

いずみ

ご自由にお持ちください



地方独立行政法人
筑後市立病院

vol.29
新緑号 / 2019

[病気のお話]

動悸や胸の不快感といった症状は 心房細動のサイン!?! ~不整脈のお話~



- 院長交代のごあいさつ
- 新入職員の紹介
- 子宮頸がん検診の婦人科オプション検査を受けて自分の身体と命は自分自身で守りましょう!!
- いずみけいじばん
 - ・19期筑後市立病院モニター募集
 - ・看護師病院説明会のご案内
- 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

令和時代の訪れとともに入職したNew Face



いずみ

29

いずみ vol.29

2019 新緑号

2019年5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 ごあんない

●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。
※下記の外来診療医師一覧は2019年5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
新患:内科総合	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 中尾 昂史	白地 美紀	梶原 雅彦	南 真平	田中 寛士	—
呼吸器内科	富岡 竜介 真玉【大学】	時澤【大学】	富永【大学】	富岡 竜介 井上【大学】	石井【大学】	担当医 ※紹介のみ
内分泌・代謝内科	吉満【大学】	中山 ひとみ	森高 かの子	中山 ひとみ	森高 かの子	森高 かの子
循環器内科	新患 大内田 昌直	吉村 彩子	折田【大学】	梅井 秀和	香月 太郎	担当医
	再来 吉村 彩子	大内田 昌直	梅井 秀和	梅井 秀和	大内田 昌直	—
腎臓内科	—	—	—	中野【非常勤】	—	—
血液内科	—	—	—	—	中村【大学】	—
小児科	磯岡 藍子	磯岡 藍子	担当医	磯岡 藍子	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水曜日除く(※)	—	—	—
放射線科	大和 いずみ 城野 奈穂美	城野 奈穂美	城野 奈穂美	大和 いずみ 城野 奈穂美	大和 いずみ 城野 奈穂美	久留米大学医師
外科	勝本 充 吉村 侑里子	中野 昌彦 友枝 博 (血管外科)	松尾【非常勤】 平川 雄介	中野 昌彦 勝本 充	平川 雄介 橋本 / 吉村 1.3.5週 / 2.4週	友枝 博 (血管外科) 橋本 和晃 大塚【大学】 (不定)(※)
脳神経外科 [お問合先]外科外来	久留米大学医師 午前診療(※) (受付11時30分迄)	—	—	—	—	—
整形外科	井上 貴司 小倉 友介 大本【大学】	中村 英智 白石 絵里子	吉田 健治 (手の外科専門) 小倉 友介	中村 英智 白石 絵里子 溝上【非常勤】	井上 貴司 小倉 友介	中村 英智 (土曜:小児整形専門) 白石 絵里子
麻酔科	—	—	入江 将之 (ハインリック)(※)	—	—	—
産婦人科	久留米大学医師 (※)	葉 清泉	葉 清泉 葉 清道明 (※)	葉 清泉	葉 清泉 葉 清道明 (※)	—
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	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太	渡辺 晃太 末金【大学】	渡辺 晃太	渡辺 晃太
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

●第3土曜・日曜・祝日は休診
(※):事前に各科外来(午前中)に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】 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、祝日: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、上の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

基本方針

- 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。

ソフト
ドリンク 1杯
無料クーポン
有効期限:令和元年7月31日

院長退任のごあいさつ

前理事長兼院長 吉田 正

1997年5月外科医長として筑後市立病院に赴任し、急な石井院長辞任に伴い、1998年9月より院長職務代理者の辞令を受け、1999年3月まで務めました。1999年4月から薬師寺院長就任後副院長となり、その後の溝手院長まで2代の院長に任せました。そして2009年4月1日、第8代の筑後市立病院院長に就任しました。その後9年間院長を、2011年4月から地方独立行政法人化に伴い理事長職を兼務し、本年3月31日をもって定年退職となります。

後任は大内田昌直先生です。大内田先生は久留米大学循環器内科出身の内科医です。当院に赴任する前は久留米大学の循環器内科准教授および医局長を長く務め、医局の管理能力は卓越していました。今後理事長兼院長として十分にその能力を発揮されるでしょう。

院長就任後いろいろと病院改革を進めてきました。特に2011年4月に地方独

新院長就任のごあいさつ

理事長兼院長 大内田 昌直

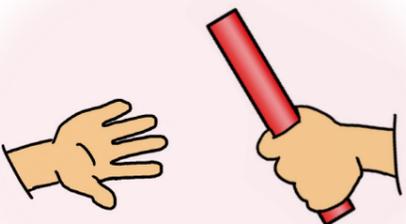
前任の吉田正先生が定年退職され、4月1日付けで地方独立行政法人筑後市立病院の理事長兼院長に就任しました大内田昌直と申します。

当院は、昭和24年羽犬塚町立病院として開設され、今年で70周年を迎えます。筑後市唯一の総合病院であり急性期から回復期医療まで幅広く医療を提供しています。基本理念である『生涯研修・生涯奉仕』のもと、患者さんを最優先に考えた医療を提供し、地域医療のニーズに対応できる病院づくりを目指しています。人に尽くすことを誇りに持てる風土づくり、互いに切磋琢磨しチームワークで医療に取り組むことが使命と考えます。

現在、当院は地域住民のニーズに合わせ、開業の先生方と密に連携をとり、当院の看護師による訪問看護（在宅医療）に力を入れています。一方、院内では入院されたお年寄りや認知症の患者さんが少しでも

立行政法人化し、いろいろな改革が迅速に行なえるようになりました。2年前から災害拠点病院として整備を進め、福岡県から認可されました。また「早く退院させられる」という患者さんの声に対応し、1病棟を地域包括ケア病棟に変更しました。さらに高度急性期の医療を必要とするより多くの患者さんに対応できるようにICUをHCUへ変更しました。これらの取組みにより急性期から回復期まで多様化する医療需要にも対応できるようになりました。また、紹介率及び逆紹介率の向上を図り地域連携を深め、2018年4月には地域医療支援病院の認可を受けました。その結果、法人化後7年間黒字経営を続けることができました。

今後も皆様のご多幸とご健勝を心から祈念し、退任のご挨拶とさせていただきます。



過ぎしやすくなるよう院内デイケアを構想しています。また、今後ますます増加する生活習慣病やガンの予防など、住民の健康管理にも力を注ぎます。

八女・筑後地区にも超高齢化の波は確実に押し寄せており、地域医療構想も重要な局面を迎えようとしています。目まぐるしく変化する時代の中で、「当院が何をすべきか」を常に考え、地域に愛される病院として貢献したいと思えます。



基本理念

生涯研修・生涯奉仕

基本方針

- 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
- 人に尽くすことを誇りにもち、互いに切磋琢磨しながらチームワークで医療に取り組めます

筑後市立病院の職員が目指すスタッフ像

- 患者中心、患者第一で考えることができる人
- チャレンジ精神があり、新しい発想に柔軟に対応できる人
- チームワークを意識した行動ができる人





動悸や胸の不快感といった症状は心房細動のサイン!? 不整脈のお話

病気のお話

心臓の構造と働き

心臓は心筋という筋肉でできており、1分間に60〜100回、1日に約10万回、血液を全身へ送るポンプとして働いています。心臓には右心房・左心房・右心室・左心室という4つの部屋があり、これらの部屋が順序良く収縮することで血液を全身へ送り出します。心臓が収縮を始めるとき、「洞結節」という場所からの電気刺激が左右の心房を興奮させ心房が収縮し、次に「房室結節」という関所を通過して左右の心室に伝わり心室の収縮が起ります。このような規則的な電気刺激を管理しているシステムを「刺激伝導系」といい、この刺激伝導系が正常に機能している状態を「洞調律」といいます。

この刺激伝導系が何らかの原因で障害され、脈が早くなったり、遅くなったり、乱れたりする状態を「不整脈」といいます。不整脈といっても自覚症状は様々で、脈が正常より早くなる(頻脈)と動悸や胸部不快感が生じたり、脈が正常よりも極端に遅くなる(徐脈)とだるく疲れやすくなったり、眩暈や失神を起すこともあります。

加齢によって生じやすくなる不整脈ですので、上手に付き合っていくことが必要です。

一方、心房細動には発症の危険因子があり、それが発症の誘因となることも多いのですが、原因が特定できない場合もあります。

心房細動発症の危険因子

日常生活

精神的・肉体的ストレス、睡眠不足、適度の緊張、多飲酒など

基礎疾患

高血圧、糖尿病、心臓弁膜症、心筋梗塞、心不全、甲状腺機能亢進症など

心房細動の治療

心房細動の治療は、年齢、症状、発作頻度、基礎疾患の有無を考慮し決定します。基本的な治療方針として、基礎疾患を伴う心房細動の場合、まずその治療を行い、それでも治まらない時には心房細動自体の治療である「洞調律維持治療」と心拍数調整治療を考えます。が、そのとき「血栓塞栓症の予防」も同時に行ないます。

心房細動自体の治療

①正常な脈にもどす治療
心房細動を洞調律に戻す方法を除細動といい、抗不整脈薬による「薬物的除細動」と「電氣的除細動」があります。

薬物的除細動：たくさんの種類があり、患者さんに

ります。不整脈は疲れて体調が悪い時やストレスがあるとき、お酒を飲みすぎた翌日などにも出やすい症状であり、放っておいても大丈夫なものが多いが、中には突然死の引き金となる致死性の不整脈もあります。

心房細動ってどんな病気?

「心房細動」は、心房がとても速くかつ不規則に収縮するために起こる不整脈です。このとき、心房は1分間に400〜600回くらい速く無秩序に興奮します。心房で発生したこの電気信号は、不規則のまま何割かが房室結節を通過して心室に伝わるため、心室での興奮も1分間に60〜200回程程度の不規則なものとなります。

その結果、脈が乱れ心臓のポンプ機能が低下して、動悸や胸部不快感などの症状がみられます。慢性化した場合には無症状のことも多く、健康診断の心電図検査で初めて心房細動を指摘され外来を訪れる方もいます。心房細動それ自体は死に至るような不整脈ではありませんが、心房の中に血栓(血のかたまり)ができて

最も適した薬物を選択します。

電氣的除細動：心臓に電気ショックを与えて脈を正常に戻す方法です。

②正常な脈を維持する治療(洞調律維持療法)
再発予防のために抗不整脈薬を継続して服用します。(発作時に抗不整脈薬の頓服で対処する場合もあります。)

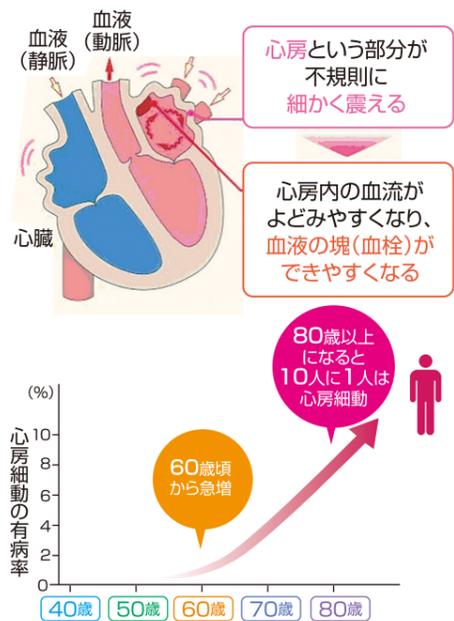
③正常の心拍数に近づける治療(心拍数調整治療)
心房細動で心拍数の早い状態が続いていると、心機能が障害され心不全を引き起こす場合があります。心不全の予防目的や除細動困難例では、心拍数を遅くする薬を使用してコントロールします。

非薬物療法

- ①カテーテルアブレーション
不整脈のもととなる回路や異常な電気信号を発している部分に熱を加え、不整脈が起らないようにする内科的手術、抗不整脈薬が効かない場合や、症状が強く困っている場合にこの治療法の有効性が報告されています。
- ②ペースメーカー治療
心房細動の経過中に、脈が極端に遅くなってしまうこと(徐脈)があります。これは内服薬では治療できないため、ペースメーカーという小型の機器を植え込む治療が行なわれます。

血栓塞栓症の予防

心房細動が起こると心臓内の血液循環がスムーズに行なえなくなり、特に48時間以上続いた場合、心房の中に血栓ができてやすくなります。それがはがれて心臓

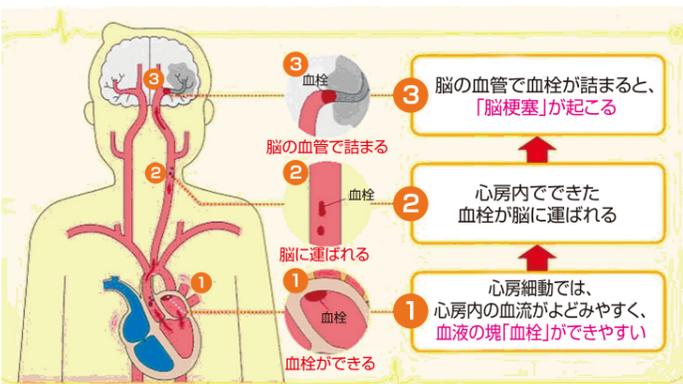


なぜ心房細動が起るの?!

心拍量(心臓が血液を送り出す力)が約25%低下し、頻脈が持続して心筋が障害され心不全にいたる場合があります。

心房細動は60歳頃から急増し、高齢者に多く発症するの二種の老化現象によるものと考えられています。

から血流にのって運ばれ、内臓や脳の血管を詰まらせることを血栓塞栓症といい、脳であれば脳梗塞(脳塞栓)を起します。心房細動による脳梗塞の発症率は年間4〜5%です。いったん脳梗塞になると、半身麻痺や失語症などの重篤な後遺症を残すことが多く、時に直接の死因にもなりかねないためその予防が重要です。



心房細動はきちんと管理・治療すれば怖い病気ではありません。早期に診断を受け治療介入することが肝心です。また、治療中は自己判断で薬の量の増減や自己中断をしないこと。薬は適切な量を正確に服用し、定期的な検査を受けて医師の指示に従っていただくことが大切です。

中央検査科科長兼循環器内科医
よしむら あやこ
吉村 彩子
【専門分野】循環器一般
【資格など】医学博士・日本内科学会認定内科医

ページを削除いたしました

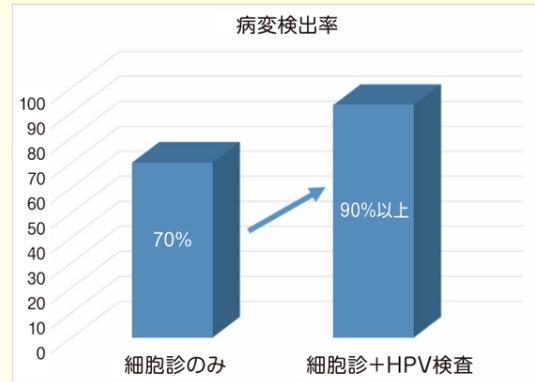
オプション② ハイリスクHPV検査

この検査は子宮頸部細胞診にハイリスクHPV検査を併用する子宮頸がん検診(HPV併用検診)で、子宮頸部細胞診のみの子宮頸がん検診(細胞診単独検診)の見逃しを減らすことができます。

子宮頸部細胞診だけでは見逃しやすい子宮頸部腺がん、特に上皮内腺がん(初期の腺がん)の発見にも効果があるといわれています。しかし、特殊な胃型腺がんではHPV検査が陰性になることがあり、注意が必要です。

子宮頸がんの発生しやすい部分の細胞を採取し、子宮頸がんの原因である14種類のがん化しやすいヒトパピローマウイルスの感染の有無を調べる検査です。子宮頸部細胞診と同時に行われるので、身体に負担はかかりません。痛みや出血もほとんどありません。

結果は後日の報告となります。



オプション③ 経膈エコー検査

子宮体がん検診および卵巣がん検診は確立されていませんが、子宮体部腫瘍(子宮筋腫や子宮腺筋症など)、子宮内膜腫瘍(子宮内膜ポリープ、子宮内膜増殖症および子宮体がんなど)および良性・悪性の卵巣腫瘍などの子宮体部や卵巣の腫瘍をチェックします。婦人科領域では腹壁から行う経膈エコーより精度が高い検査です。

肥満などで、内診や経膈エコーで確認できない子宮筋腫や子宮腺筋症などの子宮腫瘍および卵巣腫瘍の確認が可能です。症状が出にくいと言われている卵巣腫瘍(含がん)も、症状が出る前に、小さい段階で確認できます。

子宮内膜の厚さや形状などをみることによって、子宮内膜増殖症や子宮体がんの疑いがあるか否かをチェックし、子宮内膜細胞診や子宮内膜組織診が必要かどうかを判定します。

この検査は直径1.5cmの経膈プローブを膈内に挿入する超音波検査です。性経験のない方でも経膈プローブを肛門から挿入する経直腸エコーが可能です。痛みはほとんどありません。

受診者の約90%以上の「異常なし」のひとは検診日の診察後に画像を見ながら説明しますので安心して帰れます。



「経膈エコー」

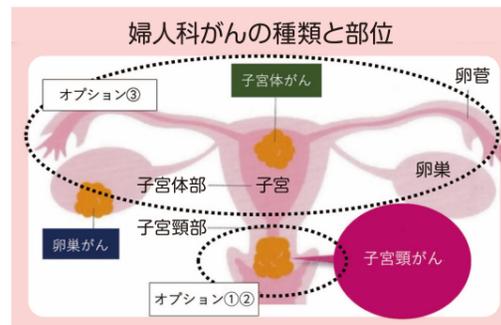
婦人科オプション検査の料金と予約

【オプション料金】

オプション①【コルポスコピー(コルポ診)】	2,900円(税抜)
オプション②【ハイリスクHPV検査】	3,800円(税抜)
オプション③【経膈エコー検査】	4,800円(税抜)

「割安なセットオプション料金(税抜)」

セットA: ①コルポスコピー+②ハイリスクHPV検査	4,700円
セットB: ①コルポスコピー+③経膈エコー	5,400円
セットC: ②ハイリスクHPV検査+③経膈エコー検査	6,100円
セットD: ①コルポスコピー+②ハイリスクHPV検査+③経膈エコー検査	8,100円



オプションを希望される方および問い合わせのある方は下記にご連絡してください。(原則予約制)

問い合わせ・予約先

地方独立行政法人 筑後市立病院「医事情報課 健診係」
〒833-0041 福岡県筑後市大字和泉917番地1 TEL0942-53-7511(代表)

子宮頸がん検診の 婦人科オプション検査を受けて、 自分の身体と命は自分自身で守りましょう!!



【産婦人科・顧問】葉 清泉

本邦では、半世紀以上前から世界に先駆けて子宮頸部細胞診のみによる子宮頸がん検診(細胞診単独検診)が始まりました。しかし、欧米では近年、この子宮頸部細胞診のみによる検診では進行子宮頸がんを含む約30%の病変が見逃されることがわかり、既に子宮頸部細胞診にハイリスクHPV検査を併用する精度の高い検診(HPV併用検診)が施行されています。このHPV併用検診は細胞診単独検診の見逃しを防止するばかりではなく、検診間隔を1年から3～5年に伸ばすことができることからくる経済性などの有益性も実証されています。一方、我が国においてはHPV併用検診の効果認証中ということで、ほとんど行われていないのが現状です。わが国で行なわれている住民検診、事業所検診およびドッグ検診などで行なわれている子宮頸がん検診の約95%は細胞診単独検診です。もちろん、子宮体部病変(子宮体がんなど子宮体部腫瘍)や付属器病変(卵巣がん、卵管がんなどの付属器腫瘍)もチェックされていません。

私は聖マリア医学会において、HPV併用検診によって細胞診陰性(異常なし)から約3%の見逃しを回避できる可能性があり、細胞診陰性・ハイリスクHPV陽性で精密検査された人の中から約85%に前がん病変(軽度～中等度異形成)～手術の必要な初期がん(高度異形成～上皮内がん～微小浸潤がん)が認められました。また、HPV併用検診にコルポ診を併用することによって、更に約10%の見逃しを回避できる可能性があり、細胞診陰性・ハイリスクHPV陰性(HPV併用検診異常なし)・コルポ診のみ異常で精密検査された人のなかから約80%に前がん病変(軽度異形成)が認められたという結果を報告致しました。

がん検診の目的を考えてみると、「がんを早期発見・早期治療して死亡率を下げる」ということは当然のことです。婦人科領域においては、死亡率を低下させるばかりではなく、少子化が進むなかで「妊孕性(子供をつくる能力)温存、即ち子宮温存すること」も大きな目的の一つとされ、より早期に発見することが必要とされています。更には、受診者の95%以上の「異常なし」の人が「異常なし」とわかって「ほっ」と安心することも、忘れてはならない極めて重要な目的の一つであると考えます。そのためには、自分自身が自分の身体と命は自分で守るために、より見落としの少ない、より精度の高い検診を受ける必要があると思います。

当院では子宮頸部細胞診のみの子宮頸がん検診の見逃しを少なくし、より精度の高い検診とするための①ハイリスクHPV検査②コルポ診、更に子宮体部病変や卵巣・卵管などの付属器病変をチェックするための③経膈エコー検査を婦人科オプションとして準備しています。割安のセットオプションもあります。(左記参照)

これらのオプション検査を受けて、自分自身で自分の身体と命は自分で守りましょう。

婦人科オプション検査の説明

オプション① コルポスコピー(コルポ診)

この検査は子宮頸部細胞診のみの子宮頸がん検診(細胞診単独検診)およびハイリスクHPV検査併用する子宮頸がん検診(HPV併用検診)の見逃しを減らすことができます。

細胞診単独検診やHPV併用検診で見逃がされやすい病変の小さい前がん病変～初期がん(軽度異形成～上皮内がんなど)を確認でき、一層見逃しを少なくします。

但し、初期の頸部腺がん確認は困難で、注意が必要です。

コルポスコープという拡大鏡を用いて、子宮頸がんの発生しやすい子宮の入り口を3%酢酸をつけて観察します。少し「しみる」ことがあります。痛みも出血もありません。

本来は子宮頸部細胞診やハイリスクHPV検査が異常であった場合の精密検査で行なう検査です。

検診日の診察後に画像を見ながら説明しますので、受診者の95%以上の「異常なし」のひとは安心して帰れます。



「コルポスコープ」

病院敷地内禁煙についてご協力をお願い

喫煙は、喫煙者本人の健康に深刻な影響を与えるだけでなく、受動喫煙により非喫煙者の健康にも重大な影響を与えます。その受動喫煙対策として、健康増進法の一部を改正する法律が2020年4月1日から施行されます。これに先立ちまして、当院は「皆さまの健康を守るために最適な療養環境を提供するため、2019年4月1日から病院敷地内全面禁煙を実施することとしました。(新型タバコ※含む)」

敷地内とは、病院建物のみならず、駐車場、通路を含めた病院敷地全体を対象とします。これに伴い、これまで病院建物外に設置していた喫煙所は、2019年3月31日をもって廃止しました。皆さまのご理解とご協力をお願いします。

※新型タバコとは、無煙タバコ、電子タバコ、非燃焼・加熱式タバコ等があげられます。



いずみエッセイ

「リハビリの役割」

リハビリテーション室 池上 征二

リハビリテーション室では患者さんの運動機能の回復・日常生活動作(ADL)の改善を図り、最終的にはQOL(生活の質)の向上を目指しています。病気、けが、高齢など何らかの原因で、「寝返る」「起き上がる」「座る」「立ち上がる」「歩く」などの動作が不自由になると、「一人でトイレに行けなくなる」「着替えができなくなる」「食事が摂れなくなる」「外出ができなくなる」などの不便が生じます。誰もこれらの動作をひとの手を借りず、行ないたいと思うことは自然なことであり、日常生活動作の改善はQOL向上の大切な要素になると考え、その手助けができるよう日々取り組んでいます。

その中でも私は地域包括ケア病棟(西4階病棟)にてリハビリテーションスタッフとして勤務しています。

地域包括ケア病棟では急性期治療を終了した患者さんが安心して在宅復帰ができるように、医師・看護師・リハビリテーションスタッフ・ソーシャルワーカーなど、様々な医療専門スタッフが協力して支援を行っています。

在宅復帰に関して不安がある場合は、患者さんが安心・安全に生活できるように患者さんの生活する家屋に赴き、実際の生活場面での動作確認や家屋改修のアドバイスを行ないます。また必要に応じて訪問リハビリや訪問看護と連携して退院支援を行なっていきます。

入院生活で起こる悩みや在宅復帰への不安などをお抱えのときは、お気軽に声をかけてください。問題解決のお手伝いをさせていただきます。

「平成30年度拡大病診連携懇談会」

平成31年2月27日、船小屋温泉ホテル樋口軒にて、「平成30年度拡大病診連携懇談会」を開催しました。

今年も、当院の医療連携強化に伴い、連携する医療・福祉・行政機関への案内を拡大し、八女筑後医師会の先生方や同第5部会の先生方、柳川山門医師会、大川三瀬医師会および久留米医師会他、広域の各医療機関の医師・看護師・MSW等、多くの職種の方々にご参加いただきました。参加者数は、過去最大の185名におよび「顔の見える連携」に相応しく大盛況となりました。

今回の特別講演は、当院副院長である中村英智医師が務めました。「介護骨折について」と題して、超高齢化社会における介護の現場で起きる骨折についての講話に、「ぜひ当院でも講演していただきたい」と、聴講された多くの先生方にもご好評をいただきました。

その後、ご参加の方々と当院医師および職員との懇親会が行なわれ、積極的な情報交換や忌憚のない意見の交流の中、お互いの親睦が図られました。

筑後市立病院は、本年度より大内田昌直医師が院長に就任し、新たな変革期を迎えました。また、元号も「令和」へと変わり、時代も大きな変革の年となりました。時代の変化とともに当院も邁進していく所存ですので、近隣の医療・福祉・介護機関の皆さんには、これからもご指導ご鞭撻のほど宜しくお願い申し上げます。



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

病棟で看護師をしています。病棟看護師の主な仕事は入院患者さんの治療と日常生活のサポートです。入院中は病気や高齢であることなどさまざまな理由で食事や排せつ、清潔の保持など身の回りのことができない患者さんが多いのでその患者さんに合わせた援助を行ないます。患者さんが安心して入院生活を送ることができるよう私たちはチームで交代勤務をしながら24時間365日絶え間なく看護を提供しています。

また、ベッドサイドで患者さんと接する時間が多いのが看護師です。患者さんや家族とお話をし、援助をする中でわかった患者さんや家族の思い、状況を医師や多職種の医療スタッフに伝えることも看護師の役割です。医療スタッフ間で情報を共有し、連携して患者さんの入院生活だけでなく退院後の生活がよりよいものであるよう環境を整えています。

看護師
古賀 美紀
(東4階病棟)



☆私の「元気のもと」
患者さんの笑顔です！
笑顔で元気になる姿をみると私も元気になるんです。
また休みの日に温泉につかることも元気のもとです！

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くご意見やご質問にお答えします。



Q. ねえねえはね丸くん♪車イスを利用する家族を連れて車で通院したいんだけど、障がい者等用の駐車場はあるのかな？

A. 夜間入口のそばに4台分あるよ。それと、要望が多かったから外来患者用の駐車場に4台分増設したよ。



はね丸くん



ポネコ

Q. 雨の日の外来駐車場利用は、身体の不自由な人にとって段差があったり道路を挟んでいたりして不便だよ…。濡れずに乗り降りできる便利な場所はないのかな？

A. 夜間出入口のところに乗降スペースがあるからそちらを利用してね。利用時は他の患者さんのためにもスムーズな車両の移動をお願いしているよ。



- 障がい者等用駐車場
- 乗降スペース

障がい者用の駐車場は数に限りがございます。乗降スペース利用の際は、夜間入口内に椅子を設置しておりますので、そちらを利用いただき、スムーズな車両の移動をお願いします。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

MEDICAL NETWORK

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



検査・治療・手術・入院・救急など

いりょうほうじんせきじんかい あかさかしんりょうしょ 医療法人石人会 あかさか診療所

[院長] 服部 隆一



診療科目 内科・呼吸器科

診療時間	月	火	水	木	金	土
8時30分～12時	●	●	●	●	●	●
14時30分～18時	●	●		●	●	

休診日 日曜日・水曜日午後・土曜日午後

ご案内事項

- 往診・訪問診療も行なっております。
- 在宅酸素療法、睡眠時無呼吸症候群等にも対応いたします。
- 予防接種(種類によって対応できないものもあります。※事前に電話で確認してください。)

2000年1月より前医の築城栄先生の診療所を引き継ぎました。勤務医時代は呼吸器外科が専門でしたが、無床診療所での診療は年齢も疾患も多岐にわたり色々勉強しながら、また患者さんと一緒に考えながらの診療です。重装備の基幹病院と連携しながら、患者さんの良き相談相手となる事が当診療所のような軽装備医療機関の役割と心得て診療しております。

電話番号 0942-53-1123 FAX 0942-53-1123

所在地 〒833-0054 福岡県筑後市蔵数578-53

いりょうほうじん こうしょうかい かきぞえせいけいげかくりにつく 医療法人光翔会 柿添整形外科クリニック

[理事長・院長] 柿添 光生



診療科目 整形外科、リハビリテーション科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時～12時30分	●	●	●	●	●	●
14時30分～17時30分	●	●	●		●	

休診日 日曜日・祝日・お盆・年末年始

ご案内事項

- 平成31年4月に診療所を新築し、田中整形外科医院から、柿添整形外科クリニックへ名称が変わりました。
- 整形外科専門医、運動器リハビリテーション認定医です。
- 理学療法士2名が常勤し、専門的なリハビリテーションを行なっています。
- 骨粗しょう症の検査機器を備えております。

旧、田中整形外科医院です。施設の老朽化のため診療所を新築し、「柿添整形外科クリニック」へ名称を変更致しました。院長・スタッフに変更はありません。いくつか新しい治療機器も入っており、更に快適な診療をご提供できるものと思います。夏頃までは解体や駐車場の工事が続きご迷惑をおかけ致します。

電話番号 0942-53-5000 FAX 0942-53-5001

所在地 〒833-0032 福岡県筑後市野町666-2



いずみかいじおん

INFORMATION



健康出前講座

を開きませんか？

当院のスタッフが地域へ向かい無料で講演いたします。

- 対象 / 筑後市や近隣の団体等
- 人数 / 30名以上(目安)
- 日時 / 月～金曜日 10時～16時(60分程度)

詳しい内容は外来に設置しているチラシやホームページをご覧ください。

お問い合わせ先:

経営企画室(0942-53-7511)

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
7時30分～18時30分
(第3土曜日と祝日、8/15・12/30～1/3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

新年度に入り、ひと月が過ぎました。今の生活には慣れましたか？新しい環境に慣れるのは本当に大変ですが、気づかない間にそれが当たり前の毎日になっているものですね。みなさんの令和時代がすてきな新時代となりますことを心より願っております。

(経営企画室 伊藤)

院内軽食

コーナー(2F)でお食事を注文された方にソフトドリンク1杯プレゼント

・軽食コーナーで注文時にこのクーポンをスタッフに提示してください
・期限内で何度でも使用できます
・営業時間:11時～15時(休:第3土曜日、日・祝日、8月13日～15日、12月30日～1月3日)

看護師病院説明会を開催します

看護師として就職を希望される方を対象に病院見学会を開催します。就職を目指すなかで疑問や気になることはありませんか？来春卒業予定の方はもちろん、再就職を目指す方も大歓迎です。お気軽にお越しください。

令和元年度(2019年度)の開催日

- 【開催日】
5月25日(土)
6月22日(土)
7月27日(土)
- 【開催時間】10時～12時
- 【開催場所】筑後市立病院
- 【内容】
①病院の紹介
②院内のご案内
③当院の看護師との座談会 ほか

【対象】看護師および看護学生

【持物】筆記用具、靴(運動靴)

※病院内見学もありますので、ふさわしい身だしなみをお願いします。

【お申込み方法】ホームページお申込みフォームよりエントリー

筑後市立病院ホームページ <https://www.chikugocity-hp.jp>

筑後市立病院 検索 または右のQRコードからアクセス



◆または、住所、氏名、年齢、学校名、卒業(見込み)年月日をご記入の上、郵送またはFAXでご予約ください。
⇒〒833-0041 筑後市大字和泉917-1 筑後市立病院 看護部 宛
⇒FAX 0942(53)7515

【お問い合わせ】筑後市立病院 看護部 関屋京子(0942-53-7511)

皆様のご意見をお聞かせください

令和元年度「19期筑後市立病院モニター」募集

地域の皆さんの様々な意見や要望をお聞きし、より充実した病院運営を行なうため、「19期モニター」を募集します。

【募集人数】10名以内

※応募多数の場合は、年代などを考慮して選考します。

【対象】20歳以上の人

【内容】会議への出席

年3回予定(平日午後、1回あたり約1時間)
晴天時は屋上へレポートの見学を予定しております

【謝礼】会議出席1回あたり2,000円(税込・交通費込)

【申込み・お問い合わせ】

住所・氏名・年齢・電話番号・ご職業・応募理由を記入の上、郵送、FAX又はEメールにて6月3日(月)(必着)までに応募ください。結果は後日郵送にてお知らせします。

応募先

筑後市立病院 経営企画室宛 〒833-0041 筑後市大字和泉917-1
FAX:0942-53-7515 Email:kikaku@chikugocity-hp.jp

暮らしに活かせる 元気のツボ



アロマでリラックス♪ ～好みの香りを見つけてみませんか～

アロマはただ気分をリフレッシュできるだけでなく、ヘルスケアにも役立ちます。お好みのアロマオイルを用意すれば、あとはハンカチやマグカップを使うだけで、簡単にアロマテラピーを行なえます。最近あまり体の調子が良くないという方は、ご自身を労わるためにも試してみたい方が多いのではないでしょうか？アロマテラピーで重要なのは、自分が良い香りだと思えるアロマを使うことです。効果が高いと言われているアロマでも、良い香りだと思えなければヘルスケアになりません。実際にいろいろなアロマの匂いを嗅いでみて、お気に入りを探してみましょう。

♥アロマの使い方♥

アロマの使用方法はいくつもありますが、もっとも簡単なのは「芳香浴」という方法です。この方法は、ハンカチやティッシュに精油を1～2滴染み込ませ、香りをおくだけで簡単にどこでも行なえます。またはマグカップに熱めのお湯を入れて、精油を1～2滴入れて香りを楽しめます。お風呂でお湯に精油を数滴入れてもOK!他にも、アロマテラピーはアロマトットなどを使った芳香浴をはじめ、蒸気吸入、スプレー、入浴、湿布、マッサージなどの方法で行なわれます。最近では、雨の季節やエアコンの使い

始めなど、車内の匂いが気になるけれど、人工的な匂いが苦手という方用に車用のアロマディフューザーも人気があります。

♥香りによって違うアロマの効果♥

アロマから得られる効果は、香りによって異なります。症状別にどんなアロマが適しているのかをご紹介します。

集中力を高めたいときに	ペパーミント、レモン、ローズマリー、ユーカリ
眠れないときに	カモミール、ネロリ、マジョラム、ラベンダー
やる気が出ないときに	クラリセージ、グレープフルーツ、ジャスミン
元気がないときに	グレープフルーツ、カルダモン、レモングラス、ローズマリー

♥精油の基本的な注意点♥

1. 原液のまま肌につけない
2. 絶対に飲まない
3. 目や傷口、粘膜に触れないようにする
4. 妊娠中は芳香浴程度に留める(妊娠中は使用できない精油もあります)
5. てんかん発作を起こしたことのある方は、フェネル・スイート、ローズマリーの使用は控える
6. 3歳未満の子供の肌には使用しない(アロランプなどを使用した芳香浴は赤ちゃんでも問題ありません)



美味しく元気に

春キャベツの生春巻き風

3月～5月にかけて見かける春キャベツと新玉ねぎを使ったレシピの紹介です。

春キャベツは水分が多く、柔らかくて甘味があるのが特徴です。免疫力を高めるビタミンCや胃腸の調子を整えるビタミンU(キャベジン)を豊富に含みます。軽くて葉がふんわり巻いているものを選びましょう。

新玉ねぎの特徴は水分豊富で柔らかく、辛みが少ないことです。血液サラサラ成分の硫化アリルや腸内環境を整えるオリゴ糖を含みます。日持ちしにくいので早めに食べきるようにしましょう。

材料(2人分)

- 春キャベツ … 200g(4枚)
- 鶏ささみ … 80g(2本)
- ※塩、胡椒 … 各少々
- ※酒 … 7.5g(大さじ1/2)
- 人参 … 25g(1/6本)
- 黄パプリカ … 30g(1/4個)
- 新玉ねぎ … 25g(1/8個)
- 大葉 … 2g(4枚)
- ポン酢 45g(大さじ3)
- めんつゆ 15g(大さじ1)
- ごま油 1g(小さじ1/4)

(1人分:106kcal、塩分1.6g)

作り方

- ①春キャベツは分量外の塩を少々加えた熱湯でしんなりするまで茹で、真の部分は厚みが均一になるように包丁でそぎ取る。
- ②鶏ささみは筋を取り、耐熱皿に並べて※をふり、ラップをかけて電子レンジ(500W)で約3分加熱し、余熱で中まで火を通したら食べやすくほぐす。
- ③人参千切り、黄パプリカ細切り、新玉ねぎはスライスする。
- ④①のキャベツを1枚広げ、大葉を1枚のせ、②と③を1/2量ずつ、手前、左右の順に折り込んで巻く。
- ⑤④を混ぜ合わせたれを作る。

解毒作用や抗酸化作用が高いと言われる春野菜を食べよう♪



POINT

鶏ささみの代わりに「サラダチキン」をそのまま利用しても便利です。



糖尿病教室および試食会

■2019年上半年スケジュール

実施日	テーマ	担当
4月25日(第4木曜日)	しめじとえのき	栄養士
5月23日(第4木曜日)	糖尿病治療のポイント	医師
6月27日(第4木曜日)	日本(飲料)今昔物語	栄養士
7月25日(第4木曜日)	分かりやすいお薬の話	薬剤師
8月22日(第4木曜日)	信長と共に食事を考える	栄養士
9月26日(第4木曜日)	日常生活のあれこれ	看護師

※原則として毎月第4木曜日(12:30～)に行ないます。(日時は変更になる場合もあります。お問い合わせください。)
※参加費:540円(税込)
※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ください。
※人数に限りがあります。お早めにお申し込みください。
※キャンセルの場合は前週の金曜日までにご連絡ください。
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)