



2025 / 1

第152号

JA徳島厚生連だより

# お元気ですか！

年男・年女(巳年)

P3~5



|                            |   |
|----------------------------|---|
| ○ 新年のご挨拶 .....             | 2 |
| ○ 阿南医療センターの近況報告 .....      | 6 |
| ○ 栄養コラム【冬型栄養失調に注意!!】 ..... | 7 |
| ○ 栄養関係功労者厚生労働大臣表彰 .....    | 7 |
| ○ にこにこ保育園通信 .....          | 8 |



## 新年のご挨拶

代表理事理事長  
板東 正人



あけましておめでとうございます。皆様におかれましては健やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。旧年中は本会事業に多大なるご尽力を賜りましたことに対し、厚く御礼申し上げます。

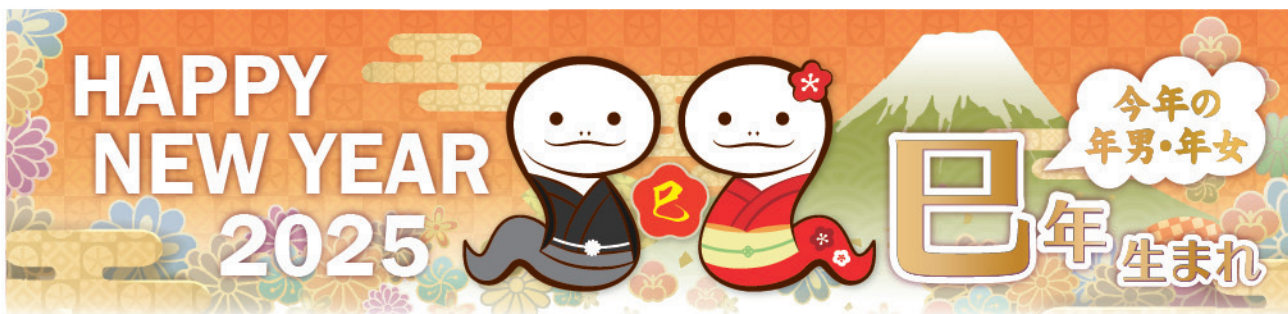
農業分野では、農業従事者の高齢化と後継者不足による労働力不足が課題となっている一方で、農家が担う農地の面積はこれまでより大きくなっています。また1年以上、作物が栽培されていない農地も増加しています。さらには後継者不足によってこれまで蓄積されてきたノウハウの継承が途切れてしまう懸念もあり、こうした人口減少社会における課題を解決するために、農業の生産性や効率性をあげるデジタル技術の活用が求められています。

医療分野では、昨年4月1日に働き方改革における労働基準法の5年間の猶予期間が終了し、医師の時間外労働の上限規制が適用されることになりました。その背景には、業務の特性など様々な課題が含まれておりますが、同時に、連続勤務時間制限や長時間勤務医師の指導など、医師の健康を守るための追加的健康確保措置の実施が義務化されました。しかし、現在、医師不足が深刻な問題となっています。特に地域医療を担う病院では深刻であり、そのような状況下で、医師の労働時間に関する取り決めが中心となる医師の働き方改革は、極めて厳しい条件となっています。

このような状況下、国際的な原材料価格の上昇や円安の影響で物価や光熱費の高騰が続いております。また労働人口の減少や最低賃金の引き上げにより、人件費も高騰しており医療機関の経営は厳しい状況が続いておりますが、公的医療機関として、組合員や地域の皆様に信頼される医療機関を目指し、役職員一丸となって取り組んでまいります。

本年は「巳（蛇）年」の年にあたり、脱皮をする蛇のイメージから巳年は「復活と再生」を意味し、新しいことが始まる年になると言われています。また、「巳」を「実」にかけて「実を結ぶ」年とも言われ、縁起の良い意味を表します。皆様にとって、希望に満ちた幸多き年となりますよう、心からご祈念申し上げます、新年の挨拶と致します。





阿南医療センター  
たまだ ななか  
 看護師 玉田 菜々香

あけましておめでとうございます。  
 今年で看護師 12 年目になり、36 歳の年女になります。  
 私は小学 1 年生の時に大型トラックにはねられ、意識不明の重体で生死を彷徨いましたが、看護師、医師に助けられ、今は元気に生活することができています。その時、小児科の上田医師に言われた「人の為に働く人になりなさい」との言葉を忘れず、看護師を目指しその夢を叶え、毎日患者さんの為に一生懸命働いています。

私は今、腎センターで 3 年働いています。昨年、下肢切断という症例を経験し自分の看護に限界を感じていましたが、糖尿病重症化予防(フットケア)研修に参加する機会を得て、今は患者さん 1 人 1 人に応じた看護を提供し、観察、指導、スタッフ教育など日々奮闘しています。今年も看護師として限界を作らず、更に飛躍できるような 1 年をスタートさせたいと思っています。そして、今年は見目 30 歳を目指し、美容・健康ともに維持向上させていきたいです。



阿南医療センター  
ふるかわ しんいちろう  
 診療放射線技師 古川 慎一郎

新年明けましておめでとうございます。  
 診療放射線技師として阿南医療センターに入職し、あと数ヶ月で一年となります。慣れないことばかりで悩むことも多々ありましたが、先輩方に優しく、時には、厳しく指導して頂いております。

患者様から「ありがとう」と、にっこり笑ってお礼を頂く事があります。そんな時、私は患者様から逆に元気を頂き、この仕事に就いて良かったと感じます。

技術面を磨き、患者様に安心して検査を受けて頂けるよう、努めてまいります。





吉野川医療センター  
くすのき りょうすけ  
 看護師 楠 良介

あけましておめでとうございます。

吉野川医療センターに入職し、3年目となりました。1年目の頃は、わからない事がたくさんありましたが、優しい先輩方のご指導のおかげで日々の業務にも慣れ、自分一人のできる事も増えました。

今年は何年です。何年は、「何」を「実」にかけて「実を結ぶ」年だそうです。私も日々勉強し、看護師としての知識・技術を向上させ、患者様により良い看護を提供できるよう努力を積み重ねていきたいと思えます。

最後になりましたが、今年一年、皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。今年もよろしく願いいたします。



吉野川医療センター  
いのうえ ひかる  
 臨床検査技師 井上 晃

あけましておめでとうございます。

高知から徳島に嫁ぎ、吉野川医療センターに入職して初めての年女を迎えました。日々の業務に加え、家事に育児にと目まぐるしい毎日ですが周りの方々のサポートのおかげでなんとかこなしています。

臨床検査技師（細菌担当）としてまだまだ知識不足・経験不足を痛感しておりますが、蛇が脱皮を通じて成長し再生することにあやかり自分自身も日々研鑽を重ね、職種に関係なく諸先輩方に指導してもらいながら患者様により良い医療を提供できるよう成長していければと思います。

最後になりますが、今年一年が皆さまにとって幸多き年になりますことをお祈り申し上げます。今年もよろしく願いいたします。



阿波病院  
ボイラー技士 溝渕 秀樹  
みぞぶち ひで き

平成8年度に就職し、28年が過ぎようとしています。

当時18歳、未熟であった私も先輩方のご指導のおかげで成長することができたと思っております。その間には様々な出会い、別れがありました。

今は阿波病院の設備を預かる立場となり、上司であった方々のご苦勞が身に染みてわかるようになりました。患者様から設備に関してご意見を頂くことがございます。気が付かなかったことに歯がゆさを感じることもありました。

年男を迎えた本年、今まで以上に患者様が安全・安心に当院をご利用いただけるよう、より一層邁進してまいります。



徳島県農村健康管理センター  
事務員 本浄 幸拓  
ほんじょう ゆきひろ

2025年、4回目の年男を迎えることとなりました。日々の生活では、週末にジムで汗を流したり、仲間とテニスを楽しんだりして、体を動かすことで心身ともにリフレッシュすることができています。

また、地域活動にも積極的に参加しており、消防団では防災訓練や地域の安全確保に努めるほか、毎年秋祭りでは獅子舞の役を務めています。小さな子供たちが目を輝かせて見守る中、地域の伝統を守りながら舞う瞬間は、私にとって何よりのやりがいです。

年男として、今年はさらに充実した一年にするべく、仕事も地域活動も全力で取り組みたいと思います。皆さんと共に楽しい一年を過ごせることを願っています。

## 阿南医療センターの近況報告

阿南医療センター・副院長

外科医 正宗 克浩



新型コロナウイルス感染症が「5類」に移行し、多くの皆様が比較的穏やかな年末年始を迎えられたことと存じます。当院では、引き続きマスク着用や面会制限などの感染対策を講じながら、ほぼ通常通りの診療を再開出来ています。

一方で、コロナ禍が過ぎ去った今、当院が地域の基幹病院としての役割を十分に果たしているかを振り返ると、依然として解決すべき課題が少なくないとも感じます。これまでも、「より信頼され、頼りにされる病院」を目指して、現院長の方針のもと、「救急患者を断らない」姿勢を掲げ、紹介患者や救急患者の受け入れを積極的に進めてまいりました。その結果、救急車受け入れ件数は、開院当初の約2,000件から3,000件を超え、受け入れ率も約85%を維持し、昨年は県内トップクラスの実績を達成するまでになっています。しかし、働き方改革などの影響による人手不足が今後も続くことが予想される中、さらなる患者対応の実現には、スタッフのスキル向上と院内外の連携強化が不可欠です。

こうした課題に対応するため、当院では昨年より院内で定期的に救急蘇生講習会を開催し、病院スタッフ全員のスキル向上と治療手順の統一に努めています。また、外傷患者への対応力を高めるべく、救急隊と連携して外傷治療の講習会「JPTEC」を年1回実施しています。これにより、救急隊との協力体制がさらに強化され、迅速かつ円滑な治療の実現を目指しています。

接遇面など、なお改善すべき点は残されておりますが、地域の皆様に信頼される病院を目指して努力を続けてまいります。引き続き、皆様のご期待とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

### 病院基本情報

JA徳島厚生連  
阿南医療センター



院長 前田 徹  
住所 徳島県阿南市宝田町川原6番地1  
電話番号 0884-28-7777  
診療科 全22科  
受付時間 8:30～16:45

休診日 土・日・祝祭日・年末年始(12/30～1/3)

HPはこちら



※診療の有無は診療科ごとに異なります。  
電話にてお問い合わせください。



## 栄養コラム

吉野川医療センター 栄養管理科

### 冬型栄養失調に注意!!

人は寒さに耐えるだけでも体力が消耗されます。  
寒がりな方にとっては、つらい時期になりますね。  
しっかりと栄養をとって、身体が冷えないように対策しましょう。  
特に冬型栄養失調は、心臓や血管系の重大な疾病につながることもあります。  
年明けから体調不良にならないように気をつけましょう。

#### こんな症状はありませんか？

- まぶたがピクピク動く
- 口内炎がよくできる
- 傷が治りにくい
- 髪がよく抜ける
- 外に出るとドキドキする

このような不調がある場合、**冬型栄養失調**かもしれません。  
冬は体温を下げないようにするために、夏より10%も多くのエネルギーを消費するといわれており、夏と同じような食事をしてしていると栄養が不足し、様々な不調を引き起こします。



#### 冬に不足しがちな栄養素

※下記以外にも旬の食材を取り入れ、バランスの取れた食事を心がけましょう

##### マグネシウム

マグネシウムを多く含む食品

- 油揚げ
- 納豆
- ひじき
- 海苔
- 昆布

##### 葉酸

葉酸を多く含む食品

- ほうれん草
- 小松菜
- 春菊
- レバー

##### 鉄

鉄を多く含む食品

- かつお
- まぐろ
- アサリ
- レバー
- 枝豆



### 優良な特定給食施設として、阿波病院が表彰されました。

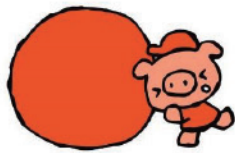


徳島県厚生農業協同組合連合会 阿波病院

#### 栄養関係功労者厚生労働大臣表彰

多年にわたり栄養改善に尽力し、その功績が特に顕著であると認められる者及び特に他の模範と認められる優良な特定給食施設を表彰するものです。





# にこにこ保育園通信



今年度の運動会は、美摩病院パング保育所のみなさんとの合同運動会を行いました。いつもよりも大人数で広い会場での運動会となり、とても盛り上がりました♪子どもたちは、たくさんの保護者の皆さんに見てもらい緊張して泣いてしまう子もいましたが、最後まで元気いっぱい頑張りました。また、親子競技では保護者の皆さんと一緒に競技が出来て、いつもよりも笑顔いっぱいの子もたちを見ることが出来ました。



発行 徳島県厚生農業協同組合連合会 発行人 板東 正人  
 〒770-0011 徳島市北佐古一番町5番12号 JA会館7階  
 ☎ 088-634-2627 (経営企画課) FAX 088-632-2811  
 URL <https://www.kouseiren.jp/> E-mail : [tokushima@kouseiren.jp](mailto:tokushima@kouseiren.jp)