

すこやか Gukoyaka



「年頭のごあいさつ」

「役職員のご紹介」

TSURUMI, Special edition

「インフルエンザが流行しています!!」

健康管理センター

「血液検査で胃がんのリスクを

一度検査してみませんか?」

介護老人保健施設シエモア鶴見
「移乗サポートロボット(Hug)」を
増設しました」

健康のワンポイント

「冬の血行ケアで

不調を予防しましょう」



別府市
餅ヶ浜海浜公園からの
日の出

2026.January
Vol.628

広報誌「厚生連だより」



年頭のごあいさつ

JA大分厚生連
経営管理委員会会長

壁村 雄吉



新年あけましておめでとうございます。

令和8年の年頭にあたり、組合員の皆様をはじめ利用者、関係者の方々におかれましては、新春を晴々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。また日頃より、当会の事業にご理解とご協力を賜り、心から厚くお礼申し上げます。

去年は、大阪・関西万博の開催や、国内政治における憲政史上初の女性首相による新内閣の発足といった新たな時代の幕開けを予感させる出来事がありました。一方で、重要なインフラを標的としたサイバー攻撃の脅威が広がる等社会情勢の変化は激しく、スピードも増したことを感じる一年となりました。

農業を取り巻く情勢については、生産年齢人口の減少や担い手の高齢化、生産コストの高騰などが大きな課題となっております。このような状況を踏まえ、JAグループ大分では食と農を基軸として、共同作業と総合事業で地域社会の持続的な発展を支えるため、「地域を耕し、笑顔を収穫」をパーパスとして掲げ、豊かな暮らしと活力ある地域社会の実現へ向けて取り組んでいます。

医療情勢については、物価やエネルギー価格の高騰などにより経営費用が増大し、多くの医療機関が厳しい経営判断を迫られるなど厳しい現実に直面しており、地方における人材の確保が難しくなっていることも含め、医療提供体制の維持と質の確保という難しい両立が求められております。また、大分県も人口減少や少子高齢化の進行という大きな課題を抱えており、医療や介護の現場への負担はこれまで以上に増大していることから、地域全体で生活を支える体制の構築が急務となっております。

私たちは、これらに適切に対応するため、地域の医療施設、介護・福祉施設、行政機関とのシームレスな連携を図り、地域医療支援病院として医療連携の構築に取り組むとともに、地域の皆様が安心して暮らせるよう、質の高い医療・保健・福祉サービスの提供に努めてまいります。

令和8年も役職員一丸となって地域の皆様の健康と笑顔のため邁進していく所存でありますので、引き続きのご理解とご協力を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

最後になりますが、この新しい年がすべての人にとって良い年になるよう心から祈念致しまして年頭の挨拶とさせていただきます。

役職員のご紹介

〈役員〉

経営管理委員会 会長 壁村 雄吉
 経営管理委員会 副会長 長尾 雪広
 経営管理委員 麻生 俊之輔
 経営管理委員 佐藤 司
 経営管理委員 岡部 和生
 経営管理委員 佐藤 隆博
 経営管理委員 矢羽田 正豪
 代表理事 理事長 垣迫 秀明
 常務理事 芦刈 誠治
 理事・院長 加賀 明彦
 代表監事 栗津 繁正
 監事 船石 信和

〈本部〉

内部検査室長 白石 和洋
 統括管理室長 百崎 一貴

〈健康管理センター〉

センター長 加賀 明彦
 副センター長 佐藤 竜吾
 医務部長 赤嶺 加奈子
 健康管理部長 衛藤 寛樹

〈鶴見病院〉

院長 加賀 明彦
 副院長・循環器内科医長・
 心臓病センター長・地域医療連携室長 財前 博文
 総合内科部長 池脇 淳二
 呼吸器内科部長・医療技術部長・
 診療支援部ME担当部長・感染制御室長 岸 建志
 血液内科部長・医療安全管理室長・
 臨床研修センター長 幸野 和洋
 循環器内科部長・救急部長・ICU部 篠崎 和宏

消化器内科部長 安部 高志
 腎臓内科部長・
 人工透析センター長 有馬 誠
 糖尿病・代謝内科部長 日高 周次
 神経内科部長 藪内 健一
 放射線科部長 相良 佳子
 主任外科部長・消化器外科部長・
 肝胆脾疾患センター長 柴田 浩平
 消化管外科部長 野口 琢矢
 呼吸器外科部長 阿南 健太郎
 乳腺外科部長 末廣 修治
 形成外科部長 津田 雅由
 腎臓外科・泌尿器科部長 瀬治 山伸也
 小児科部長 島田 祐美
 病理診断科部長・診療支援部長 近藤 能行
 事務部長 佐藤 晴信
 看護部長 増田 勝美
 看護部副部長 黒木 真由美
 地域医療連携室 考査役次長 川野 今日子
 臨床検査科技師長・
 臨床工学技術科考査役科長 小野 道広
 放射線技術科技師長 西村 賢一
 放射線治療科技師長 古庄 剛

〈介護老人保健施設シェモア鶴見〉

施設長 財前 博文
 副施設長 大河原 均
 事務長 二宮 洋平

インフルエンザが流行しています!!

感染制御室 次長 田中 奈津美

現在、日本ではインフルエンザが全国的に「警報レベル」で流行しており、
早めの予防と基本的な対策が強く求められています。

感染状況 (2025年12月時点)

- 厚生労働省の最新発表によると、**定点当たり報告数は44.99人**で、依然として高い水準。
- 全国39都道府県で「警報レベル」に達しており、学校の休校や学級閉鎖も多数発生。
- 主流は“A型インフルエンザの新変異株「サブクレードK」”で、感染力が強く、例年より早い流行が確認されています。
- 特に高齢者や基礎疾患を持つ方で重症化リスクが高まっており、施設や家庭での感染対策が重要です。

一般的な感染対策

- マスク着用: 人混みや公共交通機関での着用や、咳エチケットの徹底。
- 手洗い・うがい: 外出後は流水と石けんでしっかり洗う。うがいも有効。
- 室内の湿度管理: 加湿器を使い、湿度50~60%を保つことで粘膜の防御機能を維持。
- 十分な睡眠と栄養: 免疫力を高めるため、規則正しい生活を心がける。
- ワクチン接種: 効果は接種後2週間で現れ、4~6か月持続。流行が早いので、早めの接種が推奨。

*最新の知見

- 歯周病菌は、いろいろな感染症に関与しています。
- “口腔ケア(歯磨き・定期的な歯科受診)”も予防に有効とされています。



まとめ

今年のインフルエンザは例年より早く、強い流行が続いています。全国で警報レベルに達しており、学校や職場でも影響が広がっています。基本的な手洗い・うがいなどの対策を行い、早めのワクチン接種と口腔ケアも効果的です。自分と家族を守るため、日常生活の中でできることから取り組みましょう。





血液検査で胃がんのリスクを 一度検査してみませんか？

ピロリ抗体検査とペプシノゲン法を組み合わせることによって
「胃の健康状態」を確認することができます。[胃がんリスク層別化検査(ABC分類)]



	A群	B群	C群	D群
ピロリ抗体検査	－	＋	＋	－
ペプシノゲン法	－	－	＋	＋
胃がん発生の危険度	低	→ 高		

ピロリ抗体検査

胃がピロリ菌に感染していないか調べる検査です。ピロリ菌は胃粘膜にダメージを与え、さまざまな病気のひきがねになると考えられています。

ペプシノゲン法

多くの胃がんは胃粘膜の“萎縮”を背景として発生すると考えられており“萎縮”が強いかどうかを判定することができます。

ペプシノゲン法陽性の人からは、陰性の人よりも高い確率で胃がんなどの病気が発見されることがわかっています。

この検査に不適な方

- ピロリ菌除菌歴がある。
- 明らかな上部消化管症状がある、もしくは治療中。
- 胃酸を抑える薬を服用している。
- 胃を切除する治療を受けた。
- 腎機能が低下している。

A群



健康的な胃粘膜です。

ピロリ菌感染・胃粘膜萎縮はいずれも否定的で、胃がんになる危険性が比較的低いと考えられています。

B群



少し弱った胃粘膜です

ピロリ菌に感染している疑いがあります。胃粘膜の萎縮は軽度ですが胃潰瘍、胃がんになる危険性を否定できないので、ピロリ菌を除菌し定期的な内視鏡検査の実施が望ましいです。

C群



萎縮の進んだ弱った胃粘膜と考えられます

ピロリ菌感染および萎縮性胃炎があります。胃がんになる危険性があるのでピロリ菌を除菌し定期的な内視鏡検査を実施することが望ましいです。

D群



萎縮の非常に進んだ弱った胃粘膜と考えられます。

高度の胃粘膜萎縮があり胃がんになるリスクが極めて高いため、必ず内視鏡検査を行い、注意深く経過を観察する必要があります。

E群（除菌群）



ピロリ菌の除菌治療を受けた方は、除菌判定の結果に関わらず、E群(除菌群)として、定期的に内視鏡検査を受けましょう。

監修:デンカ生研株式会社

胃がんリスク(ABC)検査

5,500円 ※事前予約をお願いします。





▲ 移乗サポートロボット〈Hug〉

▲ 移乗サポートロボット〈Hug〉
防水タイプ

『移乗サポートロボット』とは、身体が不自由なご利用者さまをベッドや車いす、便器などへ移乗する際やご利用者さまの自立が必要な場面で、介助者の"抱え上げ動作"をロボット技術でパワーアシストして介助者の身体的負担を軽減する介護用ロボットです。

シェモア鶴見では、令和6年度に『移乗サポートロボット〈Hug〉』1台を入所施設に導入して、ご利用者さまの日常生活での移乗介助に使用しており、介助者の身体的負担の軽減はもちろん移乗する際にご利用者さまへ与える安心感が飛躍的に向上したと実感しています。

一方、入浴時、立位保持が困難なご利用者さまなど、滑りやすい床での移乗介助は転倒などの危険性が高く、より慎重な対応が必要で介助者の負担は特に大きいため、このたび、**防水タイプ**の『移乗サポートロボット〈Hug〉』1台を増設しました。これにより、入浴介助の際の介助者の身体的負担の軽減とご利用者さまの不安の解消、さらに両者の安心感と安全性が向上しました。

シェモア鶴見では今後も、ご利用者さまに安心安全な介護サービスの提供と、スタッフの働きやすい環境づくりに取り組んでまいります。

シェモア鶴見は、「働きやすくやりがいのある介護事業者」として大分県に認証された施設です。



Hugに寄りかかった姿勢から、「立つ」ボタンでHugがやさしく抱え上げます。



Hugに乗った状態で移動することができるため、安全で容易にベッド、車いす、トイレ、シャワーチェアなどへ移乗できます。

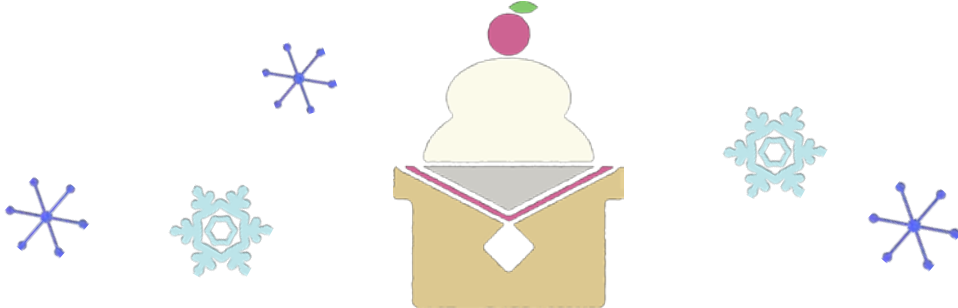


移乗先に着いたら、「座る」ボタンで安全に座ることができます。立位を保持することもできるため、更衣介助、排泄ケアも容易に行えます。



食事療養科だより

お雑煮について



「雑煮」は、平安時代の宮中行事に由来し、室町から江戸時代にかけて庶民に広がった料理です。当時は正月だけでなく、大事な客人をもてなす料理のひとつでしたが、今では地域で餅の形(丸餅、角餅)、味付け(すまし汁、味噌)、具材(鶏肉、魚介、野菜など)が異なる家庭料理のひとつです。縁起を担ぐ具材を取入れることが多いです。

餅:長く伸びることから、長寿や家庭円満を願う

鶏肉:福を取り(鶏)入れる

大根・人参:細く切ったり、輪切りにして「円満」を願ったり、鮮やかな色合いでお祝いを表現

具沢山のお雑煮は、旨味を引き出し薄味でも美味しくいただけます。

お餅で炭水化物、鶏肉で蛋白質、野菜では食物繊維の栄養を摂ることができ、栄養バランスのよい1品です。お正月だけでなく、普段の食卓にもおすすめです。

具沢山お雑煮レシピ



材料	2人分
角餅	200g(4個)
鶏もも肉	80g
ごぼう	30g
金時人参	20g
しいたけ	2枚(30g)
ほうれん草	60g
かまぼこ	5g
だし汁	240ml
料理酒	小さじ2(10g)
A しょうゆ	小さじ1強(7g)
塩	0.8g
柚子皮(折れ松葉)	適量(1g)

栄養価(1人分)	
エネルギー	332kcal
たんぱく質	13.2g
脂質	6.5g
炭水化物	57.0g
塩分	1.3g

作り方

- ① 鶏肉は、一口大のそぎ切りにする。
- ② 金時人参はねじり梅にする。ごぼうは5mm厚さの斜め切りにし、水にさらす。
- ③ しいたけは石づきを落として花切りにする。ほうれん草は茹で、冷水にとり、絞って水気を切り、3cm程の長さに切る。
- ④ かまぼこ、柚子皮はお好みで飾り切りにする。
- ⑤ 鍋にだし汁を入れて火にかけ、①、②、しいたけを入れて煮る。
- ⑥ 餅はきつね色になるまで焼く。
- ⑦ 具に火が通ったら、Aで味をととのえる。
- ⑧ 器に汁を少しそそぎ、餅、具を彩りよく盛付け、残りの汁をそそぐ。

(管理栄養士 石田 麻衣子)

冬の血行ケアで
不調を予防しましょう

1年の中でも特に冷え込みが厳しい1月は、寒さによって血管が収縮し、全身の血行が滞りやすくなる時期です。血流が悪くなると、肩こりや腰痛だけでなく、手足の冷え、むくみ、だるさなど、さまざまな不調が現れることがあります。冬を快適に過ごすためには、日常の中に「体を温め、巡りを良くする習慣」を取り入れることが大切です。

まず意識したいのは、首・手首・足首の“三つの首”を冷やさないことです。ここを温めるだけで体感温度が上がり、全身がほぐれやすくなります。また、軽い運動も効果的です。朝起きる前に布団の中で手足を動かしたり、日中に肩回しや足首のストレッチをしたりするだけでも、筋肉がゆるみ、血流改善につながります。

さらに、入浴は冬の強い味方です。ぬるめのお湯にゆっくりつかることで副交感神経が働き、心身ともにリラックスできます。無理のない範囲でこまめに体を動かし、冷えから体を守ることで、冬の不調を予防しましょう。

大分県厚生連健康管理センター
農協関係者健診受診者数

JA 名	エリア名		受診者数
JA おおいた	東部エリア	国東	184
		姫島	4
		杵築	101
		山香	1
	中部エリア	大分	40
		由布	35
	南部エリア	臼杵	57
		野津	12
		佐伯	38
	豊肥エリア	豊後大野	42
		竹田	41
	北部エリア	豊後高田	31
		中津	71
		宇佐	38
		安心院	19
	西部エリア	日田	41
		玖珠	82
		九重	10
JA べっぴ日出			89
大分大山町農協			5
下郷農協			3
合 計			944
11 月受診者数			3,796

編集後記

新しい年を迎え、皆様はいかがお過ごしでしょうか。凛とした冬空の下、気持ちも新たに1年のスタートを切る季節となりました。
寒さはこれからが本番です。どうぞ体調に気をつけながら、健やかに新しい年をお過ごしください。本年もよろしくお願いいたします。
M.M

