



## 新病棟建設から一年が経ちました

2000年の介護保険の導入は画期的でした。それまでは核家族で、昼間全員が働いている家庭が多く、難病患者の在宅医療には多くの困難があったのです。私の母はその恩恵を受けることはできませんでしたが、父は助けていただきました。

在宅医療から引き継ぐ当院の役割は大きく、最後の砦です。チーム医療を実践する中で情報交換を行い、仕事を進めてほしいと思います。

厳しい医療環境ではありますが、職員の皆様も健康に留意し、共にあたたかい医療を実践していきたいと思っています。

小千谷さくら病院長 山崎 元義

小千谷さくら病院の理念

自分なり家族や友人が利用したい病院づくり

## 特別講演会を開催しました

8月30日(金)、新潟大学脳研究所長、新潟大学医歯学総合病院病院長補佐、脳神経内科教授小野寺 理先生から小千谷さくら病院までお越しいただき、特別講演「認知症とは何だろうか」をしていただきました。86名の職員が参加しました。小野寺先生には貴重な機会をいただき、ありがとうございました。日々の臨床に役立てていきます。



# 小千谷祭り

8月24日（日）に小千谷万灯の訪問がありました！

1病棟：久しぶりの万灯を見て、皆さま喜んでいる様子でした◎小千谷市内の万灯関係者の方々ありがとうございました。



2病棟：新型コロナ感染症予防のため声は出せませんでしたが、お囃子に合わせて踊ったり、手拍子を楽しんでいました。



3病棟：皆様とても楽しそうにされ、小千谷出身の患者様の中には涙を流して喜ばれている方もいらっしゃいました。



## 職場体験学習



↑ 越路中学校の生徒さんです✧看護師志望✧  
看護部で熱心に話を聞きながら学習されていました！



↑ 小千谷中学校の生徒さんです✧各部署で学習されました！2日間頑張りました！

小千谷さくら病院では職場体験学習を積極的に受け入れしておりますので、ぜひご連絡下さい！！

# 献立紹介

## 常食

## 刻み食

## ミキサー食

7月24日(水)土用の丑の日献立

うな丼、すまし汁、ごま味噌和え、メロン、牛乳



8月24日(土)地域行事にちなんだ献立～小千谷祭り～

精進寿司、すまし汁、天ぷら、モロヘイヤ和え物、西瓜、牛乳



## さくら健康アドバイス

### 【認知症予防と運動】

認知症予防や認知機能の低下予防として運動、特にウォーキングやジョギングなどの有酸素運動や筋力トレーニングが推奨されるようになってきました。その理由の一つとして、運動によってBDNF（脳由来神経栄養因子）の合成・分泌が促進される点が近年注目されています。BDNFとは、海馬という脳の中にある記憶をつかさどる部位に多く存在するタンパク質Brain-Derived Neurotrophic Factorの略で、神経細胞の成長や維持・修復を促し、記憶力や認知機能の向上につながるといわれる物質です。近年の研究によって、運動が体内の多様なシステムを介してBDNF発現を増強するだけでなく、実際に海馬容積の増大や認知機能の改善をもたらし、認知症や神経変性疾患の進行を遅らせる効果をもつことが示されています。2024小千谷市オレンジガイド（認知症ケアパス）には、認知症の発症を遅らせるための暮らしのヒントの一つとして「楽しい運動：楽しい、心地よいと感じることがポイントです。手足口の様々な部分を使って、散歩、体操、畑、家事など自分が楽しめる運動を続けましょう」と記されています。自分なりの楽しめる運動を見つけていきましょう。

言語聴覚士 会田 生也

(参考) ○運動が支える脳の健康/新潟大学脳研究所ホームページ ○2024オレンジガイド（認知症ケアパス）/小千谷市

# 職員紹介

①名前 ②所属職種 ③性格 ④趣味 ⑤ひとこと

- ①本多 真理子  
 ②コメディカル部 地域連携室  
 医療ソーシャルワーカー  
 ③あっさりした性格  
 ④道の駅めぐり  
 ⑤右も左もわからず、毎日緊張の連続ですが、よろしく願いいたします。

- ①小柳 香穂  
 ②3病棟 看護師  
 ③粘り強い  
 ④ミステリー小説を読む  
 ⑤新卒から精神科に勤務していたので、はじめてのことやわからないことが多いですが、よろしく願いいたします。

- ①青木 ルミ  
 ②3病棟 看護補助者  
 ③優しいといわれます  
 ④トイプードルのなつめ君と遊ぶこと  
 ⑤常に前向きに笑顔を忘れず仕事と向き合っていきたいと思います。

さくら病院の新たな仲間です！

## 外来・入院相談案内

### 外来診察一覧表

診療科	受付時間	月	火	水	木	金	土
脳神経内科	午前8:30~11:30	山崎	出塚	/	出塚	眞野	/
内科	午前8:30~11:30	非常勤	山田	非常勤	/	/	/

※外来の診察に関しましては事前にお問い合わせください。問い合わせ・予約（代表0258-83-2680）

※診察日は月～金曜日(土日祝日、年末年始休診)

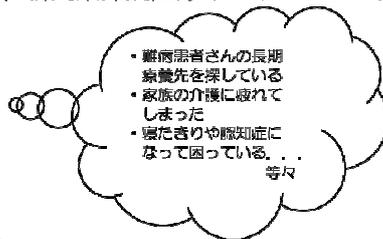
※但し、急患はこの限りではありません。

### 入院相談案内

医療のこと、介護のこと、福祉のこと何でも相談にのります。

医療ソーシャルワーカーまでご相談下さい。問合せ（地域連携室直通0258-83-0618）

小千谷さくら病院は、新潟県難病医療ネットワークの魚沼医療圏の協力病院です。



小千谷さくら病院  
 脳神経難病センター

〒947-0041 新潟県小千谷市小栗田2732番地  
 電話(代表) 0258-83-2680  
 FAX 0258-83-4416  
 URL <http://www.sakurahp.com>  
 E-mail [info-01@sakurahp.com](mailto:info-01@sakurahp.com)