

いずみ



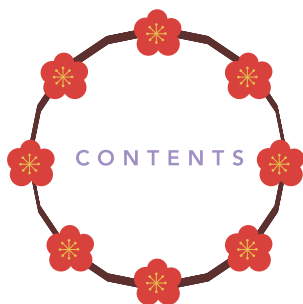
地方独立行政法人
筑後市立病院

vol.20

新年号 / 2017

〔 病気のお話 〕

“子宮頸がん”の検診を必ず受けましょう ～子宮頸がんは治る病気です～



● 周術期のがんリハビリテーションの効果

● 冬の食中毒

● いずみけいじばん

- ・ 訪問看護のご案内
- ・ 定期的に骨密度をはかりましょう

● ピックアップ

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

年頭所感2017 より良い年に



二〇一七年 年頭所感



筑後市立病院
理事長兼病院長
吉田 正

新年あけましておめでとうございます。いずみをお読みの皆様には、健やかな新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

総務省の指示により新公立病院改革ガイドラインを27年度に策定することになっていきます。総務省は公立病院改革を推進するに当たりその参考となる公立病院経営改善事例集を公表しており、当院の事例は「顕著な成果を上げている20の事例」の1つに選ばれました。

昨年4月の診療報酬改定では7対1看護基準がさらに厳格化されましたが、なんと25%の看護基準を達成しています。また、9月には日本医療機能評価の4回目の審査を受け認定されました。

地域医療ビジョンの策定に向けた調整会議ははじまりました。2025年の必要病床は八女筑後医療圏では慢性期病床が206床、急性期病床が248床多く、回復期病床が241床、高度急性期が144床不足しており、病床全体では69床が過剰のようです。策定案では公立八女総合病院と当院は現在の診療機能を維持することと明記されました。今後地域のニーズを再検討し対応していきます。

今年も①救急災害対応の強化、②病院機能の充実、③地域連携強化の3つの戦略テーマを掲げ、地域の方々が「あつてよかった病院」、患者さんが「かかってよかった病院」、市立病院職員が生きがいと誇りを持って働いてよかった病院となるように、生涯研修、生涯奉仕の病院理念のもと、地域の皆様方の健康を守るために職員一同頑張りまします。皆様方のご理解とご支援を賜りますようお願い申し上げます。

皆様のご多幸と、ご健勝を心から祈念し、年頭のご挨拶とします。



名誉院長 薬師寺 道明

盃が酒で満たされるように、人の心は人で充たされる。儒学の教えの一節にある。医の心も同じと思う。



院長相談役 小野 典之

毎年、月並みなことばを述べている「Win-Winと鬼手佛心」の気持ちで診療していきたいと思ひます。



画像センター室

他部門と連携を図りながら、地域の皆様に安心して画像検査を受けていただけるよう、努めていきたいと思ひます。



副院長 中村 英智

細木数子氏によると、私の今年の運勢は、「これまでの努力が実を結び、飛躍が期待できる年」だそうです。これを信じて頑張ります。



副院長 大内田 昌直

世界情勢が大きく変化し日本の医療界も影響が出そうな年ですが、地域に貢献できる病院作りを今年も目指します。



副院長 梶原 雅彦

2016年は病院機能評価の訪問審査が終わり、ホッとしたと同時にやらねばならないことがいくつか見つかりました。2017年はそれらをクリアし一皮むけたいと思ひます。



医療機器安全管理室

昨年より臨床業務が増加傾向にあり、今年はさらなる増加が予測されるため、専門性を高めて対応していきたいとおもひます。



栄養管理室

病院食は「意外と美味しい」、栄養指導は「実践できそう、きいてよかった」と思っけて頂けるよう頑張ります。



リハビリテーション室

PT・OT・ST・ORT(視能訓練士)と共に患者さんのニーズに合った支援ができるよう精進してまいります。



中央検査室

安心して医療を受けていただけるよう、スタッフは検査サイドから臨床科の診療を日夜サポートしていきます。



外来

外来が「安心できる場所」「相談できる場所」となるために、ぬくもりのある心がこもった看護を実践していきます。



看護部

地域医療機関との連携を密にし、地域の皆様に「やさしい心」を持ったぬくもりのある看護を提供できるよう、看護師育成にも一層力を入れ前進するよう努めてまいります。



臨床心理室

新しく立ち上がったばかりの部署です。常に「感謝する」・「学ぶ」・「内省する」姿勢で、病院に貢献いたします。



薬剤室

今年一年も皆様に安心・安全な医療を提供できるように、薬剤部スタッフ全員で頑張ります。お薬のことなら、なんでもお聞き下さい。



西3階病棟

西3階病棟は今年度も「患者さんの立場で満足できる看護の提供」をめざし、スタッフ一丸となり努力していきます。



東3階病棟

看護の質を向上することを目標に患者さんへ寄り添った安心、安全な看護を提供します。



ICU病棟

価値観がはっきりすれば断固とした姿勢が生まれ、グレーゾーンを航海するときの道しるべができる。これが企業文化の柱となる。
(グイヤーとケリーの言葉より)



中央手術室

手術室では、手術を受けられる患者さんとお家族の方に寄り添い、安心と安全な手術室の看護を目指し、一致団結して、頑張っていきます。何か分からないことがあれば、気兼ねなく声をおかけください。



病院安全管理室/ 病院感染管理室

今年の目標は「地域医療機関の医療安全担当者とのネットワークを構築し、地域の医療安全活動に貢献する」です。



地域医療支援室

スタッフ一同、地域の顔の見える多職種連携を図りながら、患者さんとお家族の希望に沿った支援を行っていきます。



西4階病棟

安全な看護を提供し、患者・ご家族へ安心な退院支援に向けてスタッフ一同取り組んでいきます。



東4階病棟

本年も、安全と安心の医療とあたたかい看護の提供ができるように病棟スタッフ一同取り組んでまいります。



ちっこハウス

子育て支援として安心して預けていただけるよう。またお子さんが早く回復されるようお世話をしていきたいと思っています。



総務課/経営企画室

一にあいさつ、二に笑顔。確実、丁寧、迅速に。緑の下の方になって地域医療を支えます。



医事情報課

今年は、昨年よりもさらに高い目標を掲げ、色々な事にチャレンジしていきたいと思っています。



子宮頸がんの検診を必ず受けましょう

子宮頸がんは治る病気です

現在(2016年)、日本ではがんになる人は年間約85万人で、そのうち約36.8万人が死亡し、約163万人が継続的な医療を受けています。また、生涯がんになるリスクは、男性が62%、女性は46%で、日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人ががんで死亡する時代になっています。本誌では、女性に発生するがんのうち、子宮頸がんを取り上げ、1人でも子宮頸がんでは死なない時代が来ることを期待します。

子宮にできるがんを知っていますか？

子宮頸がんの怖さを知っていますか？

子宮頸がんが発生する原因は？

病気のお話

名誉院長

やくしじ みちあき

薬師寺道明

【専門分野】

婦人科がん

【所属学会など】

- 日本産婦人科学会名誉会員
- 日本癌治療学会名誉会員
- 国際外科学会シカゴ本部名誉会員
- 日本外科学会連合学会fellow会員
- 日本がん臨床試験推進機構諮問委員会顧問
- 日本産科婦人科内視鏡学会名誉会員



子宮にできるがんは、2種類あります。図1に示しているように、がんができた部位により、子宮頸がん、子宮体がんに分けられますが、日本女性性は、子宮頸がんが多く70%を占めています。

怖さの理由は、恋愛、結婚、出産という女性の人生で最も大切な時期に、子宮頸がんが静かに忍び寄るからです。そして、この傾向は毎年増えつつあります。

図2は日本女性40歳以下の子宮頸がん患者の発生率を年代ごとに示したものです。

1983年には13.6%であったのが、1994年には20.5%、2005年には24.7%と増加していますが、20歳代が1983年には1.1%であったのが2005年には3.7%と約3倍となっているのが判ると思います。

子宮頸がんは予防できるか？(その1)

子宮頸がんを引き起こす原因が判ってから、子宮頸がんの二次予防としてのHPVワクチンの接種という手段を手に入れ、多くの若い女性に朗報をもたらすと考えられました。

しかし、日本ではワクチン接種後に起った種々の副

子宮にできるがんは二つあります。

子宮頸がん

- 子宮頸部の上皮より発生
- 日本では子宮がんの70%
- 40歳台に好発
- 欧米よりアジア、南米に多い。

子宮体がん

- 子宮体部内膜の腺組織より発生
- 日本では子宮がんの30%(増加傾向にあり、浸潤癌では頸がんとはほぼ同等)
- 50歳台(閉経後)に好発
- 日本より欧米に多い。

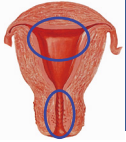


図1

若年者(40歳以下)の子宮頸がん

■日本での若年者子宮頸がんの頻度(I-IV期)
(日産婦人科腫瘍委員会報告)

1983年	13.6% (741/5450)
	20歳代 1.1%、30歳代 12.5%
1994年	20.5% (883/4302)
	20歳代 3.7%、30歳代 16.7%
2005年	24.7% (1241/5024)
	20歳代 3.7%、30歳代 21%

増加しているのは上皮内がんだけではない!
特に30代での浸潤がんの増加が顕著

図2



反応が報告されるようになり、現在その原因について検討が行われている段階で、ワクチン接種の推奨は行われず、希望者のみとなっています。

なお、WHOのワクチンの安全性に関する諮問委員会は、ワクチン接種の積極的勧奨を差し控えている日本の状況に対して、「若い女性たちは、予防可能であるHPV関連がんの危険にさらされたままになっている。不十分なエビデンスに基づく政策決定は、安全かつ効果的なワクチン使用の欠如につながり、真の被害をもたらす可能性がある」との強い見解を公表しています。これまでワクチン接種を推奨してきた日本の行政の決断が迫られているのが現状です。

子宮頸がんは 予防できるか？(その2)

前に述べたように、ワクチン接種と定期的な検診で予防に大きな期待がもたれましたが、定期的な受診で、少なくとも前がん病変のレベルが、早期がんのレベルでの発見が可能です。その理由は、頸がんが発生しやすい部分はごく短時間で検査が行いやすいということです。

また、がんがでやすい部位や、怪しいところを拡大して初期の病変をみつけることもできます。

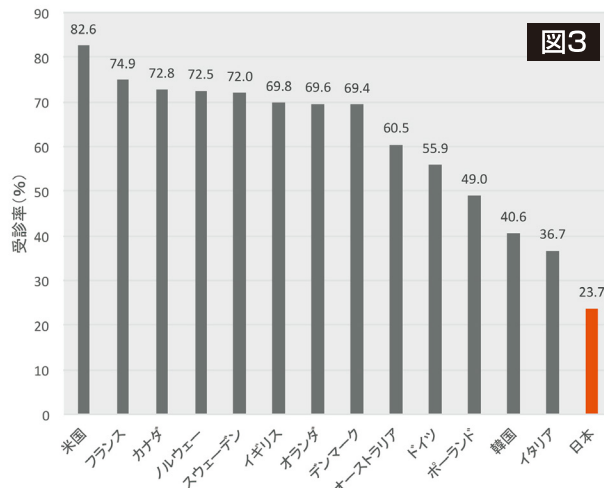
早期に発見すれば子宮を摘出せずに治療をすることも可能です。しかし、進行するに従って手術も広汎になり、治療も複雑になります。

日本における 子宮頸がん検診の現況は？

図3に、国別の子宮頸がん受診率を比較して示しました。先進諸国の中で圧倒的に日本の受診率が低いのが判ります。改めて日本女性に求められる課題とします。

国別子宮頸がん検診受診率

(OECD (経済協力開発機構): Health Working Paper No.29,2007改変)



先進国の中で圧倒的にがん検診受診率が低い



図4は、筑後市の受診率を示しています。若い年代の受診率が徐々に増えつつありますが、充分とはいえません。

検査も行いやすく早期発見が可能な子宮頸がんです。検診を積極的に受けましょう。

子宮がん検診受診率の推移(筑後市)

	20年度	21年度	22年度	23年度	24年度	25年度	26年度
20歳代	6.0	15.8	19.7	25.9	32.0	30.5	47.7
30歳代	19.6	29.0	21.8	25.2	28.0	29.0	34.2
40歳代	16.3	22.3	24.5	26.7	29.2	29.0	24.4
50歳代	13.8	13.7	15.3	18.1	19.2	19.5	21.7
60歳代	13.3	14.7	17.0	23.2	23.5	23.0	21.5
70歳以上	2.7	1.8	2.9	4.1	4.0	3.7	3.9
全体	11.0	12.7	13.3	16.2	17.2	16.9	17.8

日本では、毎年約3000人が子宮頸がんて亡くなられています。検査も容易で、しかもがんになっていく過程が最も判っているがんにもかかわらず死亡者数の減少がみられません。世界の先進国と自負している日本です。子宮頸がんでは死なないという自負も持つべきではないのでしょうか。

周術期(手術前後)の がんリハビリテーションの効果



がんリハビリテーション(以下がんリハ)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、術後リハビリの対象は術後にADL(食事・着替え・移動・排泄・入浴など生活を営む上で必要不可欠な基本的行動)能力の低下した方が主で、術後ADL能力を確認しながら行います。一方、がんリハはほとんどのがん患者さんが対象で、入院時から退院までが対象期間となるため、早い段階からのリハビリが可能となります。

早め早めにリハビリをすることで、当院の患者さんでは、術後の歩行開始もがんリハ導入前より約2日ほど短縮がみられており、術後から退院までの期間が約11日も短縮されました。

がんリハの 目的

- ①早期の在宅・社会復帰 ②肝機能や栄養状態の悪化の予防
- ③疲労感や不安の軽減 ④睡眠の改善 ⑤転倒予防 ⑥心のケア

がんリハの 様子



筋肉量を部位別に測定します。各筋肉の発達程度とともに身体の下・左右が均衡に発達しているかを調べます。

徒手筋力計による筋力評価・筋力訓練を行っているところです。大腿四頭筋の筋力トレーニングを5～8回ほど行います。



病気や手術で落ちた体力を、有酸素運動を行うことで向上させる効果があります。
5～10分ほど続けます。



手術前には、術前ADL評価、呼吸リハビリ、術後リハビリの説明などを行います。

手術後は、患者さんの状態にあわせて、目標設定、早期離床、起居動作訓練、呼吸リハビリ、筋力訓練、ストレッチ、日常生活動作の訓練など行っています。

歩行訓練を10～15分、ストレッチを5～10分、筋力訓練、有酸素運動などで計40分ほどのリハビリを一日に行います。

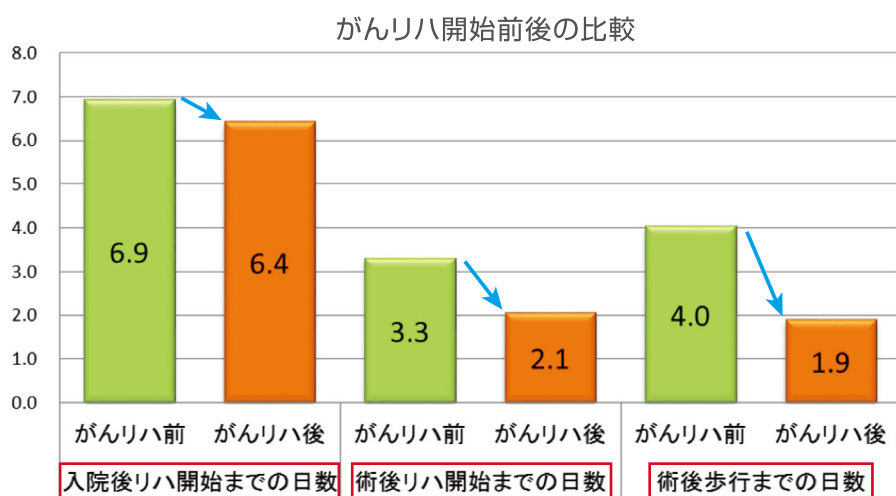
※上記はリハビリの一例です。実際のリハビリの内容は患者さんごとに異なります。

当院での がんリハの効果



当院でがんリハを行った疾患

上行結腸がん、下行結腸がん、S状結腸がん、
胃がん、十二指腸乳頭部がん、胆のうがん、盲腸がん、
直腸がん、横行結腸がん、肝がん、前立腺がん



術後リハ開始
までの日数

平均3.3日→ **2.1日**

**約1.2日
短縮**

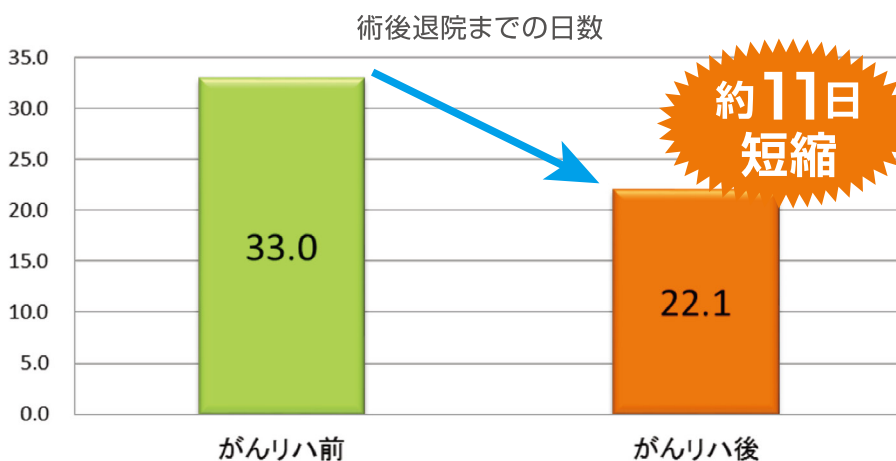
術後歩行開始
までの日数

平均4日→ **1.9日**

**約2日
短縮**

術後退院
までの日数

平均33日→ **22.1日**



**約11日
短縮**

対象者/がんリハ開始前の術後リハ実施者:26名、がんリハ開始後の術後リハ実施者:21名

当院では、がんリハが開始され医師と看護師、理学療法士、作業療法士が連携しがん診療の中にリハビリが定着してきました。以前は、高齢で日常生活に問題があるがんの患者さんだけが対象でしたが、すべての年齢層でリハビリを受けられるようになりました。その結果として、早期リハ開始、早期歩行、早期退院が可能となっています。



【医師紹介】

●川口義弘

【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)

膀胱、前立腺などの尿路の臓器の病気を治療します。

検尿、採血、膀胱鏡、レントゲン、CTなどで病気の診断を行います。必要があれば入院のうえ前立腺生検、各種手術を行います。

血尿、排尿時痛などの気になる症状がございましたら受診をお勧めいたします。

勤務体制は月曜から土曜(第3土曜日は除く)で午後からは手術、外来検査を主に行っております。毎週木曜には久留米大学泌尿器科より非常勤医師の派遣をしていただき診療、手術を行っております。

(主な疾患)

前立腺肥大症、膀胱炎、尿管結石症、前立腺癌、膀胱癌、腎癌、腎盂癌、尿管癌

いずみエッセイ

「何気ない日常」

医事情報課 医事情報係 濱崎愛梨

少し前の話ですが、「アバウト・タイム～愛おしい時間について～」という映画を観ました。この映画の主人公は、21歳の誕生日に父から「一族の男子はタイムトラベル能力がある」と告げられます。それからというもの、主人公は事あるごとに過去を変えようとしていました。しかし、タイムトラベルを繰り返していくうちに、何かを得るためには何かを失うということ、どんなに能力を使って人生をやり直しても避けられない不運は必ずあるということを知りました。そして何気ない一日こそ幸せであり、大切な一日であるということに気づきました。

考えてみると、私も過去に戻ってやり直したいことや、後悔していることがあります。しかし、今までの良い出来事や、知り合えた人たちとの大切な時間がなくなると思うと、きっと私は、過去と同じ選択をするのだらうと思いました。



もちろん、過去に戻ることは不可能なことです。特別なことがない毎日が、二度と来ない特別な日になるかもしれません。時間を戻せないからこそ、後悔や反省を糧に仕事やプライベートを充実したものにしていきたいと思います。



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♪
親切な看護師さんにお礼を言おうとしたら言いそびれちゃった。
どうやって伝えられるかな？

A.

それなら意見箱に投稿してね。
記入用紙もそばにあるからぜひ投函してね。スタッフ全員の励みになっているよ！



パネコ

Q.

直接は言いにくいけど、ちょっと改善して欲しいこともあるんだよね…。

A.

もちろん改善してほしいことなどもぜひ書き込んでね！
頂いた意見や要望は1階待合ホールの掲示板や当コーナー（ねえねえはね丸くん）でみなさんに回答しているからそちらもぜひチェックしてみてね。
筑後市立病院では、日々スタッフ達が問題を改善できるよう努力しているよ！



はね丸くん



意見箱は1階待合ホール、3・4階各スタッフステーション、3・4階食堂、手術室とICUの家族控室に設置しております。皆さまのご意見をお聞かせください。



1階は
総合受付前に
置いてあります。

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

私が所属する画像センターでは胸やお腹、骨を撮影する一般撮影やCT・MRI・胃透視・エコー・マンモグラフィなど様々な検査を11名の診療放射線技師で行っています。放射線技師は“レントゲンを撮る人”と言われますが、レントゲン撮影だけではなく、磁石を使ったMRIや超音波を使ったエコー検査も行っています。

一度は経験されたことがあると思いますが、健診で胸の写真や胃透視を担当しているのも私たち放射線技師です。また、マンモグラフィは女性技師が担当しています。不安なことや気になることは何でも気軽に質問してください。



診療放射線技師
新開 理枝子
(画像センター室)

☆私の「元気のもと」

子どもと一緒に思いっきり遊ぶこと。親子で参加できる大会に出ることを目標に散歩することです。

冬の食中毒

寒い冬場は食中毒になりにくいと思いませんか？



食 中毒の原因の約半数はノロウイルスによるものですが、ノロウイルスによる食中毒の7割ほどが11～2月に起こっています。主な症状として、食後1～2日でおう吐や激しい下痢、腹痛などを起こします。幼児や抵抗力が落ちている人では症状が重くなることがあります。

ノロウイルスによる食中毒はウイルスの蓄積したカキやアサリ、シジミやホタテなどの二枚貝から感染することがあります。また、ノロウイルスに感染した人が調理した食品や、感染した人の便や吐物がついた「トイレ」、そのトイレを使った人が触った「ドアノブ」、そのドアノブを握った人が触った「壁」・・・と感染は広がっていきます。そうすると、自分では気付くことは難しいです。ではどうやって防げばいいのでしょうか。



ノロウイルスを防ぐには

手を洗いましょう！

帰宅時、食事の前、調理する前には指や爪の間まで石けんでしっかりと洗いましょう。生の二枚貝を触った後や、トイレの後には必ず石けんで手を洗いましょう。また、感染者とのタオルの共用は避けましょう。



食品はしっかり加熱しましょう！

生食用以外の二枚貝を食べるときは、中心温度85℃以上で90秒以上加熱しましょう。生で食べるときは「生食用」と表示してあるものを買きましょう。体調が悪いときは二枚貝を食べるのは避けましょう。



調理器具等の消毒をしましょう！

まな板、包丁、食器、ふきんなどは使用後すぐに洗浄しましょう。洗浄後に85℃で1分以上煮沸消毒をするか、「次亜塩素酸ナトリウム」に浸すように拭いて消毒すると有効です。（家庭用の次亜塩素酸ナトリウムを含む塩素系漂白剤でも代用できます）



ノロウイルスによる食中毒かな？と思ったら

- ・下痢やおう吐などの症状が少し落ち着いた時に少量ずつ数回に分けて水分補給を行ってください。
- ・症状が続くようならお医者さんに診てもらいましょう。



原子力防災訓練

平成28年10月10日、玄海原子力発電所で重大な事故が発生したとの想定で、福岡・佐賀・長崎の3県合同での原子力防災訓練が実施され、福岡県診療放射線技師会からの要請により放射線測定員として参加しました。病院から避難してきた入院患者さんや付き添い者に対し放射線測定器(GMサーベイメータ)を使用しての検査や汚染の有無を調べ、汚染箇所の放射能を基準値以下にするための簡易除染訓練まで行いました。

原発事故は起こってはならないものですが、大規模自然災害と同様にもし事故が起きた場合、迅速に避難誘導や検査を行えるよう日頃からこのような訓練に参加することは重要であると感じました。



放射線測定の様子

全国自治体病院学会 in 富山

平成28年10月20日～21日の2日間、富山県にて第55回全国自治体病院学会が開催されました。当院からは6演題の発表を行い、栄養管理室からは「心疾患患者に対する管理栄養士の関わりと今後の課題」心臓リハカンファに参加して」というテーマで発表しました。昨今チーム医療の重要性が謳われており、様々な疾患における栄養管理の重要性についても強く感じているところです。

今回、栄養分科会のポスターセッションのみで計70演題ありましたが、他の分科会も盛り上がりを見せ、地域から求められる自治体病院像と自分自身の業務のあり方について考えさせられるよい機会となりました。今後日々の業務に今回の経験を活かしたいと思います。

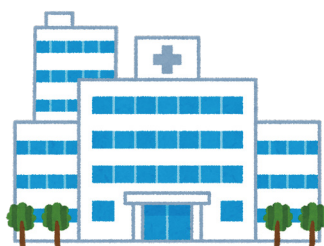


病院機能評価3rd Ver.1.1を受審しました

病院機能評価とは、公益財団法人日本医療機能評価機構が第三者として、病院の組織的活動を患者さんの目に触れない部分も含めて評価し、病院の優れている点や課題を明らかにするものです。評価結果が一定水準を満たしている場合に、日本医療機能評価認定病院となることができます。

当院では平成28年9月29日から30日にかけて受審し、88項目全てにおいて「一定水準以上を満たしている」との評価を受けました。この結果に甘んずることなく、当院の基本方針である「かかってよかった病院」あつてよかった病院と患者さんや地域の皆さんに思っていただけのように、継続的な質の向上を推進して参ります。

より良い病院づくりのため、筑後市立病院にご来院された際にお気づきの点やご意見・ご要望がございましたら、院内に設置しているご意見箱にお寄せください。



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



きくちいちょうかないかくりにっく

きくち胃腸科内科クリニック

〔院長〕菊池 陽介



診療科目 胃腸科・内科・消化器科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	●		●	☆

☆……14:00~17:00

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始

ご案内事項

- ◎ホームページ y-kikuchi-clinic.com
- ◎胃癌・大腸癌検診精密検査実施医療機関。
- ◎日本消化器内視鏡学会認定専門医・指導医の二人の医師が診療に従事しています。

当院は消化器内視鏡検査の専門施設です。がんの早期発見、低侵襲治療をモットーに患者様に安全、安心、安楽な検査・治療を提供できるよう努力しています。

電話番号 0944-63-2223 FAX 0944-63-2305

所在地 〒835-0024 福岡県みやま市瀬高町下庄2175

やすだくりにつく

安田クリニック

〔院長〕安田 智生



診療科目 循環器科・内科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~18:00	●	●	☆	☆	●	●

☆……14:00~19:00

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始

ご案内事項

- ◎総合内科専門医・循環器専門医・不整脈専門医
- ◎朝8時30分からの診療で、水・木は19時まで行っています。
- ◎各種予防接種をいたします。女医による診療も行っています。
- ◎在宅支援診療所として、訪問診療を行い、在宅療養のお手伝いをいたします。
- ◎ホームページ <http://clinic-yasuda.com/>

患者さんが満足し安心できるよう、お一人お一人に合った医療を丁寧にわかりやすい説明を基に行ってまいります。地域に密接した“かかりつけ医”として、最新の知見、科学的根拠に基づいた医療を提供します。特に、循環器の分野においては、大学病院と同レベルの外来診療を提要することを目指としています。

電話番号 0942-51-7313 FAX 0942-51-7314

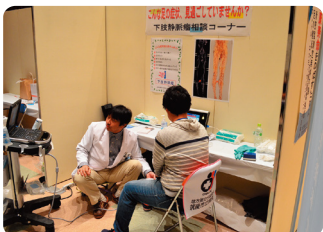
所在地 〒833-0053 福岡県筑後市西牟田3671-11

健康と食育の祭典 With環境フェスタ

平成28年11月13日にサザンクス筑後で行われた「健康と食育の祭典 With 環境フェスタ」に今年もブースを出展しました。下肢静脈瘤相談コーナーでは当院の友枝医師（心臓血管外科）が、ご来場者の下肢静脈瘤リスクについて説明しました。他にも今年のブースのサブタイトル「いつまでも自分の足で歩くために」にちなんで、ロコモ（※）予防法をリハビリスタッフがパンフレットを使って説明し、簡単にできる運動をご来場者の皆さんと一緒に行いました。毎年ご好評をいただいている骨密度測定には100名を超える方々にお越しいただき、ブースは大盛況となりました。

来年も市民の皆さんにご満足いただける催しを行う予定です、その際はぜひ足を運んでください。

※ロコモティブ・シンドローム（運動器症候群）の略称



平成28年度モニター会議（第2回）

今回のモニター会議では、前回いただいた「出前講座をもっとやってほしい」というご要望に対し、今年度の出前講座実績と活動内容を報告し、今後更に充実させていくための協議を行いました。

モニター委員の皆様からいただいた貴重なご意見やご要望を協議する中で、「病院職員にとっては当たり前のことでも患者さんにとっては当たり前ではなく、患者さんがご納得いただけるまで詳しい説明を行わなければ患者さんはわからない」ということを再認識することができました。

今年度は残すところ1回となりましたが、来年度もモニター会議を開催しますので、ぜひモニター委員にご応募いただき、筑後市立病院をより良い病院にするためにご意見をいただきますようお願い申し上げます。

※次年度のモニター募集は平成29年4月から行います。詳細は次号「いずみ」にてご確認ください。



新型インフルエンザ実地訓練

当院は、鳥インフルエンザなどの2類感染症および新型インフルエンザ感染症などに対応する施設（福岡県より指定を受けた第二種感染症指定医療機関）です。11月25日に南筑後保健福祉環境事務所と合同で実地訓練を実施しました。住民の方より保健所に相談が入り、当院で診察、入院までの内容で訓練を行いました。診察は、一般の患者さんとの接触がないように別棟の建物で行います。また、入院が必要となった場合は、専用の入り口から入り、空調も独立の陰圧システムで専用の病室となっていますので、一般の患者さんと接触することはありません。職員は、専用の防護具を着衣しての対応となります。今後も訓練を重ね、適切な対応での受け入れが実施できるよう努めたいと考えています。



暮らしに活かせる 元気のツボ



乾布摩擦のうれしい効果

近年、服を着たまま行う乾布摩擦が話題になっています。
肌が弱い人は強くゴシゴシすると炎症を起こしてしまうこともあります。
服の上からタオルでこするか、裸になるなら直接手で
優しくこするだけでも効果があるそうです。

- 体が温まり冷え性改善にも期待
- 自律神経を整えて免疫力アップ
- 代謝アップしてダイエット効果も
- リラックス&安眠効果も

今年の冬は1日3分から乾布摩擦を始めてみませんか？
室内でもできるので、思うように運動ができない人にもお勧めです。

首筋や肩甲骨の間、
腕などを末端から中心に
むかってこすります。
**無理にこすると皮膚が
炎症を起こすので
無理をしないでね！**



美味しく元気に

肉味噌大根

秋から冬にかけておいしくなる大根。
付け合わせや、鍋料理、サラダ、煮物など
さまざまな場面で大活躍します。
大根は胃腸にやさしく、便秘やむくみの予防、
シミやシワなどの予防ができ、
アンチエイジングにも役立ちます。



パネコ

大根は食物の消化を助け
るとともに胃腸の働きを整
えてくれる効果があるよ。

POINT

この肉味噌はいろいろな
ものにかけて楽しめます。
マーボー茄子の素を常備して
おけば、急な場合にも簡単に
作れる一品です。



材料(4人分)

大根 …………… 600g
干しいたけ …………… 15g
玉葱 …………… 100g
合い挽き肉 …………… 80g
水 …………… 3カップ
鶏ガラスープの素 …… 6g
マーボー茄子の素 (3~4人前用) 1箱
万能ねぎ(小口切) …… 5g
サラダ油 …………… 10g
(一人分110kcal 塩分2.0g)

作り方

- ①大根は3cm厚さの輪切りにし、かくし包丁をいれておく。
- ②玉葱はみじん切り、干しいたけは水で戻し、絞ってみじん切りにする。
- ③鍋に分量の水を入れ、沸騰したら鶏ガラスープの素と大根を入れて、やわらかくなるまでゆでる。
- ④フライパンに油を熱し、玉葱のみじん切りを炒め、透き通ったらひき肉、干しいたけを加えて更に炒める。最後にマーボー茄子の素を加えて炒め合わせる。
- ⑤器に大根を盛り、④の肉味噌をかけ、万能ねぎを散らす。



糖尿病試食会下半期スケジュール

■H28年度下半期スケジュール

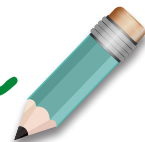
実施日	テーマ	担当
1月26日(第4木曜日)	シュミレーションゲーム	栄養士
2月16日(第3木曜日)	運動の効果とは？	理学療法士
3月23日(第4木曜日)	「マイルール」を作ろう	栄養士

原則として毎月第4木曜日(12:30~)に行います。(日時は変更になる場合もあります。お問い合わせ下さい。)*参加費:540円 *会場:2階 多目的ホール(変更になる場合があります。)*予約:栄養管理室にご予約下さい。*人数に限りがあります。お早めにお申し込み下さい。
*キャンセルの場合は前週の金曜日までにご連絡下さい。
●事務局/地方独立行政法人 筑後市立病院
●栄養管理室/電話 (0942)53-7511(内線 220)



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



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

冬は空気が澄んでいて夜空がとてもキレイです。筑後市に引っ越してきて一年目の私は、夜景もいけれどこの星空もいいなあ、と白い息を吐きつつ筑後の冬を過ごしております。

毎日寒い日が続いておりますが、皆さまお体には気をつけてお過ごしください。

(経営企画室 西頭)

訪問看護のご案内

通院が困難な方や、終末期を自宅で療養したいと望まれる方、また退院後の療養生活に不安がある方を対象にご自宅で安心して療養いただけるように看護師がご自宅に伺い看護の提供をしております。

○サービス提供日・サービス提供時間

平日(月～金)午前8時15分～午後5時

※土・日曜日・祝日はお休みです

○訪問看護の主な内容

- ・定期的な健康チェック(血圧・体温・脈拍の測定)や症状の観察
- ・看護(身体の清拭、洗髪、床ずれの予防・手当、体位変換、食事の介助)
- ・医師の指示による医療処置
(カテーテル・中心静脈高カロリー輸液管理、在宅酸素療法、インスリン注射、血糖チェック)
- ・家庭での介護指導や療養の相談
- ・福祉制度で利用のお手伝い
- ・在宅での看取り

○訪問回数

週1～5回(対象者により異なります)

○利用できる保険

医療保険・介護保険

お申込み・詳細は本人または家族の方から医師、看護師にご相談ください。



お問合せ先：筑後市立病院 外来師長 (0942-53-7511)

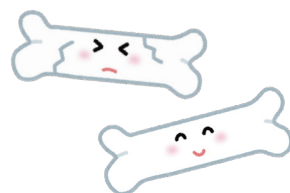
定期的に骨密度をはかりましょう！

当院では骨密度測定装置を導入しております。骨粗しょう症が原因で骨折をして、寝たきりの要介護状態になる人は少なくありません。骨密度を測定することにより骨密度の減少を早期に発見し、骨粗しょう症の予防や適切な治療を行うことができます。検査は寝台の上で寝ているだけで10分程度で終了し、痛みもありません。

ご不明な点がありましたら、スタッフにお尋ねください。



X線骨密度測定装置 (GE Healthcare 社製 PRODEGY)



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2017年1月4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	—	—	入 江【非常勤】 (ハインリック)(※)	—	—	—
産婦人科	久留米大学医師	—	薬 師 寺 道 明 (※)	—	薬 師 寺 道 明 (※)	—
耳鼻咽喉科	久留米大学医師	—	久留米大学医師	中 島【非常勤】 (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) 【お問合先】 整形外科外来	—	宮 崎 憲 一 郎(※) 1・3・5週のみ	—	—	—	—

(※):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

<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