか、母親から「話をしたくて待っていたの」と声をかけていただいた時はとても嬉しく思いました。母親が職場復帰を考えても、現状では医療ケアが必要な子どもたちを預けられる施設は少なく、社会との接点が少ないことを悩む人もいます。そんな母達の困りごとの相談に乗り、制度についても異議を唱えていきたいと感じています。

また、当ステーションでは在宅看取りは年間30人ほどあり、終末期の患者さんが急きょ家に帰ることになり介入依頼が来ることもあります。以前、

準備が間に合わず「帰りたい」という思いに応えられず、とても後悔したことがあるので、「早急に対応する」よう心がけています。訪問看護は、いろいろな方の生き方や考え方や環境などを自分の目で見たり聞いたりできること、四季の景色を見ることが出来ます。利用者さん、家族、家族の一員である可愛い犬や猫たちにも出会い元気をもらったり、あげたりしながら、毎日楽しく仕事をしています。今後も、利用者さん本人や家族の思いを叶えられるよう、思いに寄り添った看護を提供できるよう、一層努力していきます。



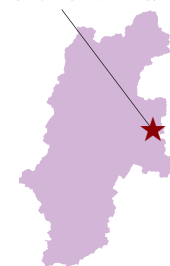
▲訪問看護ステーションあづみスタッフ



たなか なつえ
田中 夏江

紹介者 から

当ステーションは10人の訪問看護師が半径20km位の地域へ訪問しています。介護や医療的ケアが必要な方、障害を持った方、最期を住み慣れた我が家で迎える希望のある方などが、安心してその人らしく過ごせるように支援したいと、往診医師や多職種と連携を取りながら日々奮闘しています。橋本主任もそんな仲間の一人で「いつでも笑顔で優しく、力持ち」で利用者さんやご家族、もちろんスタッフからも頼りにされています。これからもその明るさで地域をニコニコ照らしてほしいと期待しています。



『社会的処方』としての「地域での人のつながり」づくりに取り組んでいます

佐久総合病院

▶『社会的処方』ってなに？◀

例えばタバコが健康によくないことは皆さんがご存知ですが、実は最近、「人とのつながりを失うことや孤立すること」が、タバコと同じくらい健康によくないことが明らかになっています。「つながり」の中で「役割を持つ」「社会参加する」ことは、健康を維持するうえで大切なポイントになるのです。医療機関に持ち込まれる問題の2～3割は、社会的問題といわれています。それを解決していくために、従来の医療の枠組みでは対処が難しい「孤立」という病に対し、薬ではなく「地域での人のつながり」を処方するのが『社会的処方』です。

▶『うすだ健康館』の役割◀

JA 長野厚生連（佐久総合病院）と佐久市臼田のNPO法人「うすだ美図」が共同で運営している『うすだ健康館』は、「つながりと社会参加」をコンセプトに、地域に根付いた活動を展開し、「つながり」「居場所」「対話」を大切にしながら歩いてきて、今年で5年目を迎えます。さまざまな場面で『うすだ健康館』を紹介（社会的処方）していただき、地域の皆さんの「お薬」となれるよう、取り組みを続けています。



▲佐久市臼田健康活動サポートセンター（うすだ健康館）

▶うすだ健康館の『社会的処方』◀

●地域の保健室「はぐみ」

「はぐみ」は、地域の方々とともに“はぐくむ”、地域まるごと包み込む“ハグする”という思いを込めています。毎週金曜日にサロンを開催し、作品作りできっかけをつくって皆さんとつながり、語り合います。

●佐久病院とお茶べり

佐久総合病院の職員とお茶を飲みながら気軽に語り合う活動です。リピーターが増え、参加者の皆さんに笑顔があふれる満足度の高い企画です。

●まちづくり実験室（ラボ）

まちづくりのアイデアをみんなで出し合って地域に役立つ活動を育てています。「新しい生活様式で人とのつながりをどうつくるか？」のテーマから、外で火を囲んでおしゃべりする「焚き火会」も生まれ、定期開催しています。

※一部の活動は新型コロナウイルス感染防止のため縮小をしています。

（うすだ健康館フロアマネージャー いでみゆき）



▲地域の保健室「はぐみ」



▲佐久病院とお茶べり



J A 長野厚生連は、地産地消に積極的に取り組んでいます。



浅間南麓こもろ医療センター
栄養科 管理栄養士
むらまつ まのか
村松 真花



今回の主たる食材

あさり

あさは産卵期を迎える春と秋に身が膨らみ美味しくなり、旬とされます。旨味成分であるコハク酸の含有量が多いのが特徴で、味噌汁やクラムチャウダーなど和洋中さまざまな料理の出汁として利用されています。

食材の栄養価と特徴

貧血予防で疲れにくいからだ作りを

ビタミンやミネラルを多く含むあさりですが、なかでもビタミン B12、鉄が豊富なのが特徴です。どちらも赤血球の産生に必要な不可欠な栄養素であり、貧血予防に最適です。鉄の吸収率を高めてくれるビタミン C と一緒に摂取することがオススメです。

あさりの栄養価 (可食部 100g 当たり)

エネルギー：30kcal
たんぱく質：6g
鉄：3.8mg
カリウム：140mg

レシピ

あさりと春キャベツの酒蒸し

クセが少なく旨味の強いあさは、簡単な味付けでも美味しく仕上がります。今回は甘みが強くビタミン C を多く含む春キャベツと合わせた、旨味引き立つシンプルなレシピを紹介します。



1人分の栄養量

エネルギー：50kcal
たんぱく質：3.8g
食物繊維：2.8g
塩分：0.6g

材料 (4人分)

- あさり 1パック
- キャベツ 1/4個
- マッシュルーム 6個
- おろしにんにく 適量
- オリーブオイル 大さじ1
- 塩 小さじ1/2
- コショウ 適量
- 料理酒 50ml

作り方

- ①あさは砂抜きをしておく。
- ②キャベツはざく切り、マッシュルームはスライスする。
- ③鍋に①と②、にんにく、酒を入れて蓋をし、10分ほど煮る。
- ④あさが開いたらオリーブオイル・塩・コショウをかけて混ぜ合わせ、お皿に盛り付けたら完成。

調理のPOINT!

あさりの砂抜きは、海水と同じ3%濃度の塩水(水 200ml に対し塩小さじ1)で行うと良いです。あさりの頭が少し出るくらいの水位で浸けると、あさが酸欠にならず鮮度を保つことができます。

健康

Q

&

A

相談

北信総合病院
健康管理部 保健師

た な か え り
田中 絵理



「脂肪肝」

Q1. 脂肪肝とはどんな病気ですか？

A：肝臓に中性脂肪が過剰に蓄積する病気です。肝臓にはもともと脂肪を蓄える働きがあり、食事から得たエネルギーを中性脂肪として蓄えています。脂肪肝にはお酒の飲み過ぎによるアルコール性脂肪肝とそれ以外の非アルコール性脂肪肝があります。非アルコール性脂肪肝は最近増加してきた脂肪肝であり、メタボリックシンドロームと関係の深い脂肪肝です。

Q2. どうして脂肪肝になるのですか？

A：アルコール性脂肪肝は、お酒の多量摂取が原因です。飲酒量には個人差があり、体質によっても異なりますが、1日に日本酒3合は多量飲酒になります。非アルコール性脂肪肝は、多量飲酒ではない場合やお酒は飲まないけれども食べ過ぎ、運動不足、肥満、糖尿病、脂質異常症、高血圧が影響しています。アルコール性脂肪肝と同じ肝細胞の障害を起こします。

Q3. 脂肪肝をそのままにしておくとどうなるのですか？

A：脂肪肝が進行していくと、いずれ肝臓に炎症が起こる脂肪性肝炎になることがあります。アルコール性脂肪肝でお酒の飲み過ぎが続けば、アルコール性脂肪性肝炎になります。非アルコール性脂肪肝のなかでは、進行して非アルコール性脂肪性肝炎になることがあります。これは「NASH（ナッシュ）」と呼ばれ、肝硬変から肝臓がんに移行することがある危険な脂肪肝です。現在、日

本でも増加してきています。脂肪肝→脂肪性肝炎→肝硬変→肝臓がんに進行することがありますので、脂肪肝を予防・改善することがとても大切です。

Q4. 脂肪肝の治療にはどのようなものがありますか？

A：治療薬については、現在開発や研究が進められています。まずは食事療法や運動療法といった日常生活に関する取り組みを中心に治療します。お酒の影響が大きい方は禁酒や節酒をしましょう。肥満がある方は、減量をすることで改善されます。食事は摂取カロリーを減らし、主食・主菜・副菜をバランスよく食べることが大切です。運動することも脂肪肝の改善に効果があります。メタボリックシンドロームに該当された方や、予備軍とされた方で特定保健指導を勧められた方は、ぜひ特定保健指導を利用して減量に取り組み、生活習慣の見直しを行いましょう。



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



★ 第110回看護師国家試験お疲れさま ★

3年生

2月13日～14日（本番は14日実施）59期生80人が看護師国家試験に行ってきました。

今年は新型コロナウイルスの影響もあり、実習において臨床場面に行く機会も少なく、その問題を克服するため、校内実習ではさまざまな内容を考え学生を支援してきました。国家試験前日の午後11時過ぎに、宿泊先の東京で地震に遭遇し、試験に対する不安が大きくなってしまったことを心配しましたが……

さすが!! 59期生(^ ^)。不安もどこ吹く風で、試験当日は冷静に受験を終えて80人無事に帰ってきました。本当にお疲れさま。そしてありがとう。皆さんの頑張りを見て、私たちも頑張ることができました。



★ 困難乗り越え 59期生卒業式 ★



3月8日、59期生の卒業式でした。今年も新型コロナウイルス感染拡大予防のため、ご家族は参列できませんでしたが、学校関係者に見守られ無事に行うことができました。

59期生は新型コロナウイルスで緊急事態宣言が発令されたため、昨年4月の実習が途中で中止になり、自宅実習に変更になりました。その後オンラインでの実習、学内実習、臨地実習と今までに経験したことのない実習を乗り越え、80人全員が無事に卒業しました。

祝電と教員からのメッセージは、59期生からの卒業記念品である両面ホワイトボードを使って飾りつけをさせていただきました。

卒業式終了後、59期生からサプライズで担当教員へ花束のプレゼントがありました。これには教員一同感動です。

これから、長野県厚生連の各事業所で看護師として新たな一歩を踏み出します。

優しく心温かい看護師として活躍することを職員一同心から祈っています。

学校にもいつでも来てね。待ってます!



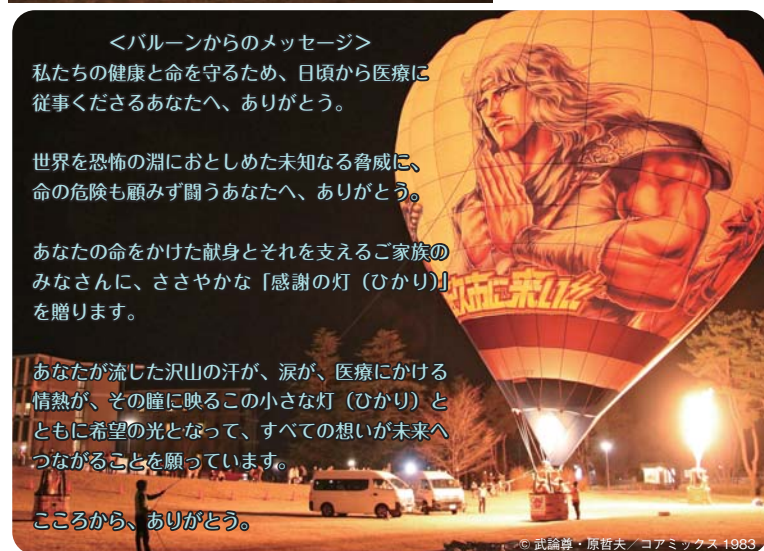
バルーングローを開催していただきました

「贈ろう感謝の灯を、つなげよう希望の光を」

佐久総合病院

佐久総合病院佐久医療センターにおいて3月20日の夜、「佐久熱気球クラブ」の皆さんによる主催、佐久市と佐久バルーンフェスティバル組織委員会による開催協力のもと、バルーングローが実施されました。バルーングローは、熱気球を浮上させずに、風船部分を行燈に見立ててバーナーで照らす演出を行うものです。佐久市とコラボしている『北斗の拳』の3兄弟があらわれたバルーンが、夜空に幻想的に輝きました。

「新型コロナウイルスに奮闘する医療従事者の皆さんへ敬意と感謝の意を込めて」ということで企画されたこのイベントは、3密を回避するなど感染予防の観点から、一般の皆さんへの事前告知は行われませんでした。代わりに、イベントのアンバサダーを務められた柳田清二^{せいで}佐久市長や、佐久市観光協会によって、ツイッターなどで現場の様子や企画の趣旨、「バルーンからのメッセージ」などが当日配信されました。地域のお祭りなどで



使っていた多くことを目的に設置した当院の「多目的広場」に、市内の医療従事者を中心にたくさんの方が集まり、お互いに距離をとりながらみんなでバルーンを見守っていました。

地域のたくさんの方の皆さまから私たち医療者へ応援をいただき、また、心温まる素敵なメッセージをいただきましたことに、この場を借りて心から感謝を申し上げます。ありがとうございました。



新型コロナウイルスワクチンの接種をしました

浅間南麓こもる医療センター



▲ワクチンを接種している様子



▲ワクチンをシリンジに吸い上げている様子



ファイザー製新型コロナウイルスワクチンの予防接種（1回目）が、医療従事者を対象に、浅間南麓こもる医療センターの保健予防課において行われました。

リハースルの一環として、1時間15人で2時間かけて30人の病院スタッフが接種となりました。事前に配布し記載してもらった予防接種を基に、接種前に医師による問診で体調を確認した後、接種を行い一人あたり5分程度で予防接種が完了しました。その後、副反応に備えて15分間の経過観察を行いました。当日は、大きな混乱や副反応の症状も見られることなく、スムーズな流れで接種が進みました。

今後タイムスケジュールに沿って、新型コロナウイルス感染症拡大防止につながるよう、安全を第一にワクチンの接種を進めていきます。

長野県長野で 第一線の地域医療を 私たちと実践してみませんか。



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



お問い合わせは下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 FAX: 026-236-2307



JA長野厚生連
facebook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

今年は桜の開花が早く、いつもの年と比べ早い春の便りとなりました。新型コロナウイルスの影響により外出もなかなかできずお花見もできない状況でしたが、スポットへ出掛けなくても日々の通勤のなかで楽しむことができました。来年はお花見ができるよう願うばかりです。(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

「高い高い」

撮影者：富士見高原医療福祉センター
富士見高原病院

あるが たつろう
有賀 達郎



この写真は数年前に「高い高い」が大好きな甥っ子を撮ったものです。
夏の真っ青な空に、太陽のTシャツ。そして何より弾ける笑顔。
とても気に入っている1枚です。
コロナ禍でなかなか会えず寂しいですが、次に会えたときは大きくなった甥っ子を、腰痛覚悟で「高い高い」したいと思います。

● 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
● 浅間南麓こもろ医療センター ☎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

