

いずみ



地方独立行政法人
筑後市立病院

vol. 18
夏号 / 2016

【 病気のお話 】

慢性腎臓病(CKD)



●がんリハビリテーション「自分らしい生き方」を目指す

●いずみけいじばん

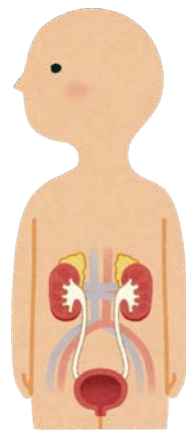
- ・ちっこハウス利用案内
- ・小児科予防接種のご案内
- ・健康出前講座のご案内

●ピックアップ

- ・ねえねえ はね丸くん♪
- ・暮らしに活かせる元気のツボ
- ・きらり☆スタッフ
- ・美味しく元気に

「一次救命処置」大切な人を救う大きな力





慢性腎臓病

という病気は
ご存知でしょうか？

慢性腎臓病 (CKD)

病気のお話

わが国の人口分布は皆さんもご存知のごとく、高齢者人口が今後も増え続け2025年には全国民の約30%が65歳以上の高齢者になると言われています。この人口分布の高齢化に伴い慢性腎臓病(Chronic Kidney Disease: CKD)に罹患し重症化したため、新たに透析開始を余儀なくされる方々が年々増加している状況が続いており、下の表に示しているように2014年末には透析患者数は32万人を超えている状況です。CKDの患者さんは、脳卒中や心筋梗塞など心血管疾患発症の危険性が高く、その原因として糖尿病、高血圧、動脈硬化症といった、いわゆる生活習慣病(メタボリックシンドローム)が、CKD発症と強く関係していると言われています。

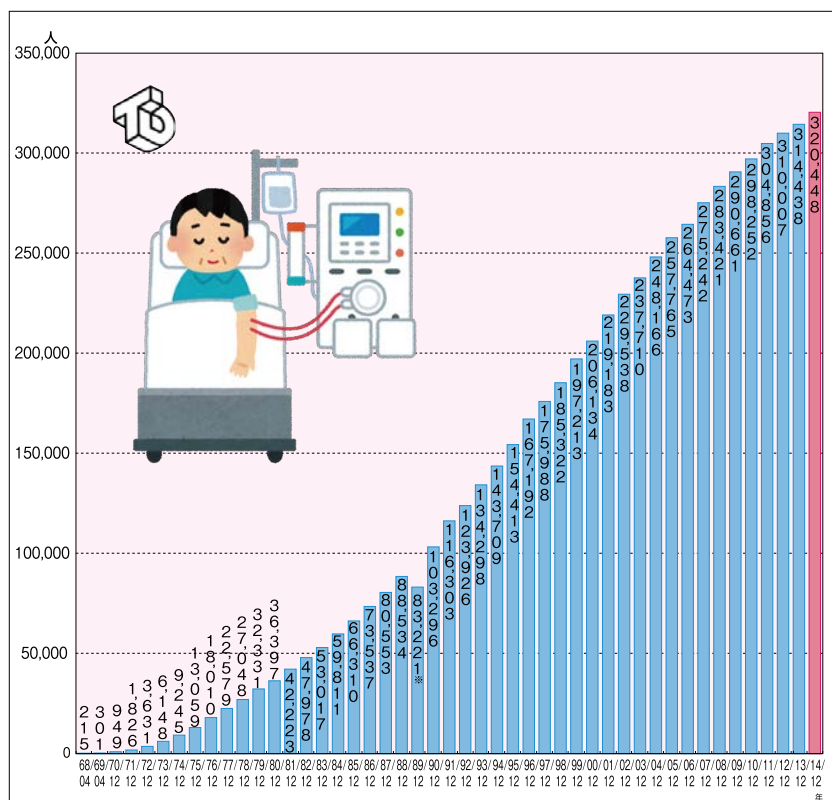
MEMO

メタボリックシンドロームとは？



平成20年から開始された「特定健診・保健指導」において導入された概念です。内臓脂肪に起因する生理活性物質により、高血圧、耐糖能異常、脂質異常となり、脳・心・腎の血管障害(脳梗塞、心筋梗塞、腎不全など)を引き起こす症候群です。

慢性透析患者数の推移



※1989年の患者数の減少は、アンケート回収率86%と例外的に低かったことによる見掛け上の影響である。

日本透析医学会・図説 わが国の慢性透析療法の現況(2014年12月31日現在)より引用

腎臓内科 科長

あだち たけし
安達 武基

【専門分野】

腎臓病全般

【資格・所属学会など】

- 日本透析医学会専門医
- 日本内科学会認定内科医
- 日本腎臓学会
- 日本透析学会
- 日本腹膜透析学会



治療から再発予防へ

前述のごとくCKDの原因となる疾患は多岐にわたるために、現時点ではCKDそのものに対する特効薬はありません。また、腎臓は再生能力が無い臓器であり、20歳台をピークに誰もが老化による機能低下を呈する臓器でもあります。高齢化が進むわが国においてもCKDの患者さんは増加の一途をたどっております。CKD新規発症や重症化を予防し、上手にCKDと共存していくことは、地域の皆さんが身体的にまた精神的に健康で安定した日常生活をおくるために重要であると考えております。そこで我々腎臓内科医は、CKDの患者さんが病気と上手に共存していけるよう、他科の医師・薬剤師・管理栄養士と連携しながら、日常活動での注意点や投薬・栄養相談を含め、お手伝いしていく診療科だと考えております。



検尿異常の重要性

CKDとは、3ヵ月以上にわたり持続する検尿異常（特に蛋白尿は重要）を認めているか、推算糸球体濾過値（eGFR）が $60 \text{ ml/min/1.73 m}^2$ 未満に低下した状態と定義されています。

前述のように、比較的簡単な定義なのです。CKDは、その初期症状は検尿異常であることが多く、症状は末期腎不全状態にならないと自覚できません。従って、毎年の健康診断で検尿異常を指摘されているのに、自覚症状のない異常所見は意外と放置されており、残念ながら腎臓内科に紹介になる頃には末期腎不全状態にある患者さんも少なくはありません。CKDの初期症状である、検尿異常を早期に見出しCKDの原因を診断することで、末期腎不全に至ることを予防できる可能性があります。また、最近では健康診断の採血検査でもeGFRを表記している施設もありますので、せっかく検査されたご自身の採血・検尿結果を今一度確認して頂き、検尿異常やeGFRの値が低い場合は、是非一度ご相談ください。



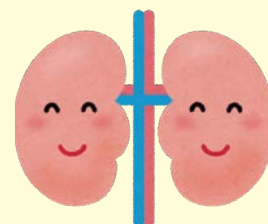
※推算糸球体濾過値（eGFR）/どれくらい腎臓に老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示す値

News

平成28年4月より腎臓内科を新設いたしました

今回取り上げたCKDをはじめとする腎疾患全般と高血圧症、糖尿病性腎症、膠原病などによる二次性腎疾患治療を含めた腎疾患専門総合医療を行なっています。

外来診療／毎週火曜・金曜（祝祭日・8/15・年末年始は除く）
受付時間／午前8時15分～午前11時30分
（診療開始 午前8時30分）



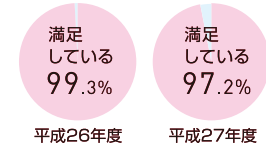
公開臨床指標



平成27年度の当院の実績をお知らせします。
臨床指標とは医療の質を具体的な数値として示し、客観的に評価することができるものです。

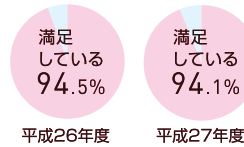
満足度調査は年に1回(1か月間)行っています。より高い値をめざしています。

●入院患者満足度



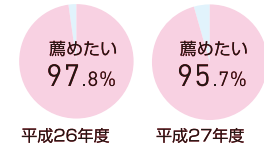
入院患者さんにアンケートを行い、「当院について満足している」と回答した人数を集計しています。

●外来患者満足度



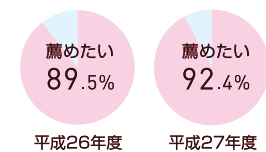
外来患者さんにアンケートを行い、「当院について満足している」と回答した人数を集計しています。

●病院の推奨率(入院)



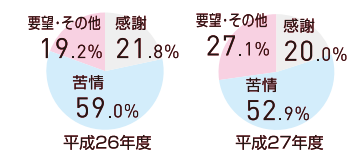
入院患者さんにアンケートを行い、「当院に満足したので、家族や知人に薦めたいと思う」と回答した人数を集計しています。

●病院の推奨率(外来)



外来患者さんにアンケートを行い、「当院に満足したので、家族や知人に薦めたいと思う」と回答した人数を集計しています。

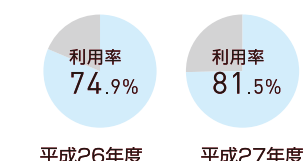
●意見箱に占める感謝と苦情の割合



病院意見箱に寄せられた意見のうち、感謝と苦情、要望・その他の件数を集計しています。

苦情件数の減少と、感謝件数の増加を目指し、患者さんやご家族に満足いただけるような病院作りに努めます。

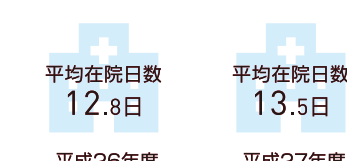
●病床利用率



運用病床数に対し、入院患者さんがどのくらいの割合で入院していたかを示しています。

より効率的なベッドの運用をめざしています。

●一般病棟 在院日数



一般病棟において一人の入院患者さんが、平均何日間入院しているかを示しています。

地域の医療機関との連携などを行い、適正な期間で退院できるようめざしています。

●地域包括ケア病棟 在院日数



地域包括ケア病棟において一人の入院患者さんが、平均何日間入院しているかを示しています。

●ICU 在院日数



ICUにおいて一人の入院患者さんが、平均何日間入院しているかを示しています。



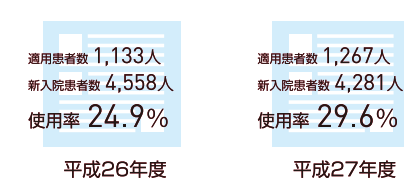
●退院患者の年齢階層別・男女別患者割合(単位:%)

		10歳未満	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	80代	90代	100歳以上	計
平成26年度	男	0.9	1.6	1.7	1.7	2.0	4.8	10.2	12.4	12.9	2.3	0.1	50.6
	女	0.6	0.6	1.2	1.1	2.1	3.1	7.5	10.5	15.8	6.7	0.2	49.4
	計	1.5	2.2	2.9	2.8	4.1	7.9	17.7	22.9	28.7	9.0	0.3	100
平成27年度	男	0.9	2.1	1.2	1.5	2.5	3.7	9.5	13.6	13.2	3.0	0.1	51.3
	女	0.5	0.3	0.9	0.8	1.6	3.5	7.1	10.2	16.2	7.3	0.3	48.7
	計	1.4	2.4	2.1	2.3	4.1	7.2	16.6	23.8	29.4	10.3	0.4	100

退院患者さんの年齢階層・男女別の割合を示しています。

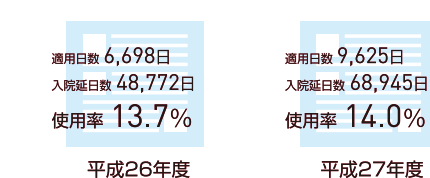
患者傾向を把握し、中核病院としての機能充実をはかります。

●クリニカルパス使用率(患者数)



入院患者さんに対し、クリニカルパスが適用された割合を示しています。

●クリニカルパス使用率(日数)

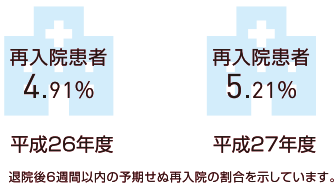


入院患者さんの延べ日数に対し、クリニカルパスが適用された割合を示しています。

※クリニカルパスとは治療や検査にあたってどのような処置を行うのか、その実施内容や順序を入力したスケジュール表のことをいいます。

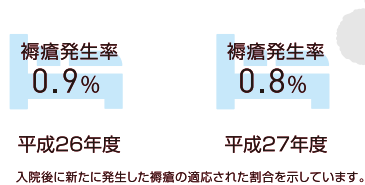
医療の質向上のため、より高い値をめざしています。

●退院後6週間以内の再入院率



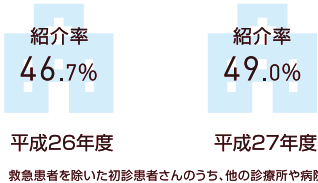
医療の質向上に努め、
再入院率の低下を
めざしています。

●褥瘡発生率



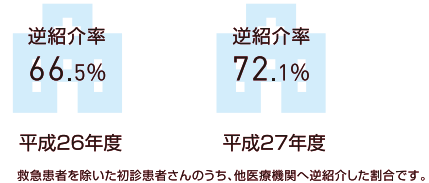
適切な
予防対策の実施
などを行いより低い値を
めざしています。

●紹介率

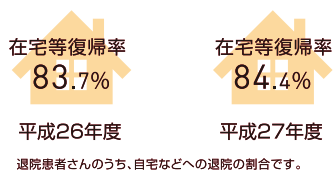


地域の役割分担の観点から
地域連携を進め、
より高い値をめざしています。

●逆紹介率

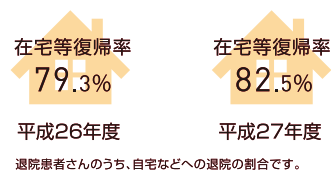


●一般病棟 在宅等復帰率

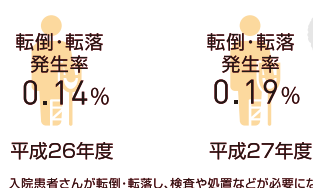


自宅などへの退院を
進めるために
退院支援
などを行っており、より高い
値をめざしています。

●地域包括ケア病棟 在宅等復帰率

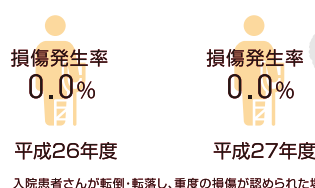


●入院患者の転倒・転落発生率



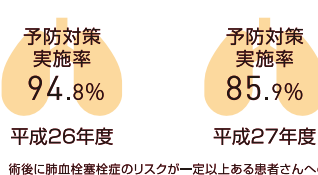
転倒・転落防止のための
施設整備、
職員への研修
などを行い、より低い値を
めざしています。

●入院患者の転倒・転落による損傷発生率



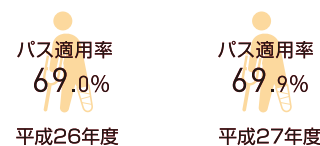
転倒・転落発生率と
あわせて結果を分析し、
リスク低減の取組を
行うことで、より低い
値をめざしています。

●術後の肺血栓塞栓症の予防対策実施率



患者さんの容態を考慮し、
積極的に
予防対策を実施します。

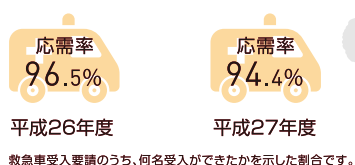
●大腿骨地域連携パス適用率



地域連携による
切れ目ない医療
を行い、効率的で質の高い
医療の提供をめざしています。

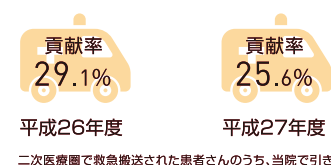
大腿骨骨折手術後に、転院後のリハビリテーションなど円滑に行うため、
転院先の医療機関と患者情報を共有し、地域連携パスを実施した割合です。
※地域連携パスとは急性期病院から回復期病院を経て早期に自宅に帰れるような診療計画を作成し、
治療を受ける全ての医療機関で共有して用いるもののことをいいます。

●救急搬送応需率



地域の中核病院として
可能な限り受入を行い、
100%受入を
目標としています。

●二次医療圏救急貢献率



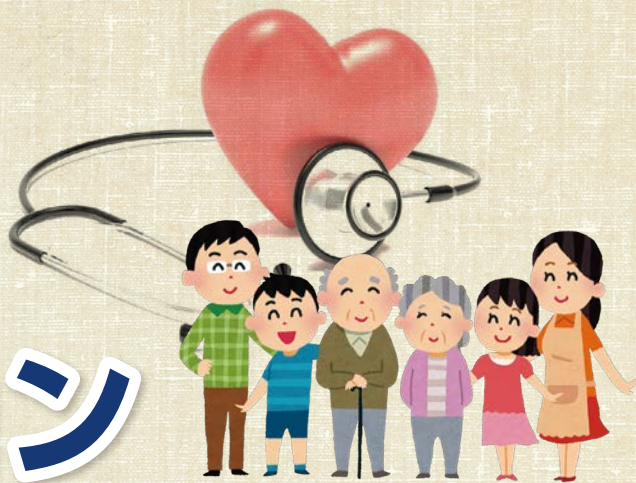
地域医療への
貢献度を図る
指標として、より高い値を
めざしています。

二次医療圏で救急搬送された患者さんのうち、当院で引き受けた患者数の割合を示しています。



当院が測定している様々な指標を公表し、
最適の医療を提供できる病院となるため、
改善を図り医療の質の向上に努めていきたいと考えております。

がん リハビリ テーション



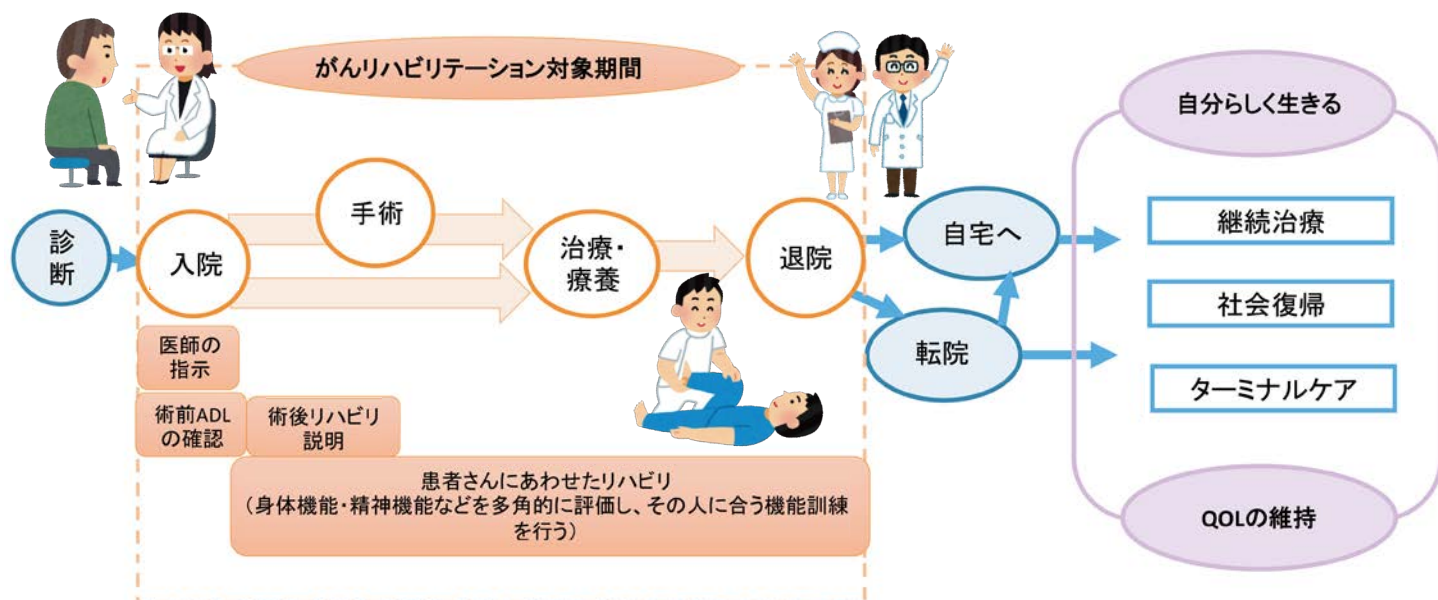
患者さんの「自分らしい」生き方を目指す

がんリハビリテーションとは

がんになると症状やその治療によるさまざまな弊害が起きる場合があります。それらが原因で、日常生活に支障をきたしたり、仕事を辞めざるを得ないなど、生活の質（QOL：クオリティー・オブ・ライフ）を低下させる患者さんも少なくありません。がんリハビリテーションとは、それらの弊害で衰えた身体に対応したリハビリを行うことで、苦痛を和らげたり弊害そのものを未然に防ぐものです。

○がんによる症状や治療による弊害（一例）／痛み、痺れ、言語障害、排泄障害、筋力低下など（個人差があります）

がんの治療を目的に入院をした時点から、医師の指示のもと、がんリハビリテーションの介入が始まります。がんリハビリの目標は、「退院時のADL（日常生活動作）能力を術前のレベルに戻す」ことです。それぞれの患者さんの症状や起きうる弊害に合わせたリハビリテーションを行います。歩行訓練などの運動器リハビリだけではなく、呼吸器リハビリや排泄・言語障害に対応したものまで、細やかに対応して行います。



○周術期のがんリハビリテーションに期待されること

がんリハビリテーションは、がんと診断されて入院される患者さんが対象となります。

通常、術後リハビリといえば、術後にADL能力の低下が著しくみられる高齢者への介入が主で、介入も発生した弊害に対して行います。一方がんリハビリは入院時から退院までが対象期間となり、早い段階からのリハビリ介入が可能です。また発生した弊害だけでなく、予測される弊害に対する予防的側面も含んでいます。

当院の場合、例えば術後の歩行開始時期については、がんリハビリ導入前に比べ約2日ほど短縮がみられ、結果、術後から退院までの期間が短縮される傾向にあります。

このようにがんリハビリテーションでは、ADL能力をなるべく下げないように入院中にリハビリを継続的に行うことで、退院時にはほぼ自立した状態で自宅退院される患者さんが増えています。



○当院のがんリハビリテーションチーム

当院では平成27年12月にがんリハビリテーションに関する規定の研修を修了し、平成28年1月から「がん患者リハビリテーション料」の施設基準を取得しました。

がんリハビリテーションチームは、その研修を受けた医療スタッフで構成(医師2名【内科1名、外科1名】・看護師2名(がん化学療法看護認定看護師を含む)・理学療法士1名・作業療法士1名)し、毎週、多職種によるカンファランスや回診を通して対象患者さんをピックアップし、早い段階からの情報共有と介入を目指しています。



研修を終えた当院がんリハビリテーションチーム



多職種でのチーム医療を実践



当院は、がん患者さんのQOLの維持・向上と
「自分らしい生き方」をサポートしていきます。



【医師紹介】

●中島 正幸

【外来診療】

●受付時間/月曜～土曜

午前8時15分～午前11時30分(診療開始 午前8時30分)

●休診日

日曜日・祝日・第3土曜日・お盆(8/15)・

年末年始(12/30～1/3)

当科では午前中の診療時間に一般外来診療を行い、午後からは予約制で予防接種や脳波・MRI検査などを行っています。ADHDなどの発達障害の診療も行っていますので、発達の遅れや落ち着きのなさなど気になることは遠慮なくご相談ください。

- 臨床心理士やリハビリスタッフも揃い知能検査や療育も可能となりました。
- 夜尿症や便秘の相談にも応じます。
- ドライスキンやアトピー性皮膚炎には軟膏の塗り方の実演指導を行っています。

一日の外来患者さんは多くないのですが、一人ひとりの診療に時間がかかることが多く、お待ちいただくこともあります。土曜日は学齢児に予防接種をしますので、予約外の患者さんにつきましては10時30分までに受付していただけますと幸いです。小児科医1人体制で診療しておりますので何卒ご理解ご協力お願い申し上げます。

いずみエッセイ

心癒される場所

経営企画室 室長 江藤 雅章

みなさんにとって、心癒される時とはどのようなときでしょうか？

大好物をおなか一杯に食べたとき、お気に入りの音楽に包まれてゆったりとした時間を過ごすときなど、季節や気分により色々と思ひ浮かぶことでしょう。

私のお気に入りの場所は長崎県平戸島の先にある小さな島、生月島です。平成3年に橋が架かり、その頃から車で行ける釣りポイントとして通いはじめたところで、ボウズのときには、塩俵の断崖や最北端にある大バエ灯台などを散策しながら潮時までの時間を過ごしていました。灯台から海風を浴びながら水平線をみていると何とも言えない解放感を味わえます。

なかでも穴場は灯台の手前にある見逃しそうな公園。奥にある草原のベンチに寝転がってぼんやりと空を眺めていると時間が過ぎるのを忘れてしまいます。

形を変えながら流れる雲と風に浮かぶ鳥、草木の音、潮

の香り、陽の光や風の感触など、何もしない贅沢な時間くれる非日常の癒しの場所がそこにあります。お腹がすいたらここでお弁当食べるものもいいし、島には「あごだしラーメン」もありますので天気が悪くても大丈夫。

お忙しいみなさんも、たまには心癒される場所で、何もしない贅沢なひとときを過ごしてみられてはいかがでしょうか。



※ボウズ:狙った魚がなかなか釣れない状態

ねえねえはね丸くん♪



皆さんから筑後市立病院にお寄せいただいたご意見やご質問にお答えします。



パネコ

Q.

ねえねえ はね丸くん♪
筑後市立病院にはたくさん診療科があって、それぞれにたくさんのお医者さんがいるわね。

A.

現在、当院には19診療科があり、常勤の医師は32名、研修医が2名在籍しているよ。その他にも大学病院などから非常勤の医師がたくさん診療の応援にきてくれているんだ。



パネコ

Q.

初めて受診するときなどは「どんなお医者さんかな」ってドキドキするんだけど…

A.

みんな熱心に診療に当たる優しいお医者さんだよ！
広報誌「いずみ」(季刊号)や、「いずみ 医師紹介号」(不定期発行)で常勤医師の紹介を随時掲載しているよ。「いずみ 医師紹介号」には各診療科で行う診療の紹介や、医師の専門分野などを写真もまじえて紹介しているんだ。いちど手に取ってみてね。



はね丸くん



当院刊行物で診療科や医師の情報をチェック！
1階ロビーに設置しています。
ご自由にお取りください。

当院の情報誌など各刊行物についてのお問い合わせは経営企画室まで
【筑後市立病院 経営企画室 0942-53-7511】



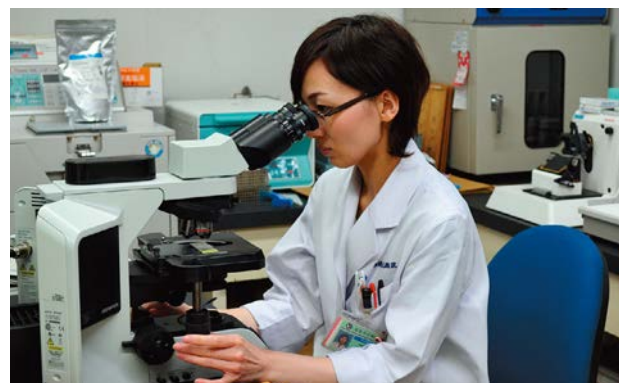
きらり☆スタッフ

当院で活躍する様々な職種のスタッフを紹介していきます

☆これが私のしごとです

私が働く中央検査室では、血液や尿などの成分や血液型を調べたり、心電図やエコー検査等を行ったり、そのほか色々な検査を12名の技師で行っています。私はその中でもあまり知られていない病理・細胞診という仕事をしています。病理組織診断は、例えば胃カメラの検査で採った組織からガラス標本作製し、病理医が顕微鏡を使って診断します。最近では「フラジャイル」というTVドラマでその姿が描かれていました。ご覧になりましたか？また細胞診断は、尿などの材料より作製したガラス標本を細胞検査士という資格を持った技師が顕微鏡を使って検査しています。顕微鏡でみるミクロの世界は鮮やかでとても綺麗ですよ。

臨床検査技師
山浦 美紗
(中央検査室)



病理医の森松稔久留米大学名誉教授(右から2番目)、検査室スタッフと一緒に

☆私の「元気のもと」

B'z(ロックバンド)が大好きです。カラオケでお腹の底からシャウトすると気分がすっきりします。意外でしょう？



専門的な器具や、薬品などを使う必要がないので、正しい知識と適切な処置の仕方さえ知っていれば、誰でも行うことができます。具体的な例としては、次のことを行います。



いざという時は ためらわずに AEDを使ってください



基本は「音声ガイダンスに従って患者さんの身体にパッドを貼り、通電ボタンを押す」
AEDは、電源を入れると自動で音声の流れで操作方法を教えるので、
誰でも適切に操作をすることができます。

※AEDを使用後、もし予期せぬ結果となっても法律的に問われることはありません。

AED音声ガイダンスでは流れない、 ちょっとしたポイントをおさえておこう！



ポイント 01 装着前に、まずは服を脱がす。このあとに
パッドを身体へ適切に貼り電気刺激を的確に与えるためです。

ポイント 02 乾燥を防ぐため、**パッドは袋の中にあります。**
袋を開けてパッドを取り出しましょう。

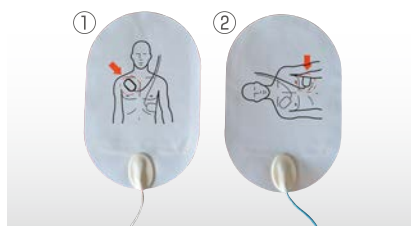
慌てず
冷静に確認！

ポイント 03 パッドを貼る前に、**パッドについているフィルムを外します。**
外さないと身体にくっつきません。

AEDはいろいろなメーカーから発売されています。
また身体につけるパッドもいろいろありますが、基本的な使い方は同じです。

成人用パッド

基本的に使うパッドです
絵を参考に貼り付けます



小児用パッド

未就学児のパッドです。
からだの前と後ろに貼ります。



成人用パッド しかない場合

成人用のパッドしかないが
小児に使用する場合がある
場合は、成人用パッドの

- ①を体の前に
- ②を体の後ろに貼ります。

※成人に小児パッドは
使用しないでください。

※新生児にはAEDを
使用することができません。

“AEDマップ”と検索すると配置してある場所を探せます

AEDマップ

検索

AEDを使用することで救われる命があります

まずは行政などが開催する一次救命講習を受けることをおすすめします。
もし誰かが一次救命を必要としていたら、勇気を出して「まずは使う」。
大切な人を救う大きな力になるかもしれません。



はね丸

医療ネットワーク

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

まちのお医者さん
「かかりつけ医」



普段の受診
日頃の健康管理

筑後市立病院



高度な検査・治療・手術・
入院・救急など

地域医療支援室です。

当院は、急性期病院として「病診連携」を推進しており、医院（病院）から紹介された患者さんの紹介状や返書の管理を地域医療支援室にて行っています。近隣のかかりつけ医の先生方には常日頃よりご支援ご協力を賜っております。

また、後方支援として医療上の課題や、生活・介護上の課題を持つ患者さんの退院後の暮らしを考えて、必要に応じ地域の保健・医療・福祉サービスとも連携しながら、患者さんとその家族をサポートして、退院調整を行っていきます。ご心配なことやご相談になりたいことがございましたら、お気軽にお立ち寄りください。

「病診連携」とは？

患者さんを中心に、病院と診療所が協力して、よりよい医療をすることです。初期診療や慢性的な継続診療などは診療所のかかりつけ医の先生に診てもらい、専門的な検査・診察や入院が必要な治療は病院が行います。同じように病院同士でも、それぞれの特徴を生かした役割分担をして、ひとり一人の患者さんにふさわしい医療を行います。



こちらで
お待ち
しています。

くにたけ いいん

くにたけ(国武)医院

〔院長〕 國武 佳博・〔非常勤〕 國武泰史

診療科目 内科・小児科・皮膚科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:00～13:00	●	●	●	●	●	●
14:30～18:00	●	在宅 訪問	●		●	

午前中の受付は7:30～12:30まで(ただし土曜日は7:30～12:00まで)

休診日 日曜、祝日、お盆、年末年始

ご案内事項

- ◎ホームページ <http://www.ozuma-med.or.jp> (大川三瀬医師会)
- ◎ふくおか医療情報ネット <http://www.fmc.fukuoka.med.or.jp/>
- ◎火曜日の午後は在宅訪問を行なっています。
- ◎特定健診・特定保健指導(動機付け支援)の実施
- ◎一般健診の実施◎各種予防接種の実施
- ◎胃がん、肝がん検診、精密検査実施医療機関



大木町大角に父の後を継承して以来、早34年となりました。「赤ちゃん」から「お年寄り」までをモットーに日々の診療に励んでいます。患者さんの意志を尊重しつつ、地域に根差した医療を提供していきたいと思っています。そのため、大学病院や近隣病院、診療所と緊密な連携を図っています。

電話番号 0944-32-1105 FAX 0944-33-1782

所在地 〒830-0403 三瀬郡大木町大角186-1

総務省発表の 「公立病院経営改革事例集」 に選定されました

平成28年3月31日に総務省から「公立病院経営改革事例集」が公表されました。これは新公立病院改革ガイドライン（平成27年3月）に基づく更なる公立病院改革を推進するにあたり、これまでの経営改革の優良事例を紹介するものです。3つの視点に沿った各公立病院の取組のうち、顕著な成果を上げている事例として全国より20の病院が選定され、そのうち「経営形態の見直し」の優良事例として当院が選ばれました。

当院事例紹介の中で、地方独立行政法人化をすることで医師の確保や治療の効率化による入院収益の増加を図り、法人化後は経常収支比率100%を継続的に達成している点、併せて地域のニーズに応じた医療提供体制を確保した点を挙げ、有識者より「地方独立行政法人化」によって、「自主性」「目標管理」「透明性」「公共性」が発揮され、経営改革に努めたことが結果に繋がっている（総務省「公立病院経営改革事例集」より引用）とのコメントをいただきました。これからも地域の中核病院として安定した良質の医療を提供できる、魅力ある病院を目指します。

経営の効率化	再編・ネットワーク化	経営形態の見直し
岩手県立宮古病院（岩手県） さいたま市立病院（さいたま市） 伊那中央病院（長野県） 市立福知山市民病院（京都府） 唐津市民病院きたはた（佐賀県） 沖縄県立南部医療センター・ こども医療センター（沖縄県）	つがる総合病院（青森県） 日本海総合病院*（山形県） 北播磨総合医療センター（兵庫県） 公立世羅中央病院（広島県）	三浦市立病院（神奈川県） 富山市民病院（富山県） 堺市立総合医療センター*（堺市） 八尾市立病院（大阪府） 神石高原町立病院（広島県） 北九州市立門司病院*（北九州市） 福岡市民病院*（福岡市） 筑後市立病院*（福岡県） くらて病院*（福岡県） 町立太良病院（佐賀県）

（注）*は、地方独立行政法人が経営する病院



深野看護部次長が 看護職員知事表彰を受けました

5月14日（土）、福岡市で開催された「平成28年度看護の日」とい（福岡県看護協会主催）において、当院の看護師、深野加代子看護部次長が看護職員知事表彰を受けました。これは、福岡県内の病院で長年にわたり看護職員として業務に精励し、保健衛生の普及と県民医療の発展に貢献した方々を表彰するものです。

深野次長の看護師としてのキャリアは整形外科病棟での看護からスタートし、がん看護、老年看護、精神看護など多くの分野で患者さんに寄り添った看護に携わりました。当院に就職後は、病棟で成人看護、外来では救急医療、地域医療支援室では地域の患者さんへの看護ケアや相談・支援などに従事。現在は看護部次長として当院の看護部の管理や若手看護師の指導育成に力を注ぐ日々です。自身の培った看護力を発揮し、地域や病院に大きく貢献しています。

このたびの表彰に深野次長は、「ご指導、ご協力をいただいた方々に本当に感謝しております。この32年間、同僚や先輩看護師に励まされ、また支えられながら今まで看護師を続けることができました。私の目標は『良い看護をするには自分自身が健康であること』です。これからも患者さんが良い看護サービスを得られるよう、豊かな人間性と倫理観、安心と安全を提供できるよう努力したいと思います。」と語りました。



暮らしに活かせる 元気のツボ

目にも「日焼け対策」を！



目が日焼けをすると・・・

充血、痛み、涙が出る、異物感がある(ゴロゴロ)
まぶしさを感じる 等



将来こんな病気に つながる可能性があります

- ・加齢黄斑変性
(ゆがんで見える・視野欠損・色覚異常・視力低下など)
- ・翼状片(結膜が増殖し、角膜を覆うように伸びる)
- ・白内障(水晶体が濁って視力が低下する)

日頃のケアがとても大切になります

角膜に強い紫外線を長時間浴びると、数時間後に目を開けられないほどの痛みや眩しさが起きることがあります。
電気性眼炎(別名:雪眼炎)という角膜表皮障害で、サングラスやゴーグルなどで目を保護しない状態でスキーや溶接作業を行うなどすると起きることがあります。

日焼け対策のポイント

POINT

・UV カット機能付きのサングラスや ゴーグルを装着する



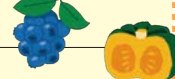
レンズの色が濃いものは視野も暗くなるため、瞳孔が開いてしまい、かえって紫外線が目の奥に入りやすくなります。
薄い色のレンズでUV遮蔽率が高いものを選びましょう。

・つばの広い帽子や日傘を使用する



・ルテインを摂取する

眼の老化を引き起こす活性酸素を抑えたり、テレビ画面などから出るブルーライトや紫外線を遮断し目を守る働きがある栄養素です。
色の鮮やかな緑黄色野菜(ほうれん草やカボチャ、ブロッコリーなど)や果物(ブルーベリーやカシス)に多く含まれています。



眼もお肌と同様、適切な日焼け対策を。
日焼けによる症状が強く出ている場合は、
お近くの眼科医院を受診されることをお勧めします。

参考文献:「イラスト 眼科 第6版」(渡邊郁緒・新美勝彦) 監修:筑後市立病院 医師 馬場順子(眼科科長)



美味しく元気に

雑穀米の夏野菜ドライカレー

暑い日々が続いています。

気が付けば、そうめん・アイスクリームと簡単、喉ごしの良いものに走りがち。次第に夏バテとなり料理することが面倒に・・・

夏バテ防止には、3食バランス良く摂ることが大事ですが、食欲を刺激する香辛料などに頼るのも一つの手です。夏野菜や雑穀米でビタミンを補いながら残りの夏をのりきりしましょう。

材料(5人分)

精白米 …………… 340g
雑穀米 …………… 20g
豚ミンチ …………… 300g
玉葱 …………… 250g
人参 …………… 100g
にんにく …………… 10g
生姜 …………… 15g
バター …………… 10g
塩こしょう …………… 少々
カレー粉 …………… 15g
ウスターソース …………… 18g
ケチャップ …………… 20g
水 …………… 300cc
顆粒コンソメ …………… 5.3g
ナス …………… 50g
オクラ …………… 40g
カボチャ …………… 50g
赤パプリカ …………… 50g
黄パプリカ …………… 50g

(1人分:473kcal、塩分1.4g)

作り方

- ①雑穀米を混ぜた精白米を炊く。
- ②玉葱・人参・にんにく・生姜はみじん切りにしておく。
- ③フライパンを温めバターを入れる。
生姜とにんにくを入れ、色づいたら
人参・玉葱を入れ炒める。あめ色になったら
豚ミンチを入れ炒める。
- ④火が通ったら塩こしょう・カレー粉・ウスターソース・ケチャップで味を調え、水・コンソメを入れ煮詰める。
- ⑤オクラは湯がく。適度な大きさに切ったナス・カボチャ・パプリカをフライパンで焼く。
- ⑥皿にご飯、カレー、野菜をトッピングしてできあがり。



トッピングの野菜は
冷蔵庫にあるものでOK!
焼く、蒸す、など
お好みで・・・♡



バナコ



POINT

さっぱり仕上げたい方は
ミンチ肉の量を減らし、
玉葱や人参を
増やしてください。

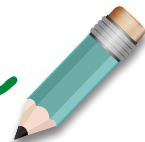


糖尿病試食会の様子(6月23日開催)
内分泌代謝内科の加藤医師による糖尿病やその合併症についての説明がありました。食事療法と運動療法の大切さを確認しました。



いずみかいじおん

INFORMATION



小児科予防接種

【完全予約制】

実施日

●毎週月・木曜日

午後2時30分～午後3時30分

●毎週土曜日(第3土曜日を除く)

午前11時00分～午前11時30分

ご予約・ご相談

小児科外来(0942-53-7511)に月～金曜日の午前9時～午前11時30分までにお電話ください。

病児保育施設

ちっこハウス

事業目的

生後3か月から小学6年生までのお子さんが病気の「回復期」などで、集団生活が困難であり、かつ、昼間家庭で育児できない場合に「一時預かり」を行うもので、保護者の「子育てと就労の両立」を支援し、児童の健全育成を目的としています。

場所

病児保育施設「ちっこハウス」
筑後市大字和泉917-1(筑後市立病院横)

受付/利用時間

月～土曜日
午前7時30分～午後6時30分
(第3土曜日と祝日をのぞく)

詳細はお問い合わせください。

TEL.0942-52-2577



編集後記

毎年「今年は猛暑になるって」と話している気がしますが、今年もやはり猛暑といわれる気候が続いています。さて、「暑さを我慢しない」「こまめに水分を取る」「なるべく日焼けをしない」が世の常識となりつつあります。部活でジリジリに日焼けしながら水を飲むのも我慢していた学生時代の私が聞いたなら愕然とします。いずれも命と健康を守る大切な事。暑い夏、どうぞご自愛ください。

(経営企画室 林)

健康出前講座を開きませんか

地域の皆さんの健康増進の一環として、健康講座を無料にて行っております。

当院のスタッフが地域に出向き講演いたします。利用希望の方はお気軽にお問合せください。

対象:筑後市内の団体等 ※営利目的の研修でないこと
人数:30名以上(目安)
日時:月曜日～金曜日の10時～16時(約60分程度)

※講演料は無料です。※開催にかかる会場使用料などの費用は負担いたしません。※希望日程の1カ月以上前までにお申込みください。※希望日程や講座はご希望に添えない場合がありますのであらかじめご了承ください。※その他ご不明な点などございましたらお気軽にご相談ください。

演題名	講演者
子育ては物知り“おじいちゃん・おばあちゃん”が主役	名誉院長
知っていますか?“がんはどうして人間に多いの?” ～今のがん治療はここまで進んでいる～	名誉院長
がん検診のすすめ	病院長
暑さに負けない熱中症対策	病院長
元気で長生きするために～ロコモティブシンドローム対策～	病院長
高齢者への健康アドバイス	看護師
薬の知識～正しい薬の飲み方～	薬剤師
いびきのサイン見逃していませんか? ～睡眠時無呼吸症候群について～	臨床検査技師
健康寿命を延ばす食事	管理栄養士
がんを予防する食習慣について	管理栄養士
楽しく食べて長生きしよう	管理栄養士
上手にごっくん!肺炎予防	リハビリテーション科 スタッフ
誰もが気になる医療費のおはなし	事務職員

最近開催した出前講座(一例)

- ◆4/23 上北島ボランティア会様「高齢者への健康アドバイス」
- ◆5/9 野町デイサービス様
- ◆5/18 山ノ井デイサービス様「高齢者への健康アドバイス」
- ◆5/20 長浜さんかく塾様「食と健康」
- ◆6/10 久恵デイサービス様 「暑さに負けない熱中症対策」
- ◆7/11 二川老人会様「健康寿命を延ばす食事」
- ◆7/15 羽犬塚南校区老人会様「健康寿命を延ばす食事」
水田校区老人クラブ連合会様 「上手にごっくん!肺炎予防」



ご希望の日程がありましたらお早目にお問い合わせください

お問合せ先:筑後市立病院 経営企画室 (0942-53-7511)

広報誌いずみVol.17(2016新緑号)5ページ「『患者満足度調査』のご報告」で、調査対象期間の表記に間違いがありました。
【誤】平成26年9月14日から10月13日まで 【正】平成27年9月14日から10月13日まで
お詫びして訂正いたします。

外来診療の ごあんない

- 受付時間 【月～土曜日】8:15～11:30(診療開始／8:30～)
- 休 診 日 日曜日・祝日・第3土曜日・お盆(8/15)・年末年始(12/30～1/3)

※ただし、救急患者は随時受け付けています。

※下記の外来診療医師一覧は2016年8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	新患・内科総合	小 野 典 之	梶 原 雅 彦	担 当 医	小 野 典 之	担 当 医
	消化器内科	渡 邊 裕 次 郎	南 真 平	梶 原 雅 彦	白 地 美 紀	田 中 寛 士
	呼吸器内科	富 岡 竜 介 平 岡【大学】	坂 崎【大学】	富 永【大学】	富 岡 竜 介 中 尾【大学】	石 井【大学】
	内分泌・代謝内科	野 原 正 行	加 藤 全	野 原 正 行	新 関【大学】	野 原 正 行
	循環器内科	大 内 田 昌 直	田 中 格 子	梅 井 秀 和 折 田【大学】	梅 井 秀 和	大 内 田 昌 直
	腎臓内科	—	安 達 武 基	—	—	安 達 武 基
	血液内科	—	—	—	—	中 村【大学】
小児科	中 島 正 幸	中 島 正 幸	久留米大学医師	中 島 正 幸	中 島 正 幸	中 島 正 幸
放射線科	温 友 美	温 友 美	温 友 美	温 友 美	温 友 美	温 友 美
外科	吉 田 正 哲 古 川	中 野 昌 彦 友 枝 博(血管)	中 野 昌 彦 谷 脇 慎 一	松 尾 英 生 古 川 哲	吉 田 正 哲 谷 脇 慎 一	松 尾 英 生 友 枝 博(血管) 大 塚【大学】 (不定)(※)
整形外科	井 上 貴 司 上 野 明 菜 大 本【大学】	中 村 英 智 白 石 絵 里 子 野 口【大学】	吉 田 健 治 上 野 明 菜 田 淵【大学】	中 村 英 智 白 石 絵 里 子	井 上 貴 司 上 野 明 菜	中 村 英 智 白 石 絵 里 子 瓜 生【大学】 (不定)
麻酔科	—	—	—	古 賀 由 香 利 (手術)	—	—
産婦人科	河 野 勝 一	河 野 勝 一 薬 師 寺 道 明	河 野 勝 一	河 野 勝 一	河 野 勝 一 薬 師 寺 道 明	河 野 勝 一
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	川 口 義 弘	川 口 義 弘	川 口 義 弘	川 口 義 弘 末 金【大学】	川 口 義 弘	川 口 義 弘
眼科	馬 場 順 子	馬 場 順 子	馬 場 順 子	馬 場 順 子	馬 場 順 子	馬 場 順 子
漢方専門外来 (14:00～16:00)	—	宮 崎 憲 一 郎(※) お問い合わせ先 整形外科外来	—	—	—	—

(※):事前に各科外来(午前中)にお問い合わせください。(☆):耳鼻咽喉科 金曜日のみ受付時間が9:00～11:30となります。
●上記内容は医師の学会出張などで変更することがあります。詳しくはお問い合わせください。

小児救急外来 八女筑後医師会の小児科医、内科医

- 夜間小児救急 【診 療 日】 毎週月～金曜日 ※ただし、祝・休日、お盆、年末年始は除きます。
【診療時間】 午後7時～午後10時(受付:午後9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、祝日:公立八女総合病院
【診療時間】 午前9時～午後3時(受付:午後2時30分まで)



禁煙のお願い

筑後市立病院は館内禁煙となっております。ご理解と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

<http://www.chikugocity-hp.jp/>



当病院のホームページへは、左のQRコードからもアクセスできます。

基本理念 生涯研修・生涯奉仕

- 地域と連携を深め、中核病院としての機能充実をはかります。
- 生涯研修の精神で、常に自己研鑽に勤め、高度な先進的・最適医療を実践します。
- 人格を尊重し、博愛と生涯奉仕の精神で信頼と安心が得られる医療を提供します。

基本方針

かつてよかった病院
あってよかった病院
働いてよかった病院