

いずみ



地方独立行政法人
筑後市立病院

vol. 42
2022 夏号

病気のお話

胃がんの99%は「ピロリ菌」が原因!?

皆さんの願いが届きますように...

- CONTENTS
- 健康診断を受けましょう!
 - 日本消化器病学会九州支部 第114回 市民公開講座開催のお知らせ
 - ピックアップ
 - ・部門紹介(医療機器安全管理室)
 - ・元気なツボ
 - ・ねえねえはね丸くん!
 - ・美味しく元気に
 - ・きらり☆スタッフ
 - ・医療・介護ネットワーク

いずみ 42 いずみ vol.42 2022 夏号 2022年8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2022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	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	下河邊 堯 渡辺 大將	—
	呼吸器内科	富岡 竜介 時澤 〇	真玉 〇	富永 〇 安藤 みや	富岡 竜介 井上 〇 市川 〇	石井 〇	担当医 ※紹介のみ
	内分泌・代謝内科	大木 〇	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 〇(予) 再来のみ 13:30～17:00	—	—
	腎臓内科	—	—	—	實吉 〇	—	—
小児科	血液内科 【午後診療】	—	—	—	中村 〇 13:30～16:00	—	—
	小児科	磯岡 藍子	磯岡 藍子	磯岡 藍子 木下 〇 第2・3午前のみ	久留米大学医師 〇	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 〇(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 〇 友美	温 友美	大和 いずみ 友美	大和 いずみ 友美 松田 〇	久留米大学医師 〇
外科		勝本 充 中村 彩乃	中野 昌彦 友枝 (血管外科)	松尾 〇 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 〇(予) 午前診療 受付11時30分迄	—	—	—	—	—
整形外科		松原 庸勝 (脊椎) 田中 康嗣 兼 江 〇 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 〇(予) (膝・スポーツ) 13:30～17:00	松原 庸勝 (脊椎) 田中 稔一郎	中村 英智 (土曜・小児整形専門) 小倉 〇
産婦人科 【産科休診】		久留米大学医師 〇(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 〇	—	久留米大学医師 〇	中島 格 〇(完全予約)	久留米大学医師 〇	久留米大学医師 〇
泌尿器科		黒瀬 浩文	黒瀬 浩文 小宮 〇	黒瀬 浩文 林田 〇	黒瀬 浩文 末金 〇	黒瀬 浩文	黒瀬 浩文 名切 〇 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) /非常勤医〇

- 〇: 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コードからもアクセスできます。

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。

胃がんの99%は「ピロリ菌」が原因!?

ピロリ菌って何？

みなさん、ピロリ菌をご存知でしょうか？最近ではテレビや新聞・雑誌、健診などで一度は名前を聞いたことがある方も多いのではないのでしょうか。正式名はヘリコバクター・ピロリ（*Helicobacter pylori*）と言い、胃の粘膜に感染するらせん形の細菌で、ヘリコは「らせん」や「旋回」という意味でヘリコプターのヘリコと同じです。バクターはバクテリア（細菌）の意味、ピロリは胃の出口（幽門）をさす「ピロルス」を意味し、幽門部に多く存在するため、あわせてヘリコバクター・ピロリと命名されたのです。

ピロリ菌は大きさが2〜5μm（※マイクロメートル）で片端に数本のべん毛を持ち、これを素早く回転させることで胃の中を自在に動き回ることができます。ピロリ菌が強酸性下の胃の中で生育できるのは、ウレアーゼという酵素活性により胃酸を中和することで菌体自身を守ることができるところからです。

※1mm=1000分の1



ピロリ菌

どうやって感染するの？感染率は？

感染経路は、口から口感染、糞便から口感染、飲料水感染（特に井戸水）など口を介した感染（経口感染）が大部分であると考えられています。日本では、40歳以上では70%以上の人が感染していますが、年齢が若い人ほど感染率が低下します。ピロリ菌の感染率は、乳幼児期の衛生環境と関係していると考えられており、上下水道が十分普及していなかった世代で感染率が高く、海外をみると欧米では低く、東南アジアなどで感染率が高くなっています。

くちくち
口〜口感染

歯垢や唾液からピロリ菌が検出された

口移しにて母親から子供に…

ふんくち
糞〜口感染

ふん便からピロリ菌が検出された

汚物などが付着した手から体内に…

飲料水感染

上下水道が完備していない海外で検出されたところもある

ピロリ菌が含まれた水道水を飲んでしまった…

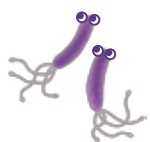
ピロリ菌に感染するとどうなるの？

日本人のピロリ菌感染者の数は約3,500万人といわれ、多くの感染者は自覚症状がないまま暮らしています。しかし、一部の感染者では急性胃炎、慢性胃炎、胃・十二指腸潰瘍、胃MALTリンパ腫、胃癌などの発症に関連し、WHO（世界保健機関）ではピロリ菌を確実な発癌因子と認定しています。ピロリ菌が引き起こす諸疾患の中でも胃癌は特に問題であり、2020年のがん統計（人口動態統計）による全国がん死亡データでは、胃癌は死亡数第3位（男性第2位、女性第5位）と報告されており、日本では胃癌の約99%がピロリ菌感染によるものです。

日本ヘリコバクター学会のガイドラインでは、ピロリ菌に関連する疾患の治療および予防のため、ピロリ菌感染者のすべてに除菌療法を受けることが強く勧められています。

どうやって検査するの？

ピロリ菌感染の検査には、内視鏡により採取した胃の組織を必要とする検査法と、必要としない検査法があります。検査一つだけでは偽陰性の場合もあるため、疑わしい際は複数の検査法を組み合わせで診断します。



内視鏡検査なし

尿素呼気試験

検査薬（¹³C-尿素）を使用し、服用前後の呼気を採取してピロリ菌のウレアーゼによりつくられる二酸化炭素（¹³CO₂）の量を測定して診断します。一番精度の高い検査法で主流の検査となっています。

抗体測定検査

ピロリ菌に感染すると、その菌に対する抗体が体内に作られます。血液や尿に存在するこの抗体を測定して診断します。

糞便中抗原検査

便中のピロリ菌の抗原の有無を調べる方法です。



内視鏡検査あり

迅速ウレアーゼ試験

胃の組織の一部を採取しピロリ菌が持つ尿素を分解するウレアーゼ酵素の働きを利用して特殊反応試薬に付着させピロリ菌の有無を判定します。

組織鏡検査

胃粘膜を採取し染色後顕微鏡でピロリ菌の有無を診断します。

培養法

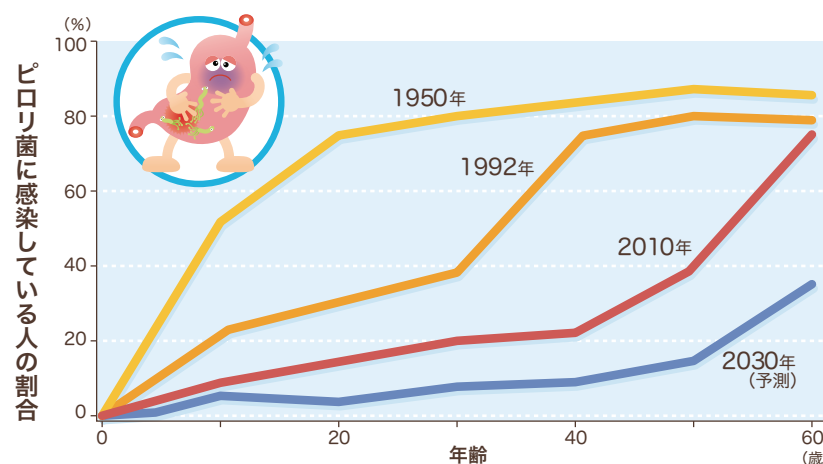
胃粘膜を採取しすりつぶしてピロリ菌の発育環境で培養して、存在の有無を調べます。

どうやって治療するの？

ピロリ菌の除菌治療は、一般的には1種類の「胃酸を抑える薬」と2種類の「抗生剤」の合計3剤を併用した1日2回、7日間の内服治療が行われます。一次除菌の成功率は約70%



日本人のピロリ菌感染率の過去・現在と将来予測



最後に

80%、一次除菌に失敗しても二次除菌まで行えば除菌成功率は約90%であると報告されています。除菌に成功すると潰瘍が再発しにくくなることと知られており、また除菌することで胃癌発症リスクが3分の1〜3分の2程度に低下することが知られています（それでも未感染者と比べると胃癌リスクは50倍ほど高いです）。ピロリ菌に感染している大人から子どもへの食べ物の口移しも感染の一因となるため、親世代が積極的に除菌を行うことで子世代への感染も防ぐことが出来ます。

このようにさまざまな影響を及ぼしているピロリ菌に対して、まず私たちは上部消化管内視鏡検査（胃カメラ）を受けていただくことをお勧めします。胃カメラはピロリ菌感染だけでなく、食道や胃、十二指腸の病気の早期発見にもつながり、ピロリ菌除菌後であっても胃癌リスクはゼロにはならないため定期的に胃の状態を確認していくことが大切です。

最後に、今回はピロリ菌についてお話をさせて頂きましたが、ピロリ菌だけでなく胃腸のことで気になることがあれば、お気軽に当院に御相談ください。



筑後市立病院
消化器内科
宮崎 健

【専門分野】消化器内科
【専門医等の資格】
・日本内科学会認定内科医
・日本消化器病学会認定消化器病専門医
・日本ヘリコバクター学会認定H・Pylori（ピロリ菌）感染症認定医



結果通知表について

A (異常なし)	検査結果が正常範囲内だったことを表しますので、特に心配する必要はありません。
B (軽度異常) C (経過観察)	正常範囲ではないが、すぐに治療を必要とする状態ではありません。緊急性はない状態です。生活習慣などの改善を心がけることで、正常範囲内に戻すことや、悪化を防いでいきましょう。
D 1 (要治療)	すでに治療が必要な異常値が見つかったという状態です。すぐに専門医を受診して、的確な診断を受け、最適な治療についてしっかり相談してください。
D 2 (要精密検査)	検査数値に異常があり病気が疑われる状態です。必要に応じた適切な治療へと繋げるために精密検査を受けて原因の有無を確認してください。
E (治療中)	すでに治療を開始している状態です。



D1 (要治療)、D2 (要精密検査) の結果が出たときは、「病気が見つかるのが怖いから」と受診を先延ばしにせず専門医を受診しましょう。受診を先延ばしにするメリットは全くありません。治療は早ければ早いほど、患者さんの肉体的・精神的・経済的負担は軽くなります。そもそも、要治療・要精密検査になったからといって、必ずしも病気であるとは限りません。検査日にたまたま異常値を示したということも珍しくありません。まずは、ご自身の身体の状態をしっかりと知っていただくためにも早期に専門医を受診しましょう。



定期的に受け、予防対策をとりましょう

データ結果を蓄積し、自分自身の身体の状態を把握しておくことで、異常があった時にすぐに対応できます。データ結果の推移をみることで、将来かかる可能性の高い病気を予測でき、予防対策を取ることができます。

健康診断を受けましょう！



はね丸

定期健診の主な目的は、病気の早期発見・早期治療です。最近では、生活習慣病を未然に防ぐ予防的な役割も重要視されています。現在異常がなくても、将来どのような病気にかかる危険性があるかを予測し、食事や運動などの生活習慣を変えることによって、様々な病気を予防することができます。

健診メニュー

検査項目	検査内容	A	B	C
一般診察・計測	身長・体重・BMI・腹囲・視力・問診・診察	○	○	○
耳鼻科系	聴力検査（オーディオ）	○	○	○
呼吸器系	胸部X線（直接撮影）	○	○	○
血液（貧血）	赤血球・白血球・血小板・血色素・ヘマトクリット値	×	○	○
血液（生化学）	GOT・GPT・γ-GTP・HDLコレステロール・LDLコレステロール・中性脂肪・空腹時血糖・HbA1c	×	○	○
尿検査	蛋白・糖・ウロビリノーゲン・比重・PH	○	○	○
循環器系	心電図（安静時）	×	×	○
金 額（税込）		8,250円	9,570円	11,000円

- (A) 労働安全衛生法（44 条）による 34 歳以下及び 36 ～ 39 歳までの法定健診に該当します。
(B) 労働安全衛生法（44 条）による 35 歳及び 40 歳以上の方の法定健診に該当します。
(C) 雇入時などに必要な検査を定めた労働安全衛生法（43 条）に該当します。

〈協会けんぽ（全国健康保険協会）生活習慣病予防健診について〉

35 歳以上の協会けんぽの加入者を対象とし、年度内に 1 回に限り費用の一部を協会けんぽが補助する健康診断です。自己負担額は 7,169 円です。

主な健診項目

問 診 票	生活習慣や既往症などの情報を収集する。
身 体 測 定	身長、体重等を測定する。
血 圧 測 定	最高血圧と最低血圧を測定し、血圧の状態を調べる。
心 電 図 検 査	不整脈や虚血など心臓の異常がないか調べる。
胸部エックス線検査	心臓や肺に異常がないか調べる。
血 液 検 査	採血により、肝臓や腎臓の異常、血液の病気、糖尿病や動脈硬化などがないか調べる。
尿 検 査	尿中の血液や糖、たんぱくの有無を調べ、糖尿病や尿路系の病気がないか調べる。
医 師 と の 面 談	問診票と検査結果をもとに、発見された病気の治療方針の決定、今後どのように生活習慣を改善していけば病気を未然に防ぐことができるか、などの説明を受ける。
胃部エックス線検査	食道・胃・十二指腸の潰瘍やがんなどを見つけることができる。 （協会けんぽ健診またはオプションで追加可能）
大 腸 検 査	検便により、大腸のポリープやがんを見つけることができる。 （協会けんぽ健診またはオプションで追加可能）



ナース服をリニューアルしました！

令和4年4月1日から、看護師の制服をリニューアルしました。

アネモネブルーのラインがスタイリッシュな制服です。

職員からは、従来のナース服よりも着心地が良く、首元がゆったりしていて、動きやすいと高評価です。



2年ぶりに看護師病院説明会を開催しました！

コロナ禍で2年間中止していた看護師病院説明会を6月と7月に2回開催しました。当院へ就職を希望されている看護師や看護学校卒業予定の方々を対象に、当院の看護師が働いている環境や様子を間近で見させていただきました。今後も説明会等を通じて当院の魅力を発信していきたいと思ひます。

説明会や採用試験（採用情報）の案内は、ホームページに掲載しておりますので、是非ホームページをご覧ください！



検査結果に一喜一憂しないで

ある検査項目の結果が基準値の範囲外だからといって、一概に病気だとは言えません。逆に範囲内でも、全く問題がないとも言い切れません。一喜一憂せず、自分自身の身体の状態を常に観察しましょう。



「健診」と「検診」の違いって？

「けんしん」には「健診」と「検診」がありますが、その違いをご存じですか？

「健診」は受診者の健康状態を確認することです。潜んでいる病気を完全に特定することは難しいですが、体のどこかに異常があればある程度絞り込むことができ、早期発見の手掛かりとして重要な役割を担っています。

一方、「検診」はある特定の病気を発見するために行う検査のことです。例えば大腸がん検診は大腸がんを、婦人科検診は婦人科特有の病気をピンポイントで見つけることができます。

「健診」と「検診」は役割が異なります。

前回のいずみ vol.41（2022 新緑号）には、脳梗塞・心筋梗塞発症リスク検査の『LOX-index®』について、特集記事を載せていますので是非ご覧ください。

◆予約に関するお問い合わせ

電話、または病院1階の総合受付にてお申し込みください。
TEL：0942-53-7511 筑後市立病院（医事情報課 健診担当）

◆受付時間

月～金曜日 8時15分～17時00分

土曜日 8時15分～12時15分

※日曜、祭日、第3土曜日、8/15、年末年始（12/30～1/3）はお休みです。

◆実施曜日

月～金曜日の午前中のみとなっております。

※健診内容によっては曜日が限定される場合があります。

ご予約時に、実施内容をお伺いし、対応可能な日程および受付時間をご案内いたします。なお、予告なく変更又は休診になることもございます。

ご予約をいただきましたら、必要に応じて、採便容器や問診表を予めご自宅や職場宛に郵送いたします。お早めにお申し込みください。

また、10月まで筑後市住民健診を行っています。例年10月は予約定員を超える申し込みがありますので、ご予約はお早めに！！



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。

売店にはどんなものが売っているの?



パネコ

Q. ねえねえ、はね丸くん。
売店はどこにあるの? 何時から開いてるの?

A. 売店は、エレベーターを2Fで降りたら左側にあるよ。
平日は、8時から18時まで
土曜、日曜、祝日は8時から15時まで開いているよ。



ポネコ

Q. 売店には食品の他にどんなものが置いてあるの?

A. 売店には食品の他に入院に必要な、歯磨きセットや箱ティッシュ、シャンプー、携帯電話の充電器等、他にもいろいろな日用品も販売しているよ。
また、雑誌や洋服、杖、ケア帽子なども取り扱っているんだよ。



Q. お支払いは現金の他に何か使えるの?

A. お支払いは現金の他にクレジットカード、バーコード決済、電子マネーも利用できるよ。
公共料金の支払いも出来るから、気軽に利用してね!



きらい☆スタッフ

病院感染管理室
宮崎 奈美



～病院感染管理室の仕事～

私の勤務する病院感染管理室には、感染管理の専門的知識を有する看護師 2 名が配置されています。業務内容は、感染対策に関する手順書の作成、院内の感染症発生動向を監視しながら、チームで院内を巡回し、環境整備や感染対策の実施状況の確認・改善を行っています。また講習会の開催、現場での教育・指導を実施し、職員からの相談も受け付けています。患者さんの療養環境や職員の労働環境に感染対策上の問題がないか特に注意しています。

現在は、新型コロナウイルス感染症の蔓延により、発熱外来・新型コロナウイルス感染症に関する検査やワクチン接種などに関する問い合わせや相談をいただくことが多いため、最新情報の収集に留意しています。



私の『元気のもと』

子どもが作ってくれる「ママすきカード」をスマートフォンカバーに差し込み、疲れたときはそれを見て、癒しと元気をもらっています。

いずみエッセイ

温かい小さな手

外来看護師 田中 珠美

蒸し暑い日々が続いていますが、皆さん、如何お過ごしですか。近年では温暖化の影響で、熱中症が深刻になっています。日々の生活の中で、細めに水分を取り、適度な温度で過ごすことが大切です。熱中症対策をして今年の夏を乗り越えていきましょう。

私には一人娘がいます。看護師には夜勤がある為、娘には小さい頃から寂しい思いをさせていました。夜勤の時はいつも「もう行くと? 夜おらんとね。」などと言って甘えていました。娘が寂しくならないように、休みの時は遊びに行ったり、抱っこしたりしてスキンシップを取りながら娘という時間を大切にしてきました。そんな中、娘が小学校低学年の時、私が病気になり緊急入院、即手術となった時、病院に連れて来ていた娘の笑顔が消え、緊張した表情で私の手を強く握っていました。半年の闘病生活でも、娘に不安で寂しい思いをさせてしまったことで「ダメな母親でごめんね」

と自分を責めていました。そんな私に娘は何かを感じたのか、毎日学校が終わり、家族と一緒に面会に来ては、私の手を握って「ママ、元気になってね」と励ましてくれました。そんな温かい小さな手をした娘が、今では看護師国家試験に合格し今年4月から私と同じ道を歩み始めました。コロナ禍で病院での実習が出来なかったこともあり、患者さんと接した経験が少ない分、看護師になってからの迷いや不安もあると思いますが、患者さんに寄り添える優しい看護師に成長してくれることを願っています。



部門紹介

医療機器安全管理室

臨床工学技士って知ってますか？

当院には医療機器安全管理室という部門が存在します。そこには臨床工学技士（Clinical Engineer）という国家資格をもったスタッフが3名在籍しています。ところで皆さんはこの臨床工学技士という職業をご存じでしょうか？

臨床工学技士の国家資格が出来たのは1987年。医療系の職種の中ではまだ歴史は浅い方です。この職種が出来た経緯を簡単に説明すると、医療現場では様々な医療機器が使用されるようになり、治療の効率化と安全性を担保するためです。

当院の臨床工学技士はどのような仕事を行っているのでしょうか？

- 1 医療機器の保守点検
 - 2 臨床業務
 - 3 スタッフ教育
- 大きく分けてこの3つになります。

1 医療機器の保守点検

病院内では多くの医療機器が使用されています。例えばテレビ等でもよく見る輸液ポンプやシリンジポンプ。コロナ禍で注目を集めた人工呼吸器など生命維持管理装置。こういった機器がいつでも正常に使用できるようにメンテナンスを行っています。

2 臨床業務

臨床業務とは医師の指示のもと患者さんの治療に関わる業務のことを言います。当院では下肢静脈瘤レーザー治療、ペースメーカー関連、肝腫瘍の焼灼術（RFA）、腹水濾過濃縮再静注法等があります。

また、院内の他職種のスタッフと患者さんの治療方針について話し合い、業務に取り組んでいます。

3 スタッフ教育

医療機器の進歩とともに、病気に対する治療法も進化します。それらに対応するため院内で学習会を行います。特に新入職員が入職した場合は必ず研修会に参加してもらいます。そこで医療機器の正しい取り扱い方や使用上の注意点などを説明し安全に取り扱えるよう教育を行います。また、各種疾患に対する治療法等の説明を行うこともあります。

このように、医療機器安全管理室では多様なニーズに応えつつ最適な医療を提供できるよう日々業務を行っています。



元気のツボ

アウトドアで注意する感染症「マダニ」



はね丸

コロナ禍で、3密を回避できるレジャーとして、アウトドアを楽しまれている方も多いと思います。夏のレジャーやガーデニングなど、アウトドアで注意したいのが、**ウイルス性の感染症**を媒介する野生の「マダニ」です。ダニがウイルスや細菌などを保有している場合、咬まれた人が病気を発症することがあります。日本国内でも感染・死亡例が報告されており、厚生労働省では嚴重注意を呼びかけています。これからの季節、マダニから身を守り、恐ろしい感染症を防ぐためのポイントをまとめてみました。

マダニから身を守るための服装

マダニは、シカやイノシシなどの野生動物が出没する環境に多く生息していますが、民家や裏山、畑、あぜ道などにも生息しているので、気を付けましょう。

野外では、腕・足・首など、肌の露出を少なくしましょう！

首にはタオルを巻くか、ハイネックのシャツを着用しましょう。

シャツの袖口は車手や手袋の中に入れてください。



半スポンやサンダル履きは不適当です！

シャツの裾はスポンの中に入れてください。

農作業や草刈などではスポンの裾は長靴の中に入れてください。

ハイキングなどで山林に入る場合は、スポンの裾に靴下を被せましょう。

マダニが媒介する感染症

日本紅斑熱
ライム病
重症熱性血小板減少症候群
ダニ媒介性脳炎
つつが虫病
・・・など



活動終了後には

咬まれていないか確認してください。わきの下、足の付け根、手首、膝の裏、胸の下、頭部（髪の毛の中）などがポイント。

上着や作業着は、家の中に持ち込まないようにしましょう。



屋外活動後は、シャワーや入浴で、ダニが付いていないかチェックしましょう。



ガムテープを使って服に付いたダニを取り除く方法も効果的です。

ダニ類の多くは、長時間（10日間以上のこともある）吸血します。吸血中のマダニを無理に取り除こうとすると、マダニの口器が皮膚の中に残り化膿することがあるので、皮膚科等の医療機関で、適切な処置（マダニの除去や消毒など）を受けて下さい。

マダニに咬まれたら、数週間程度は体調の変化に注意し、発熱等の症状が認められた場合は、医療機関で診察を受けて下さい。



いろいろな感染症に注意しながら、レジャーを楽しみましょう！



病院からのお知らせ

一般財団法人日本消化器病学会九州支部

第114回 市民公開講座を開催します！

令和4年11月5日、サザンクス筑後（小ホール）で市民公開講座を開催します。
当院の医師3名と管理栄養士、理学療法士が「消化器のがん」の治療や予防について講演します。

市民の皆さんと共に「消化器のがん」について学べる場の一つになればと思います。

参加は無料で予約等も必要ございません。

ただし定員になり次第お断りさせていただく場合がございますのでご了承ください。

是非、お誘い合わせの上、お越しください！

一般財団法人日本消化器病学会九州支部 第114回 市民公開講座

テーマ
**おなかのことを考える
ー消化器がんー**

世話人：梶原 雅彦（筑後市立病院 副院長）

講演 ① 知っておきたい大腸がんの知識
消化器外科 医師 中野 昌彦

講演 ② ピロリ菌と胃がんについて
消化器内科 医師 宮崎 健

講演 ③ がんを予防する食習慣
管理栄養士 本田 尚美

講演 ④ がんのリハビリテーションについて
理学療法士 江口 政孝

講演 ⑤ 変化してきた肝細胞がんの原因と治療
消化器内科 医師 梶原 雅彦

定員 200名
入場無料
予約不要

2022年
11月5日(土)
時間 13:30～16:30 (13:00開場)
場所 サザンクス筑後 小ホール

新型コロナウイルス感染症予防対策のため
1. マスクの着用 2. 検温、手指消毒の実施
3. 三密回避 4. 利用者名簿の記入 にご協力ください
◆受付での三密回避のため時間に余裕をもってお越しください
◆発熱などの症状がある方は入場をお断りする場合があります

共催：地方独立行政法人 筑後市立病院
お問合せ 地方独立行政法人筑後市立病院 TEL 0942-53-7511
講座に関する問い合わせは経営企画室まで

詳しくは
ホームページを
check！



講座に関するお問い合わせは、筑後市立病院 経営企画室までお願いいたします。

筑後市立病院 経営企画室 TEL：0942-53-7511



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 医療法人 伊藤医院

[理事長] 伊藤 陽平



電話番号 0942-53-3531 FAX 0942-53-0339

所在地 〒833-0002 福岡県筑後市大字前津90-1

診療科目 内科・小児科

診療時間	月	火	水	木	金	土
9時00分～ 12時30分	●	●	●	●	—	●
13時30分～ 17時30分	●	●	●	●	—	●

(受付時間は診療終了の30分前まで)

休診日 金曜日、日曜日、祝祭日

ご案内事項

- ・胃、大腸、肝臓、肺がん検診、甲状腺疾患、糖尿病等の検査や治療に対応しております。
 - ・心電図、レントゲン検査、エコー検査、CTも完備しており、精密な検査も可能となっております。
 - ・日帰りポリプ手術、難病指定医による消化器難病治療にも対応
 - ・各種予防接種対応
 - ・デイケア、訪問看護ステーションも併設しており、リハビリや訪問看護もご相談頂きます。
- ※当院は感染対策(待合の混雑を避ける)のため、予約制にしております。受診の際はお電話やインターネットで予約を取られるようにお願いします。
感染対策にご協力をお願いします。

当院は九州自動車道八女ICより車で2分ほどに位置しており、小さなお子様から、ご高齢の方までお気軽にお越し頂ける地域に密着したクリニックとなっております。胃がん、大腸がんをはじめとし、肝臓疾患、難病疾患にも治療経験豊富な院長、女性医師（毎週水曜日のみ）が診察にあたります。

隣には、デイケアや訪問看護ステーションも併設しておりますので、生活や通院に不安がある方もお気軽にご相談ください。

ゆうりょうろうじんほーむ うえるねすのもりちくご

有料老人ホーム ウェルネスの杜ちくご

[施設長] 尾畑 美鈴



電話番号 0942-27-6789 FAX 0942-27-6790

所在地 〒833-0054 福岡県筑後市熊野1447-1

お問い合わせ時間

	月	火	水	木	金	土
9時00分～ 17時00分	●	●	●	●	●	—

※土曜日、日曜日、祝日、年末年始は受付をしておりません

ご案内事項

(ホーム内)
居室の掃除・身体介助は併設のヘルパーステーションウェルネスちくごよりヘルパーが参ります。

(併設)機能回復運動型デイサービス(定員20名)
日常生活をより快適に過ごせるように、楽しくトレーニングしながら、心身ともに機能維持・増進を図ることを目的としています。

ウェルネスの杜ちくごは、デイサービスと訪問介護事業所を併設した総平屋造りの有料老人ホームです。
健康と体力作りに重点を置き、健やかでいきがいのある毎日をお過ごしいただけるようにサポートさせていただきます。

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。

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・12/30～1/30をのぞく）
詳細はお問い合わせください。

TEL.0942-52-2577



表紙のお話

7月7日から8月7日まで、七夕飾りをロビーに設置しました。
患者さんやご家族をはじめ職員が短冊を願いごとを書き、笹に結び付けていただきました。皆さんも、夏の訪れを感じる七夕の夜に七夕飾りと短冊で彩を添え、夜空を見上げながら星に祈りを捧げていたのでしょうか。
皆さんの願いが届きますように。



短冊は8月8日
水田天満宮へ
納めました。

（経営企画室 金子）

当院のホームページに、糖尿病委員会が毎月発行している「健康新聞」を掲載しています。

8月の健康新聞のテーマは
「動脈硬化はなぜ怖い？」です。

健康新聞 8月

今年は何年にもない猛暑が続いています。熱中症対策をしっかり行いまだ続くこの暑さを乗り越えましょう。今月は動脈硬化についてです。動脈硬化は血管の病気、また糖尿病も血管の病気です。「類は友を呼ぶ」ということわざがあるように、動脈硬化を放置していると、心筋梗塞、脳卒中など様々な合併症を伴ってしまいます。普段から血管を大切に、合併症という友は呼ばないように気を付けていきましょう。

テーマ【動脈硬化はなぜ怖い？】

動脈硬化は自覚症状がなく進行し、心臓病や脳血管の病気を引き起こします
動脈硬化が進行すると血管が狭くなったり、詰まったりします。狭心症や心筋梗塞、脳梗塞、動脈が硬くもろくなって破れると脳出血を起こします。さらに認知症にもつながりますので、動脈硬化の予防は重要です

動脈硬化とは

- ・動脈硬化は血管が硬くなって弾力性が失われた状態です。
- ・血管の内腔に血栓ができて血管が詰まったり破れやすくなったりする状態を動脈硬化症といいます。

動脈硬化が引き起こす病気

- 脳の細く弱くなった血管が破れてしまう⇒**脳出血**
- お腹や胸の大動脈が破れて大出血を起こしてしまう⇒**大動脈瘤**
- 心臓を栄養する血管が詰まった状態になる⇒**狭心症・心筋梗塞**
- 脳の血管が詰まった状態になる⇒**脳梗塞**
- 足の血管が詰まり足の先の血流が悪くなる⇒**閉塞性動脈硬化症**

動脈硬化の危険因子

動脈硬化の危険因子は次の5つが挙げられます

- ① 高血圧症 ② 高脂血症 ③ 糖尿病 ④ 喫煙 ⑤ 肥満（メタボリック）

※危険因子が多いほど動脈硬化になるリスクは高くなります。

《動脈硬化を予防しましょう》

- ① 禁煙
- ② 食事療法
・食べ過ぎない
- ・魚類や大豆製品、緑黄色野菜は積極的に摂る
- ・塩分は控えめに薄味にする
- ③ 運動療法：有酸素運動（散歩・水泳など）

※生活習慣の改善や、定期的に検診を受けることが、動脈硬化予防に大切なことです。

インスリンポンプ療法って何？

インスリンポンプ療法は、血糖を正常に保つため少量のインスリン（基礎インスリン）を、自動的に24時間連続的に注入します。また、食事にあわせて手元の機械からボタン操作が必要なインスリン（追加インスリン）を注入することができます。

日本メドトロニック株式会社
（エニメド 7706）

～お知らせ～

新型コロナウイルス感染拡大防止のため
外来検診待合室（内服）
糖尿病相談室（栄養課）
は中止となっております。
お問い合わせ
☎0942-53-7511

\\ ホームページではバックナンバーもご紹介しています \\

【バックナンバーの一例】

- ・夏に注意する血圧の変動とは？
- ・熱中症を起こさないためには？ など

是非、ご覧ください。



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



QRコードからも
アクセスできます。



パンコ

美味しく元気に



パンコ

さっぱり丼

夏野菜が美味しい季節となりました。その中でも、トマトとキュウリはともに夏を代表する野菜ですね。食材のみずみずしさからも分かる通り、水分が多く含まれ、身体を冷やす働きもあるため夏バテ予防にひと役かいます。暑くて食欲がない日や、さっぱりした食事を食べたい時などに、手軽で野菜も摂れるレシピはいかがでしょうか。ちなみに、この丼に蛋白質の食材（肉や魚など）を使用したおかずを1品加えて頂くと、バランスのよい食事になります。



ツナやささみ
などに加えても
美味しいよ！

材料（2人分）

- ごはん …………… 150g×2
- キュウリ………… 100g（1本）
- トマト …………… 200g（1個）
- 生姜………… 1片（15g程度）
- 醤油 …………… 大さじ1
- 酢 …………… 大さじ1
- A ゴマ油 …………… 小さじ1
- 砂糖 …………… 小さじ2
- 白ごま …………… 小さじ1

（1人分当たり：335kcal、塩分 1.3g）



作り方

① キュウリとトマトは1.5 cm程度の角切り、生姜は皮をむき千切りにする。

② タッパ型型の保存容器にAを合わせ、①のキュウリとトマトを混ぜ込む。味をなじませるため、平らにならしてペーパータオルで落とし蓋をして冷蔵庫で1～2時間漬け込む。（1晩漬け込むとより味がしみこみます）

③ お茶碗にご飯を盛り、②をのせて生姜を飾る。

