

いずみ



vol. 44
2023 冬号

病気のお話 ながびく咳について



「マラソン大会と豆まき・ぜんざい会」 院内保育所きっずハウス

CONTENTS ● 心臓血管外科 科長 友枝博医師が学会にて最優秀賞を受賞しました！

- ピックアップ
 - ・部門紹介（臨床心理室）
 - ・元気なツボ
 - ・美味しく元気に
 - ・きりり☆スタッフ
 - ・医療・介護ネットワーク

いずみ 44 いずみ vol.44 2023 冬号 2023年2月発行 発行責任者／地方独立行政法人 筑後市立病院 理事長 大内田昌直 編集担当／経営企画室

外来診療のご案内

- 受付時間 【月～土曜日】 8 時 15 分～ 11 時 30 分（診療開始／ 8 時 30 分～）
 - 休 診 日 日曜日・祝日・第 3 土曜日・お盆（8 月 15 日）・年末年始（12 月 30 日～ 1 月 3 日）
- ※ただし、救急患者は随時受け付けています。 （下記の外来診察医師一覧は2023年2月1日時点のものになります）

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
内科	内科総合	新患 梶原 雅彦	小野 典之	小野 典之	小野 典之	担当医	担当医
	消化器内科	新患 梶原 雅彦	小野 典之	小野 典之	小野 典之	白地 美紀	担当医
		再来 山口 翔太郎	白地 美紀	梶原 雅彦	宮崎 健	岩尾 直樹 渡辺 大将	—
	呼吸器内科	富岡 竜介 時澤◎	真玉◎	富永◎ 安藤 みや	富岡 竜介 井上◎ 市川◎	石井◎	担当医 ※紹介のみ
	内分泌・代謝内科	大木◎	中山 ひとみ	中山 ひとみ	原田 奈佳	—	—
	循環器内科	新患 青木 裕司	吉村 彩子	—	青木 裕司	大内田 昌直	—
		再来 吉村 彩子	大内田 昌直	—	熊笹御堂◎（予） 再来のみ 13:30～17:00	—	—
	腎臓内科	—	—	—	實吉◎	—	—
小児科	血液内科 【午後診療】	—	—	—	中村◎ 13:30～16:00	—	—
	小児科	磯岡 藍子	磯岡 藍子	磯岡 藍子 木下◎ 第2・3午前のみ	久留米大学医師 ◎	磯岡 藍子	磯岡 藍子
神経発達症外来 【お問合先】小児科外来		—	—	中島 正幸 ◎〈完全予約〉 第3水曜日は休診	—	—	—
放射線科		大和 いずみ 友美	近末◎ 温 友美	温 友美	大和 いずみ 友美	大和 いずみ 友美 松田◎	久留米大学医師 ◎
外科		勝本 充 中村 彩乃	中野 昌彦 友枝（血管外科）	松尾◎ 平川 雄介	中野 昌彦 勝本 充	平川 雄介 高木 健太	友枝 博 （血管外科） 高木 健太
脳神経外科 【お問合先】外科外来		久留米大学医師 ◎（予）午前診療 受付11時30分迄	—	—	—	—	—
整形外科		松原 庸勝 田中 兼行◎ 中江◎ 13:30～17:00	中村 英智	吉田 健治 （手の外科専門） 田中 稔一郎	中村 英智 田中 康嗣 井上◎（予） （膝・スポーツ） 12:30～14:00	松原 庸勝 （脊椎） 田中 稔一郎 島崎◎	中村 英智 （土曜・小児整形専門） 小倉◎
産婦人科 【産科休診】		久留米大学医師 ◎（予）	葉 清泉	葉 清泉	葉 清泉	葉 清泉	—
耳鼻咽喉科		久留米大学医師 ◎	—	久留米大学医師 ◎	中島 格 ◎〈完全予約〉	久留米大学医師 ◎	久留米大学医師 ◎
泌尿器科		黒瀬 浩文	黒瀬 浩文 小宮◎	黒瀬 浩文 林田◎	黒瀬 浩文 末金◎	黒瀬 浩文	黒瀬 浩文 （第2・4のみ）
眼科		馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場 順子	馬場（予） /非常勤◎

- ◎：非常勤
- （予）：事前に各科外来（午前中）にお問い合わせください（要予約）。
- 第3土曜・日曜・祝日は休診

小児救急外来 医師会による当番制で診察していただいております。

- 夜間小児救急 【診 療 日】 毎週月～金曜日 ※ただし、祝日・休日、お盆、年末年始は除きます。
【診療時間】 19時～22時（受付：21時30分まで）

曜 日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
実施病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	筑後市立病院	公立八女 総合病院	—

- 休日診療小児救急 第2・4日曜日：筑後市立病院 第1・3・5日曜日：公立八女総合病院
【診療時間】 9時～15時（受付：14時30分まで）



禁煙のお願い
筑後市立病院は敷地内
禁煙となっております。
ご理解とご協力をお願い
いたします。

地方独立行政法人 筑後市立病院
〒833-0041 福岡県筑後市大字和泉917-1
TEL.0942-53-7511
<https://www.chikugocity-hp.jp/>



当病院のホーム
ページへは、左
のQRコードか
らアクセスで
きます。



公式 Instagram

公式 YouTube

基本理念
生涯研修・生涯奉仕

基本理念
○患者中心、患者第一を最優先に考えた医療を提供します。
○地域医療のニーズを常にとらえ、変化に対応できる病院をめざします。
○住民の健康管理に積極的に取り組み、地域連携を推進します。
○人に尽くすことに誇りを持ち、互いに切磋琢磨しながらチームワークで医療に取り組みます。

ながびく咳について

3週間以内の咳を急性咳嗽、3〜8週間以内の咳を遷延性咳嗽、8週間以上の咳を慢性咳嗽と呼びます。
それぞれの咳の特徴をご説明します。

急性咳嗽

呼吸器感染症が原因である事が多いです。急性上気道炎など、一般的に風邪と言われるものは抗菌薬を投与しなくても1週間位で治るものが多いです。なかには、インフルエンザや扁桃炎、肺炎などお薬で治療をした方が良い病気もあります。感染後咳嗽といって感染が治った後でも2週間くらいは咳が続ける事があります。生活に支障が出るようであれば、かかりつけの先生に鎮咳薬を出してもらいましょう。

慢性咳嗽

遷延性咳嗽と慢性咳嗽の原因の考え方や検査、治療方針は同じなので、ひとつくりでお話しさせていただきます。慢性咳嗽の原因として考えられる肺の病気はとも多いので、今回は、特に知っておいていただきたい病気についてまとめました。

①喘息

夜から明け方に咳が多いのが特徴です。呼吸と共に「ひゅうひゅう」「ぜいぜい」と音が鳴ります。春や秋など決まった季節に咳が多く、子供の頃に喘息と言われていたなどに心当たりがある方は、気管支喘息の可能性が高いです。検査は血液検査や肺活量などをみる呼吸機能検査、気管支拡張

薬への反応性などを確認します。治療は、ステロイドと気管支拡張薬の吸入を行う事が多いです。気管支喘息発作は重症の場合、命にかかわる病気です。喘息の診断となつて治療が開始された方は、たとえば症状が落ち着いたとしても自己判断で治療を中止しないようにしましょう。

②咳喘息

症状の出方は喘息と似ていますが、違うのは「ひゅうひゅう」「ぜいぜい」と音が鳴らないことです。検査、治療も喘息に準じますが、軽症の方は医師の判断で治療を終了することがあります。しかし、30%の方が咳喘息から喘息に移行するという報告があります。

③慢性閉塞性肺疾患（COPD）

昔、肺気腫と言われていた病気です。皆さんよくご存じの通り、喫煙により肺の組織が壊れる病気です。禁煙した後でも発症します。治らない病気です。COPDの人は他の人に比べて肺炎にかかりやすく、重症化しやすいことが知られています。肺がんになる確率も他の人より高いです。治療はまず、禁煙することが大前提です。増悪予防のために気管支拡張薬の吸入を行う事が多いです。

⑥上気道咳症候群

後鼻漏と言つて鼻水が鼻ではなく、のどに降りてくる方に見られる咳です。呼吸器内科や耳鼻科に相談しましょう。

⑦副鼻腔気管支症候群

副鼻腔炎のある方に繰り返し気管支炎をおこしやすい方がいます。呼吸器内科や耳鼻科に相談しましょう。

⑧心因性咳嗽

色々調べても検査結果に異常のない方もいます。ストレスはありませんか？寝ている間は咳が出ないのが特徴です。

⑨誤嚥

食べ物、飲み物でムセやすい方、意識しないところで唾液でも誤嚥していることがあります。

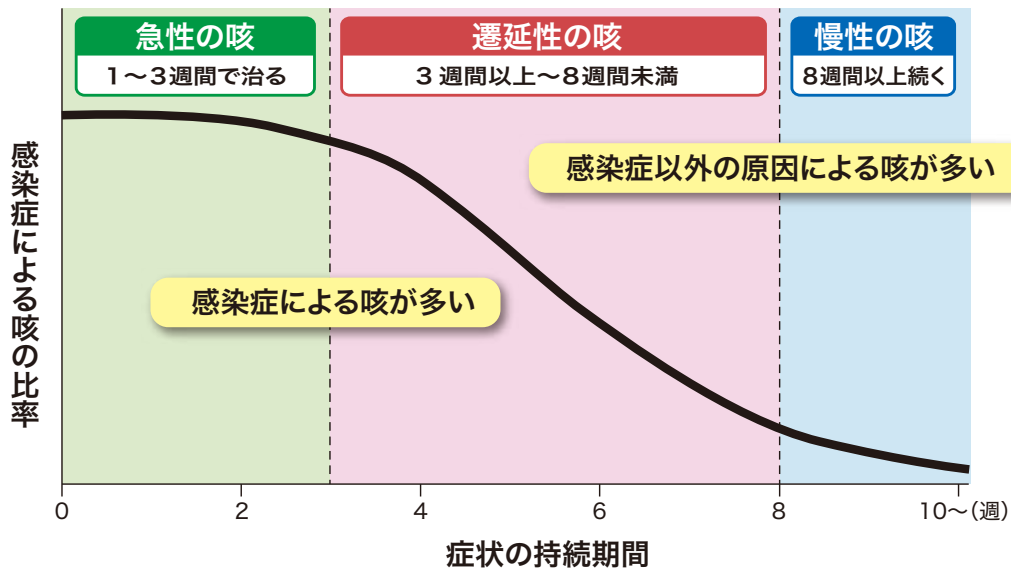
⑤胃食道逆流症

食べてすぐ横になる方、胸やけ、胃酸の症状のある方、亀背の高齢者や肥満の方の咳の原因として意外と多いです。

感染症以外の原因による咳が多い

感染症による咳が多い

症状の持続期間と感染症による咳の比率（イメージ）



呼吸器内科

安藤 みや



【専門分野】
呼吸器一般
【専門医等の資格】
がん等の診療に携わる医師等
に対する緩和ケア研修会修了

心臓血管外科科長 友枝博 医師が

学会にて最優秀賞を受賞しました！



はね丸



非観血的動・静脈圧測定器

令和4年10月27日から横浜で開催された第63回日本脈管学会総会において、当院の心臓血管外科科長の友枝博医師が「非観血的静脈圧測定器により慢性静脈不全の臨床重症度を正確に評価できるか？」という演題で発表し、学会最優秀賞（Japanese College of Angiology Award 最優秀賞）を受賞しました。

友枝医師は、「2015年に当院で新開発した『非観血的動・静脈圧測定器』という装置が世界中の診療に極めて大きく貢献できる可能性があるということ」を学会に認められ、最優秀賞が授与されたことは大変光栄である」と喜びを述べました。



心臓血管外科 友枝 博

- 【資格】
- ・医学博士
 - ・日本外科学会認定外科専門医
 - ・日本循環器学会認定循環器専門医
 - ・心臓血管外科認定登録医
 - ・日本血管外科学会認定血管内治療医
 - ・日本脈管学会認定脈管専門医
 - ・下肢静脈瘤血管内治療実施管理委員会認定
 - ・下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医
 - ・浅大腿動脈ステントグラフト実施基準管理委員会認定
 - ・浅大腿動脈ステントグラフト実施医
 - ・臨床研修指導医
 - ・日本 DMAT 隊員

発表の内容について説明させていただきます。

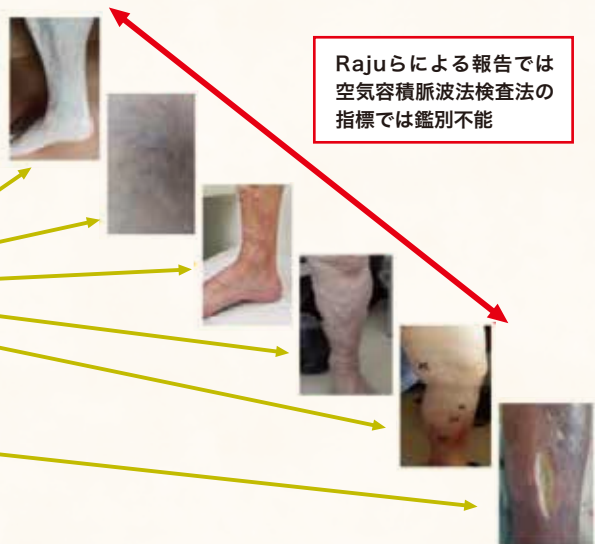
静脈圧ってなに？

人のふくらはぎは第2の心臓と呼ばれており、つま先に力を入れるような運動をすると、ふくらはぎの筋肉が力こぶになり、ふくらはぎの中にある静脈血を心臓に押し返すような働きがあります。血液が押し返されると静脈内の静脈血が空に近い状態となり、静脈圧が低下します。

逆に、人が動かずにじっと立ったり、座ったりしていると、足に流れてきた動脈の血液は心臓の方に押し返されず、足の静脈には血液が溜まって静脈圧が高い状態となります。

血液を押し上げる機能は日常生活を送るために大変重要な機能なのです。

Rajuらによる報告では空気容積脈波法検査法の指標では鑑別不能



CEAP分類

分類	臨床症状
C0 軽症	視診または触診で静脈病変を認めない
C1	毛細血管拡張症または網目状静脈
C2	静脈瘤（直径 3mm 以上）
C3	浮腫（むくみ）
C4a	色素沈着または湿疹
C4b	脂肪皮膚硬化症または白色萎縮
C4C	静脈拡張冠
C5	治癒潰瘍
C6 重症	活動性潰瘍

Eklof B, Rutherford RD, Bergan JJ et al: Revision of the CEAP classification for chronic venous disorders: consensus statement. J Vasc Surg. 2004;40:1248-1252

（表1）

CEAP分類と足の状態

血液を押し上げる機能が低下すると慢性静脈不全と言われる状態となり、足に様々な症状が出てきます。異常が進行するとともに足のむくみ↓足のはれと皮膚の赤み↓足の皮膚の変色（褐色）↓皮膚潰瘍（皮膚に穴が開く）などの順に症状が悪化していきます。

これらの症状はCEAP分類（表1）と言われる重症度分類で分けられ、正常のC0から最重症のC6までに分類されます。

空気容積脈波法について

1980年頃まではこの足のCEAP分類にみられるような症状が静脈機能の低下によるものかどうか、足の甲に注射針を刺して静脈圧を測定し検査していました。1980年後半頃より足に針を刺さなくて

も静脈機能が検査できる「空気容積脈波法」という方法が発表され、この数十年間、世界中でこの方法を用いて、約30分かけて足の静脈の機能検査が行われていました。

検査ですから、慢性静脈不全の重症度、つまりCEAP分類の重症度に応じた異常を検出できることが重要なのですが、近年の研究により空気容積脈波法では足の症状が静脈機能の異常によるものなのかは、皮膚潰瘍をお持ちの患者さん以外は正確に評価できないということが分かりました。

非観血的動・静脈圧測定器について

そこで、我々は足の静脈圧を極めて簡単に、足を軽く圧迫するだけで、痛みもなく、1回あたり3〜4秒で測定できる装置を開発しました。この装置で、立っている時の静脈圧とつま先立ち運動後の静脈圧を比較することにより血液がきちんと心臓に押し上げられ、その結果、足の静脈圧が

下がっているかどうか、つまり足の静脈が第2の心臓としてきちんと仕事をしているのか評価できます。

現在日本だけでも、数百万人と推定される下肢浮腫の患者さんの検査を、この「非観血的動・静脈圧測定器」は痛みも無くかつ正確に短時間で評価できる装置なのです。足が腫れていても静脈圧が下がるなら静脈の異常が原因ではないのですが、静脈圧が下がらない場合や逆に静脈圧が上がる場合は第2の心臓の機能をしておらず、慢性静脈不全という診断になります。

そこで、下肢浮腫のある患者さんに対し当院で開発した装置で、慢性静脈不全の状態にあるかどうか判断し、さらにリンパ浮腫の有無が判断出来る「ICGリンパ管造影検査」も追加で行えば浮腫の原因が判明する可能性が高くなります。

これまでほとんどの病院で慢性静脈不全とリンパ浮腫の鑑別がつかず、それらの

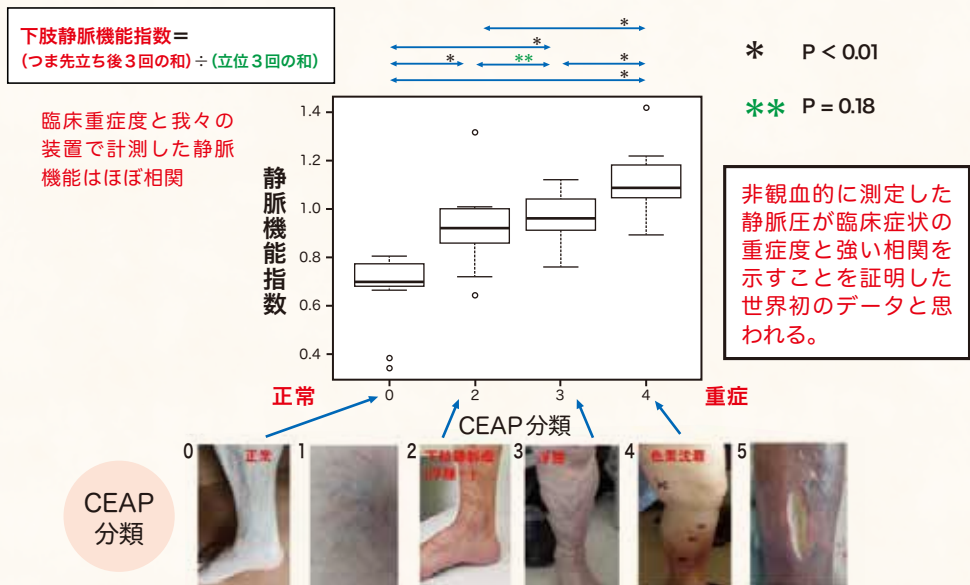
治療は予測で加療されていましたが、「慢性静脈不全」と「リンパ浮腫」は別の疾患であり、本来は疾患に応じた治療を行うべきです。

足のむくみや腫れが静脈機能の異常による「慢性静脈不全」と確定すれば、積極的蛋白摂取とふくらはぎの筋力トレーニング等で改善する可能性があり、当院の患者さんの63%がこれらの対応で浮腫の改善傾向を認めています。

ICGリンパ管造影検査で「リンパ浮腫」であることが確定すればリンパマッサージや弾性ストッキングによる圧迫による加療を一般的に行います。しかし、浮腫が悪化する場合やリンパ浮腫で腫れた足（または手）に細菌感染を繰り返す場合はリンパ管静脈吻合という手術を行うことにより浮腫の改善や感染率低下が見られる可能性があります。当院でも、この施術は可能です。

また、下肢静脈のポンプ機能不全とリンパ

下肢静脈機能指数と臨床重症度の相関



左の図は以前研究の途中経過として発表したものです。今回の学会で発表した結果は論文に掲載予定です。

お気軽に
ご相談を!



浮腫の両方をお持ちの患者さんもおられます。治療には診断の確定が重要ですので、まずは検査を受けてください。

当院では下肢の動脈治療や、下肢静脈瘤のレーザー治療も多数行っております。足の痛みや下肢浮腫、下肢の変色などでお困りの場合は第3土曜を除く火曜、土曜の当院心臓血管外科外来受診をご検討いただければ幸いです。

従来の検査と当院で開発した装置との比較

	従来の検査	当院で開発した装置 (非観血的動・静脈圧測定器)の検査
検査の所要時間	30分程度	5〜6分
検査に伴う痛み	〜1980年頃：あり／1980年頃〜：なし	なし
下肢浮腫の 正確な診断率(※)	50%程度の可能性 (1980年以降)	85〜90% (ICGリンパ管造影検査併用) 95%

※当院での1年間の診療をもとにした下肢浮腫患者さんの正確な診断割合



病院からのお知らせ

皮膚・排泄ケア認定看護師教育課程の臨地実習を 当院で行いました。

筑後市立病院は、昨年に引き続き「福岡県看護協会 皮膚・排泄ケア認定看護師教育課程 臨地実習生」を受入れました。この教育課程は、日本看護協会が国民への質の高い医療の提供を目的に実施している資格認定制度に基づき、機関認定を受けた医療機関で実施されています。

今年、実習を終えられた実習生の方に感想をお聞きました。

●赤塚 ミエさん

スタッフの皆さんにやさしく声をかけていただき、6週間の実習を乗り越えることができました。

澁田皮膚・排泄ケア認定看護師のように、患者さんの心に寄り添ったケアができるように頑張っていきたいと思います。ありがとうございました。

●市川 文さん

澁田 WOC（皮膚・排泄ケア認定看護師）をはじめスタッフの皆様がいつも優しく接してくれて無事に6週間の実習を終えることができました。

澁田 WOC のような患者さんの心に寄り添える WOC を目指して頑張ります。

指導にあたった澁田師長から

6週間の臨地実習では、40症例以上の創傷管理及び排泄管理を必要とする患者さんの問題を的確にアセスメントして、より専門的な技術を用いて、水準の高い看護を実践すると共に、皮膚・排泄ケア分野において、他の看護師へ指導・相談が出来る能力を身につける事ができました。今回、実習生や指導者のスキルアップのために、ご協力頂いた患者さんや多職種の皆様には、大変感謝いたします。



はね丸

ねえねえ!

はねまるくん!

皆さんから筑後市立病院にお寄せいただくご意見やご質問にお答えします。



選定療養費ってなに?



パネコ

Q. ねえねえはね丸くん♪選定療養費ってどういうもののなの?

A. 「初期の診療は地域の診療所・クリニック（かかりつけ医）で、高度・専門医療は病院（200床以上）で行う」という医療機関の機能分担を目的に設定された制度で、紹介状を持参せずに受診した場合に患者さんに負担してもらう費用（療養費）のことだよ。



はね丸



ボネコ

Q. 選定療養費の料金はいくらかかるの?

A. 令和4年10月から国の制度見直しにより『選定療養費』の金額が引き上げられて、当院は昨年10月から**7,700円(税込)**に改定したよ。



Q. 初めて受診するときに紹介状がない場合、その費用を支払う必要があるの?

A. うん。初診のときに紹介状がない場合は、時間外や休日でも選定療養費のお支払いが必要になるんだ。だけど、当院が休日・祝日の当番医（小児科当番も含む）の場合には選定療養費は払わなくていいんだよ。具合が悪くなったら、まずは地域のクリニックや診療所、かかりつけ医の受診を検討してね。



Q. ほかの病院でも導入しているの?

A. 選定療養費の徴収が認められている、義務づけられている医療機関は導入しているよ。ちなみに、当院は『200床以上の地域医療支援病院』なので選定療養費の徴収が義務づけられているんだよ。



臨床心理室は、他部門と連携しながら病院内のこころの問題に関する業務を担っています。当部署には、「臨床心理士」※1及び「公認心理師」※2の資格を持つ常勤職員が2名在籍しています。

※1「臨床心理士」は、公益財団法人日本臨床心理士資格認定協会が認定する民間資格です。

※2「公認心理師」は、平成29年9月15日に施行された公認心理師法を根拠とする心理職の国家資格です。

担当領域はひとつの診療科に限定されず、必要に応じて、医師指示のもと、患者さんやそのご家族の心理的サポートとしてカウンセリングを行っています。また、高齢の患者さんへの認知機能検査、小児科での知能・発達検査なども実施しています。患者さんの対応に限らず、職員からの相談対応、看護師向けに、コミュニケーション等の研修講師も

担当しています。多岐にわたる業務のうち、代表的な2つの業務について簡単に紹介いたします。

糖尿病患者さんへの支援

当院では、糖尿病の入院患者さんに、職種による糖尿病教育を実施しています。その中で、当部署は心理教育を担当しており、患者さん一人ひとりの生活を尊重した治療や生活改善ができるよう、困り事や不安を傾聴し、患者さんに沿った対応方法をご提案しています。また、患者さんのストレス状態を振り返り、それぞれのタイプに合ったストレス発散方法を一緒に考えています。

精神科リエゾン回診への参加

内科、外科、整形外科等の治療で入院された患者さんの中には、環境変化による

不眠、病気や治療への不安が生じる方がいらつやいます。また、手術後や薬剤の影響、環境の変化などにより、急に落ち着きがなくなる、話のつじつまが合わない等、一時的に「せん妄」という症状が生じる方がいらつやいます。精神科医師と共に、ベッドサイドに出向き、患者さんの不安や心配事を尋ねています。



はね丸

元気のツボ

寒い季節を乗り切る冷え性対策！

寒い季節になると、手先や足先の冷えが気になりませんか。西洋医学には冷え性という病名はありませんが、東洋医学では冷えによる肩こりや腰痛、便秘や肌あれ、抵抗力の低下などといった症状が多数存在し、まさに「冷えは万病の元」と言えます。冷え性対策をしっかりと行って、冬を元気に乗り切りましょう。

冷え性の原因

冷え性を招く原因にはさまざまありますが、最近は特にストレスや不規則な生活などによって体温を調節する自律神経がうまく機能しないことや、熱を作る筋肉量が少ないことのほか、きつい下着や靴による血行不良が挙げられます。また、まれに貧血や低血圧など血管系の疾患などの病気が隠れていることもありますので、症状が重い場合は一度検査を受けることをおすすめします。

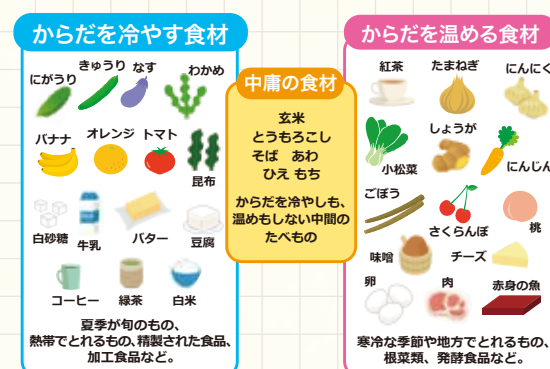


冷え性を改善する生活習慣

冷え性の改善には、身体を内側から温め、血行を促すとともに自律神経がうまく働くよう生活習慣を整える必要があります。

身体をあたためる食事の工夫

栄養バランスのとれた食事を基本に、冷えが気になるときは身体を温める食材を積極的にとりましょう。なお、身体を冷やす食材は、熱を加えると身体を温める食材に変化するので上手にとりいれましょう。また、肉類などに多く含まれるたんぱく質は熱源となる筋肉を作るほか、シシャモやタラコ、アボカドやアーモンドなどに多く含まれるビタミン E には、末梢血管を広げて血液循環を良くする働きがあります。



身体の隅まで血液を届ける生活習慣

- 身体を締め付ける衣服や靴は避けましょう。
- 38～40度くらいのぬるめの湯にゆっくりつかりましょう。血行促進とリラックス効果を得られます。熱い湯は体の表面だけ温まり、内部が十分に温まっていないことが多く、また急激に血圧を上昇させるので、避けましょう。
- たばこは血液の循環を悪くするのでやめましょう。

自律神経を整える生活習慣

- 十分に睡眠をとって心身を休ませましょう。
- 歩く習慣やストレッチなど、日常に適度な運動をとりいれましょう。筋肉量のアップにもつながります。

あったか習慣を上手に取り入れよう



はね丸

きらり☆スタッフ

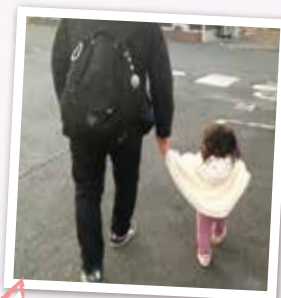
画像センター室
佐藤 耕太

～画像センターの仕事～

皆さんは診療放射線技師という職業をご存じですか？最近、TVドラマ（ラジエーションハウス）でも取り上げられたりもしたのですが、「ん～レントゲンの人？」と認識されている方もまだまだ多いのではないかと思います。

診療放射線技師は主に画像検査に携わっており、当院では一般撮影（レントゲン）、CT、MRI、マンモグラフィ、骨密度測定、透視、血管造影、エコーといった多岐にわたる検査を行っています。また、手術支援画像などの3D画像を作成することで医師の診断や治療の補助も担っています。

そして、診療放射線技師の大切な仕事として検査に伴う被ばくの管理といったものがあります。目的にあわせて様々な撮影条件（距離、時間、電圧、範囲、体位など）を調整することで、診断に適した画質を担保しつつ、可能な限り少ないX線の量で撮影できるように努めています。



私の『元気のもと』

毎日、娘の笑顔に癒やされています。寝ている娘のちいさな背中を見るたびに明日も頑張ろうって気合いがはいります。

いずみエッセイ 最高の Bravo ～!! のために

東3階病棟 看護師 上津原 昌美

私が続けている事。♪合唱♪です。

最初は、ただただ歌うことが好きで始めました。歌詞の意味を知り、その思いや景色を感じ想像しながら歌う。日常を忘れていい時間を過ごすことが出来ます。

2016年 オーストリアのウィーン楽友協会黄金の大ホール。

2019年 イタリアのブッセートにあるヴェルディ劇場。

海外での演奏会に参加することが出来ました。ウィーン楽友協会黄金ホールでの演奏は、歌っている声が「頭の上からキラキラとふりそそいでくる」ような感動体験をしました。そして演奏が終わると、沢山の「Bravo ～!!」をいただきました。これは、今のところ私の人生最高の思い出です。

合唱は、皆の声で音を重ね奏でること。この当たり前のことがなかなか出来ないご時世です。今は、演奏会本番を楽しむための準備期間。いつかまた、最高の「Bravo～!!」をいただくためにこれからも続けていきます。



ウィーン楽友協会黄金の大ホール



医療・介護 ネットワーク

皆さんの健康を支える地域の診療所や病院、介護支援事業所をご紹介します。

まちのお医者さんと役割分担して連携しています



いりょうほうじん しゅうかい みやはらひょうきかくりにっく

医療法人 司有会 宮原泌尿器科クリニック

〔理事長〕宮原 司



電話番号 0944-33-2424 FAX 0944-33-2425

所在地 〒830-0416 三潴郡大木町八町牟田983番

診療科目 泌尿器科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時00分～12時30分	●	●	●	●	●	● 13時迄
14時00分～18時00分	●	●	●	—	●	—

※木曜日・土曜日は午後休診

※土曜日は13時迄

休診日 日、祝日

ご案内事項

一般泌尿器科（排尿障害、尿路感染症、尿路結石、悪性腫瘍など）を中心に女性泌尿器科（腹圧性尿失禁、膀胱脱、尿道カルUNKルなど）、小児泌尿器科（包茎、夜尿症など）に加え男性更年期障害などの診療も行っております。また、前立腺がん検診精密検査登録医療機関となっております。

大学病院や関連病院で学んだ専門知識を基に、地域の皆様の健康と笑顔のために大きな病院では出来なかった様々な病気のことに何でも尋ねて頂けるような「より身近な相談役」を信条に診療を行っております。近隣の医療機関の方々には今後ご紹介などお世話をおかけ致しますが宜しくお願いします。

かいごろうじんほけんしせつ おおきしょうふくえん

介護老人保健施設 大木しょうふく苑

〔施設長〕東 道夫



電話番号 0944-33-2566 FAX 0944-33-2586

所在地 〒830-0417 三潴郡大木町上八院1597

お問い合わせ時間

	月	火	水	木	金	土	日
9時00分～12時00分	●	●	●	●	●	●	●
13時00分～18時00分	●	●	●	●	●	●	●

ご案内事項

- ・入所サービス
- ・短期入所サービス

当施設は要介護高齢者（要介護1以上）の方が入所できる施設で、医師による医学的管理の下、看護・介護を提供いたしております。

また、作業療法士や理学療法士によるリハビリテーション、栄養管理・食事・入浴などのサービスまで併せて提供いたしております。

大切にしている事は「ゆとりある空間で心のこもったケアを」です。

ご家族や地域の皆様と共に支える「コミュニティ・ケア」の実現に取り組んでおります。

ご高齢者の看護や介護の問題に対応した施設ですので、お困りのことがあれば、お気軽にご相談ください。

いずみけいじばん

INFORMATION

小児科予防接種 【完全予約制】

〈実施日〉
★毎週木曜日
受付 14時～14時30分

〈ご予約・ご相談〉
小児科外来（0942-53-7511）に月～金曜日の9時～11時30分までにお電話ください。

筑後市立病院は
公式Instagram、公式YouTube
始めました！

筑後市立病院
公式Instagram
はじめました



筑後市立病院
公式YouTube
はじめました



編集後記

表紙は、院内保育所「きっずハウス」で2月3日に行われた「マラソン大会と豆まき（節分）」の様子です。

お父さんやお母さんたちに見守られながら一生懸命マラソンをしたり、鬼をやっつけるために豆をまいたりしている子供たちの楽しそうな顔を見て、久しぶりに「ほっこり」した気分になりました。

厳しい寒さはさることながら、まだまだ続く物価上昇に光熱費の高騰…こちらの極寒状態はいつになったら「ほっこり」するのでしょうか。

経営企画室 金子

市民公開講座開催の報告



令和4年11月5日（土）、日本消化器病学会九州支部との共催による「第114回 市民公開講座」をサザンクス筑後（小ホール）にて開催しました。

当院の医師及びコメディカルスタッフが「おなかのことを考えるー消化器がんー」というテーマで5つの講演を行い、地域の皆様と消化器がんについて考える時間を共有することができました。新型コロナウイルス蔓延防止のため、当院の健康出前講座は開催を見合わせておりますが、オンラインによる地域公開講座をホームページで開催しております。今後も地域の皆様の健康増進のために情報を発信していけるように、いろいろな形で講座を開催していきたいと考えております。

YouTubeにて配信しています！
当日、お越しになれなかった方も是非ご覧ください。
ホームページからでもご覧になれます。

はね丸

オンライン地域公開講座

胃がんの99%は
ピロリ菌が原因！！



絶賛配信中！ 視聴無料 ぜひご覧ください

誤記のお詫びと訂正

いずみ vol.43 秋号におきまして、以下の記載に誤りがありました。
お詫び申し上げますとともに、訂正させていただきます。
・11ページ医療介護ネットワーク「鶴丸眼科」診療科目の表下3行目
（誤）午後8時
（正）午前8時



パネコ

美味しく元気に

ロールキャベツ

パネコ



寒くなると暖かい料理で体を温め、ほっと一息できる時間が幸せに感じられる方も多いのではないのでしょうか。今回ご紹介するロールキャベツですが、たんぱく質も野菜もしっかりととることができる料理の一つでもあります。どの季節でも簡単に手に入りやすいキャベツですが、寒い時期は白菜に変えても美味しくいただけます。中身に詰める具材も自由にアレンジしてみてください。



合ミンチの割合を減らし、豆腐や野菜を利用すればさらにヘルシーに☆

材料（1人分）

合ミンチ …………… 60g
たまねぎ …………… 1/8 玉 (30g)
キャベツ …… 1枚～2枚 (120g)
パン粉 …………… 大さじ1 (3g)
牛乳 …………… 小さじ1 (5ml)
卵 …………… 少々 (3g つなぎ程度)
塩こしょう …………… 少々
コンソメ(顆粒) …… 少々 (0.5g)
水 …………… 80ml
塩 …………… 少々
煮汁 …………… 50ml
トマトピューレ …… 小さじ2 (10g)
片栗粉 …… 小さじ1 (3g)
パセリ …………… 少々
ブロッコリー …………… 30g
(爪楊枝)

(1人分当たり：230kcal、塩分：0.8g)

作り方

- ①キャベツを1～2枚はがし、芯を切り落とします。芯は具材に混ぜ込むためみじん切りにして取っておきます。
- ②鍋に水を入れ、沸騰させます。キャベツを1分ほど茹でます。キャベツが柔らかくなったらザルに上げておきます。煮汁はソース作りで使用するためとっておきます。
- ③たまねぎをみじん切りにします。
- ④肉だねを作っていきます。ボウルにパン粉、牛乳を入れ、合ミンチ、みじん切りにしたたまねぎとキャベツの芯、Aを入れます。粘り気が出るまで手でこねます。その後軽く丸めておきます。
- ⑤下茹でしたキャベツを広げ、丸めた肉だねを置きます。芯の部分から、横のキャベツをたたみつつ巻いていきます。煮崩れ防止に爪楊枝をロールキャベツに刺して置きます。
- ⑥巻き終わったロールキャベツを鍋に入れ、Bを入れ20～30分程度煮込みます。
- ⑦ソースを作ります。煮汁にトマトピューレを入れ混ぜた後、水で溶いた片栗粉を入れとろみをつけます。
- ⑧出来上がったロールキャベツを2～3等分の食べやすい大きさに切り、器に盛ります。その上からソースをかけ、パセリを散らします。
- ⑨付け合わせのブロッコリーは、鍋に水を入れ沸騰させたお湯で湯がき、火が通ったら流水にさらすことで色が黒くなるのを防ぎます。その後ロールキャベツの横にそえ、出来上がりです。