

みなさまと病院をつなぐ情報誌

TAKE FREE

ご自由にお持ち帰りください。



## 令和8年 年頭のご挨拶

2・3P

特集1

### 当院の無痛分娩の取り組みについて

4P

特集2

### 産婦人科(5D)病棟のご紹介

5P

■FLASH

6P

脳卒中・心臓病相談窓口  
(にいがた脳心センター連携)のご案内

■登録医のご紹介

6P

たかはしこどもクリニック/高橋 貞佳先生

■TOPICS

7P

YOUYOUフェスティバル 悠遊健康村まつり2025  
米山福祉の里文化祭2025

管理栄養士おすすめ とっておき簡単レシピ50

7P

立川メディカルセンターグループ案内

8P

# 令和8年 年頭のご挨拶

令和8年、明けましておめでとうございます。

昨年は国内外とも「明日はどうか？」の連続でしたが、後半高市新内閣が発足、僅か数か月で国内の雰囲気がとても明るくなりました。特に若い世代の政治参加、与野党間の議論がより前向きになるなど、今年国内においては大いに活気づくと期待しておりました。

しかし1月3日米国軍によるベネズエラ大統領夫妻「拉致」で今後世界の動向や日本への影響が危惧されます。ロシアのウクライナ侵略や中東紛争和平への見通しも心配されます。

世界の現在地はある意味先の見えない「崖っぷち」、この状況下、日本はより日本らしく世界に貢献すべき立ち位置となったのではと思います。ここに立った者にしか見えないものもあります。高市内閣には是非前向きに捉えてほしいと願っております。

一昨年来、私たち医療・介護系も「崖っぷち」と言われてきました。その要因に関し議論は尽くされました。根拠のない攻撃的議論に付き合っている暇はありません。

「通常のビジネスでは目標設定し達成するため、資金調達・設備導入し人材を採用し…」のコーザル手法で新規事業に挑戦するが、失敗する事例が相次いでいる。「先の読めない事業では手持ちのリソースを活用するなどのエフェクチュアル思考が出番」(日経新聞2025年12月18日;成功した起業家共通の思考法)とありました。

「医療は自然相手の第一次産業」、特に急性期医療は「先の読めない事業」とも感じています。国は2040年に向け医療構想を構築中です。新潟県は急性期医療はじめ様々な課題があり「先が読めない状況」と推測しております。データ分析、問題点抽出、目標設定は勿論大切です。但しその工程表にはあらゆる不測の事態が起きることを想定し、臨機応変に対応する柔軟性も必要、この観点から医療介護系にはコーザル・エフェクチュアル思考も必要と考えます。これとは別に、長年の外科医経験から「その選択はない!」も含めて最後は「勘」もありえ、結果は直後に出ることも数年後に出ることもありました。

さて、本年は当法人創立70年、立川総合病院移転10年、社会医療法人1年目の節目の年になります。昨年度、高度救急救命を使命とする立川総合病院はじめ各病院ともその使命を全うすべく全力投球してきましたが、結果的に赤字でした。今年度～来年度はこのような窮状を招いた当局の反省からか、種々な補正予算と診療報酬・介護報酬プラス改定により昨年度より若干の改善が見込まれています。コロナ以降続く医療・介護苦難の時代からの折り返し地点になれるかの勝負の年となります。

思い起こせばいつの時代も「崖っぷち」、それでも例えば新潟県は春夏秋冬、花火・お祭り・お酒・温泉・ウィンタースポーツ等を楽しみ、事あれば近隣県含む大規模災害にも対応してきました。現在も県土強靱化は続いております。

私たちが医療介護を通じて新潟の強靱化～日本の安定に寄与し、さらに世界の平和と安定に僅かでもお役に立つことが出来ればと壮大な想いで全力投入していきます。

あらためて皆様にとって本年がより良い年になることを願い、年頭のご挨拶と致します。



社会医療法人  
立川メディカルセンター  
理事長

吉井新平

新年あけましておめでとうございます。今年は午年です。午年は「行動力」「力強さ」「前進」の象徴とされ、幸運や豊かさを願う年とされてきました。しかも60年に一度の丙午(ひのえうま)にあたります。丙(ひのえ)は情熱的・強力(パワフル)の象徴です。医療に留まらず、日本社会が力強く前進することを願って止みません。病める人のお役に立つことが医療の使命と考え、限りある医療資源の中ではありますが、立川総合病院スタッフ一丸となって、病院機能の向上に力強く努めてまいります。



立川総合病院 院長  
**岡部 正明**

明けましておめでとうございます。

精神の健康と気象現象は切っても切れない関係にあることが近年分かってきました。前線通過前後の気分の違いや不安の増減が指摘されていますが、特に日照時間と気分の変動は個体差はあるものの日常の臨床でもよく認められます。中でも冬期間のうつ状態は薬物療法のみでは改善せず、治療上の日光浴や昼間に十分明るい部屋にいることが推奨されています。

欧米では、天気予報とは別に気象に関係する病気(いわゆる気象病)の注意報がテレビなどで流されます。我が国でも必要と考えますがいかがでしょうか。

令和8年もよろしく申し上げます。



柏崎厚生病院 院長  
**松田 ひろし**

新年あけましておめでとうございます。

当院では、系列である立川総合病院腎センターと密接に連携を図り、通院困難な透析患者の療養入院のみならず、透析を継続しながら骨折や脳卒中、肺炎等に対するリハビリテーション入院や、一定期間のレスパイト入院にも対応しています。現在はほぼ満床となっていますが、今も入院希望は増えており、需要に応じた体制づくりをして慢性透析において地域医療を支える役目を担っていきます。

また、今後ますます増えることが予想されている、呼吸不全や心不全により酸素療法が必要な状態で身体機能が低下した方に対して、リハビリテーションや医療療養を目的とした入院対応を行っています。そして、退院後の社会復帰支援や安心できる在宅療養が続けられるよう、併設しているたちかわ訪問看護ステーションでは、看護師とリハビリテーション専門職が連携して退院直後から医療処置や生活支援およびリハビリテーションを一体的に行い、疾患の悪化予防に務めています。

今年も当施設の機能(入院・入所及び訪問看護・リハビリテーション)を十分発揮して、さまざまな疾患に対応し、住み慣れた地域で「自分らしく暮らし続けること」ができる取り組みを進めていきます。

本年もよろしく願い申し上げます。



悠遊健康村病院 院長  
**立川 浩**

# 当院の無痛分娩の取り組みについて

## 1. 無痛分娩とは

麻酔によって陣痛の痛みを和らげる出産方法です。硬膜外麻酔を用いてお腹から足にかけての感覚が鈍くなり、痛みを完全にとるわけではありませんが、大幅に和らげることができます。産婦人科医、麻酔科医、助産師、看護師等が協力して安全な無痛分娩を提供できるように努めています。

また当院は、麻酔科専門医が管理する無痛分娩です。マンパワーが確保できる平日の日中にスケジュールを決めて陣痛を誘発し麻酔を行う「計画無痛分娩」を行っております。

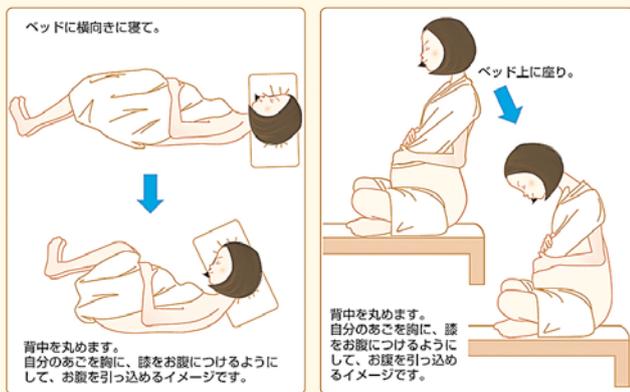
## 2. 無痛分娩の実際

図の様に横向きもしくは座位で丸くなり、背中側から麻酔科医が処置をします。穿刺部位に局所麻酔を行い、硬膜外腔まで針を進め細いカテーテルを留置します。

### 背中から麻酔をする時の姿勢

横向きに寝て背中から麻酔をする時の姿勢

座って背中から麻酔をする時の姿勢



陣痛誘発を行い、痛みがついて、ある程度分娩が進行してきたところでカテーテルから麻酔薬を入れていきます。麻酔の効果が不十分であったり、トラブルが出るようなときは再穿刺や脊椎麻酔に切り替えることがあります。陣痛誘発中は常時胎児心拍モニターを装着し、定期的に分娩の進行状況を確認します。

## 3. 無痛分娩に伴うメリットとデメリット

### メリット①〈快適性〉

痛みを軽減することで体力の温存につながり、落ち

着いて出産に臨めます。また、分娩前の恐怖心が減り、産後の疲労も軽減するという報告もあります。

### メリット②〈安全性〉

麻酔前評価がなされているため、緊急帝王切開への対応が速やかに行えます。

### デメリット

いかなる処置にも一定の確率で合併症や副反応のリスクを伴います。ここでいうリスクとは期待していた成果が得られない場合や軽度ないし致命的な合併症を併発することをさします。合併症が発生した時は、速やかに適切な処理を行います。治療費はご自身の負担となります。あらかじめご了承ください。

### デメリット①〈分娩への影響〉

分娩の進行が遅くなったり、努責（いきむ力）が弱くなったりして、子宮収縮剤の量が増えたり、器機分娩（吸引分娩・鉗子分娩）になる確率が上昇します。

### デメリット②〈赤ちゃんへの影響〉

麻酔開始直後は、子宮の収縮が強くなり、赤ちゃんへの心拍数が一時的に低下し、対処を要することがあります。麻酔薬自体による赤ちゃんへの影響はありません。

### デメリット③〈よく起こる麻酔による副作用〉

足の感覚が鈍くなり、力が入りにくくなる（50%）  
 血圧の低下（10～40%）  
 尿をしたい感じが弱い、尿を出しにくい（15～20%）  
 かゆみ（10～20%）  
 体温が上がる（15～25%）等

### デメリット④〈まれに起こる麻酔による副作用〉

硬膜穿刺後頭痛（0.5～1%）  
 局所麻酔中毒（0.01～0.1%）  
 お尻や太ももに電気が走る感じ（1～2%）  
 高位脊椎くも膜下麻酔・全脊椎くも膜下麻酔（0.01%）  
 穿刺部膿瘍形成（0.01%）  
 硬膜外血種形成（0.01%以下）等

### デメリット⑤〈陣痛誘発に伴う合併症〉

器機的頸管拡張術：吸湿材やバルーンを子宮頸管に挿入して子宮口を広げる処置では、感染リスクを助長させたり、臍帯下垂を起こしたりすることがあります。

陣痛誘発剤：子宮収縮の様子や胎児心拍モニターを見ながら増量していきますが、自然陣痛と比較し過強陣痛や子宮破裂等のリスクを上昇させます。

#### 4. 無痛分娩の費用

##### ●無痛分娩の費用

120,000円（非課税）  
別途入院代や分娩費が必要になります。



##### ●外来での術前検査費

当院にて初期検査を受けている方 約 7,000円

他院にて初期検査を受けられた方 約13,000円

●陣痛誘発に関してプロウペス（子宮頸管近傍に留置き持続的に有効成分が放出されることで子宮頸管の熟化を促しつつ、陣痛を誘発していく薬剤）を使用した場合には、別途22,000円が必要になります。

特集  
2

## 産婦人科(5D)病棟のご紹介

当院では

「ママとベビー、一人ひとりに優しいケア」を目指しています

立川総合病院産婦人科(5D)病棟では、お産後の入院を  
快適に楽しく過ごしていただけるよう様々な設備・サービスをご用意しています。

### 設備・サービス紹介

#### 陣痛室・分娩室

陣痛室は4つ、分娩室は2つのベッドを完備しています。  
赤ちゃんの誕生まで全力でサポートいたします。

〈陣痛室〉



〈分娩室〉



#### フォトブース

授乳室の一角にニューボーンフォトブースをご用意しています。  
ご家族で退院前の記念に特別な1枚をお撮りください。



#### 病室(大部屋・個室・特別個室)

個室はトイレ・洗面付きです。特別個室はシャワー・トイレ・洗面が付いています。どちらも面会時以外の電話やテレビ電話も可能です。



#### 昼食バイキング

火・金曜日の昼食はバイキングをご用意しています。産後のお母さんの会食の場として楽しんでいただいております。



産婦人科病棟ではInstagramを開設しています。  
病棟紹介や妊娠・出産に関する医療情報等を発信しています。  
ぜひフォローをお願いします。

産婦人科病棟  
Instagramは  
こちらから▶





## 脳卒中・心臓病相談窓口 (にいがた脳心センター連携) のご案内

脳卒中・心臓病相談窓口は、新潟大学医歯学総合病院「新潟県脳卒中・心臓病等総合支援センター (にいがた脳心センター) の連携施設として脳卒中や心臓病を持つ方とご家族に対して包括的な相談支援を提供しております。

急性期から回復期、在宅医療や維持期まで切れ目のない支援を行うため、医療・介護機関との連携を強化し、必要な情報提供や調整を行います。



### 利用方法

相談窓口：立川総合病院1階患者サポートセンター  
受付時間：9:00～16:00 (土・日・祝を除く)  
電話番号：0258-33-3111 (代)

### 相談内容

脳卒中、心臓病に関する以下の相談を受け付けています。

- 一般的な情報提供
- 福祉サービスに関する事
- 日常生活での困りごと、介護に関する事
- 関係機関窓口のご紹介
- その他、ご不安なことに対するご相談

### スタッフ紹介

- 慢性心不全看護認定看護師
- 保健師
- 脳卒中相談担当看護師
- 脳卒中療養相談士



立川総合病院  
オープンシステム

## 登録医のご紹介

### たかはしこどもクリニック

院長

高橋 貞佳 先生

- 開業年月／令和7年7月
- 診療科目／小児科
- 住所／〒954-0083 見附市市野坪町337番地4
- TEL／0258-86-6921 FAX／0258-86-6922
- ご趣味／マンガ・アニメ

### 自院の特徴と診療方針

令和7年7月よりたかはしこどもクリニックを開院しました。当クリニックでは『子供の健康と安全を第一に』をモットーに地域に根差した医療を提供していきます。院内はバリアフリーで靴の履き替えなく入れます。大きいベビーカーでもスムーズに移動できるように通路、ドアを大きくしています。森の中をイメージした院内でお子様楽しんでいただければ幸いです。

### 診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:45～12:00	○	○	○	○	○	休診日	休診日
14:00～16:00	小児予防接種・乳幼児健診(要予約)						
16:00～18:00	○	○	○	○	○		



## YOUYOUフェスティバル 悠遊健康村まつり2025 米山福祉の里文化祭2025

10月18日(土)及び25日(土)の2週に渡って悠遊健康村まつり(悠遊健康村病院)と米山福祉の里文化祭(柏崎厚生病院)が開催されました。

どちらも入院・入所中の皆さんとご家族や地域の方々楽しく交流していただきたく毎年開催している行事です。

見どころは、入所者さん作成の作品展示です。今年も迫力のある作品が数々展示され、来場者の方々

を止め、足を止め力作をご覧になられました。

他にも長岡市消防様ご協力の医療に関するセミナー、リハビリ体験コーナー、親子で楽しめるイベントコーナーなど数多くのブースがあり、終日賑わいました。

本年も沢山の方にご来場いただき、盛況に終わることができました。来年も皆様のご来場を心よりお待ちしております。



一次救命の講習会です。救命処置について実演を交えて長岡市消防様より説明いただきました。

会場に展示された作品です。丹精込めて作成された作品が会場を華やかに彩りました。



過去を思い出すことで気持ちの安定や脳の活性化につながるリハビリ体験です。体験を通して日常で行われているリハビリについて理解を深めていただきました。



★管理栄養士おすすめ★

とっておき 簡単レシピ 60

### ささみと焼きネギの和え物

一年中スーパーなどで見かけるネギですが、寒さが増すにつれて甘味が増し、太く柔らかくなる今の時期(11月~2月)が旬とされています。薬味や鍋物にも大活躍のネギですが、今回は鶏ささみと合わせることでおかずにもおつまみにもオススメな一品をご紹介します。

鶏ささみ肉は脂質をほとんど含まず糖質もゼロなので、減量中の方や筋トレ中の方にはお馴染みの食品です。年末年始の宴会で体重が増えすぎてしまった方、ぜひ運動後の食事の一品にいかがでしょうか。

#### 材料(2人分)

- ・鶏ささみ肉…………… 3本
- └ 酒…………… 小さじ2
- └ 塩…………… 少々(今回は1.0g)
- ・長ネギ…………… 1/2本
- ・ゴマ油…………… 小さじ2
- ・塩コショウ…………… 少々
- ※仕上げ用、今回はあらびき塩コショウ使用

#### 一口メモ

若年者も高齢者も、筋タンパク合成反応のピークは運動後1~2時間程度とされています。運動後はタンパク質を意識した食事を速やかに摂ることを意識しましょう。空腹時の運動は筋肉量減少につながるため、運動前にはエネルギー源となる糖質を適度に摂取し、運動中の筋肉量減少を防ぎましょう。



栄養価  
一人分 110kcal  
たんぱく質 14g  
塩分 0.8g

#### 作り方

- ① 耐熱皿に鶏ささみ肉を並べ、酒と塩をふりかける。
- ② ネギは斜めに薄く切り、ゴマ油で少し焦げ目がつくまで炒める。
- ③ 鶏ささみ肉にラップをかけて、電子レンジで3分ほど加熱する。(中心まで十分加熱されるように、様子を見て時間を追加してください)
- ④ 荒熱が取れたら鶏ささみ肉を食べやすい大きさにほぐし、炒めたネギ、レンジ加熱した際に耐熱皿に残った汁を加えて混ぜる。
- ⑤ 仕上げに塩コショウを振り、器に盛り付けて完成。



### 立川総合病院

- 消化器センター
- 循環器・脳血管センター
- 呼吸器センター
- 生殖医療センター

〒940-8621 新潟県長岡市旭岡1-24  
TEL(0258)33-3111 FAX(0258)33-8811

#### ■ 腎センター

〒940-8621 新潟県長岡市旭岡1-24  
TEL(0258)35-5379 FAX(0258)35-5334

#### ■ たちかわ総合健診センター

〒940-8621 新潟県長岡市旭岡1-24  
TEL(0258)36-6221 FAX(0258)34-1113

### 悠遊健康村病院・リハビリセンター

〒940-2138 新潟県長岡市大字日越337  
TEL(0258)47-8500 FAX(0258)47-8555

- たちかわ訪問看護ステーション  
TEL(0258)47-8518 [FAX兼用]

#### グループホーム 晴遊庵

〒940-2138 新潟県長岡市大字日越337  
TEL(0258)47-8520 [FAX兼用]

### 介護老人保健施設 悠遊苑

〒940-2138 新潟県長岡市大字日越337  
TEL(0258)47-8511 FAX(0258)47-8507

#### ■ 居宅介護支援事業所 悠遊苑

TEL(0258)47-8523 FAX(0258)47-8507

### 柏崎厚生病院

#### ■ よねやま訪問看護ステーション

〒945-1392 新潟県柏崎市大字茨目字ニツ池2071-1  
TEL(0257)22-0111 FAX(0257)22-0112

#### 認知症高齢者グループホーム

#### 米山五楽庵

〒945-1392 新潟県柏崎市大字茨目字ニツ池2071-1  
TEL(0257)32-2010 FAX(0257)32-2018

### 介護老人保健施設 米山爽風苑

〒945-1392 新潟県柏崎市大字茨目字ニツ池2071-1  
TEL(0257)22-0111 FAX(0257)22-0112

### 柏崎市東地域包括支援センター

〒945-1432 新潟県柏崎市大字善根6769-1  
TEL(0257)31-2122 FAX(0257)31-2120

#### 精神障害者地域生活支援センター

### 茨内地域生活支援センター

〒945-1341 新潟県柏崎市大字茨目字巻山1260-1  
TEL(0257)22-1215 [FAX兼用]

#### 社会福祉法人晴真会

#### 指定障害福祉サービス事業所

### 米山自在館

〒945-1341 新潟県柏崎市大字茨目字ニツ池2043  
TEL(0257)21-1414 FAX(0257)41-5888

#### 社会医療法人立川メディカルセンター

### 晴麗看護学校

〒940-0041 新潟県長岡市学校町3丁目1-22  
TEL(0258)39-4181 FAX(0258)39-4188

#### 学校法人晴陵医療学園

### 晴陵リハビリテーション学院

〒940-2138 新潟県長岡市大字日越319  
TEL(0258)47-4690 FAX(0258)47-4691