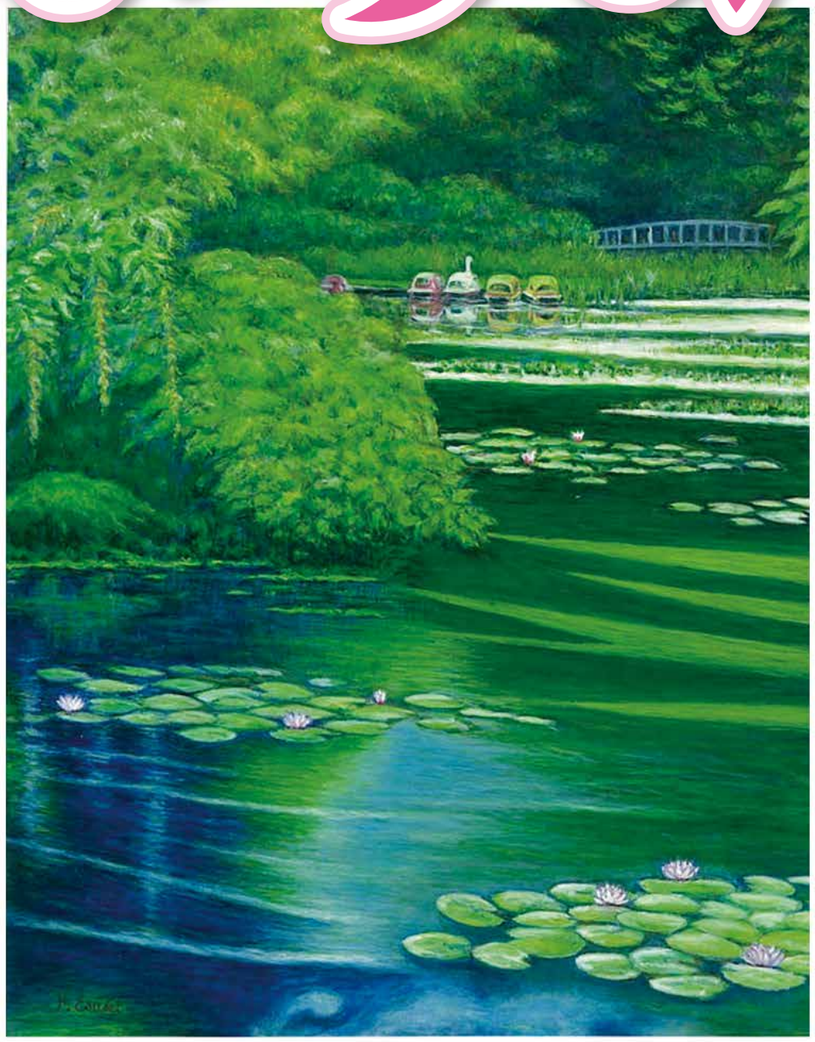
ご自由にお持ちください

地方独立行政法人
筑後市立病院

地域との連携を深め、より良い病院づくりのための情報誌

初夏 2026 vol. 57

いずみ



『江﨑　フミ子「光と風の山湖」／第82回創元展（2023）』

CONTENTS

病気のお話　糖尿病と老年症候群
～元気に長生きするためにできること～

● 新入職医師紹介・職員紹介

特集　PSG2：睡眠ポリグラフィー検査について

ピックアップ
- きらり★スタッフ
- 元気のツボ
- 美味しく元気に
- 医療・介護ネットワーク
- いずみけいじばん

いずみ 57　いずみ vol.57 2026 初夏号　2026年6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 髙森信三　編集担当／総務課

外来診療のごあんない

● 外来受付時間 …【月～金曜日】8時15分～11時30分（診療開始／8時30分～）
● 休　診　日 … 土曜日・日曜日・祝日・お盆（8月15日）・年末年始（12月30日～1月3日）
※診療予定は予告なしに変更することがありますので、詳しくは電話、メール等で各外来にお問い合わせください。

※ただし、救急患者は随時受け付けています。　2026年5月1日より

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	総合診療科 新患	担当医	担当医	担当医	担当医	担当医
	消化器内科 新患	梶原　雅彦	梶原　雅彦	担当医	担当医	白地　美紀
	消化器内科 再来	徳原　伸哉	白地　美紀	梶原　雅彦	古賀　雅也	伴　大樹
	呼吸器内科	冨岡　竜介 住田◎	石井◎ 渡邊◎ (予)午後のみ	児嶋　隆 富永◎	冨岡　竜介	石井◎
	膠原病内科				福田◎	
	内分泌・代謝内科	四方　雅人	井口　志洋	井口　志洋	近藤◎	森川　周
	循環器内科	市川◎		川﨑◎	草場◎	草場◎
	血液内科				中村◎ 13:30～16:00	
小児科			久留米大学医師 ◎	久留米大学医師 ◎		木下◎
	神経発達症 【お問合先】小児外来			中島◎ (予)第3水曜は休診		
放射線科		久留米大学医師 ◎(予)		久留米大学医師 ◎(予)		久留米大学医師 ◎(予)午後のみ
外科		勝本◎	友枝　博 (心臓血管外科) 豊泉　公崇 中村◎ (乳腺外科)(予)午後のみ	佐藤　寿洋 髙森　信三 (呼吸器外科)	中根　浩幸 藤野◎ (心臓血管外科)第1・3	平川　雄介 髙森　信三 (呼吸器外科)
脳神経外科		長田◎ (予)				
皮膚科				名嘉眞◎ 14:00～16:00		
整形外科		島﨑　孝裕 (脊椎専門) 岡部　成倫 久留米大学医師 ◎(骨粗鬆症専門)(予)	中村　英智 脇田◎	吉田　健治 (手の外科専門) 中薗　凌芽 松田◎ (リウマチ・外反母趾・足の外科専門) 第1・3・5	中村　英智 長野絵里子 井上◎ (膝・スポーツ専門) (予)12:30～14:00	島﨑　孝裕 (脊椎専門) 岡部　成倫 大坪◎
産婦人科 【産科休診】		久留米大学医師 ◎(予)	葉　清泉 (予)	葉　清泉 (予)	葉　清泉 (予)	葉　清泉 (予)
耳鼻咽喉科		久留米大学医師 ◎		久留米大学医師 ◎	久留米大学医師 ◎	
泌尿器科		小宮　景介	小宮　景介 黒瀬◎	小宮　景介	小宮　景介 末金◎	小宮　景介
眼科		馬場　順子	馬場　順子	馬場　順子	馬場　順子	馬場　順子

◎【非常勤】　(予)要予約

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。

● 小児救急外来【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
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）

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。

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。
禁煙 NO SMOKING

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

公式ホームページ　公式Instagram　公式YouTube

病気のお話

糖尿病と老年症候群

～元気に長生きするためにできること～

老年症候群とは

老年症候群とは、加齢とともにみられるさまざまな病気や状態の総称です。代表的なものに、認知症、骨粗鬆症、サルコペニア（筋肉量や筋力の低下）などがあります。これらが進行すると、日常生活動作（ADL）が低下します。

ADLとは、食事や移動、入浴、着替えなど、日常生活に必要な基本的な動作のことです。ADLが低下すると、自立した生活が難しくなり、やがて要介護状態につながることがあります。

平均寿命と健康寿命

平均寿命とは、「亡くなるまでの期間」を指します。

一方、健康寿命とは、「健康上の問題なく自立して生活できる期間」のことです。

この2つの差が大きいほど、介護が必要な期間が長くなります。

令和4年の調査では、この差は

・男性：約8.5年
・女性：約11.6年

と報告されています（図1）。

つまり、多くの方が「人生の最後の約10年前後」を、何らかの制限を受けながら過ごしていることになります。

元気に長生きするためには、この期間をできるだけ短くすることが重要です。

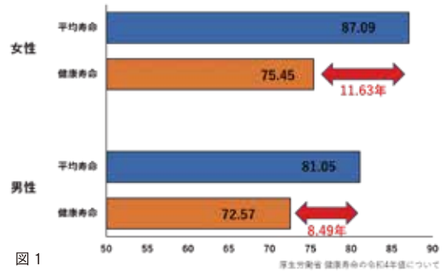


図1

日本における要介護の主な原因

高齢の方が要介護（※1）となる原因には、以下のようなものがあります。

・認知症
・脳血管障害（脳卒中など）
・骨折・転倒

また、要介護の一歩手前である「要支援（※2）」では、

・関節の病気
・加齢による衰弱（フレイル）
・骨折・転倒

が多くみられます。

これらを予防・早期発見することが、健康寿命を延ばすうえで重要です。

糖尿病と老年症候群

糖尿病のある高齢の方では、ADLが低下しやすいことが分かっています。

例えば、

・買い物や家事など（手段的ADL）は約1.6倍
・食事や移動など（基本的ADL）は約1.8倍

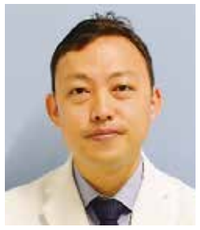
低下しやすいと報告されています。

その背景には、糖尿病の方では

・認知症
・骨折
・サルコペニア

が起こりやすいことが関係していると考えられています。

井口　志洋



【専門分野】

糖尿病、内科学

【資格】

医学博士
日本糖尿病学会専門医・研修指導医
日本内分泌学会内分泌代謝科（内科）専門医・指導医
日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医
日本栄養治療学会BNTセミナー修了
日本糖尿病学会学術評議員

健康寿命を延ばすためにできること

では、どのようなことを意識すればいいのでしょうか。

＜血糖コントロール＞

血糖値を適切に管理することは重要です。しかし、「下げすぎ」にも注意が必要です。特にインスリンや一部の内服薬を使用している場合、低血糖が起こることがあります。低血糖は、

・転倒や骨折
・認知機能の低下

につながる可能性があります。そのため、高齢の方では「厳しすぎない血糖目標」が設定されています（図2）。ご自身に合った目標については、主治医と相談することが大切です。

＜食事＞

食事も健康寿命に大きく関わります。

例えば、地中海食（野菜、果物、魚、豆類、オリーブオイルを中心とした食事）はフレイルの予防に役立つ可能性が報告されています。

フレイルは、ADL低下の一歩手前の状態で、その予防は、将来的な介護予防につながります

また、筋肉を維持するためには、十分なタンパク質を毎食バランスよく摂ることが大切です。

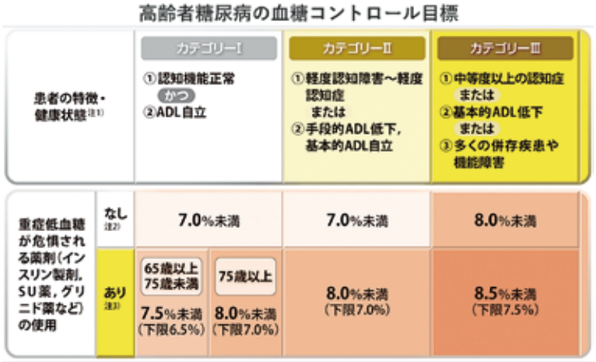


図2　日本糖尿病学会

＜血糖コントロール＞

血糖値を適切に管理することは重要です。しかし、「下げすぎ」にも注意が必要です。特にインスリンや一部の内服薬を使用している場合、低血糖が起こることがあります。低血糖は、

・転倒や骨折
・認知機能の低下

につながる可能性があります。そのため、高齢の方では「厳しすぎない血糖目標」が設定されています（図2）。ご自身に合った目標については、主治医と相談することが大切です。

＜食事＞

食事も健康寿命に大きく関わります。

例えば、地中海食（野菜、果物、魚、豆類、オリーブオイルを中心とした食事）はフレイルの予防に役立つ可能性が報告されています。

フレイルは、ADL低下の一歩手前の状態で、その予防は、将来的な介護予防につながります

また、筋肉を維持するためには、十分なタンパク質を毎食バランスよく摂ることが大切です。

＜運動＞

運動も重要な要素です。

有酸素運動（歩行など）と筋力トレーニングを組み合わせることで、

・移動能力の低下
・認知症の発症

を抑える可能性が示されています。

また、長時間座っている時間が増えると、健康リスクが高まることも分かっています。

日常生活の中で、

・家事
・歩行
・立ち上がる動作

など（NEAT（※3））を増やすことも大切です。

＜睡眠＞

睡眠の問題は、

・転倒
・骨折

のリスクを高めることが知られています。

また、

・短すぎる睡眠
・長すぎる睡眠
・睡眠の質の低下

いずれもADL低下に関係するとされています。

必要に応じて、睡眠の原因を評価し、治療や薬の調整を行うことで改善が期待できます。

まとめ

「元気に長生きする」ためには、特別なことだけが必要なわけではありません。

・血糖を適切に管理する（下げすぎない）
・バランスのよい食事をとる
・体を動かす習慣を持つ
・良い睡眠を心がける（図3）

こうした日々の積み重ねが、健康寿命を延ばすことにつながります。医学はまだ発展の途中ですが、少しずつ新しいことが分かってきています。

当院では、皆さまが「元気に長生きする」ことを目標に、日々の診療を通じてサポートしています。気になることがあれば、いつでもご相談ください。

※1　要介護（身の回りのことに介助が必要）立ち上がることや歩くこと、排泄の始末などが自力では困難。「生活を維持するための直接的な介助」が必要な段階。
※2　要支援（身の回りのことは概ねできる）家事の一部（掃除や買い物など）に手助けが必要だが、食事やトイレなどは自分でできる。「悪化を防ぐためのサポート」が必要な段階。
※3　NEAT（ニート）とは、日常生活活動。

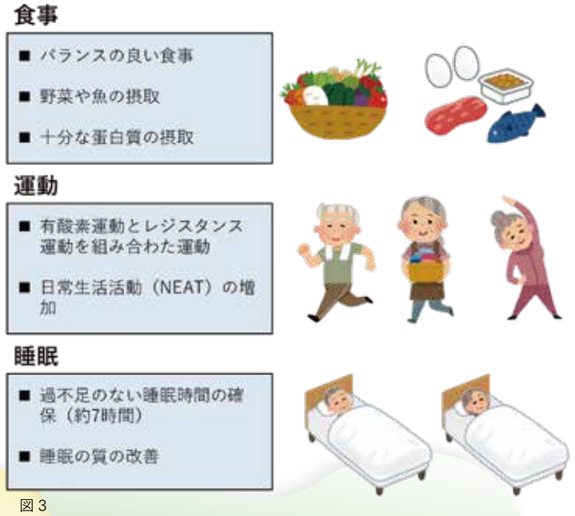


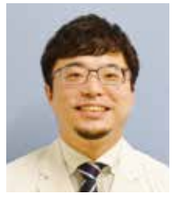
図3

2026年　新入職医師紹介

当院では2026年4月1日に辞令交付式を行い、医師7名、臨床研修医3名、薬剤師1名、看護師7名、介護福祉士2名の計20名が入職しました。

外科

豊泉（とよいずみ）　公崇（こうし）



専門分野：一般外科

出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 特技：ゴルフ、映画鑑賞

コメント：

これまでの経験を活かし、地域に密着した医療を提供できるようがんばりたいと思います。

外科

中根（なかね）　浩幸（ひろゆき）



専門分野：消化器外科（大腸）

出身大学：久留米大学医学部

コメント：

専門分野は大腸癌手術と治療ですが、生活環境の変化や高齢化に伴い疾病構造が変わる中、幅広く対応した診療を行いたいと思います。

整形外科

岡部（おかべ）　成倫（なるみち）



専門分野：整形外科一般

出身大学：久留米大学医学部

コメント：

地域に密着した医療を目指して精進してまいります。

泌尿器科

小宮（こみや）　景介（けいすけ）



専門分野：前立腺癌・泌尿器科一般

出身大学：佐賀大学医学部

趣味 / 特技：読書

コメント：

地域に根ざした医療の提供に尽力します。

内科（総合診療科）

古賀（こが）　直斗（なおと）



専門分野：消化器分野

出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 特技：ドライブ

コメント：

内視鏡を含めた消化器分野を専門としつつ、他の内科分野も包括的に学んでいます。地域に貢献できるようにがんばります。

消化器内科

徳原（とくはら）　伸哉（しんや）



専門分野：消化器内科

出身大学：佐賀大学医学部

コメント：

未熟者ではありますが、消化器内科医として地域の医療に貢献できるようにがんばります。

研修医

堀井（ほりい）　夏希（なつき）



出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 旅行、F1 観戦、漫画

コメント：

久々の診療で不安もありますが、診療に真摯に向き合いながら取り組みたいです。研修の残りの期間を大切にし、学んでいきたいです。

整形外科

中薗（なかその）　凌芽（りょうが）



専門分野：整形外科一般

出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 筋トレ

コメント：

筑後地域に密着した医療を目指し精進してまいります。

研修医

久保（くぼ）　綾子（あやこ）



出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 特技：カレー巡り、ウォーキング

コメント：

初期研修の２年間は、医師としての土台を築く大切な期間だと考えています。日々の診療を通して多くのことを吸収し、積極的に学びながら成長していきたいと思います。

研修医

右田（みぎた）　晃大（あきひろ）



出身大学：久留米大学医学部

趣味 / 特技：バレーボール

コメント：

地域の医療ニーズを理解し、患者さんの生活背景まで踏まえた診療ができる医師を目指します。基本的診療能力を確実に身につけ、地域の方に信頼される存在になるよう努めます。

【退職医師紹介】　筑後市立病院でのご勤務ありがとうございました。今後のご活躍をお祈り申し上げます。

消化器内科：井上　裕喜　　泌尿器科：黒瀬　浩文　　外　科：勝本　充　　外　科：渡邉　秀隆
整形外科：境　悠作　　整形外科：杉山　貴保

新スタッフ紹介

今年も新しいスタッフが仲間入りしました。看護師・コメディカルスタッフの新メンバーをご紹介します。

『筑後市立病院職員が目指すスタッフ像』

①患者中心、患者第一で考えることができる人

患者さんは自らの身体を、時には心や命をも病院に委ねています。
患者ニーズを第一に考え、誠実に思いやりを持って行動します。
私たちは病気を治すだけなく、患者さんを支える使命を担っています。

②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

医療を取り巻く環境や地域・患者のニーズは常に変化しています。
「できない理由」ではなく「どうすればできるか」を考えていきます。
固定概念に縛られず、自らの行動を変えていくことが必要です。

③チームワークを意識した行動ができる人

何事にも積極的に参画する意識がチーム力を高める原動力となります。
個々のスキルを高め、チーム医療に貢献することで高いレベルの医療を提供することができます。





はね丸

特集

睡眠ポリグラフィー検査について（中央検査室）

1. 睡眠時無呼吸症候群（SAS）とは

SASとは、睡眠中に呼吸が止まる、または浅く・弱くなることで、日常生活に障害を引き起こす疾患で、近年非常に注目されています。

大きないびきや起床時の頭痛、夜間の呼吸停止、日中の強い眠気などの症状があります。また、高血圧や心臓循環障害、脳血管障害などの生活習慣病を合併しやすい傾向があります。

SASの重症度はAHI（無呼吸低呼吸指数※1）で表されます。AHIとは、10秒以上の無呼吸・低呼吸（呼吸が浅く・弱くなる状態）が1時間当たりに発生する回数を意味します。AHIが5回以上認められ、日中に眠気などの症状がある場合にSASと診断されます。

SASの確定診断には、終夜睡眠ポリグラフィー検査（PSG）という検査を行います。

※1：数値が高いほど、睡眠中の呼吸障害が重いことを示します。

2. 睡眠終夜睡眠ポリグラフィー検査（PSG）とは

脳波・眼球運動・心電図・筋電図・呼吸曲線・いびき・動脈血酸素飽和度（※2）などの生体活動を、一晩にわたって測定するためのセンサーを装着して行う検査です。

この検査により睡眠の状態、呼吸の状態、酸素の状態を調べることができます。

センサー装着中は痛みもなく、寝返りやトイレに行くことも可能です。

当院では、2025年12月に新しい終夜睡眠ポリグラフィー検査装置を導入しました。

※2：血液の中にどれだけ酸素が含まれているかを示す指標

◎睡眠の状態◎

一般的に睡眠は、REM（REM睡眠）、N1・N2（浅睡眠）、N3（深睡眠）で表します。この割合を調べて、どの程度熟睡できているかをみます。

◎呼吸の状態◎

睡眠中1時間あたりの無呼吸と低呼吸の回数（AHI）【表1】

◎酸素の状態◎

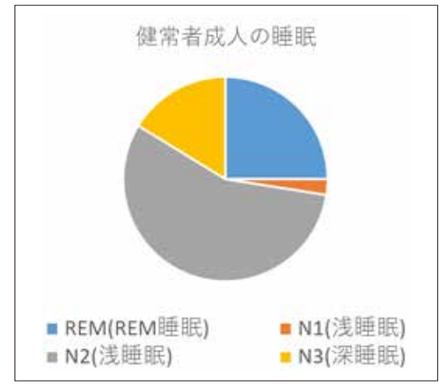
睡眠中1時間あたりに血液中の酸素が低下した回数（ODI）

血液中の酸素の基準値・・・95～98%

ODIの正常範囲・・・5回未満

AHI値	
5回未満	5回以上15回未満
正常	軽症
15回以上30回未満	30回以上
中等症	重症

表1



REM睡眠（REM睡眠）	N1（浅睡眠）	N2（浅睡眠）	N3（深睡眠）
20～25%	2～5%	45～55%	13～23%

図1

健康な若年成人の睡眠の基準値です。【図1】



はねる丸

3. 実際の検査

○泊まっていただくお部屋は、ご自宅のように快適にお休みいただけるよう、トイレ・ベッド・テレビ・シャワールームなどを備えた完全個室になります。

○装着後の様子です。【図2】

見た目は、眠りにくそうですが、痛みはありません。患者さんの中には、きちんと眠れるか心配になる方もいらっしゃいますが、入眠されている方がほとんどです。この状態で夕食を取っていただき、眠くなるまでテレビを見たり本を読んだりしていただいても構いません。

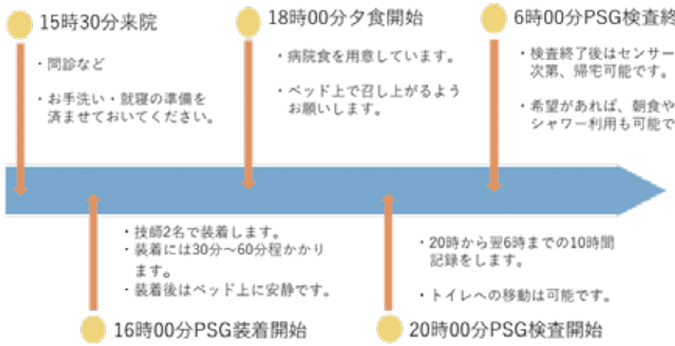


図2

○従来使用していた機器と比べて、検査装置が軽量・小型になりました。以前トイレの際は看護師の付き添いで、機器を肩に背負って移動していましたが、その必要がなくなり、装着したままご自身でトイレに行くことができるようになりました。

○記録中はBluetoothで波形確認ができるため、就寝中に患者さんのもとへ伺うことなく、部屋の外から検査が問題なく行えているか確認することができます。

4. PSG検査入院の流れ



5. 最後に

新しい終夜睡眠ポリグラフィー検査機器を導入したことにより、患者さんの負担が軽減した状態で検査を行うことが可能になりました。

左記の症状に心当たりがある方は、かかりつけ医に相談のうえ、当院の睡眠時無呼吸症候群外来を受診されてください。【図3】

★睡眠中によく起こる症状★

- いびきがうるさいと言われる
- 睡眠中に呼吸が止まっていると言われる
- いびきが止まったと思ったら、大きな音とともに再開する
- 息苦しくて目が覚めることがある

★日中によく起こる症状★

- 朝目が覚めたとき頭痛がする
- 仕事の会議中などで、気がつくと居眠りしてしまう
- 車を運転していて、渋滞や信号待ちの時に眠くなってしまう
- たっぷりと睡眠をとったはずなのに、朝になっても疲れがとれず、だるい

図3

キラリ★スタッフ

臨床心理室　末次

診療技術部の臨床心理室には２名の心理職が在籍し、共に臨床心理士・公認心理師の資格を有しています。業務は入院・外来患者さんへのカウンセリングや認知機能検査、小児科の心理検査、精神科リエゾン活動のほか、看護部向けの研修、市民講座、職員相談など多岐にわたります。

私は室内の業務調整に加え、復職支援、委員会等の事務局を担っています。担当する認知症ケアチームや労働安全衛生委員会の運営には、看護部や人事部門との密な連携が不可欠です。日々痛感するのは、仕事は決して一人では完結しないということ。専門性に慢心せず、周囲への感謝を胸に、組織やチームを支える「裏方」の役割にも真摯に取り組んでいきたいと考えています。



私の「元気のもと」

華道部の先輩方と小作品を花展に出品しました。次期家元にもお会いでき、貴重な時間となりました。



元気のツボ

～食べて夏バテ知らずの体つくりを～

なんとなく身体がだるいと感じる前に食事のコツを知り、夏を健やかに過ごしましょう。

なぜ夏バテするの?

食事の偏りによる栄養不足：冷たいものの食べ過ぎは胃腸の動きを弱め、食欲低下になりやすい。
ビタミン・ミネラル消耗：汗と一緒に、代謝に不可欠なビタミンやミネラルが流出しやすい。
自律神経の乱れ：外の暑さと冷房の効いた室内の寒暖差で身体が疲れやすい。

積極的にとりたい「3つ」の栄養素

栄養素	期待できる効果	おすすめの食材
ビタミンB1	糖質をエネルギーに変え、疲労を回復	豚肉、うなぎ、玄米、大豆製品
アリシン	ビタミンB1の吸収率を高め、スタミナを持続	玉ねぎ、にんにく、ニラ、長ネギ
クエン酸	疲労物質の排出を促し、食欲を増進	梅干し、レモン、お酢、キウイ

今日からできる!夏バテ対策のコツ

食事のコツとして、素麺などの単品メニューには豚しゃぶや納豆などを「ちょい足し」し、水分補給には体を冷やしすぎない常温の飲み物を選びましょう。旬の夏野菜も水分とミネラル補給に最適です。栄養の力を味方につけて、この夏を健やかに過ごしましょう！

美味しく元気に

ボネコ　パネコ

オートミールクッキー

甘いものが欲しくなった時に、手軽に作れるクッキーはいかがでしょうか。
オートミールを使うことで、薄力粉だけで作る場合に比べてGI値（※）が低く、食後の血糖値の上昇がゆるやかになります。さらに食物繊維が豊富で腹持ちが良く、食べ過ぎ防止にもつながります。間食として取り入れやすく、無理なく健康的な食生活をサポートしてくれる一品です。



栄養素量（クッキー１枚分）

カロリー	165kcal
食　　塩	0.02ｇ
食物繊維	2.3ｇ

材料（クッキー 10 枚分）

- オートミール　100ｇ
- 無塩バター　50ｇ
- 三温糖　50ｇ
- 卵　1個
- 薄力粉　50ｇ
- ベーキングパウダー　小さじ 1/2
- クルミ（ロースト）　45ｇ
- ミルクチョコレート　30ｇ

カロリーを抑えたい方はクルミの量を調整してください。甘さ控えめなのでチョコレートを入れる場合はミルクチョコレートがおすすめです。



はね丸

作り方

① 無塩バターと卵を常温に戻しておきます。
② バターをクリーム状になるまで混ぜて三温糖を加えます。
③ ときほぐした卵を数回に分け、加えてよく混ぜます。
④ 薄力粉とベーキングパウダーを合わせてふるい入れ、刻んだクルミとチョコレート、オートミールを加えてさっくり混ぜます。
⑤ 成型してオーブンシートに並べ、余熱したオーブン（180 度）で 15 ～ 20 分焼きます（オーブンの種類によって加熱時間は変わるため焼き時間は調整してください）。

※GI 値（Glycemic Index）とは：食品を食べたあとに血糖値がどれくらい上がるかを示す指標で、数値が高いほど血糖値が急上昇しやすいことを意味します。

Let's cook!

医療・介護ネットワーク



まちのお医者さんと役割分担して連携しています



加藤田整形外科（かとうだせいけいげか）

- 理事長・院長　加藤田　倫宏
- 診療科目　整形外科　リハビリテーション科
  皮膚科（月曜日・木曜日：午前のみ）
- 診療時間

月 火 木 金	午前 9:00～12:30
	午後14:00～18:00
水 土	午前 9:00～12:30

（診療受付は終了の30分前まで）

- 休診日　日曜日・祝日　お盆期間及び年末年始
  （詳細はホームページ参照ください）
- ＴＥＬ　**0942-53-6811**
- ＦＡＸ　**0942-53-8828**
- 所在地　〒833-0055 福岡県筑後市大字熊野1539-9

ご案内事項

- 整形外科一般（骨折、捻挫、関節痛、腰痛、肩こりなど）
- 交通事故・労災診療対応
- 骨粗しょう症の検査・治療
- リハビリテーション（運動療法・物理療法）
- 皮膚科診療（女性医師対応）：月曜日・木曜日 9:00～12:00

地域の皆さんへ

地域の皆さまに寄り添い、丁寧で分かりやすい診療を心がけています。
骨折・関節痛・腰痛などの一般整形外科からリハビリテーションまで一貫して対応いたします。
さらに週２回、女性医師による皮膚科診療も行っておりますので、お気軽にご相談ください。







デイサービス　小さな花（ちいさなはな）

- 管理者　桑野　雅史
- お問い合わせ時間
  月曜日～金曜日 **9:00～16:30**
  ※土曜日・日曜日、12/31～1/3はお休みです。
- ＴＥＬ　**0942-27-5677**
- ＦＡＸ　**0942-27-6477**
- 所在地　〒833-0055
  福岡県筑後市熊野271-3





ご案内事項

- デイサービス　● ケアプランセンター

地域の皆さんへ

「行きたくなる！」デイサービスを目指しています。
当デイサービスでは、次のような取り組みを行っています。

- 現場調理でお食事提供（釜炊きご飯）
- 炭酸の湯（車いす対応）
- 充実したレクリエーション





いずみけいじばん information





筑後いずみの会 糖尿病イベント開催予定

糖尿病について日頃から疑問や不安を抱えていませんか？今年も筑後いずみの会でイベントを開催します。

糖尿病に関する展示コーナー、血糖測定、医療相談コーナーなど、どなたでもご参加いただけます。医師・看護師・管理栄養士など多職種のスタッフがやさしくお話を伺い、同じ悩みを持つ仲間とも気軽に語り合える場も設けました。

大切な方とご一緒に、お気軽にお立ち寄りください。　（主催：筑後いずみの会）

日　時：6月20日(土)
　　10時00分～11時30分
　　お好きな時間にお越しください
場　所：筑後市立病院２階　多目的ホール
参加費：100円(学生さん無料)



お問い合わせ　筑後市立病院　栄養管理室
☎0942-53-7511(代表)
8時15分～17時00分

小児科予防接種【完全予約制】

●実施日　毎週火曜日
（受付）　14時00分～14時30分

●ご予約・ご相談
小児科外来　tel.0942-53-7511
月曜日～金曜日　9時00分～11時30分までにお電話ください

節電のお知らせ

当院では、診療に影響のない範囲で照明等の節電に取り組んでいます。
ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



編集後記

梅雨の気配が近づき、街の緑がいきいきと色づく季節となりました。しとしとと降る雨音が私は好きですが、近年は各地で豪雨による被害も相次いでおり、この季節を少なからず緊張した思いで迎える方も多いのではないでしょうか。

湿度が高まる6月は、体が重く感じやすく、眠りが浅くなるなど、夏バテの前触れが出る方も多い時季です。今号では、内分泌代謝内科による病気のお話や、暑さに負けない身体づくりをご紹介しています。あわせて、睡眠の質を客観的に知る手がかりとなる睡眠ポリグラフィー検査についても触れています。

長雨の季節だからこそ、ご自身の健康と日々の備えをあらためて見直す機会にしていただけますと幸いです。どうぞ穏やかな初夏をお過ごしください。

総務課／橋本

筑後市立病院 公式Instagram
Instagram

筑後市立病院 公式YouTube
YouTube